

## **Calidad de vida y drogodependencias.**

**Prof. Dr. Doroteo García Riaño**

*Catedrático Emérito. Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos.  
Facultad de Psicología. Universitat de València.*

En general, calidad de vida está haciendo referencia a la bondad de la vida en todos sus aspectos. El término calidad, en la actualidad, se encuentra referido a la educación, a la investigación, a la tecnología, al trato personal, a los productos ecológicos. En un primer estadio, desde la situación de carencia, se persigue la cantidad, pero la meta siguiente es más el cual que el cuanto, es la bondad de las cosas; primero la abundancia de los alimentos, luego la bondad de los mismos.

Una serie de términos han querido abarcar lo que podría entenderse por calidad de vida, términos que le han precedido como felicidad, salud o bienestar, que si bien han sido utilizados para expresar la bondad de la vida, han tenido un sentido limitado o han derivado, en el tiempo, a una significación incorrecta. Por ello, y con un sentido más amplio y completo aparece en la década de los cincuenta el concepto de «Calidad de Vida», en un intento de abarcar la terminología precedente y comprender la vida completa del individuo o del grupo social, abarcando todas y cada una de sus dimensiones, y referido no solamente al momento presente sino también al pretérito y adelantando el futuro más o menos próximos. Su significado dista bastante de otras expresiones como «buena vida» o «vivir al día», por su sola referencia al momento actual y a la búsqueda del satisfacer los apetitos, el placer corporal, y no el «vivir bien», que es el vivir según virtud, como ya expresaba Aristóteles en su Política.

Las aspiraciones a la vida buena, a la bondad de la vida parece una dimensión innata en los humanos, en una constante e inacabada lucha por alcanzar el mayor nivel posible de calidad de vida; es constante el deseo de lograr cada día los más altos niveles de bondad en todos los campos, económico, social, laboral, familiar; sin poner jamás un techo, y es que la calidad de vida no tiene límites, es una aspiración a niveles nunca alcanzables en la realidad, apareciendo siempre un nivel superior deseado.

Cuando Calman (1987) intenta definir la calidad de vida, como la «distancia entre aspiraciones y logros», lo que hace es confirmar la imposibilidad de lograrla en su nivel de perfección total, ya que, en realidad, esa distancia nunca es igual a cero, y por otra parte Calman no define calidad de vida sino que establece un parámetro referido a los diferentes niveles logrados en esa calidad. Tampoco Lawton (1984), uno de los mayores y mejores investigadores sobre calidad de vida, logra dar una definición correcta, y lo que hace es establecer los niveles obtenidos a través de la correspondiente evaluación, y no parece posible una definición al ser la calidad de vida una dimensión subjetiva, con un muy amplio y complejo número de dimensiones a considerar (la vida completa), cuyo peso de cada dimensión es variable entre los individuos y/o los grupos, y cambiando a través del tiempo. La salud física, por ejemplo, es mucho más importante para un enfermo que para el que goza de buena salud. Los déficits,



las carencias, representan en general los impulsores de las aspiraciones, de la actividad humana, en orden de la consecución de los objetos y metas que mitiguen las necesidades.

Un intento de concretar el campo de la calidad de vida, de limitar lo factores o dimensiones que la componen, conduce necesariamente a considerar las conclusiones de los investigadores a partir de los años setenta, reduciendo estas dimensiones a poco más de una docena, si bien pueden fraccionarse hasta constituir un centenar de factores de nivel inferior: La salud física y mental, las relaciones familiares, sociales y sexuales, la economía y el mundo laboral, las relaciones emocionales, así como la dimensión espiritual, son factores que se hallan en multitud de estos estudios, y para los que ya se han elaborado múltiples instrumentos capaces de evaluarlos, desde 1947, el más antiguo de los conocidos, hasta la actualidad, donde ya han aparecido más completos y de mejor calidad, teniendo en cuenta, en cualquier caso, la necesidad de considerar las características de los sujetos a evaluar y los fines perseguidos por el evaluador.

Puede sorprender la inclusión de la dimensión espiritual en el campo de la calidad de vida, y ciertamente son pocos los evaluadores que la han considerado en sus investigaciones, como en el «ICV» (1992), pero aparece un dato a considerar por sus resultados: Los sujetos que alcanzan la puntuación más elevada en espiritualidad, son los que logran el índice más elevado en calidad de vida, y ello sin incluir estas puntuaciones en el cómputo total (suma algebraica de las puntuaciones en cada dimensión o factor), si bien es verdad que también aparecen con índices elevados, situándose en segundo lugar; los que

solo logran en esta escala las puntuaciones mínimas. Son, éstos, datos que exigen una detenida reflexión para explicarlos y una nueva investigación, pero también resultados que ponen de manifiesto la importancia de esta dimensión.

La finalidad de los estudios sobre calidad de vida es el conocimiento de aquellos aspectos que, bien desde la individualidad o desde las poblaciones, están interviniendo en cada época y en cada espacio o región geográfica, o en circunstancias específicas, condicionan los niveles de calidad de vida, ya en sentido positivo, ya en sentido negativo; en ambos casos requieren la intervención adecuada y específica para conservar los positivos y corregir los aspectos negativos. La finalidad sería terapéutica, pero más aún, y de mayor importancia, que estos datos nos sirvieran para una actuación predictiva a corto y medio plazo. Más que tratar una patología sería preferente prevenirla para evitarla. Ello implica la preocupación y ocupación de los gobiernos, de la medicina, de la psicología, de la sociología, de los sistemas educativos, ciencias y organismos que tienen la razón de ser por su contribución en pro de los individuos. Un sistema político, social y educativo adecuados serían los garantes de un alto nivel de calidad de vida, siempre orientados por los estudios e investigaciones desde la psicología, la medicina o la sociología.

Las adicciones numerosas (tabaco, alcohol, drogas...), o las modernas enfermedades no siempre curables (sida, cáncer, ...), los maltratos familiares, las agresiones entre individuos o grupos, el terrorismo nacional o internacional, podrían haberse evitado, o al menos reducido, si en su momento se hubieran previsto con bastante certeza desde investigaciones y estudios serios previos, y si los go-



biernos, entes y movimientos sociales, y los sistemas educativos se hubieran aplicado con mayor dedicación y mejor acierto a la tarea de la formación y perfeccionamiento personal y social, al logro de «personas libres, responsables y dueñas de sí mismas».

Se pide hoy más policías, más y mejores centros para el tratamiento de alcohólicos o toxicómanos, más ayudas para las mujeres maltratadas y hasta defensas personales para poder andar por la calle o dar la clase en un centro educativo, incluso en un nivel de enseñanza primaria, pero nada de esto parece tener visos de resolver los problemas con tales medidas. ¿Habrá menos delincuentes con un mayor número de policías?. ¿Más policías y más centros de asistencia social incrementarán el nivel de calidad de vida?. ¿Acaso no podrían haberse evitado estos problemas con sistemas políticos y educativos diferentes y con una actividad de médicos y psicólogos más orientada a la prevención?.

No parece claro que tengamos claro cómo conseguir el estadio de perfección y dominio que pretendemos, ni siquiera cuales son los objetos o metas de nuestra actividad diaria que logren perfeccionarnos. La experiencia personal o social podrían contribuir en gran medida a los logros de la bondad de vida pretendida, pero caemos en el error de ignorar, o no tener en cuenta las experiencias propias o ajenas. Seguimos comiendo manzanas en un intento de llegar a ser dioses, aún sabiendo ya lo que consiguieron Adán y Eva, y desfacemos entuertos atacando, lanza en ristre, a infelices mercaderes o a los gigantes molinos de viento cual si fuéramos Don Quijote, o ingerimos alcohol para resolver un problema, aún conociendo que puede aumentar nuestros deseos pero disminuyendo

nuestra capacidad, que es causa de problemas sociales y además origina una incómoda y desagradable resaca, o utilizamos un buen cóctel aún sabiendo que las consecuencias son un deterioro físico, psicológico, personal, moral y social.

Corregir estos déficits para un mejor nivel de calidad de vida implica un llamamiento a la responsabilidad de las personas, de los gobernantes, de pedagogos, psicólogos, médicos y padres de familia. Cada individuo debe lograr ser dueño de sí mismo para alcanzar la plena libertad y ejercer la responsabilidad, desde todas y cada una de las dimensiones humanas. Los políticos preocupándose y ocupándose de que los individuos, los ciudadanos, dispongan de la orientaciones y medios necesarios para lograr el más alto nivel de calidad de vida posible, la pedagogía fijándose metas y seleccionando métodos para una más eficaz labor educativa de padres y profesores, y médicos y psicólogos quienes además de aplicarse a aplicar las terapias adecuadas a los enfermedades de los individuos, además de «curar», les queda mucho que decir, o decirlo más alto y más claro para predecir y/o evitar que aparezcan los trastornos probables del mañana o sigan propagándose los actuales a los individuos más jóvenes o a otros grupos sociales. La sociedad no solo quiere menos delincuentes en la calle, lo que quiere son menos delincuentes, no solamente quiere más centros de salud, sino menos enfermos. La meta en pro de una mejor calidad de vida es irrenunciable tanto para el individuo como para el grupo en el que está inmerso.