

Sanidad 4.0

¿Cómo será la sanidad en el futuro? ¿Qué aspectos habría que considerar para una reforma de esta de forma holística? ¿Cuáles son las tendencias emergentes?

Indudablemente cuando pensamos en lo que nos depararán las innovaciones en lo que respecta a la salud, tenemos la tentación de pintar un escenario donde emerja un nuevo tipo de medicina fundamentada en herramientas data driven y tecnologías exponenciales. Sin duda ya estamos percibiendo estos avances, lo que desata un nuevo modelo de trabajo más centrado en el paciente. En España mismamente tenemos [startups emergentes](#) muy prometedoras e instituciones que están adoptando medidas punteras. El Hospital Vall d'hebron, por ejemplo, está interconectado y ha conseguido ser referente en unificación de bases de datos de pacientes (uno de los retos más candentes en la actualidad) y en funcionar como una unidad inteligente con Big Data. Es capaz de prever y autoregular sus recursos en función de la demanda en tiempo real con dispositivos IoT o wearables. Tanto es así que continuamente despliegan soluciones de todo tipo para interactuar con el paciente y hacer un seguimiento muy especializado recogiendo indicadores relevantes.

Y nos queda por ver un amplio espectro de innovaciones relacionadas con el uso de células madre e [impresión 3D](#) para la reconstrucción de tejidos, el empleo de terapias inmunológicas, génicas y celulares para curar enfermedades neurodegenerativas, lesiones medulares y algunos tipos de cáncer... Y más allá de la revolución técnica, pero gracias a ella, estamos muy cerca de una medicina de precisión y personalizada que no concibe enfermedades sino 'enfermos', pudiendo adaptarse a las particularidades del individuo e implicándole en el proceso como parte activa. He aquí y en la prevención el nuevo paradigma.

El verdadero cambio cultural se gesta con una sanidad holística y humanística que se está construyendo poco a poco, desterrando la arcaica idea de un planteamiento basado en curar con parches sobre los síntomas, para poner foco en entender profundamente la raíz del problema generado. Es concebir la enfermedad como vehículo de escucha activa del cuerpo para su comprensión completa aplicado a todas las miras que contiene: física, emocional, social... Según la [Agencia Española del Medicamento en España](#) consumimos actualmente, en proporción, más antidepresivos que ningún otro país del mundo, lo cual indica nuestro amplio margen de mejora para actuar sobre las problemáticas de base. Sanidad es también asegurar unos estándares de salud mental, es también trabajar por resolver el problema de la soledad en ancianos y colectivos vulnerables, es velar por la lucha contra el alcoholismo y drogas, la exclusión social, las nuevas adicciones (como las redes sociales) y todo lo que injustamente damos por hecho de un estilo de vida anómalo.

¿En qué momento no vimos cómo este sedentarismo y nuestra concepción del modelo productivo y organización social nos estaba haciendo mella? ¿Por qué seguimos evaluando el trabajo en horas y no en valor generado? ¿Cuándo nos cegó este individualismo natural de sociedades tan pobladas y frenéticas? Las cifras hablan por sí solas, siete de cada diez personas de entre dieciocho y setenta y cuatro años no realizan ningún ejercicio físico, [según Fneid](#). La población general come más alimentos procesados que comida real (priorizando nutrientes muy diferentes de los que necesita nuestro cuerpo), o la gravedad que supone [nuestro bajísimo ratio de atención media](#) debido al superávit de estímulos y estrés de toda índole.

Y la macroestructura económica tiene una influencia directa en todo esto, y por ende, ha de ser una de las cuestiones a abordar. Ante modas como la de los nómadas digitales, emprendedores y el auge de nuevos modelos de vida, no es descabellado dibujar un escenario encaminado a una sociedad del conocimiento donde podamos aportar más valor en las cadenas de intercambio con intangibles basados en soluciones automatizables, y con ello, cambiar nuestros hábitos. Si tuviéramos semanas laborales de menos horas e incluso formas alternativas de ocio que sean más respetuosas con nuestro cuerpo, en parte porque no haya la

necesidad de evadirse con actividades que impliquen un subidón desmedido de endorfinas para compensar los efectos colaterales de una semana estresante. Vamos camino de una reconciliación con una forma de trabajo que tolere más la incertidumbre, rompiendo el modelo de trabajo 'seguro' tradicional en la misma empresa. De nosotros depende formarnos para no depender de un salario y no sucumbir ante tendencias precarias, sino aportar a la sociedad maximizando dicha capacidad de generación de valor. Trabajo es salud, y en la economía del propósito que defiende Mazzucato esto es un pilar indiscutible.

Surgen nuevas preocupaciones para esa nueva asistencia universal, no sólo aquellas innovaciones que han de estar al servicio del ciudadano medio como la inclusión del test génico en la cartilla médica para la planificación y autocuidado analizando riesgos potenciales. También las que garantizan el acceso a deporte, asistencia psicológica recurrente y alimentación fresca (y educación nutricional) como un derecho más.

No obstante, quedarían aún puertas por cerrar. Estamos ante el reto de reestablecer la forma de estrechar lazos sociales (incluyendo la parte productiva, educativa, cultural y asistencial), los que hay más allá de nuestras conformaciones de núcleos familiares. De eso va la sanidad 4.0, de garantizar una mejor calidad de vida y longevidad incluyendo variables que prioricen la calidad de nuestras relaciones interpersonales. Pues como demostraron en la universidad de Stanford con el [Longevity Project](#), estas son la clave de una vida longeva.

Algunos modelos de colivings y cohousing están retomando esas cadenas humanas más reducidas que los círculos de las grandes ciudades fomentando estructuras de familias extendidas con relaciones más íntimas entre diferentes unidades. Volviendo a la importancia de la macroestructura, cabe destacar que esto viene reforzado cuando la casuística que se da en estos entornos se establece bajo los parámetros de una economía colaborativa. No se trata de plantear un modelo amish irreal ni una forma de autosuficiencia absoluta que evada la división del trabajo (a la que le debemos el incremento de nuestra calidad de vida). Pensemos en urbanizaciones donde todos los vecinos se conocen, crían a sus hijos juntos, celebran en conjunto... Esto conlleva nuevos modelos de entender la convivencia, la toma de decisiones y la escucha de todos los colectivos, estando estos en una unidad más reducida, para su integración real. Lo cual reduce la crispación social, los prejuicios, la polarización de opiniones, los discursos de odio y, ese gran mal de este siglo, la soledad y las enfermedades como la depresión y la ansiedad. ¿Significa esto que esta nueva reforma del sistema de salud entendido de esta forma integral nos acercará a una sociedad más humana? Quizá nos sorprendamos al darnos cuenta que ese puede ser el mayor de los progresos en materia de sanidad en las próximas décadas.

Gøtzsche, P. (2019) *Cómo sobrevivir en un mundo sobremedicado: Busca la evidencia por ti mismo*. Barcelona, Roca Editorial

Harari, Y. N. (2018) *Homo Deus. Breve historia del mañana*. Barcelona, Debate

World Health Organization (2016) *From Innovation to Implementation: eHealth in the WHO European Region*