

ENSAYO: ENTENDIENDO LA SALUD EN LA VIDA DIARIA

ALUMNO: MONTSERRATH ALFONZO PEREZ

MATERIA: ANTROPOLOGÍA MÉDICA

GRADO: 1

GRUPO: "A"

DOCENTE: DR. AGENOR ABARCA ESPINOSA

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS A 1 DE SEPTIEMBRE DEL 2025

Introducción

Hablar de salud puede parecer algo sencillo porque todos, en algún momento, hemos estado enfermos o hemos tenido que cuidar de alguien más, sin embargo, cuando tratamos de definir qué significa realmente “estar sano” o “estar enfermo”, las respuestas se vuelven mucho más variadas de lo que pensamos, para algunos, la salud es simplemente “no tener síntomas”; para otros, es tener la energía suficiente para trabajar o estudiar; y en muchas comunidades, se entiende incluso como un equilibrio entre el cuerpo, la mente, el espíritu y la naturaleza. Esto nos muestra que la salud no es un concepto único ni universal, sino una experiencia que depende de la cultura, de la historia personal y de las condiciones sociales en las que vive cada individuo. En un país como México, donde la diversidad cultural es tan grande, la manera de entender y atender la salud cambia de un lugar a otro, no es lo mismo crecer en una ciudad con hospitales cercanos y acceso a especialistas, que vivir en una comunidad rural donde las distancias, la falta de recursos y las barreras culturales hacen que la atención médica sea complicada, en estos contextos, los remedios caseros, la partería tradicional, las hierbas y los rituales tienen un papel central en el cuidado de la salud, y aunque a veces la medicina moderna los descalifica, lo cierto es que para muchas personas son parte fundamental de su vida y de su identidad. La antropología médica surge precisamente para estudiar, no busca reemplazar a la medicina ni contradecirla, sino comprender cómo influyen la cultura, las creencias y las condiciones sociales en la manera en que las personas viven la salud y la enfermedad, al abrir esta perspectiva, entendemos que la medicina no funciona en el vacío: se enfrenta a emociones, costumbres y decisiones que hacen que cada paciente sea único. En este sentido, la antropología médica no solo amplía nuestro conocimiento sobre la salud, sino que también nos invita a mirar con más empatía a quienes piensan y actúan diferente a nosotros.

Desarrollo

Hablar de salud normalmente nos hace pensar en hospitales, doctores, medicinas y diagnósticos, sin embargo, la salud va mucho más allá de lo médico, involucra también cómo entendemos la enfermedad, qué significados le damos, cómo reaccionamos ante ella y qué hacemos para aliviarla, aquí es donde entra la antropología médica, la cual busca entender la salud y la enfermedad desde lo social y lo cultural. En México, este campo es especialmente importante porque vivimos en un país diverso, con diferentes culturas, tradiciones y condiciones sociales, no es lo mismo enfermarse en una gran ciudad como Ciudad de México, donde hay hospitales y farmacias en cada esquina, que en una comunidad rural o indígena donde lo primero que se consulta puede ser a la partera, al curandero o a un familiar con experiencia en remedios caseros. La antropología médica nos recuerda que la salud no se reduce a lo biológico. Pensemos en un resfriado: en algunos hogares se combate con jarabe y reposo, en otros con un té de canela y miel, y en otros con una limpia para quitar el “mal aire”, todas son respuestas distintas a un mismo problema, y todas tienen sentido para quienes las practican, un concepto usado en México es el del pluralismo médico: la idea de que hay diferentes formas de entender y atender la enfermedad, en nuestro país, además de la medicina moderna, siguen vivas prácticas como la herbolaria, los rezos, las sobadas, los temazcales y la partería tradicional, mucha gente combina ambas opciones: visita al médico, pero también prepara un remedio casero o consulta a un curandero. Un antropólogo muy influyente en México, Eduardo Menéndez, planteó el concepto de modelo médico hegemonicó, este se refiere a cómo la biomedicina ocupa un lugar dominante en el sistema de salud, sin embargo, él también destacó que las personas no dependen únicamente de ella: recurren constantemente a lo que llamó auto atención, es decir, todas las acciones que hacemos en casa para cuidarnos, va desde preparar un té hasta decidir no tomar la medicina “porque me cayó pesada” o pedirle consejo a la abuela, lo interesante es que la auto atención no es algo improvisado, sino una forma organizada de cuidar la salud que siempre está presente, muchas veces, los remedios caseros o tradicionales son el primer paso antes de ir al médico, y aunque algunos doctores lo ven como una práctica sin importancia, en realidad es una parte fundamental de cómo la gente entiende y maneja su salud, otra lección importante de la antropología médica es que la salud depende mucho de las condiciones sociales y económicas, enfermarse o curarse no es igual para todos, en México, la pobreza, la falta de servicios médicos cercanos, la alimentación y el trabajo influyen directamente en la salud, por ejemplo, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2022) mostró que muchos adultos vive con diabetes, y muchas personas ni siquiera lo saben porque nunca han sido diagnosticadas, este dato revela un problema más profundo que es la desigualdad, no todas las

personas tienen la misma posibilidad de pagar una consulta, transportarse a un hospital o acceder a alimentos nutritivos. Así, la salud se convierte en un reflejo de las condiciones de vida de cada grupo social, en este sentido, la antropología médica ayuda a comprender que la salud no solo se cuida con hospitales, sino también mejorando las condiciones de vida de la gente: vivienda, alimentación, transporte, educación y trabajo, una sociedad más justa y con mejores oportunidades también es una sociedad más sana. México es un país multicultural, existen comunidades indígenas que tienen su propio sistema médico tradicional, con parteras, hueseros y curanderos, para ellas, la enfermedad muchas veces se entiende de otra manera: como un desequilibrio con la naturaleza, un susto, un mal de ojo o una pérdida del alma, estos significados forman parte de la vida diaria y no se pueden separar de la forma en que las personas buscan curarse. La interculturalidad en salud busca reconocer y respetar esas formas de entender el cuerpo y la enfermedad, no se trata de reemplazar la medicina moderna ni de ver las prácticas tradicionales como supersticiones, sino de integrarlas de manera respetuosa, de hecho, en algunos hospitales de México ya se permite la presencia de parteras tradicionales, lo cual genera confianza en las mujeres y ayuda a que más personas acudan a los servicios de salud, este tipo de esfuerzos son un paso hacia un sistema más humano y cercano a las necesidades de cada comunidad, además, la antropología médica nos invita a reflexionar sobre cómo los medios de comunicación, las creencias colectivas y los miedos influyen en la manera de entender las enfermedades, por ejemplo, durante la epidemia de influenza en 2009 muchas personas actuaron con miedo, comprando medicamentos de forma exagerada o evitando acudir a los hospitales, esto demuestra que las decisiones de salud no siempre se toman con base en la información médica, sino también en emociones, rumores o experiencias previas. Para entender mejor, pensemos en una madre con un hijo con fiebre puede primero darle un té de manzanilla y, si no mejora, llevarlo al centro de salud, una mujer embarazada en una comunidad indígena puede decidir atenderse con la partera de su pueblo porque la entiende en su lengua y la acompaña durante todo el proceso, una persona con diabetes quizá tome su tratamiento, pero también consuma remedios caseros recomendados por familiares, como infusiones de hierbas, todos estos casos son ejemplos de cómo las personas no dependen únicamente de los médicos, sino que combinan diferentes recursos para cuidarse, según su cultura, sus creencias, sus posibilidades económicas y su confianza, esto también refleja que la salud no es solo un tema individual, sino colectivo: muchas veces la familia, los amigos y la comunidad influyen en la decisión de qué hacer ante una enfermedad.

Conclusión

La antropología médica no pretende reemplazar a la medicina moderna. Su objetivo es ayudar a que el sistema de salud entienda mejor a las personas, sirve para escuchar y comprender a los pacientes más allá de los síntomas, diseñar campañas de salud que realmente conecten con la gente, valorar y respetar las tradiciones culturales en la atención, mejorar la comunicación entre médicos y comunidades, y reconocer que la salud también depende de factores sociales como la pobreza, la alimentación o el trabajo. La antropología médica nos enseña que la salud no está solo en los hospitales ni en las recetas, sino también en las casas, en los remedios caseros, en las creencias y en las decisiones de cada familia, en un país tan diverso como México, es fundamental reconocer que las personas no siempre entienden ni atienden la enfermedad de la misma manera. Si queremos un sistema de salud más justo y eficaz, necesitamos unir la ciencia médica con la sensibilidad cultural y social. La antropología médica es esa herramienta que nos recuerda que la salud es un derecho, pero también es una experiencia humana marcada por la cultura, la historia y la vida cotidiana.