

Estilo de vida

El estilo de vida lo definiría como un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, tanto de cara al entorno que le rodea como consigo mismas. Es curioso porque este hecho puede ser trascendental para el curso de la vida de una persona, tanto positivamente como negativamente. Aunque es cierto que una persona puede cambiar varias veces de estilo de vida durante su vida, bien es cierto que si una persona confecciona un estilo de vida desde la adolescencia, este estilo lo más probable es que permanezca llevándose a cabo modificaciones a lo largo del tiempo o incluso puede cambiar a otro estilo de vida no muy diferente, pero lo que no creo que sea habitual es que se modifique de manera radical. Un ejemplo que se me viene a la cabeza es si un niño desde la adolescencia estudia siempre y tiene un entorno adecuado y favorable, lo normal es que ese niño acabe llegando a la universidad desembocando con ello en un estilo de vida que aumente las posibilidades de conseguir la felicidad. Sin embargo, la persona que empieza con las drogas desde muy joven es realmente difícil que finalmente llegue a la universidad.

Entonces, tras lo dicho anteriormente, estoy convencido de que sí se puede construir un estilo de vida y no sólo en la adolescencia, sino en otras etapas de la vida. Me preocupa bastante el hecho de que creo que no se está haciendo todo lo que se podría hacer para que la gran mayoría de jóvenes contasen con una vida más sana y adecuada, ayudando por tanto a que encuentren la felicidad.

Construir un estilo de vida creo que no es nada difícil desde el punto de vista teórico, porque si el estado promoviese desde sus posibilidades una serie de valores como la educación, la tolerancia, premiar la cultura... un porcentaje mayor tendría comportamientos en consonancia con los valores promovidos. Respecto a las posibilidades que tiene el estado, me refiero a la publicidad, televisión, sistema educativo, leyes etc. Por ejemplo, no creo que sea positivo que se anuncien alimentos que sean dañinos para la salud provocando obesidad a los niños o enfermedades tempranas, o permitir que haya drogas legales, o también que los niños que tienen problemas vayan a unos centros donde se sabe que las probabilidades de mejoría son mínimas... Irremediamente estos hechos influyen en que haya un tanto por ciento de la población que no siendo conscientes de lo que estaban haciendo, (porque algunas veces confían en que el estado quiere lo mejor para la sociedad) hayan acabado en un estilo de vida que está lejos de la felicidad.

Entonces, si logramos crear una situación donde un niño se desenvuelva con una televisión en la que se fomente la cultura y la educación, como apoyo al aprendizaje; un sistema educativo que beneficie al buen estudiante y nunca pueda verse perjudicado por malos estudiantes como desgraciadamente ocurre en la actualidad; unos anuncios respetuosos con la salud etc. En esta situación si se está fomentando un estilo de vida con comportamientos y actitudes respetuosas tanto con la persona misma como con las personas que rodean a esta persona.

Sin embargo, si bien pienso esto desde el punto de vista teórico, desde el punto de vista práctico lo veo más difícil por el tema de las personas que rodean a este niño. El entorno es muy importante. Porque aunque los padres sean muy buenos y conozcan cual es la "receta" para orientar a su hijo, si su hijo ha tenido amistades que en un cierto momento han ido cambiando de actitudes y de estilo de vida, la probabilidad de que el niño sea

arrastrado es bastante grande. En consecuencia, considero que las personas más próximas que forman el entorno tienen una fuerza determinante en la construcción de un estilo de vida.

Todo lo dicho anteriormente referido al ejemplo de la construcción de un estilo de vida durante la adolescencia lo considero extrapolable a otros momentos de la vida. Si una persona se incorpora a un trabajo donde hay una excelente educación, gente sana y deportista, esta persona tenderá a adoptar un estilo de vida como el que vive su entorno.

Un estilo de vida viene configurado a través de una serie de elementos que lo caracteriza y le da sentido. Un elemento sería el conjunto de actividades que realiza una persona a lo largo de un periodo, como puede ser una semana, y también que estén ordenadas por la mayor o menor preferencia que le dé el individuo. Otro elemento considero que podría ser la manera de comunicarse con los demás, ya que no es lo mismo una persona que no se relacione o lo justo y necesario con respecto a otras personas que les gusta hablar. Un tercer elemento podría ser el papel que tiene un individuo frente a la sociedad, por ejemplo, una persona que tiene un cargo político con responsabilidad frente a la sociedad y se mueve en determinados entornos muy comunicativos u otra persona que tiene otra situación más pasiva. Ya pueden ser iguales los dos primeros elementos que si el tercero difiere pues ya sería un estilo de vida diferente. Por último, he considerado un elemento clave y que relaciona los anteriores, que sería la concordancia que tiene el estilo de vida con respecto a la personalidad del individuo. Con esto me refiero si la persona es coherente con lo que promulga, ya que puede haber personas que defiendan algunas formas de actuar pero luego se observa que estas personas no cumplen o hacen excepciones con algunos hechos, siendo por tanto contradictorio con lo que habían defendido anteriormente.

Este último elemento explicado anteriormente es una verdadera prueba de fuego para ver la fortaleza que tiene un estilo de vida sobre la persona. Los estilos de vida que no tengan coherencia tenderán a desaparecer o mejor dicho, disiparse poco a poco hasta llegar un momento donde no quede nada del estilo de vida anterior. Mientras que aquellos que tengan una fuerte coherencia sí que permanecerán porque formaran parte de la personalidad de las personas.

Me ha resultado muy interesante del texto de Chaney, por lo dicho sobre los esfuerzos que se han realizado desde el punto de vista empresarial para conseguir explicar todo lo relacionado con los estilos de vida, y así conseguir una nueva manera de segmentar mucho más apropiada especialmente para aquellos productos que tienen que ver mucho con lo simbólico. Pero han visto que es realmente difícil realizar unos estándares para proceder de una manera sencilla o mecánica como ocurre en otros campos de la empresa. Estos estudios seguirán adelante por una sencilla razón, y es que las empresas están ganando dinero con pocos avances que se hagan, ya que por ejemplo, en el momento en que se dieron cuenta de que poner publicidad en una determinada manifestación iba a tener un efecto positivo para la marca, esto ya supone un incentivo para seguir investigando en todo lo relacionado a los estilos de vida.

Juan Antonio Corbalán Liarte