

Palavra de Profissional



por **Prof. Fabio Marcondes Pasetto**

Abril - Mês mundial da saúde

O tópico saúde tem diversas vertentes quando analisado sob diferentes prismas. Recordo-me que na época da graduação alguns livros e dicionários mais antigos definiam saúde como a ausência dos sintomas desagradáveis, tais como dor.

No meio acadêmico as definições historicamente caminham para a mesma face. Em meados da década de 70 Christopher Boorse simplificou o conceito como sendo a simples "ausência de doença". Já a OMS, que fora criada após a segunda guerra mundial, decidiu dar uma definição positiva tendo em vista a devastação travada pelas batalhas, conceituando saúde como "situação de perfeito bem-estar físico, mental e social".

Eu particularmente considero a colocação da OMS pouco fora da realidade atual, por visar a uma perfeição inatingível. Mesmo no período pós guerra, a mistificação do termo – saúde – cabia somente a pouquíssimos cidadãos. Mas poderia ficar discursando horas a fio sem chegar a um consenso, portanto defino segundo meus ideais, saúde, como simplesmente a "sensação de bem estar físico e psíquico". Após divagar um pouco, creio ser entendido quando vou correr as 05:00 hs da manhã num dia chuvoso e ao acabar meu treino ter uma sensação de prazer intensa. E quem nunca sentiu isso? Para mim isso é saúde!

Complementando o termo mais a fundo, parto do principio que a qualidade de vida do ser humano depende do meio ambiente em que ele habita. Viver num local inóspito minimiza a vida saudável, bem como um meio inseguro reduz a

expectativa de vida. Em contrapartida um ambiente com ar puro, beleza e recursos básicos bem instalados, leva nos a uma qualidade de vida mais elevada.

Portanto acredito, nesse momento em que a própria humanidade reconhece as agressões cometidas ao meio ambiente, necessário agirmos com atitudes sustentáveis para atingirmos a saúde plena. E cada um de nós que recebe condições de sobrevivência básica, podemos nos doar em busca de um mundo melhor. Basta a cada um fazer a sua parte e um pouquinho mais, incentivando ou ensinando alguém, para em breve constituirmos uma comunidade comprometida na construção de um planeta mais saudável.

Este é meu primeiro texto como colunista da Filial Saúde. Fui convidado a discursar sobre saúde e esporte, e pretendo trazer aos leitores dicas de como desenvolver essa "sensação de bem estar físico e psíquico", com informações sobre qualidade de vida e treinamento no âmbito esportivo.

[PARA MAIS DETALHES SOBRE O AUTOR, CLIQUE AQUI!](#)