



En esta nueva entrega de la Hoja Informativa, el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) propone el tema de la calidad de vida, equiparada al bienestar. La calidad de vida, como un estado que se basa en la percepción propia y que se alcanza en la aproximación a la realización personal. Coincidiendo este mes con la campaña del DOMUND "Cambia el mundo", tengamos presente a los misioneros que con sus obras procuran construir un mundo un poco más justo en el que la calidad de vida llegue a más personas.

www.nuestraseñoradelapaz.es

CALIDAD DE VIDA y REALIZACIÓN PERSONAL

*Una vez que salgas de la escuela, sólo lo que hagas por ti mismo dará calidad a tu vida
(Jack Nicholson)*

La gran mayoría de los autores sugieren que la calidad de vida debe ser diferenciada de la calidad de vida relacionada con la salud, debido a que en este caso, el término es utilizado en el campo de la medicina en su interés por evaluar la calidad de los cambios como resultado de intervenciones médicas. Por tanto, los indicadores propuestos por las ciencias sociales tales como la felicidad, la satisfacción con la vida o el bienestar subjetivo, se refieren mejor a la calidad de vida. Por traer algunas definiciones:

- La calidad de vida se refiere a las condiciones en que vive un ser humano que determinan una vida digna y agradable, o una vida llena de aflicción. Es un concepto subjetivo, ya que cada ser humano tiene su opinión sobre la calidad de vida y la felicidad. Además está influido por la cultura donde se nace, se viven los valores y por la sociedad.
- Resultado cognitivo y afectivo del afrontamiento a estresores percibidos contra los objetivos de la vida, como la enfermedad específica y elementos generales; experiencia de satisfacción con la vida y afectos positivos y la ausencia de efectos negativos (Echteld, van Elderen, van der Kamp).
- Expresión de un modelo conceptual que intenta representar su perspectiva en términos cuantificables, que depende de su experiencia pasada, su estilo de vida presente, sus esperanzas para el futuro (O'Boyle).

La calidad de vida está referida al bienestar en todas las áreas del ser humano, respondiendo a la satisfacción de las necesidades en línea aproximada con las clásicas formuladas por Abraham Maslow: físicas (de salud, seguridad), materiales (de vivienda, pertenencias, comida), sociales (de trabajo, familia, relaciones personales), psicológicas o emocionales (de afecto, autoestima, inteligencia emocional, espiritualidad), de desarrollo (educación, productividad) y ecológicas (condiciones del agua, del aire,...). La calidad de vida sugiere un estado de bienestar, donde el nivel de vida no es suficiente. La calidad de vida es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en relación a la cultura y valores en los que vive en relación con sus expectativas, sus objetivos y sus inquietudes. Influido por la salud física y psicológica, sus relaciones sociales, su nivel de independencia y su relación con el entorno. En definitiva es la **calidad de vida como la percibe cada una de las personas**; teniendo en cuenta las condiciones materiales, psicológicas, administrativas y éticas en que las acciones en pro de las aspiraciones se desarrollan. Pero la calidad de vida implica un concepto bastante amplio que se llama **hospitalidad para con uno mismo**: ¿cómo me acojo a mí mismo y a mi circunstancia? ¿Cómo respondo a la vida tal cual se me presenta, esté el viento favorable o en contra? Y ahí radica la calidad de vida personal, que no es conformismo derrotista, ni optimismo exaltado, sino realización personal.



EL CAMBIO COMO TRANSFORMADOR DE LA SOCIEDAD

Cuando hablamos de calidad de vida, nos estamos refiriendo a un concepto complejo que contempla distintos factores, elegidos por los sociólogos, para clasificar el bienestar social y otros específicos de carácter individual. La combinación de estos componentes subjetivos y objetivos determina el bienestar individual. No obstante, la complejidad de situaciones concretas que aportamos cada persona, hace que estos datos sean discutibles y a veces polémicos. Los índices de calidad de vida en cada nación no son sinónimos de felicidad. **Las estadísticas de bienestar social por países, no se corresponde a veces, con la percepción que tienen sus individuos a título personal.** Puede darse el caso de familias con índices de calidad muy altos, y sin embargo sus miembros sentirse infelices. Hay pueblos que se sienten felices a pesar de vivir en condiciones de vida muy deficientes. Todas las personas debemos aspirar a mejorar, de forma continuada nuestra vida y nuestro entorno; estamos llamados por naturaleza a ser agentes activos de nuestra propia vida y disfrutarla. Además como creyentes, es muy importante buscar el significado de la vida y sobre todo nuestro lugar en ella. No hagamos en nuestra vida compartimentos estancos, que nos obliguen a comportamientos distintos, en situaciones concretas. Nuestra fe, nuestra oración, nuestro trabajo, nuestro ocio, nuestros compromisos sociales; han de ser en nuestra vida un todo de forma natural, para nosotros y para los demás. Si no lo hacemos así, nos será muy difícil encontrar lo sagrado en nuestras rutinas. Para lograrlo, nuestra actitud ha de ser coherente con nuestros principios. **Identifiquemos nuestros objetivos a través de nuestros valores.** Ser tolerantes y practicar la empatía para entender los puntos de vista de los demás. Ser menos indiferentes y practicar la acogida. La sociedad sólo puede mejorar en la medida que las personas seamos capaces de cambiar. Tenemos que crecer en Humanidad, ayudando a crecer a los demás.

Un cambio de este tipo nos propone este año la campaña del DOMUND (Jornada Mundial de las Misiones). Podemos observar en el mundo cambios superficiales y otros que derivan en acciones injustas que atentan contra la dignidad del ser humano. Frente a esto los misioneros muestran que es posible un cambio “a mejor”, profundo y real. Ellos pueden ser para todos un referente de compromiso y esperanza; sus vidas constituyen la prueba palpable de que un corazón en el que ha entrado Dios, con toda su novedad y creatividad, puede cambiar el mundo.



PARA PENSAR

“La calidad nunca es un accidente; siempre es el resultado de un esfuerzo de la inteligencia”

(John Ruskin)

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

Todos tenemos cierta noción del significado de “calidad de vida”, pero en sí, es un concepto amplio y vasto, hasta incluso ambiguo. Dependiendo de las latitudes o de las culturas, la percepción de calidad de vida varía, porque no es lo mismo la calidad de vida en países del primer mundo como en países en vías de desarrollo. Yo creo que la calidad de vida se consigue mediante una vida digna, acorde a la época en la que se vive, teniendo siempre un bienestar físico, psíquico y social; donde también cobra un gran protagonismo vivir en un entorno sano y seguro. En esta época donde vivimos (post-modernismo), resulta importante tener acceso a conocimientos y tecnologías que nos den un valor añadido a una vida digna y una cierta esperanza de vida.

Por esto creo que el objetivo primordial de nuestras obras apostólicas de San Juan de Dios, ha de ser procurar a nuestros usuarios esa calidad de vida que por causas del destino no poseen. Desde la práctica y a través del servicio blindando esos valores éticos y morales que nos caracterizan (calidad, respeto, responsabilidad, espiritualidad y HOSPITALIDAD).

Ovidiu C. Pop
Auxiliar de Enfermería