



# Septiembre y la Semana del Bienestar 2023

Del 9 al 15 de septiembre se celebra a nivel de Latinoamérica y el Caribe la semana del Bienestar. El año 2011 la Organización Panamericana de la Salud (OPS) la instauró a nivel regional y desde sus inicios se ha visualizado como una campaña que busca expandir una visión positiva de la salud, ensalzando la promoción de este estado de bienestar como un proceso que favorece a las personas, familias y comunidades. Este año el lema es “Los cuidados que necesitamos, los cuidados que queremos”, enfatizando la necesidad de los cuidados como un derecho y una responsabilidad social.

Esto apela al vínculo existente entre los cuidados, la salud y el bienestar. Reconoce los cuidados como la atención y apoyo ne-

cesarios a través de la vida, en la enfermedad y/o dependencia, y enfatiza el impacto positivo que la promoción de la salud tiene sobre estos componentes para mejorar la equidad en salud.

Es imperioso reconocer que la salud incluye la parte física y mental y que existen factores externos que influyen en la mantención de la misma y el desarrollo de enfermedades. Para comprenderlo y ejecutarlo, debemos ampliar el actual concepto de estilos de vida saludables desde la alimentación sana y la actividad física. También es indispensable la conciliación de la vida laboral y personal, el fomento de las relaciones sociales, el cuidado del entorno y el medio ambiente, éste último es relevante debido al cambio climático que en-

frentamos. Si lo analizamos en su integralidad, la OPS plantea un cambio de paradigma que orienta a los países a la creación de políticas públicas que fortalezcan una nueva organización social que permita que los cuidados sean sostenibles y equitativos y que abarquen a las personas cuidadas y a los cuidadores.

Lo anterior involucra crear procesos en cada país que permitan visibilizar las necesidades de cuidados en nuestra sociedad, reconociendo su importancia e impacto para las personas, familias y comunidades y redistribuyendo las responsabilidades que conlleva no sólo para los involucrados, sino que también para las sociedades desde el punto de vista de protección social.