

# Cuando la recomendación no alcanza

**Raúl Aguilera-Eguía – Académico del Departamento de Salud Pública de la Universidad Católica de la Santísima Concepción (UCSC)**

A cuarenta años de la Carta de Ottawa, promover la salud exige algo más que recomendaciones: condiciones que permitan llevarlas a la práctica.

Cuando hablamos de cuidar nuestra salud, solemos pensar en decisiones personales: alimentarnos mejor, hacer actividad física, descansar o evitar conductas dañinas. Pero saber qué nos hace bien no siempre significa poder hacerlo.

Seguir una recomendación también depende de las condiciones en que vivimos. No todos partimos desde el mismo lugar. El presupuesto condiciona lo que podemos comprar; las jornadas laborales y las tareas de cuidado, el tiempo disponible; la percepción de inseguridad, el uso de los espacios públicos.

Por eso, promover la salud exige mirar más allá de la conducta individual. Hace cuarenta años, la Carta de Ottawa propuso precisamente esa mirada. Adoptada en 1986, definió la salud como un recurso para la vida cotidiana y planteó cinco grandes ámbitos de acción: políticas públicas saludables, entornos favorables, fortalecimiento de la acción comunitaria, desarrollo de habilidades personales y reorientación de los servicios de salud. Su mensaje sigue vigente: las decisiones personales importan, pero las oportunidades para llevarlas a la práctica no se distribuyen por igual. Esa reflexión cobra especial fuerza este mes.

La Semana del Bienestar de las Américas 2026, cuyo lanzamiento fue el 14 de septiembre, conmemora los 40 años de la Carta de Ottawa bajo el lema “40 años de la Carta de Ottawa: juntos

seguimos promoviendo la salud”.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) invita a renovar el compromiso con la equidad, la participación comunitaria y la salud en todas las políticas, junto con enfrentar desafíos como el cambio climático, los entornos digitales y las influencias comerciales. La epidemiología ayuda a comprender por qué esto importa.

Los riesgos, las exposiciones y las posibilidades de cuidar la salud siguen patrones sociales y territoriales. Una ciudad caminable, espacios seguros, alimentos saludables accesibles o mejores condiciones laborales pueden transformar una recomendación en una posibilidad real. Cuarenta años después, reconocer los avances también exige mirar lo pendiente.

Mientras las condiciones para cuidar la salud sigan distribuyéndose de manera desigual, la promoción de la salud continuará siendo una tarea colectiva. Ese es, quizás, el desafío más vigente de Ottawa: acortar la distancia entre saber cómo vivir mejor y tener realmente la posibilidad de hacerlo.