



Atanasio Domínguez

Periodista



hachetetepe

El perfil:

A los que somos aficionados a los programas de salud nos suena la cara y voz de Atanasio Domínguez (Canal Sur, en el programa “Salud al día”). Afable, es capaz de contar una noticia que nos puede preocupar con cierto agrado. Sereno, tiene el temple del que conoce su oficio. Paciente, del que tiene el don del que sabe escuchar. Nuestro amigo y compañero Ata, también es colaborador de la revista [http](http://).

<https://doi.org/10.25267/Hachetetepe.2020.v2.i19.13>

1. ¿Cómo se reconoce Atanasio D. Cantero?

Me reconozco en constante formación y continuo crecimiento. Aprendiendo de cada lección que dura 24 horas, para que la próxima clase sea más provechosa aún. Me gusta escuchar y disfruto con la compañía de otras personas. Feliz. En cuanto a la salud, aún no he aprendido el nombre de mi médico de cabecera... y eso es buena señal.

2. ¿Es tan importante la salud como la “pintan”?

La salud es un aspecto básico de nuestra existencia, hay que poseerla y conocer las herramientas que nos pueden ayudar a intentar cultivarla. Recordando al sabio, “la ropa que nos viste, el coche que nos espera en la puerta o la casa en la que vivimos no puede darnos la felicidad”, no tienen esa capacidad. Podemos vivir sin nada de esto, pero no podemos vivir o podemos malvivir, siquiera vivir peor, si la salud nos da la espalda. El gran secreto es que todos tenemos a mano intentar procurarnos la mejor salud posible, sea cual sea nuestro estado físico y emocional de partida.

Por mi trabajo como periodista especializado en Salud, hábitos saludables, y calidad de vida conocí hace años a un señor, protagonista de nuestro reportaje, que padecía diabetes tipo 2, es decir, no convivía con esa patología desde la infancia, sino que la adquirió entrado ya en la edad adulta. En el transcurso de la entrevista confesó que debía su “actual buena salud” a la diabetes “tanto le debo que gracias a ella ahora me encuentro sano, mejor que antes. Ahora me cuido a través de lo que como, hago ejercicio físico moderado, he bajado mi peso y controlo la hipertensión y el colesterol. Sin la diabetes, que me exige este estilo de

vida, no me encontraría tan bien como me encuentro” confesó para nuestro programa, esto es llevar el ejemplo al extremo, quizá, pero se capta sobradamente el mensaje.

3. ¿Qué papel juegan los medios de comunicación en todo ello?

Los medios de comunicación juegan un papel crucial en cuanto a mi concepto de salud. Pero debemos diferenciar los medios de comunicación generalistas, no informativos y no especializados en temáticas de salud, de los medios de información y los medios especializados. El primero no suele ceñirse a las exigencias del rigor, aún menos en temas tan complejos, delicados y añadiría peligrosos si se cuentan mal, como los relacionados con la salud.

El medio de comunicación generalista y no especializado puede mezclar conceptos relacionados con la salud pero podrían verse adulterados por intereses económicos, empresariales. Como periodista y como usuario, me fío más de los medios de información y medios de comunicación especializados, que usan fuentes fiables, que sólo se limitan a ofrecer a la audiencia el dato objetivo, aquel que traduce a un lenguaje sencillo, por ejemplo, una investigación. El lector crítico debe saber cómo cocinar esa información, cómo incorporarla en sus hábitos de vida, si lo que desea es mejorar su salud.

4. Y, concretamente, la televisión, medio en el que usted se desenvuelve

La televisión puede jugar un papel muy importante. El espectador debe saber qué programas, qué fuen-



tes informativas son rigurosas y tratan con pulcritud los temas relacionados con nuestra salud. Hecha esa criba, la tele tiene un poder inmenso para hacer comprender mensajes a través de la palabra y la imagen, tiene un gran poder de sugestión, puede y debe ser de gran ayuda.

5. En cuanto a los nuevos media, ¿Google le está haciendo un bien o un mal a la salud?

Según mi opinión Google no hace ningún daño a la salud. Como no le hace daño al mundo de la mecánica, agencias de viaje o agricultores, entiendo la pregunta y sé que no son mundos similares, aunque si guiados por Google nos animamos a reparar los frenos de nuestro vehículo, puede tener resultados nefastos, no sólo para el medio de transporte, sino para nuestra seguridad y la de los demás. Dicho esto, el daño se lo proporciona aquel que busca información en una fuente equivocada. El trabajo debe comenzar antes. Aquí entra la educación.

Un internauta debe plantearse la siguiente reflexión: si tiene un problema de salud, ¿sale a la puerta de casa y lo expone al primer vecino anónimo que pasa por la acera? ¿Cuánto caso haría a esa opinión? Internet es lo mismo, una enorme calle, transitada por una multitud, en la que todos hablan... de todo. Debemos aprender a usar fuentes fiables, serias, contrastadas. Aquí reivindico el papel del periodista a veces sustituidos por pseudo mesías o “influencer” que se les dice. Ahí sí puede existir peligro, ya que estos últimos citados sólo tienen como misión vender un producto. Viven de eso.

Como consejo básico, explico el que aplico para mí mismo, no existe el producto milagro, ni la hierba que

cura el cáncer, ni el tratamiento definitivo... nada de esto sustituye a la experiencia de un profesional sanitario, ese debe ser nuestro primer referente y es a él a quien debemos recurrir en caso de necesidad.

6. ¿Qué le faltaría a un buen programa sobre salud en televisión?

Afortunadamente trabajo desde hace 17 años en un programa sobre salud y calidad de vida que se emite en la televisión pública andaluza. Creo que por méritos propios se ha ganado el respeto y confianza de una audiencia que lo hace líder a pesar de ser un programa, como siempre digo bromeando, que no cotillea, no sabe de política, no se mete con nadie y sólo trata de mejorar la salud de nuestras telespectadoras y telespectadores. A pesar de todo esto -insisto, bromeo- es un programa seguido y respetado.

La clave reside en el cuidado meticuloso que desde la dirección del programa y por parte de todo el equipo, tenemos a la hora de tratar temas relacionados con la salud. Además nuestras fuentes siempre son profesionales médicos, cirujanos, enfermeros, fisioterapeutas, entre un largo etcétera de especialistas que nos guían para que podamos ofrecer la mejor información al espectador.

Un buen programa de salud debe pretender hacer una invitación a cambiar los hábitos de vida insanos de los espectadores, por otros que les hagan sentirse aún mejor, ser más felices, un programa de salud que se precie, debe ayudar a alcanzar una mejor calidad de vida física y emocional a través de la práctica de hábitos, pequeños gestos cotidianos, no grandes esfuerzos, que sumados, nos ayudan. Si le falta eso, no es un buen programa de salud.

7. Y ¿qué le sobraría?

A un mal programa sobre salud, le sobraría, bajo mi opinión, toda información que no lleve respaldo científico, que confunda, que no informe, forme y entretenga, que intercale o inserte información vinculada a grandes empresas que pueden hacer que el discurso se acerque a aquellos intereses (sin llegar ni necesaria ni obligatoriamente a mentir al espectador). A un programa de salud, le sobra toda parte mercantil, por definición.

8. ¿Cuánto hay de moda o de modo con intereses en todo este entramado de los programas sobre salud en los medios de comunicación?

La moda viene en la publicidad, cuando intentan armar el ascua de la salud a un alimento casi milagroso que nos haría vivir con regularidad nuestras mañanas y casi nos evitará hacer ningún tipo de esfuerzo físico para reducir el sobrepeso o el colesterol, esto no es así, al menos no es así categóricamente, como demuestran los especialistas, que invitan a modificar un abanico de hábitos para alcanzar aquel propósito de mejora. Respecto a los programas de salud, si estos son serios y pretenden tener continuidad en la parrilla televisiva, no deben moverse por modas. Hablamos de salud. Moverse al son de las modas, sería peligroso. Las pautas las marcan los profesionales sanitarios y las investigaciones rigurosas.

9. Nos confunden con salud, cuando quieren decir ocio

Si la confusión es a posta y desde un programa espe-

cializado, la respuesta es no, no nos confunden. Existe el ocio saludable. Alcanzar un buen grado de salud no significa salir a correr 22 km por la playa o el campo todas las tardes, ese no es el concepto.

Si sacamos partida a la idea de ocio saludable, cuando disfrutamos de nuestro tiempo libre seguro no estamos beneficiando siquiera a nuestra salud emocional, generalmente descuidada por un ritmo de vida rápido como el actual y a la que deberíamos prestarle un poco más de atención. El ocio -responsable- es salud.

10. En todo este entramado, ¿qué ha de decir o hacer la educación?

La educación debe otorgar las herramientas necesarias al internauta, lector, escuchante o espectador para saber qué le están contando pero, sobre todo, quién. Cualquier información ofrecida desde cualquier fuente, no vale, aún más cautos debemos ser con las vinculadas con la salud. Son temas muy serios, realmente importantes. Debemos enseñar desde las escuelas a los niños y niñas a vivir a través de hábitos saludables, que nos hagan sentir bien. En la adquisición de esos hábitos sabrán diferenciar, en un futuro, estrategias o propuestas extrañas o milagrosas, desde fuentes no fiables o malintencionadas, como pudiera ser, por ejemplo, el anuncio de un alimento destinado al público infantil y juvenil.

11. ¿Haría falta una asignatura, por ejemplo, en el currículo de primaria sobre educación para la salud?

Es una propuesta francamente sugerente. Me parece ideal contar con una asignatura sobre educación para



la salud. La sociedad cambia, los hábitos, las estructuras familiares. Los niños y niñas de nuestro primer cuarto de siglo están expuestos a enfermedades que antes eran casi en exclusiva de nuestros mayores, como la obesidad, hipertensión, colesterol... para la Organización Mundial de la Salud la obesidad Infantil “es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI”, afirman.

12. Y ¿qué le parece que a cualquier cuestión social, donde ahora también incluimos la salud, desde la administración educativa se intente paliar con una nueva responsabilidad, a modo de asignatura, para los docentes?

Es una respuesta a la que deben responder desde el ámbito de la docencia. No soy profesor, soy periodista, sólo me acerco a ser bisnieto, sobrino e hijo de maestras.

Hay conceptos básicos como la educación, la salud y los hábitos de vida saludables, las buenas maneras, cómo debe relacionarse un niño o niña en sociedad con los iguales, con los diferentes, conceptos como la empatía, el respeto, la educación en general entre otros tantos valores que deben venir importando desde casa, ojalá la escuela no tuviera que detenerse en eso. El maestro debería consumir su tiempo en mejorar la formación y el crecimiento intelectual del alumno o alumna y no en suplir las carencias que, en ocasiones, llegan desde casa.

Pero también quiero creer que el profesor y profesora implicados, vocacionales, desearán no constreñirse a los conceptos básicos de la enseñanza más arcaica y les apetecerá poder enseñar, compartir, también educar, transmitir desde otros ángulos, los que exijan los

tiempos que corren en los que, desafortunadamente, muchas de las familias no alcanzan a completar la lista de conceptos que he considerado básicos, con los que un alumno o alumna debería salir de casa camino a la escuela y descritos más arriba. Incluir la salud, a modo de asignatura, también exige más formación y una constante actualización al docente. Si debo cerrar mi respuesta y pensando en los niños y niñas, considero oportuno incluir una asignatura sobre salud para crear unos mejores futuros adultos.

13. Tal vez, deberían haber sido de las primeras preguntas pero ¿qué es la salud?

Según la Organización Mundial de la Salud, la definición de salud sería: “Un estado de perfecto (completo) bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad”.

En nuestra sociedad la salud es la ausencia de enfermedades leves, ni que decir graves. Cada vez nos fijamos más en la salud social, emocional, la tomamos más en cuenta y trabajamos porque nuestra vida goce también de buena salud en esas parcelas.

14. ¿Qué es educación?

No quiero volver a recurrir a definiciones formales, por lo que me animo a compartir mi propio y humilde concepto. La educación es ese kit con un manual de instrucciones que te ayuda a montar a modo de maqueta de madera un esquema mental, una cuadrícula desde los primeros años de vida del individuo. A posteriori, le servirá para poder ir encasillando, encajando o amueblando su propio cerebro con cierto orden, me refiero a su forma de ser, actuar y pensar, a partir de experien-

cias vitales y de cómo afrontar dichas experiencias. A más educación recibida, un casillero más elaborado, compartimentado, más amueblado, y mejor sabrá gestionar de manera virtuosa los distintos aspectos de la vida.

15. Y ¿educación para la salud?

La OMS define educación para la salud como las “actividades educativas diseñadas para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar los valores, actitudes y habilidades personales que promuevan salud”.

Educación para la salud puede suplir ciertas carencias derivadas del actual estilo de vida y no quiero generalizar en el concepto, perteneciente a lo que el núcleo familiar nos enseñaba de forma heredada. Pensando en los niños y niñas sería una alimentación sana, saludable, equilibrada basada en alimentos de temporada, poco procesados y en ausencia de alimentos elaborados, azúcares, excitantes, etcétera. Aderezado con una vida activa, nada sedentaria sin presencia excesiva de pantallas y sustituidas por juegos y ejercicios al aire libre donde hijos y progenitores compartan buena parte de la jornada, ese es, según mi opinión, el ideal.

Todo este paquete básico en la formación de un individuo es casi una entelequia en la vida actual. Como este patrón ya no se hereda -en cada vez más casos-, hay que enseñarlo.

Educación para la salud, entiendo, nace bajo los nefastos datos de obesidad infantil y la proliferación temprana de patologías como colesterol, diabetes y otras asociadas que hasta ahora eran prácticamente inexistentes en este sector de población décadas atrás. Como grupo, algo estamos haciendo mal para tener a

unos niños cada vez más insanos, desde los primeros años de vida. Alguien ha entendido que, a través de educación para la salud se puede paliar esta y otras tendencias aunque la base deba estar en los hábitos adquiridos en la familia, como ya he expresado anteriormente.

16. ¡Ah! Una pregunta tal vez, políticamente, incorrecta. Los medios hablan de salud, enfermedad o, incluso, de política sanitaria pero ¿en cierto modo contribuyen a mantener tópicos y, en ocasiones, transmiten una imagen falsa de las enfermedades?

No podemos dejar pasar la oportunidad para hacer auto crítica. De los medios de comunicación generalistas e incluso especializados. Seguro en la información vinculada con la salud se harán muchas cosas mal, hay muchos tópicos que ir derrocando poco a poco, pero el margen de falsear la realidad es muy estrecho, porque la temática no deja excesivo espacio al error. Un fallo puede tener consecuencias leves o graves, en el peor de los casos, sobre la salud de la población.

17. Y no puedo dejar de preguntar: ¿Por qué no se habla más sobre política relacionado con la salud?

Son temáticas que manejan y promueven por lo general las instituciones. Tienen cabida en los espacios informativos generalistas, pero no concibo un programa de salud especializado, dedicado a mejorar la calidad de vida de sus espectadores, dándole malos ratos hablando de política, siquiera de política relacionada con la salud. Creo que eso les haría subir su tensión



arterial. Bromas aparte en mi concepto de contenido sobre salud, no hay cabida a la política, no lo merece. Su trabajo no es salir en los medios, ni copar titulares con sus nombres y apellidos, su trabajo es hacer una gestión eficaz para todos los ciudadanos y ciudadanas. Como periodista me gustaría pensar que en un futuro próximo los titulares los ocuparán las gestiones políticas logradas y dejará de ser foco informativo el político en sí o la propuesta aún incumplida. Cuando eso ocurra, será un signo de gran avance en nuestra sociedad.

18. ¿Le gustaría añadir algo más?

Ya me he confesado bisnieto, sobrino e hijo de maestras, sobra decir la admiración y el respeto que la labor del enseñante genera en mí. Estos profesionales tienen la difícil tarea de formar a los hombres y mujeres del mañana. Gran tarea. Enhorabuena. Quiero felicitaros por conformar este grupo de investigación de la Universidad de Cádiz dedicado a la educación y la comunicación, dos parcelas que van unidas y a las que, en ocasiones, no se le dedica el tiempo que merecen. Vosotros sí lo hacéis. Gracias.

Algunas preguntas cortas para responder con un porqué:

Un libro: Pompeya: Historia y leyenda de una ciudad romana, de la muy admirada historiadora británica Mary Beard, porque describe milimétricamente la ciudad sepultada por el Vesubio.

Una película: Por reciente, principalmente por su mensaje, Green Book, dirigida por Peter Farrelly.

Un entretenimiento: Correr, nadar, pedalear. Por salud mental y luego física.

Una pintura: Por hilar con el libro, cualquier muro decorado de la ciudad de Pompeya o Herculano me pueden tener atrapado horas y horas recreando aquella vida cotidiana. Pero si debo citar una pintura me quedo con Cabeza de Medusa, de Caravaggio, que se puede disfrutar en la Galería Uffici.

Un museo: Que sean dos, El museo del Dique y Factoría de Matagorda en Puerto Real por único y por ser patrimonio industrial de la Bahía. El otro es el Museo Arqueológico de Nápoles por espectacular y por ser de los más importantes de su género en Europa gracias a la calidad y cantidad de obras expuestas.

Una canción: Bella ciao, por seguir en Italia. Por su significado, es una canción popular italiana de la resistencia contra la ocupación Nazi.

Una ciudad: Tres, Puerto Real, Baena y Sevilla porque mi vida y la de los míos se desarrolla en ellas.

Un mito: Gorgona Medusa, porque luce sobre el dintel de la puerta de casa.

Un valor: La virtud. Porque una vez lo leí en el anverso de una moneda romana que perteneció al ajuar de un difunto o difunta y me hizo reflexionar qué fue lo que motivó a esa persona a llevarse la moneda con esa “virtus” a la tumba, que resume un compendio de valores y cualidades del ciudadano romano de bien.

Un personaje de la historia: Lo fío a futuro porque

lo será y busco un personaje contemporáneo, Pablo Ráez, por su lucha contra el cáncer y los mensajes que nos legó sobre cómo debemos interpretar correc-

tamente la vida y valorar lo realmente importante. Mensajes que sirvieron, sirven y servirán a muchas personas.