



# SALUD

## Arte de Pensar

Fernando Donoso



EDITORIAL  
MAR ABIERTO

# **Salud arte de pensar**

Fernando Donoso

Colección de medicina Hipócrates # 2

**Salud, arte de pensar**

© Fernando Donoso

Rector: Medardo Mora Solórzano

Vicerrector académico: Leonardo Moreira

Director Editorial Mar Abierto: Ubaldo Gil Flores

Editor de poesía y literatura: Alexis Cuzme

Corrector de estilo y prueba: Patricio Lovato

Editorial Mar Abierto

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí

Vía san Mateo. Edificio Biblioteca General

[www.marabierto.com.ec](http://www.marabierto.com.ec)

<http://editorialmarabierto.blogspot.com/>

Telef. 2 623 026 Manta

Diseño interior: Mar Abierto

Diseño de portada: José Márquez

ISBN: 978-9978-332-91-7

Derecho autoral: 003418

Primera edición: febrero de 2013

Impreso en Manta - Ecuador

## Índice

Introducción.....	7
1. Es más fácil creer que pensar.....	12
2. Evolución de conciencia en la medicina.....	65
3. Ignorancia, miedo, superstición y estupidez.....	114
4. En silencio nos estamos envenenando.....	177
5. Males que se curan con nada – efecto placebo-.....	202
6. Sociedad mediática.....	213
7. Acoso moral.....	235
8. Síndrome de indenfensión aprendida o de desesperanza inducida.....	246

Todos debemos aprender hasta morir. Buscar las causas que influyen positiva y negativamente en nuestras vidas. Si no aprendemos, no nos liberamos, no suscitamos, quedamos inmóviles, paralizados; se anquilosa el sistema musculoesquelético pero sobretodo el ánimo y el cerebro, y caminamos enclenques por la vida, sin destellos, sin pena ni gloria: más que la modorra producida por la vigilia en la espera de redentores rapaces.

**el autor**

A Sarita

Confidente. Impulso. Pasión y sosiego.

## Introducción

*Al que no sabe cualquiera lo engaña,  
al que no tiene cualquiera lo compra.*

**Simón Rodríguez**

### Introducción

Simplemente, salud es un estado de equilibrio afectivo entre el ser humano, familia, sociedad y naturaleza. Equilibrio, cuya base fundamental es el respeto a la dignidad humana y medio ambiente. Es un acto de generosidad mutuo.

Bacterias, virus, hongos y parásitos, así como animales hemos convivido y evolucionado. Hay millones de bacterias y hongos en nuestro organismo, que “comen” nuestros detritus y solidariamente nos adaptamos a los cambios. La dinámica de cualquier forma de vida está ayudada por muchas otras: “ninguna sobrevive sola”. La vida se mantiene gracias a la solidaridad y la satisfacción de necesidades vitales. Razas, etnias y culturas hemos precisado satisfacer tres necesidades para subsistir: comer con gusto y equilibrio; movernos para mantener el cuerpo y mente sanos; y, pensar, para resolver problemas, inventar y progresar. Actos tan simples que han mejorado la calidad de vida desde la aparición del homo sapiens. Quizás, lo más notorio es el incremento de supervivencia y promedio de vida, aunque en muchos en forma aciaga, y para los “condenados de la tierra: miserable”. ¿Qué de nuevo hay? Aparte de pobreza inveterada –vergüenza humana- Metrópolis cemento y casas cárceles

con ambientes contaminados, armas sofisticadas, hambre, violencia, impunidad, corrupción, intolerancia, fanatismo, incertidumbre, ignorancia funcional y digital y enfermedades de la modernidad que la ciencia y tecnología con sus deslumbrantes y admirables inventos no pueden erradicar. En este ambiente depravado el poder económico y su sistema de comunicación de masas mantiene la ignorancia y manipula el miedo y supersticiones sobre enfermedad, muerte y el temor extremo ocultos en el subconsciente humano –estado de indefensión, acoso moral y mediático- que impide al ciudadano común subvertir al sistema para convivir armónicamente en la aldea global con equidad y justicia; su objetivo: convencernos que “es mejor dejar las cosas como están que hacernos de problemas”. En estas circunstancias, se programan grandes campañas mundiales para salvar a la humanidad y “curar” todo tipo de males por medio de medicinas, productos milagrosos y otras triquiñuelas, enfermedades orgánicas, emocionales y sociales derivadas de mala calidad de vida impuesta por la tiranía imperial. Lo que interesa es generar miedo, indefensión, ignorancia, crisis, desequilibrio y dependencia permanentes en favor de rentabilidad. Si los productos milagrosos no curan, sus medios tienen el objetivo de sedar, amansar y dar placer a siete mil millones de “enfermos” dispersos en el mundo. Placer pasajero satisfecho en el disfrute –incluso familiar- de deportes hasta salvajes – boxeo, fútbol; matanzas de toros, gallos, perros, etc. - en arenas, estadios, coliseos, donde vociferan, maldicen, balbucean y participan, directa e indirectamente de la rendición y muerte del rival, entre el sopor de alcohol, cigarrillo y drogas. Es tal su astucia, que han mundializado estos deportes integrando a “atletas” del tercer mundo –como antes los esclavos gladiadores- a sus empresas deportivas para mantener a todos divididos, enfermos, aturdidos, engañados y contentos. Candorosamente los “hinchas”, las “barras

bravas”, los “fanáticos”, como los llaman los locutores deportivos, tornan sus delirios pasajeros a la dura realidad y pueden reflexionar; entonces, hay que embobarlos y domeñarlos con antiguos y nuevos ídolos a través de una caterva de charlatanes religiosos, iluminados, enviados, salvadores; súper estrellas, divas y espectáculos cursis para incorporarlos al paraíso –paraíso de lenitivos- después del aguante estoico de una vida mísera, sin orgullo ni dignidad. ¡Qué astutos!.

El Renacimiento e ilustración sacaron del oscurantismo a la humanidad. Se suponía que con este estímulo, despertara la conciencia social y ecológica para alcanzar equidad, justicia y paz social como un estado pleno de equilibrio. Confundimos libertad con libertinaje -hasta despilfarro de la libertad- que fomentó la fuerza bruta, el hedonismo y el egoísmo. Sin solidaridad el hombre está condenado a enfermar y desaparecer. Y, parece que se vislumbra el fin de la raza humana porque está enferma emocionalmente y su recuperación está en manos de unos pocos psicópatas poderosos que disponen, aparte de los masivos medios de información, de modernos instrumentos de guerra como la manipulación genética de virus bacterias y hongos; inclusive el hombre mismo, es capaz de aniquilar al mundo en forma más eficaz que la guerra nuclear. Monopolizan patentes de tecnología y medicinas para la usura y sus medios de comunicación ocultan las verdaderas causas de enfermedad –mala calidad de vida: malestar social- por el fomento del pánico y miedo mundial para el consumismo de “remedios” innecesarios; de manera que transforman lo normal y natural en anormal. Así: el parto no es normal, tener hijos y familia no es normal, es un problema; el estreñimiento es normal, los trastornos alimenticios son normales, los trastornos emocionales son normales debido al progreso -¿de quién?- hambre, violencia, enfermedades y muerte

ahora tienen causas taumatúrgicas: así quiere Dios, es mi destino, la mala suerte. Así conciben al hombre moderno: supersticioso, dogmático, indefenso y estúpido; defensor ciego de “modelos democráticos” “bloques”, “religiones”, “sectas”, “razas”, “ídolos”, organizaciones y “dioses” dueños de la verdad. Al homo sapiens, un ser caracterizado por la reflexión, por su capacidad para generar abstracciones, lo quieren convertir en un homo videns, una criatura que mira pero que no piensa, que ve pero que no entiende. ¡Están equivocados! El despertar del mundo actual lo demuestra: inquietud, desconfianza hacia los poderosos, esperanza y solidaridad de los desposeídos. ¡Estamos Indignados!.

Al entrar en trance espiritual brujos, chamanes y sacerdotes de la antigüedad llevaban la misión moral de liberar del mal al padeciente. Su intención era de servicio. Quizás el ejercicio moderno de la medicina ha cambiado esta espiritualidad –por cientos de estudios sofisticados y recetas- que no es más que una maravillosa relación afectiva humana, porque estamos ante un ser humano en estado de indefensión. Por esta razón es un crimen manipularlo. Es una violación a todos sus derechos. No hay justificación científica o tecnológica que utilizando la comunicación de masas fomente el consumismo y convierta a nuestros ciudadanos en polifarmacias ambulantes, dependientes y discapacitados permanentes.

Como sentencia el dicho popular: “No hay mal que dure cien años ni cuerpo que lo resista”, vemos con alegría despertar el espíritu universal -razón, generosidad, conciencia social y ecológica- Los medios no pueden ya ocultar las crisis de los poderosos. Se están derrumbando imperios, monarquías, dictaduras, sectas. Asistimos a identificarnos como humanos, desde el más oculto rincón hasta las presuntuosas torres que fácilmente pueden caer por

causa de la alevosía, prepotencia e intolerancia. Quizás, lo único que podemos agradecer a las modernas comunicaciones es que ya nos vemos todos, nos identificamos como humanos en la diversidad, aprendimos que nuestros problemas no tienen causas sobrenaturales, son producidos por unas pocas bestias humanas. Retomamos la solidaridad, compartimos, nos ilustramos, alcanzamos sabiduría para decidir nuestro propio destino individual y colectivo sin necesidad de benefactores falsos. Cuando el mundo entienda que la enfermedad es producto de iniquidad, injusticia social y agresión a la naturaleza que se ha mantenido desde el origen del hombre, y se luche por volver a ser normales, naturales: ¡Humanos! ¡Habrà salud!.

La convivencia humana solidaria basada en el amor, los afectos y sobre todo en el respeto a la dignidad humana y naturaleza es la garantizadora de la vida. La vida es un acto de generosidad. El resto: ciencia, tecnología, desarrollo son actitudes y aptitudes humanas inmanentes que deben estar al alcance de todos como condición para que sobreviva la raza humana

**El autor**

## Es más fácil creer que pensar

*Para educar basta la transparencia  
de nuestras vidas; sencillas, claras.*

**Miguel de Unamuno**

*La mejor manera de definir la Ciencia es como una búsqueda  
cuidadosa, disciplinada y lógica del conocimiento acerca  
de todos y cada uno de los aspectos del universo, obtenidos  
por el examen de las mejores evidencias disponibles y  
siempre sujeto a corrección y mejora por descubrimiento  
de evidencias mejores. Lo que queda es magia. Y no funciona.*

**James Randi (1928)**

De acuerdo a Freud, el plan de la creación no incluye el propósito de que el ser humano sea feliz. Lo que en el sentido más estricto se llama felicidad surge de la satisfacción, casi siempre instantánea, episódica y pasajera de necesidades instintivas como el nacimiento de un hijo, un viaje anhelado, una cena sensual, etc. Aparte de estas satisfacciones, vivimos trabajando, preocupados, y en constante amenaza de perder la libertad por sobrevivir

dignamente para beneficio de nuestra familia ¿a quién más beneficiamos?. Muchos tenemos el privilegio de caer en cuenta que heroicamente sobrevivimos dentro de sociedades violentas, corruptibles, injustas; de enfermedades y furia de la naturaleza. La mayoría, se arrebaña, creyendo que con la masa están seguros: aparentemente seguros pero sin libertad. Vivimos para resolver problemas por lo tanto nunca estaremos totalmente tranquilos. Quienes no aprenden a resolverlos sufren y por esta razón acuden a diferentes formas de consuelo -“quitapenas”- para escapar al peso del único enemigo: la realidad; al transformar delirantemente en forma individual o colectiva esta humana realidad. En el primer caso con el aislamiento de la sociedad – ermitaños, alcohol, drogas, enfermedad, ascetismo, etc.- y religiones, sectas, dogmas, circo al pueblo, en el segundo caso. Sin embargo, quien adopte este camino, generalmente no llegará muy lejos y seguirá sufriendo porque la realidad es más fuerte. Ante esta cruda realidad, la felicidad, considerada en el sentido limitado, cuya realización es posible, es un problema de cada individuo, de su calidad de vida. Ninguna regla al respecto vale para todos; cada uno debe buscar por sí mismo la manera en que pueda ser feliz –“Arte de ser feliz”- Todo depende de la suma de satisfacción real que pueda esperar del mundo exterior, de la medida en que se incline a no depender enteramente de él y también por la fuerza que se atribuya a sí mismo para transformarlo según sus deseos, fortaleza física, psíquica y espiritual. Más aún cuando la libertad sigue amenazada por alienación de los medios y si la descuidamos es muy fácil perderla, entonces, caemos en el consumismo, angustia y enfermedad porque no se logra superar las diferentes frustraciones que le impone la sociedad o el mercado. Cada ser humano es autor, actor y sujeto de su propio destino. ¡Eso es lo real!

*Hace tiempo que no aspiro la felicidad:*

*aspiro a mi obra.*

### **F. Nietzsche**

Actualmente, casi todas las necesidades materiales están cubiertas en países desarrollados y falta mucho por trabajar para alcanzar calidad de vida -buen vivir- en los subdesarrollados. ¡Abominable diferencia! ¿Hay todavía algo que todo el mundo necesite? Si. El pensamiento humanista dice que el ser humano no solo vive de pan y abrigo. Es evidente que todo el mundo necesita comer. Todo el mundo también necesita amor y cuidados. Pero aún hay algo más que el mundo necesita. Necesitamos encontrar una respuesta a quiénes somos y por qué vivimos. Necesitamos ubicarnos para conocernos a nosotros mismos en relación con el entorno local, nacional e internacional –es imperativo en el mundo globalizado- para discernir correctamente –moralmente- lo que es mejor para nosotros y la sociedad. Solo en esta forma podemos evitar ser engañados por intereses de poder que nos acompaña desde nuestros orígenes. Interesarse por el por qué vivimos no es, por lo tanto, un interés tan fortuito o tan casual como, por ejemplo, coleccionar estampillas, autos de lujo, revistas deportivas, bienes materiales, antigüedades, entre otras cosas superfluas. En el caso de la salud, el cómo estar saludable –estado normal- se pierde y cómo se recupera correctamente, son preguntas más grandes y más importantes que, quién quedará campeón en el fútbol, qué nos depara el horóscopo; qué novedades tienen los noticieros, los programas de “famosos de la farándula” o

las telenovelas. Las enfermedades son, en definitiva, consecuencia de mala calidad de vida y no sus causas. Por esta simple razón: ¡Nadie enferma y muere por culpa ajena sino por culpa propia!.

En la antigüedad, los griegos pensaban que los seres humanos podían enterarse de su destino a través del oráculo de Delfos. El dios Apolo era el dios del oráculo. En muchos, salud y destino dependen del oráculo. Antes y ahora las personas son inducidas a creer y depender de videntes, sanadores, lectura de cartas, de manos; interpretación de astros, imanes, fetiches, talismanes, amuletos, brujos, peregrinaciones, predicciones religiosas o paganas –pánico a las de Nostradamus- y otros disparatados barruntos. Una muestra permanente: las predicciones y cábalas que “auspician” medios de comunicación al entrevistar a magos, adivinos, esotéricos, ufólogos, etc. Para ellos es muy normal y lo difunden como normal. ¡Cómo contribuyen al retraso mental!.

La medicina hegemónica nació recién en el siglo XX con la invención de un método aséptico y con la medicalización y el desarrollo de protocolos para la intervención quirúrgica: antes de este periodo la salud estaba regida por el refrán “es mejor la enfermedad que el remedio”, porque una intervención médica suponía un alto riesgo de muerte o la mutilación corporal.

Actualmente el arte de la medicina es un discurso estrechamente vinculado al complejo tecnológico, farmacéutico y mágico religioso en donde la salud es considerada un bien mercantilizado y por ende sometido a las reglas del mercado, politiquería y obras de caridad. Se acostumbró a la sociedad a que la única forma para recuperar la salud es mediante medicina “curativa” o a través de facinerosos augures, por ser altamente rentables para estos poderes

transnacionales y sus adláteres criollos cuya neurosis obsesiva compulsiva, porfía en destruir las culturas comunitarias solidarias, libres y soberanas: “divide y vencerás”; “genera egoísmo y lucrarás”. Su voracidad desesperada ante la emergencia de la conciencia humanística –espíritu universal- intenta mantener el poder económico en pocas manos al ampliar el mercado, la expansión del imperialismo –incluido el religioso- y la urbanización a partir de la concentración de ciudadanos disciplinados, obedientes y arrebañados en las grandes ciudades. Estos monopolios, más allá de sus rivalidades, se alían para destruir las resistencias de países emergentes que proponen la unión de Latinoamérica y del África Negra para encontrar su propio camino. ¿Acaso el colonialismo mejoró la calidad de vida y salud de nuestros pueblos? La viruela importada desde Europa fue la aliada silenciosa y mortal de los conquistadores. Durante los primeros veinticinco años posteriores a la conquista, más de un tercio de la población indígena sucumbió a la viruela, pero no desaparecieron como cultura. Lepra, cólera, esclavitud y hambre importados desde Europa, tampoco pudieron con la cultura india. Fue “el hálito del europeo el que mataba al indio”- hasta ahora seguimos resistiendo y creciendo- A ellos no les importa los intereses globales de la tierra y sus especies, peor aún, la realidad de los sectores populares a quienes se desatiende porque para un sistema que privilegia el lucro y la eficiencia, los pobres no son negocio. La pobreza, producto de la sociedad hipócrita se mantiene hace siglos como un medio “normal” para mantener privilegios, y es un flagelo que azota, actualmente a más que 5 000 millones de personas en nuestro planeta. ¿Los grandes inventos, la ciencia, tecnología, guerras, filosofía, religiones, imperios han contribuido para erradicarla? ¿A quiénes han beneficiado?. Es la causa de crisis y violencia en el mundo que los poderosos se obstinan en mantenerla.

La urbanización y la formación del hombre masificado es propicia para disciplinar a la sociedad, y establece patrones o normas de conductas “normales” –sociedad supersticiosa, neurótica y miedosa-; implementación de dogmas, medicinas innecesarias, aparatos y mecanismos a fin del control de los cuerpos, donde el modelo médico hegemónico establecido sirve como uno de los dispositivos más lucrativos de la sociedad consumista comparable a la producción de armas y el tráfico de petróleo. Además, los más pobres con la esperanza de “mejores días” se concentran y hacen en los suburbios urbanos y rurales, situación que genera congestión, contaminación, violencia, narcotráfico de personas y órganos; accidentes de tránsito, pestes, mortalidad extendida, endemias y epidemias. Irónico: modelo propicio para enfermar pero que genera dinero y hace que las transnacionales gocen de beneficios, particularmente aquellas que utilizan las tecnologías llamadas de punta (seguridad, defensa, salud, educación, comunicación, etc.). Estoy de acuerdo con las expresiones de Nietzsche: Cuando se inventó el infierno, se convirtió en su cielo aquí en la tierra. Muchas ciudades de países desarrollados y en desarrollo lo demuestran. ¿Cuál es la diferencia?.

En salud, este modelo médico hegemónico tiene clara influencia hedonista – “control del sufrimiento”-, burocrática y disciplinadora para que el complejo farmacéutico tradicional y alternativo –neoreligiones, sectas, naturistas, homeopáticos, bioenergéticos, chinos, etc.- movilice billones de dólares en la producción de “remedios milagrosos” destinados a la normalización de la salud. Así, “Hablar de la salud es hablar de negocios. Es también hablar de poderes.”

La explotación de estos “remedios milagrosos” obedece al fracaso de tratamientos convencionales curativos, y esto se combina con la creciente

"ilusión" de los ciudadanos -generalmente en estado de indefensión y baja autoestima- por alcanzar los rangos de "normalidad" impuestos por el mercado para mejorar de forma rápida las alteraciones somáticas, afectivas, sociales y espirituales producto de malos hábitos inducidos en forma subliminal. Ejemplos relevantes son trastornos dismórficos corporales – imagen distorsionada del propio cuerpo por lo que acuden a cirugía plástica- trastornos alimenticios, sedentarismo, obesidad y sus complicaciones, trastornos digestivos, alergias, migrañas, revitalización de tipo sexual, neurosis, ansiedad, depresión y otras para las que hasta la actualidad no existe tratamiento como la alopecia, perder peso y envejecimiento; máximas preocupaciones en la sociedad actual, antes incluso que el propio deseo por mejorar la salud y calidad de vida como propuse en el libro "Salud, Dinero y Amor".

La pérdida de lazos comunitarios y sociales entre los padecientes –sufrimiento físico, psíquico, espiritual y social- es otro de los objetivos de este modelo debido a influencia de una de las características de "la posmodernidad" : individualismo y narcisismo, donde la búsqueda de la prolongación artificial de la juventud plantea un esquema que tiene como objetivo no la presencia de la salud, sino la mercantilización de un bien como es el cuidado de la salud que como bien social, en principio debe ser lo más igualitario posible. El concepto de "normal" se extiende a todos los ámbitos mercantiles "medicalizables": "peso normal", "presión normal", "colesterol normal", "nariz normal", "senos normales", "nalgas normales"; "hígado, estómago, colon normal"; "actitud normal" -vivir de apariencias- para estar al ritmo de la moda y "no quedarse atrás".

Un ejemplo, en España, el 80 por ciento de las personas que escogen estos "productos milagro" para adelgazar gastan más de 90 dólares mensuales, lo que arroja una cifra anual del entorno de 2.800 millones de dólares. Aproximadamente el 47 por ciento de las mujeres están "perpetuamente" a dieta "sin conseguir alcanzar ni mantener su peso deseado" con consecuencias emocionales, nutricionales y metabólicas importantes. En Ecuador, muchos presentan trastornos digestivos importantes y estados de desnutrición crónicos por el consumo de infusiones y brebajes onerosos que lo único que producen es diarrea, desnutrición y deshidratación crónica.

Otro ejemplo. Se trata de disciplinar, a la fuerza, a diabéticos y ciudadanos con sobre peso –con 30% a 35% de índice de masa corporal- por medio de la cirugía bariátrica. El objetivo es disminuir la ingesta de alimentos en este grupo de padecientes indisciplinados –en el Ecuador son un 75%-, pero como es más fácil y rápido mutilar el estómago, se elige lo más fácil. Claro, que este tipo de cirugía es “ideal” para quienes pueden pagar sus altos costos y se adhieran a un seguimiento multidisciplinario estricto el resto de su vida, caso contrario vuelven a subir de peso como vemos reportes de seguimiento a partir del año de operados. Usted se admirará del cambio total de estilos de vida como un aspecto esencial en el seguimiento de estos pacientes. Son sometidos a un control multidisciplinario riguroso, casi como una inquisición para obtener buenos resultados. ¿Por qué no realizaron esto antes de la cirugía? No vemos en los “Reality televisivos” cómo por un fabuloso premio económico logran bajar de peso. Entonces, ¿en dónde está el fracaso? La obesidad es una enfermedad emocional incurable estimulada por medios de comunicación, pero controlable con tratamiento multidisciplinario. Admírese: rondan “noticias” por internet que el adenovirus que produce algunas infecciones

banales, puede engordar a algunas personas - porque hacen engordar sus células madres (stemcells)- ¡Entonces inventarán una vacuna para prevenir la gordura! ¡Bobadas comerciales!.

Otro dato absurdo, casi todo el mundo tiene hígado graso y dislipidemias en estudios contradictorios. Se sorprenderá al comparar resultados de colesterol y triglicéridos entre algunos laboratorios. En unos está elevado y otros normal. Además, la norma no indica tratar inicialmente con medicinas porque lo racional es prevenir, en niños y adolescentes, pero la ambición desmedida, con estudios sesgados en poco tiempo se recomienda irresponsablemente cirugía para aquellos con hígado graso o dislipidémicos. ¡Son audaces!. Como cirujano que realizo cirugía por videolaparoscopia, estoy de acuerdo con la indicación de cirugía bariátrica para la obesidad mórbida adaptando una técnica para cada paciente, hasta que el sistema de salud y educación prevenga y disminuya en número de obesos en el mundo. Pero el negocio es que existan obesos y diabéticos indisciplinados. Como se está convirtiendo en un problema de salud pública, los países desarrollados esperan revertir la obesidad en los próximos 10 años con programas masivos de educación y publicidad, objetivo difícil pero no imposible. Mientras tanto es necesario establecer políticas de salud que implementen grupos multidisciplinarios, para apoyar a este tipo de pacientes en la reducción sostenida de peso y, más aún, en la implementación de medidas enfocadas a la prevención de esta nueva epidemia en los hijos como parte de la crianza responsable.

Si la tendencia familiar es al sobrepeso, lo lógico es prevenirlo, y sus consecuencias: diabetes, síndrome metabólico y enfermedades cardiovasculares en los hijos. Lo que es peor, por no invertir tiempo y educación afectiva, estos adquieren malos hábitos alimenticios; no comen

adecuadamente, entonces a pretexto de que la pareja trabaja, lo más fácil: leches enlatadas, yogures, suplementos vitamínicos, cereales endulzados, comida chatarra y sobrepeso desde la infancia. Es un descuido actuar cuando se presentan estas patologías fácilmente prevenibles porque prevalece la mala calidad de vida –causa fundamental- y sus efectos: crisis familiar y social generadora de las modernas enfermedades producto de malos hábitos –físicos, emocionales, espirituales, sociales, alimenticios, sexuales- ¿Puede la medicina curar las causas? ¡No! Ni las consecuencias. Porque lo que se proporciona a estos padecientes son placebos o se tratan síntomas –efectos- en forma repetitiva, ya que no se solucionan las causas. El fracaso se demuestra en que los padecientes vuelven repetitivamente a las consultas. Hemos visto historias clínicas con 10 a 20 consultas en el año. ¡Y nadie se da cuenta!. Propongo reflexionar a mis pacientes: si está tomando medicinas y también ha probado con “productos milagrosos”, ¿Por qué no está curado? ¿Qué busca? ¿Milagros? ¿Testimonios falsos? ¿Engañarse a sí mismo? Deben buscar la razón en la realidad no en las fantasías y utopías del sistema comercial de la medicina alopática y los cientos de alternativas milagrosas. Seis de cada diez pacientes que acuden a mi consulta con enfermedades “crónicas” ya han probado con variados tratamientos; saben de memoria el nombre genérico o comercial para las “enfermedades de moda”: gastritis, gases, desordenes del hígado, colon, estreñidos, disfunciones sexuales, etc. La mayoría son polisintomáticos y se automedican porque aunque cambien de médico y de receta, ellos, saben que les prescribirán omeprazol, Kufer Q, Aero OM, Simepar, Pancreoflat, Dulcolax, una gama de analgésicos, antiinflamatorios y otros placebos que sin pagar consulta los pueden adquirir fácilmente en farmacias, sin receta médica; y porque además los “prescriben los medios de comunicación”. Con estos padecientes hay que ser firmes, claros y enseñarlos

a enfrentar la realidad. Yo los recalco: no se ha inventado nada nuevo para tratar su gastritis. No hay tratamiento para el hígado. El estreñimiento es producto de malos hábitos alimenticios y defecatorios. No hay analgésicos nuevos para su migraña, dolor articular u osteoporosis. No espere que lo “remedios” curen enfermedades que son producto de sus malos hábitos físicos, emocionales, espirituales, alimenticios, defecatorios, sexuales, entre otros –especialmente una mala relación de pareja-. Es decir, no hay remedios que cambien su mala calidad de vida. Por favor: ¡Vuelva a ser normal!.

Por eso hago hincapié: las industrias y algunos médicos viven y muy bien de la enfermedad, no de la salud. De esta manera, nuestros adultos y niños seguirán clavados en la televisión en promedio 4 horas diarias -2 horas de entretenimiento, 30 minutos de videojuegos y 1 hora y media en internet-devorando ansiosamente comida chatarra.” Generando gotitas de grasa con ojitos”.

*La televisión crea un nuevo tipo de analfabetismo*

*que ceba al consumidor con imágenes para sus ojos*

*y oídos, dejándolo vacío el cerebro.*

**Erich Fromm**

*La expansión de las enfermedades –disease mongering- es el proceso*

*de extensión de las fronteras de las enfermedades tratables,*

*con el objetivo de aumentar las ventas o liberalizar los tratamientos.*

**RayMoyniham –periodista de salud-**

Hace más de 2000 años Platón, fundador de la primera "universidad", la Academia (situada en tierras del griego Academo) en el diálogo: La República decía que el cuerpo humano está dividido en tres partes: cabeza, pecho y vientre. A cada una de estas partes le correspondía una habilidad del alma. A la cabeza pertenece la razón, al pecho la voluntad, y al vientre el deseo. Pertenece, además, a cada una de las tres habilidades del alma un ideal o una “virtud”. La razón debe aspirar a la sabiduría, la voluntad debe mostrar valor, y al deseo hay que frenarlo para que el ser humano muestre moderación. Cuando las tres partes del ser humano funcionan a la vez como un conjunto completo, obtenemos un ser humano armonioso u honrado. Una persona sana y armoniosa, muestra equilibrio y moderación. La obesidad, una de las enfermedades del siglo XXI es consecuencia de no fomentar hábitos saludables como recomendó Platón.

Otra aberración es el incremento en el consumo de alcohol, drogas y cigarrillo, ansiolíticos, antidepresivos, etc. muestran de manera clara que la alienación de la sociedad provoca lo que Freud llamó en su libro “el malestar de la cultura” el pensamiento mágico, es decir la búsqueda de la salud eterna a través de la “pastillita mágica”. Se llega a “medicalizar” –uso y abuso de fármacos y la automedicación- los ciclos de estado de ánimo que acompañaron al hombre durante toda la historia, para crear el concepto mercantil de lo que es “normal”. Lo preocupante es que los propios médicos han sido sometidos desde hace décadas a una especie de lavado de cerebro o de programación de

"conocimientos" para que creyeran lo que a la industria le interesa. A través de la creación de universidades de medicina privadas, la industria farmacéutica, simplemente compró la opinión médica en todo el mundo. Además, la investigación científica farmacéutica es sesgada a favor de ellas: 75% de los trabajos tienen autores 'fantasma' y en todos los casos los profesionales cuya identidad se oculta son profesionales de estadística y miembros habituales de las plantillas de las compañías farmacéuticas. Otros nombres que se obvian con frecuencia son los de los redactores médicos profesionales que trabajan para agencias contratadas por la industria.

¿Qué es lo que se quiere? Si se quiere esclavos, ¡es una locura educarlos!

*El analfabetismo funcional y digital es la esclavitud del siglo XXI*

Existe analogía entre el consumismo de medicamentos y sus alternativas milagrosas –nueva religión para aplacar el sufrimiento- con lo que Freud afirmaba: no se puede imponer la práctica de una religión, pero tampoco se puede obligar a dejar de creer en ella. Para Freud es doloroso reconocer que las religiones, sectas y cultos, todavía cuentan con muchos fieles, quienes aceptan sin cuestionar el sistema doctrinario, promesas, testimonios estafalarios de sanación (Freud 2004: 18) y las promisiones que de manera integral les explican los enigmas del mundo y les "...aseguran que una solícita providencia guardará su vida y recompensará en una existencia ultraterrena las eventuales privaciones y enfermedades que sufran en esta" (Freud 2004: 18). Señala que los creyentes imaginan la providencia como un padre poderoso

exaltado, ya que solo un padre con esas características es capaz de comprender sus necesidades, enternecerse ante sus ruegos y aceptar su arrepentimiento. Para este pensador dicha perspectiva es infantil y poco congruente con la realidad, por lo que concluye que para esta masa de creyentes es difícil superar esa concepción de mundo. Freud manifiesta por lo tanto que es una tarea titánica el intentar cambiar su visión de mundo. Los creyentes aceptan esta ilusión sin posibilidad de hacer juicios, además de no tener libertad para elegir y adaptarse a la realidad, ya que en el contexto de las religiones se impone a todos el mismo camino para alcanzar la felicidad y evitar el sufrimiento: "Su técnica consiste en reducir el valor de la vida y en deformar delirantemente la imagen del mundo real, medidas que tienen por condición previa la intimidación de la inteligencia. A este precio, imponiendo por la fuerza al hombre la fijación de un infantilismo psíquico y haciéndolo participar en un delirio colectivo..." (FREUD 2004: 30). Da igual si le llamamos Jesucristo, Alá, Cosmos, Energía, esoterismo, fetiches, astrología, el señor de los milagros, Ser o Buda, se recurre a Algo Superior o terrenal; hay que dar circo al pueblo: espectáculos de fútbol, toros, tenis, box, superestrellas, "noticias y programas de entretenimiento": violencia social y familiar, novelas cursis, dramas sociales generalmente de los más pobres -alcohol, drogas, violaciones incestuosas, etc.- que los presentadores lo titulan "crónica roja" o recurren a presentar lo "insólito" como exorcismos, sanaciones, extraterrestres, chupacabras y un sinnúmero de "disparates" de fácil consumo y audiencia, porque no tienen capacidad para generar información orientadora racional y hacen lo más fácil y vil: explotan la pobreza e ignorancia que van de la mano. Así no contribuyen a la cultura y nuestros países seguirán "enfermos", les conviene. Los poderes han hecho la vida tan pesada que es necesario usar paliativos, ilusiones, fantasías, esperar milagros que ayuden la supervivencia:

“para estar libres de pecado y con la consciencia tranquila” Pero como el error es humano, seguiremos pecando, como dice la canción. Ir y ver estos “espectáculos” –nada gratuitos- se constituye como una distracción poderosa a la que no se pueden perder nuestros queridos amigos, ya que si no lo hacen, estarían reprimiendo un deseo que puede crearles ciertos tipos de frustraciones, es decir un malestar más a parte de los que se tiene individualmente.

Recordemos a Lucio Anneo Séneca: La religión es algo verdadero para pobres, falso para sabios y útil para dirigentes. Los pobres se consuelan con la religión, la utilizan como excusa a sus males. Los sabios saben que no es cierta, y los dirigentes la utilizan para manejar a los pobres. En el caso de salud, los pobres se consuelan con sus penitencias y limosnas a cambio del alivio a sus enfermedades, o hacen un gran esfuerzo económico para “probar” con las nuevas terapias milagrosas. Pero siempre están volviendo a las consultas. Insisto. He revisado historias clínicas de pacientes con la misma “enfermedad” en instituciones de salud públicas con 10 a 20 consultas en el año a diferentes médicos–medicina curativa fracasada-. Es un despilfarro de recursos. Un lujo en países pobres. Más aún si no tiene precio como es el concepto equivocado de los usuarios; la atención pública es costosa y pagamos todos. ¡Seamos razonables!.

Escuché a un ciudadano inglés que terapias alternativas y religiones diferencian a pobres y ricos. En la cultura occidental la tendencia es religiones de masas para países pobres latinoamericanos que no han satisfecho sus necesidades básicas y el 80% vive con malestar social: cristianismo, decenas de derivados y sectas. Y, la “Nueva Era”, proveniente del misticismo oriental: taoísmo, budismo, hinduismo con sus 33.000 dioses y la nirvana, meditación,

yoga, karma, ayurveda, spas, resorts exclusivos en países y personas con bienestar social que han satisfecho sus necesidades básicas. Todas, por diferente camino tienen como objetivo el “cese del sufrimiento” Entonces se sufre porque se tiene y porque no se tiene. ¿Este es el sentido de la vida? Esta realidad sentencia que calidad de vida no es solamente satisfacer bienes materiales.

De Sócrates se cuenta que una vez se quedó parado delante de un puesto donde había un montón de artículos expuestos. Al final exclamó “¡Cuántas cosas que no hacen falta!” El consumismo obliga a que nos hagan falta no solo artículos, artefactos, sino también dogmas, alternativas y remedios mágicos. La filosofía cínica, fue fundada por Antístenes en Atenas alrededor del año 400 a.C. Había sido alumno de Sócrates y se había fijado ante todo en la modestia de su maestro. Los cínicos enseñaron que la verdadera felicidad no depende de cosas externas tales como el lujo, el poder –político, económico, militar o religioso- o consumo de remedios milagrosos. No consiste en “depender” de esas cosas tan fortuitas y vulnerables, y precisamente porque no depende de esas cosas puede ser lograda por todo el mundo; son opciones de vida.

Epicuro -350 a.C.- dijo: “la muerte no nos concierne”, así de simple. “pues, mientras existimos, la muerte no está presente. Y cuando llega la muerte nosotros ya no existimos”. El mismo Epicuro resumió su filosofía liberadora en lo que llamó las “cuatro hierbas curativas”:

*A los dioses no hay que temerlos. La muerte no es algo de lo que haya que preocuparse. Es fácil conseguir lo bueno. Lo terrible es fácil de soportar.*

*Morir de una muerte orgullosa cuando ya no es posible vivir una vida orgullosa.*

Por estas sabias enseñanzas, propongo a mis pacientes: viva, para satisfacer todas sus necesidades, no con pesimismo y miedo a enfermedades y muerte. ¡Eso no es normal! ¡Vuelva a ser normal! La mayoría de ciudadanos con “gastritis”, estreñidos, que se llenan de gases, colon irritable, colesterol elevado y enfermos del hígado –actualmente casi todos tienen estas enfermedades inducidas por malos hábitos y mala calidad de vida- han cambiado totalmente su vida alimenticia, su relación de pareja, social, sexual y espiritual. Solo comen “comida sana” y llevan una lista de alimentos “prohibidos” por nutricionistas y especialistas; muchos preparan diariamente “dieta” para su enfermedad y sus familiares comen lo que realmente es normal; es decir todo. ¡Cómo pueden acusar a los alimentos de “dañinos”! ¿Por qué solo a estas personas les hace daño y no a sus familiares? Lo terrible de esta malsana actitud es que a la larga afectan a toda la familia. Recalco, no hay alimentos dañinos, lo que hay, y a montones comida chatarra y malos hábitos alimenticios. Al chanco, maní, mariscos, frutas ácidas, aguacate, pescado “negro”, etc., les achacan sus males. No es científicamente cierto. Han acompañado a la alimentación de nuestros ancestros. Lo que es cierto es que no se alimentan con equilibrio y moderación. Uno de los siete pecados capitales es la gula. Para que usted se admire –y confirme- hay nutricionistas y médicos que le proporcionan hojas en donde constan hasta 60 alimentos prohibidos. ¡Increíble! Por esta irracionalidad los padecientes empeoran porque le transforman en “discapacitados del tubo digestivo” y cada día se

abstienen de más y más alimentos que les hace daño. ¡Reflexionemos por favor!.

*Una vida sin reflexión no merece la pena ser vivida*

Epicuro señaló que el “placer” no tenía que ser necesariamente un placer sensual, como por ejemplo, comer delicias o un orgasmo. También pertenecen a esta categoría valores tales como la amistad y la contemplación; el autodomínio, la moderación y el sosiego. De esta manera la calma –descanso y recreación-nos ayuda a soportar los avatares de vida y el miedo impuesto por supersticiones. Dijo calma, no “calmantes”, lenitivos que son la panacea en la actualidad. Para vivir una vida plena es muy importante superar el miedo, y miedo, pánico es lo que asola al mundo fomentado por las transnacionales. Miedo a las enfermedades, al cáncer, a morir. A más de violencia e inseguridad cuyo origen es la iniquidad e injusticia de la vida terrenal.

Podemos observar que en la medida en que una sociedad se integra y consolida, incuba tendencias de disociación, apenas ocultas bajo la superficie de la vida ordenada y civilizada. Por consiguiente, a pesar de la búsqueda incesante del ser humano por la felicidad, ésta no es alcanzable de forma permanente dentro de la civilización. Freud señala que es el principio del placer el que impone este objetivo imposible en la vida. Con ello confirmamos que el hombre no puede ser feliz, ya que la creación no tiene como plan que el hombre sea feliz. De acuerdo con este autor se puede advertir que: "Tal como

nos ha sido impuesta, la vida nos resulta demasiado pesada, nos depara excesivos sufrimientos, decepciones, empresas imposibles. Para soportarla, no podemos pasarnos sin lenitivos (No se puede prescindir de las muletas, nos ha dicho Theodor Fontane)" (Freud 2004:19). Freud nos habla de tres tipos de lenitivos: el primer tipo son las distracciones poderosas que reducen nuestra vida miserable en el planeta, el segundo tipo son las satisfacciones sustitutivas que la reducen y el tercer tipo son el consumo de drogas que nos hacen insensibles al dolor y a la vida pesada que llevamos. Sin embargo, así como existen tres tipos de lenitivos para hacer más llevadera la vida, Freud expone que hay tres fuentes invencibles que producen el sufrimiento: dos son naturales y uno es de orden social. La primera fuente está relacionada con el súper poder de la naturaleza que se manifiesta en los casos de terremotos, temblores, y en todos aquellos fenómenos naturales contra los que nuestra cultura no nos asegura ningún tipo de protección. La segunda fuente está relacionada con la fragilidad de nuestro cuerpo, ya que a pesar de dietas, cuidados, ejercicios y todas las recomendaciones de los especialistas e incluso la intervención de los cirujanos plásticos el envejecimiento y la enfermedad ponen fin al vigor de nuestro cuerpo. Finalmente, la tercera fuente se origina en la sociedad y se revela en la incapacidad de las instituciones sociales para regular y armonizar las relaciones entre la población civil, es decir, no se pone fin a la desigualdad económica, a la corrupción, a la injusticia, etc. Esto explica la permanente confrontación social, a veces sutil y a veces violenta. Se puede concluir, por tanto, que el concepto de cultura propuesto por Freud, considera que la cultura no ha logrado del todo proteger al hombre frente a esas tres fuentes de sufrimiento. Yo, agrego: la vida es una constante evolución y adaptación. Los cambios traen consigo problemas. Lo que importa es como enfrentarlos y adaptarse para lograr vivir con calidad y morir con

dignidad. Esa debe ser la meta del ser humano racional: adaptarse y transformar la realidad para su beneficio. Solo los animales irracionales débiles, no aptos para la vida, mueren, irremediablemente, si no se adaptan. No está en nuestro poder nacer, pero sí nos es dable dirigir nuestras vidas correctamente, equilibradamente, moralmente. Muchos aceptan sus destinos llenos de insatisfacciones porque están ¿pagando? por los “pecados cometidos”. Se auto flagelan con cilicios en forma inconsciente porque con esta actitud sadomasoquista, producto del miedo impuesto por poderes siniestros, creen purificarlos. Pero, igual, su vida seguirá siendo un martirio ilusorio innecesario. Afirmo a mis conciudadanos que el anatema “pecados” – un absurdo-, no son más que errores humanos que todos cometemos pero podemos enmendarlos y nos proporciona experiencia, sabiduría, es decir nos hace más humanos amorosos, prudentes y reflexivos. Nos acerca más a la vida, a nuestros semejantes, a la naturaleza. No nos aleja de la realidad a la que hay que administrarla usando las inteligencias múltiples, pero sobre todo la emocional y espiritual.

En la era de la angustia de un mundo loco como el actual, donde lo más fácil, cómodo y habitual es escapar de nosotros mismos y de nuestra responsabilidad personal frente a la iniquidad, violencia, corrupción, destrucción del planeta y otros males modernos, es más fácil creer que pensar, arrebañarse, esclavizarse y refugiarse en “lenitivos” –medio para aliviar la pena y sufrimiento - en vez de reflexionar y desarrollar el sentido crítico para discernir entre lo que nos beneficia y lo que nos manipula. La manipulación y marketing arrecia en todos los ámbitos de nuestras vidas. En el campo de la salud no solo se trata de empresas farmacéuticas sino también de variadas alternativas: acupuntura para controlar las emociones, meditación, yoga,

pedras de cuarzo, imanes, biomagnetismo, talasoterapia, mesoterapia, cientos de yerbas, perfumes, alimentos, vitaminas, naturistas, homeopáticos, magos, chamanes, religiones, iluminados etc., de manera que en Internet encontrará cientos de propuestas. Además, se calcula que en el mundo hay más que 70 religiones principales y unas 10.000 sectas. Y cada día aparecen más, conforme existan creyentes y no pensantes. Todas las religiones y sectas se auto proclaman como verdaderas. Si algo funcionara, no habría tantas propuestas. ¡Como que estamos volviendo a la época primitiva y medieval! Las religiones con mayor número de adeptos en el mundo ¿han cambiado la calidad de vida de sus seguidores? Creo que no. Como en la historia antigua y medieval y sus ordalías, muchos “viven” del miedo, pánico, angustia, esperando al salvador, la “vida eterna” en la ciudad de Dios libre de herejes y paganos, y el infierno para los infieles. Mientras tanto soportan estoicamente los designios de Dioses y participan ciega, directa o indirectamente en las modernas guerras santas –santa ignorancia- Quienes no se arrebañan, dócilmente son, según ellos instrumentos del diablo o terroristas.

Los grupos de poder que promueven "remedios milagro" tienen la característica común de que dirigen la mayor parte de su inversión a una publicidad que pagan los ciudadanos incautos y desatienden la investigación del producto y sus efectos sobre las personas. Muchos de estos productos publicitan que se vende en farmacias, así como que son naturales, ecológicos y sin efectos secundarios, con el fin de atraer la atención de clientes. Se fija en la mente y corazón de los ciudadanos como una panacea: “curalotodo”. Es de suma importancia no olvidar que los efectos secundarios mortales de los medicamentos se han convertido en la cuarta causa principal de muerte en el mundo industrializado y la mayoría de los remedios milagrosos alternativos no

tienen fórmula magistral. Haciéndoles reverencia: nos estamos envenenando. Solo los débiles tienen necesidad de remedios milagrosos. La fuerza de voluntad es la capacidad de responder a un desequilibrio transitorio que a todos nos sucede en el transcurso de nuestras vidas. Son las experiencias positivas o negativas las que nos tiembla el espíritu, nos fortalece, nos da sabiduría. Solo los débiles de voluntad son incapaces de responder a la realidad, se esconden entre espejismos, rehúyen su responsabilidad y son dependientes. Y viven enfermos. Pero ni ellos mismos ni los profesionales se dan cuenta. Son enfermos crónicos con sutiles enfermedades emocionales que poco a poco alteran todos sus órganos. Bacterias, virus, hongos, parásitos y enfermedades conviven con el ser humano desde su origen.

*Es el ser humano individual a quien tratamos,  
no la enfermedad. Es el ser humano que se recupera  
o muere, no la enfermedad*

**James Peck. MD.**

De esta manera hay una publicidad que presiona, induce y orienta hábitos y patrones de consumo en función de un ideal de cuerpo, ofreciendo todo tipo de productos y servicios que en muchos casos son placebos y en otras drogas que lejos de curar, inhiben los síntomas y lo que es peor generan malos hábitos: sedentarismo, sobrepeso, consumo de alcohol, mal carácter, violencia intrafamiliar, etc. Son personas alienadas en el consumismo -“comodidad y

goce material, pasajeros”- a vista y paciencia de autoridades de salud y educación pero sobre todo de comunicación que permiten que los medios adláteres –mal llamados independientes- se enriquezcan sumisos al poder fáctico, al promover el pánico a la enfermedad en contra de la salud que debe ser gestionada como el fomento de hábitos saludables. ¡Cuántos millones de ciudadanos del mundo han adquirido esta malsana actitud que genera jugosos ingresos a las transnacionales farmacéuticas! “Pero la ciudadanía continúa en estado de indefensión” porque en este modelo de salud, hay una concepción de estilo autoritario, puesto que la relación es asimétrica tanto social como técnica por parte del padeciente, en donde éste es visto como ignorante y en donde no tiene la capacidad de participar en la discusión acerca de sus propios intereses; por eso los llaman “pacientes”. El ser humano es el principal responsable de su salud en el que hay que fomentar hábitos saludables, toma de conciencia y sabiduría para alcanzar un desarrollo cognitivo, emocional y espiritual avanzado, para decidir su propio destino y el de la sociedad. Yo los identifico como padecientes, porque padecen de un desequilibrio físico, emocional, espiritual o social. Lo lógico es orientarlos para que recuperen ese equilibrio.

Todos debemos esforzarnos por alcanzar verdadera libertad para enfrentar los modernos y sutiles métodos de explotación e impunidad. La sabiduría es una virtud muy valorada desde siempre, pero no siempre ha sido identificada en comunidades y ciudadanos que tienen muy claro el “sentido de la vida”.

La sabiduría tiene que ver con la experiencia y el conocimiento con los estudios, por lo que conocimiento es la teoría de la vida y sabiduría la práctica de la vida. No necesariamente debemos tener grandes conocimientos para ser sabios, o viceversa. Se puede ser sabio y no ser un estudioso, o puede tenerse

grandes conocimientos y no ser sabio –analfabetos funcionales y digitales con un título que solo les sirve para sobrevivir-; lo peor es que algunos son bestias, cubiertas solo de una tenue funda de educación y sentido humano. Son un peligro para la humanidad. El conocimiento se relaciona más con la inteligencia, la mente, mientras que la sabiduría con el ser, la esencia, la espiritualidad.

La inteligencia y la espiritualidad comparten ciertos rasgos con la sabiduría, pero no son lo mismo. Así, un individuo puede ser muy inteligente, pero carece de conocimientos prácticos. Por otro lado, la espiritualidad se asocia a menudo con la edad, como la sabiduría, pero esta última suele definirse en términos religiosos, no espirituales. No hay que confundir conocimiento y espiritualidad con creencias religiosas. El profesor español Fermín Rodríguez lo expresa claramente: “las creencias son personales, libres y variables; mientras que el conocimiento es común e indispensable para todos” La religiosidad es una opción, una decisión personal. Está enfocada en las costumbres y ritos y en su mantenimiento; Afecta de forma negativa las relaciones con otras personas de diferentes creencias; Promueve la división y a veces la intolerancia, hace que se quiera cambiar a otras personas por las malas. Resulta tan trágico que justamente Jerusalén se haya convertido en manzana de la discordia, en el sentido que la gente se mata a millares porque no es capaz de ponerse de acuerdo sobre quién debe ostentar la soberanía en la “ciudad eterna”. En esta ciudad hay importantes sinagogas (judías), iglesias (cristianas) y mezquitas (islámicas) que nos dice sobre las bases comunes de estas tres religiones: el pacto con Abraham. La espiritualidad es algo intrínseco en el ser humano. Está enfocada en la relación consigo mismo, con los demás y con el universo; Promueve las relaciones positivas con otras

personas; Es tolerante; no intenta cambiar a otros sino más bien cambiar uno mismo. Lo transforma en un ser libre y el hombre libre es un guerrero preparado espiritualmente para luchar, cambiar paradigmas y aniquilar mitos, con conciencia social, no manipula la esperanza de sus semejantes utilizan la politiquería como denunció el filósofo francés Frantz Fanon: “la sustitución de una “especie” de hombres por otra “especie” de hombres que hacen lo mismo o son más buenos con los pobres. En definitiva es una lucha global espiritual, racional y radical. Por esto: quien renuncia a la lucha, renuncia a la vida libre de entelequias.

En otra sección, describo algunos tratamientos alopáticos, tradicionales y alternativos que son una extraña mezcla, pícara, entre lo científico y lo espiritual. ¿Alternativa a qué? ¡Al fracaso! Alternativa a exprimir el bolsillo de los indefensos. La mayoría de los cuales son producto de una sociedad cada vez más neurótica en los que euforias y alegrías excesivas, ansiedad, tristeza, angustia, miedo y desesperación desencadenan enfermedades, como insomnio, depresión, trastornos digestivos -gastritis, colon irritable- contracturas musculares, dolores de cabeza, hipertensión arterial, afecciones cardíacas, que no se escapan de nuestro cuerpo. Simplemente: la mente enferma al cuerpo. Todas son un embuste que proponen restablecer el equilibrio perdido. Las empresas aconsejan a sus ejecutivos y obreros con gran nivel de estrés que aprendan a meditar para mejorar sus rendimientos laborales, ya que “vivimos” en una vida realmente agitada y exigente que cada vez más transforma a los ciudadanos en poli sintomáticos sedentarios, violentos y condicionados con enfermedades de la modernidad producto de mala calidad de vida e ignorancia: Síndrome de fatiga crónica, Burn Out -cerebro quemado- Fibromialgia, Tecno estrés, el uso y abuso de gadgets, entre las principales-

En razón que las medicinas no curan estos males y ante el fuerte deseo de curarnos para seguir en lo mismo ¡qué masoquismo! han hecho que las terapias alternativas se conviertan en todo un éxito en spas y resorts; son muy populares, pero no existen estudios basados en la evidencia científica para verificar su veracidad y la seguridad con la que se realizan.

La razón de que la ciudadanía haya estado "dormida" no es que sean poco inteligentes sino al hecho de que para que el negocio de las farmacéuticas funcione, estas se gastan miles de millones de dólares cada año en crear una fachada artificial que las muestre como "benefactoras de la humanidad". Y para alcanzar ese objetivo la industria farmacéutica se gasta en marketing el doble de lo que gasta en investigación, y utilizó a la OMS –Organización Mundial de la Salud- como su instrumento para dar el empujón a la primera legislación de la globalización, leyes proteccionistas para asegurar artificialmente el monopolio mundial de la salud de los fármacos patentados. Las grandes potencias farmacéuticas a través de las patentes se apropian de los conocimientos de las propiedades curativas de las plantas sometiendo a pueblos enteros al voraz interés del lucro. Muchos fármacos que pueden salvar vidas, especialmente los que se utilizan para combatir el SIDA, se producen bajo patentes que son propiedad de compañías estadounidenses y europeas. Los precios de las medicinas, protegidos por esas patentes, con frecuencia hacen que queden fuera del alcance de la gente de escasos recursos en los países más pobres. Así, mientras muchos pacientes con SIDA en los países ricos se mantienen vivos gracias a esos medicamentos, tres millones de gentes en los países pobres mueren, dejando desolación, millones de huérfanos y grandes pérdidas económicas. En la OMS, la mitad de sus miembros están relacionados directa o indirectamente con la industria farmacéutica.

Y así, durante los últimos 50 años la organización creada para mejorar la salud se ha utilizado para satisfacer los intereses de un puñado de inversionistas haciendo exactamente lo opuesto: mantener a los habitantes del mundo ignorantes de una información vital para prevenir las enfermedades más comunes de la actualidad. Además, de la lista de 270 medicamentos indispensables, según la OMS, 265 pueden ser genéricos. En esa lista no están los fármacos para tratar este mal... La capacidad de investigación de la industria farmacéutica es muy impresionante. Pero ellos producen casi exclusivamente para los mercados adinerados. Por ejemplo: entre 1975 y 2000 fueron creadas más de 1.800 moléculas nuevas, pero solo 16 de ellas fueron para el tratamiento de enfermedades tropicales, como la malaria y el mal del Chagas, que afecta a gran parte de la humanidad y causa gran mortandad. Lamentablemente, nuestros países en donde poco se apoya a la investigación seguirán siendo dependientes, muchas veces engañados y proclives a la corrupción:

*“Al que no sabe cualquiera lo engaña,  
al que no tiene cualquiera lo compra”*

**Simón Rodríguez**

Mientras se mantenga este modelo de salud, los sectores populares, tienen que acudir al hospital público. A su vez el llamado hospital público se ve desbordado por la demanda de los sectores medios pauperizados que han quedado excluidos de prestaciones de la denominada medicina “prepaga” o

“privada” lo que trae como consecuencia un modelo de salud para ricos y otra salud para pobres, fluctuando una clase media que muchas veces es víctima de su afiliación a obras sociales privadas –nacionales y extranjeras- que tienen como objetivos la rentabilidad y clientelismo político por sobre la prestación de calidad. Son obras de caridad y vergüenza en la gestión pública porque la salud es un derecho y no un acto de compasión del “voluntariado”, “fundaciones” o “clubes”. Las instituciones de salud tanto públicas como privadas tienen tendencia a la centralización y planificación, por lo que surge una burocracia. Esta burocracia trae como consecuencia una disminución y la dispersión de la responsabilidad; así como predispone a la corrupción. Los “entendidos”, de acuerdo a su punto de vista planifican con base a la enfermedad no a la salud y muy poco a la prevención. Se abarrotan de tecnología pero no de talento humano. Un asesor comercial ponderaba: “qué más quieren, van a tener dos quirófanos inteligentes. Un médico sabio respondió: “para qué nos sirve si no tenemos un cirujano inteligente y humano”.

Debido a esta forma de concebir el mundo, lamentablemente, la mayor parte de nosotros lo vemos como algo muy normal, nos habituamos al mundo tal y como es el interés de grupos de poder económico, dejándonos en estado de indefensión, indolentes e indiferentes. Dejamos que nos manipulen en todos los ámbitos de nuestras vidas porque les hemos permitido ser dependientes. Por eso la investigación y tecnología –poder del conocimiento- junto a sectas, politiquería y religiones –poder amañado- está en sus manos y quieren seguir decidiendo el destino de la humanidad con visión etnocentrista, incluso, algunos fungen de representantes de dioses, del señor del universo, del gran arquitecto, del gran hermano, del filántropo millonario, etc., y creen que la

gran mayoría -gente buena- no somos capaces de forjar nuestro propio destino sin su intervención casi divina. ¡Es hora de despertar!

Se puede apreciar que el sistema de salud al igual que el sistema educativo son dos dimensiones centrales en la sociedad disciplinada, actuando como una red en la configuración de cuerpos y mentes zombis, contribuyendo al estado de dominación y subordinación en el sistema de salud que podemos combatir con la ilustración.

*La ilustración es la salida del hombre de su minoría de edad. Él mismo es culpable de ella. La minoría de edad estriba en la incapacidad de servirse del propio entendimiento, sin la dirección de otro. Uno mismo es culpable de esta minoría de edad cuando la causa de ella no yace en un defecto del entendimiento, sino en la falta de decisión y ánimo para servirse con independencia de él, sin la conducción de otro.*

*¡Sapere aude! ¡Ten valor de servirte de tu propio entendimiento! He aquí la divisa de la ilustración.*

**Kant**

Una respuesta a la pregunta: ¿Qué es la Ilustración?

Y no podía faltar la “viveza criolla”. La picardía y astucia de algunos aprovechadores de la ignorancia, pobreza, ingenuidad y desesperación del pueblo insatisfecho –estado de indefensión- estafan y perjudican con la elaboración tramposa y llamativa de productos naturales, homeopáticos,

chinos, cubanos, etc., la mayoría de los cuales contiene agua entubada, talco y colorante. Los vemos todos los días en calles, centros comerciales, mercados; inclusive, en las afueras de hospitales gritando a viva voz: ¡Agua de zorrilla para todo tipo de cáncer!, ¡planta de insulina para la diabetes!, ¡dulcamara para todo tipo de enfermedades!, ¡perfumes de las tres divinidades para la impotencia!, ¡uña de gato para...sangre de drago... te chino para lavar todo el organismo... cartílago de tiburón... manteca de mono..., etc., ¿Se dan cuenta? Es un reflejo de que el sistema actual de salud no funciona. No dejan de producir porque hay consumidores. Recuerdo claramente, hace 40 años, en la avenida 24 de Mayo de la ciudad de Quito se arremolinaba gente supersticiosa alrededor de los clásicos charlatanes con aliento alcohólico. Cubiertos de pieles y plumas, una culebra al cuello, una “tzanza” clavada en un palo de escoba, un mono encadenado saltando una cuerda, un lorito sacando tarjetas de la suerte y montones de plantas, amuletos, estampas y frascos llenos de parásitos –inclusive fetos- ofreciendo curar todos los males que han convivido con el ser humano. ¡Folklórico! Actualmente, este folklore se ha modernizado.

¡A veces resulta increíble lo que la gente acepta sin reaccionar!

En los 32 años de experiencia profesional no he visto un solo caso resuelto por estas alternativas. Lo que sigo viendo son ciudadanos en estado de indefensión sin distinción de raza, sexo, situación económica y nacionalidad que no han alcanzado el bienestar anhelado con múltiples tratamientos convencionales y alternativos. Son los clásicos enfermos con trastornos afectivos sutiles producto de una mala calidad de vida; despreciados por la salud pública, y apetecidos por la medicina privada.

Hace muchos años, en Inglaterra prometieron un sustancioso premio económico a la primera persona que les pudiera mostrar un modesto ejemplo de algo sobrenatural. No tenía que ser ningún gran milagro, bastaba con un pequeño ejemplo de telepatía. Pero hasta ahora no se ha presentado nadie. De igual manera, la Fundación James Randi<sup>1</sup> ofrece un millón de dólares a cualquiera que pueda demostrar, bajo condiciones apropiadas de observación, la evidencia de un poder paranormal, sobrenatural o evento oculto. Hasta la fecha nadie ha superado las pruebas preliminares. Yo, tampoco he visto un solo caso demostrado científicamente. Lo que sí se ve es mala fe de los que la pregonan, manipulando el estado de indefensión del fanático que se desmaya, convulsiona, o transforma ante la grey hechizada. Reflexión: millones de enfermos no perderían tiempo con la ciencia médica, bastaría acudir a los milagrosos para que desaparezcan tumores, enfermedades crónicas y otros males. Entonces, que no hayan hospitales y médicos: un absurdo. La ciencia médica es producto de la sabiduría humana; una relación espiritual generosa que ha sido cruelmente degenerada por el sistema comercial.



<sup>1</sup> La James Randi Educational Foundation fue fundada en 1996 para ayudar a defenderse de las afirmaciones paranormales y pseudocientíficas. La JREF ofrece un millón de dólares como recompensa por cualquier persona que pueda aportar la prueba de habilidades paranormales en condiciones controladas. A través de becas, talleres y recursos innovadores para los educadores, la JREF trabaja para inspirar el espíritu de investigación en una nueva generación de pensadores críticos. Necesitamos su ayuda para crear un mundo donde todos tengan acceso a las herramientas de la ciencia y el pensamiento crítico, y donde los charlatanes no puedan enriquecerse por engañar a la gente.

Quiero afirmar que tanto la medicina alopática –modelo occidental curativo- como alternativas no funcionan si siguen convirtiendo al padeciente en polifarmacia; siguen actuando en función de sus conocimientos académicos e intereses y no con base a las necesidades del padeciente –especialmente sociales, afectivas y espirituales-.

Actualmente, la práctica curativa no está libre de influencias, creencias y técnicas devenidas de innovaciones en cada cultura. Médicos y quienes practican procedimientos alternativos, sumados a la familia, sociedad y respeto a la naturaleza, deben trabajar con sabiduría en función del padeciente y su entorno ya que no es un ser aislado. Cualquiera sea el procedimiento aplicado debe ser en equipo y basado en estudios científicos con asignación aleatoria, pero sobre todo, ser espiritual y holística como demuestra la exitosa experiencia de la práctica del parto natural –vertical- en el hospital de Otavalo, practicado por las parteras indígenas trabajando en equipo con personal médico. Esta “espiritualidad” representa la intención de gratitud de la comunidad a la tierra, a la restauradora, recreadora de la comunidad humana. Es devolver con ofrendas –los nuevos hijos- que son expresiones simbólicas de todo lo que nos brinda, en reciprocidad y correspondencia del hombre con la tierra. “reencauzar la relación del ser humano con la naturaleza”. Los exitosos resultados se deben a una afectiva y respetuosa relación, actitud que hay que imitar. En este aspecto recuerdo, también, la experiencia de Frederic Leboyer, que revolucionó la obstetricia con su libro "Parto sin violencia". Al principio del éxito sorprendente de su libro comentó estupefacto, que solo había iniciado algo natural, es decir, tratar con respeto y amor a los recién nacidos –“fiesta del nacimiento”- en vez de someterlos a torturas completamente superfluas e innecesarias. Es posible que los actuales

problemas de niños hiperactivos, inafectivos, con trastornos del comportamiento, etc., sean producto del frío manejo comercial ecográfico, del control de embarazos y de cesáreas indiscriminadas. Ya no hay humanidad y calor humano alrededor de este proceso espiritual maravilloso. El sexo se sabe de antemano, antes, amigos, familiares, vecinos, toda la comunidad vaticinaba el sexo y hacían apuestas, se giraba afectivamente en torno a la pareja y el alumbramiento era una fiesta de la comunidad, de la familia; se compartía el “quemado”, la comida criolla, se tejía previamente la ropita y abrigo del nuevo ser ¡Cómo nos han deshumanizado! Ahora es un “estilo de vida, de status” de la clase media y alta y una obligación para los pobres a cambio de “bonos”. Desaparece el proceso espiritual maravilloso por la imposición del mercado y mantenimiento de la ignorancia.

El mundo debe reconocer el saber desarrollado por culturas tradicionales indígenas, ya que ha provisto a la industria farmacéutica mundial de los descubrimientos más reconocidos científicamente. Por ejemplo, la aspirina (ácido acetilsalicílico extraído por los indios de la corteza del sauce criollo, *Salix humbolteana*); los principios activos de la penicilina que obtenían del fermento del plátano verde (moho del untu del maíz); de la terramicina, utilizada en cataplasmas de barro fermentado; la quina (*Cinchona calisaya*) autóctona del Tahuantisuyu, cuya aplicación específica frente al paludismo y las fiebres se estableció aproximadamente en 1635, solo por mencionar unos pocos ejemplos.

El conocimiento de hierbas medicinales, compuestos orgánicos y minerales aplicados en las curaciones aborígenes, había alcanzado efectivamente un gran nivel de especialización antes de la llegada de la cultura europea. Los principios activos de los medicamentos de aquella medicina autóctona, son

sintetizados hoy por los laboratorios que industrializan aquel saber aborígen transmitido oralmente de generación en generación por los célebres herbolarios y curanderos, que como los callawayas (médicos adivinos) respondían con su vida por la de sus pacientes.

El consagrado valor terapéutico de esos remedios tradicionales y diversas terapias físicas que, hoy conocemos como técnicas kinesiológicas y de masoterapia, están insertos en un sistema simbólico cuya validez epistemológica –teoría del conocimiento- se corrobora por la coherencia y adecuación de sus conceptos, métodos y técnicas de acuerdo a la necesidad de cada padeciente. La medicina racional debe imbricar evidencia científica y experiencia de todos los pueblos: salud es patrimonio de la humanidad.

Cuando los padecientes me informan que están realizando algún tipo de curación “milagrosa”. Me preguntan si están haciendo lo correcto. Respondo: Si se siente bien, el procedimiento no es comercial, el tiempo no es prolongado y si no hay mejoría, consultan y remiten a un especialista, sígalo haciendo. Caso contrario, está siendo engañado y se convierte en dependiente de medicinas, amuletos, brebajes, oraciones, personas, peregrinaciones – simples tours comerciales-. Sin las que no podrá vivir en armonía. Igual que los padecientes “polifarmacias” producto de la medicina comercial o cualquier dependiente de sustancias psicotrópicas. En toda propuesta mágico religiosa lo que hay que evitar es el fanatismo: Apasionamiento. Entusiasmo o preocupación ciega por algo. Adhesión incondicional a una causa. La ceguera que produce el apasionamiento, lleva a que ocasionalmente el fanático se comporte de manera irracional y violenta. La falta de racionalidad puede llegar a tal extremo que, por el fanatismo, una persona mate a otra. Solo para que recuerden: Charles Manson asesinó a ocho miembros de la comunidad

que dirigía, en Agosto de 1968, al creerse el elegido para desencadenar el Apocalipsis definitivo. En 1988 se produjo un suicidio masivo en Guayana, de los 900 miembros de la secta Templo de Dios. Años después en México por parte de los seguidores del reverendo Ramón Morales. Abril 19 de 1993. Rancho Davidiano. Waco – Texas- 82 hombres, mujeres y niños murieron calcinados por la llamas. Pertenecían a la secta apocalíptica de David Koresh. En 1994 las autoridades rusas detuvieron a casi un centenar de adeptos de La Fraternidad Blanca que estaban dispuestos a suicidarse el día señalado por su sacerdotisa. Lo mismo sucedió en España y en Israel en 1998, con los seguidores de la Madre Aida y Cristianos Preocupados, respectivamente, murieron cumpliendo con su misión decenas de adeptos de la secta Tadtad en Filipinas, año 2000 y de Falum Gong en China 2001. Sin olvidar los asesinatos de la época de la inquisición y cruzadas o lo que expresa el Sura XLVII, 4, 5 y 8: “Cuando encontréis infieles matadles hasta tal punto de hacer con ellos una carnicería y estrechad fuertemente las trabas de los cautivos. Luego ponedlos en libertad o entregadlos mediante un rescate, cuando la guerra haya cesado. Obrad así. Si Dios quiere, triunfaría de ellos por sí mismo; los exterminaría; pero os hace luchar para probaros a unos por otros... ¡Oh creyentes! Si asistís a Dios en su guerra contra los malvados, él también os asistirá y dará firmeza a vuestros pasos”. Misas campales y sacerdotes militares pidiendo a Dios proteja y de fuerza a sus ejércitos, reyes y príncipes en las invasiones modernas hacia países vulnerables –generalmente a países del sur, a los que explotan o desean explotar- ¡Contradicción, codicia y crueldad humana!.

En el caso de la secta Restauración de los 10 mandamientos, en Uganda, año 2000, casi un millar de adeptos fueron inmolados por los líderes de la secta,

que al parecer fallecieron con ellos. En este caso fue un asesinato por parte de los líderes que fallaron en la predicción del fin de los tiempos y antes de ser descubiertos hicieron real su delirio, de cara a ellos y a sus adeptos. No se trata de un asesinato en masa en el que se logra poder o dinero, sino en el que se da la vida por hacer real un delirio. Lo mismo está en el fondo de los atentados suicidas por militantes integristas del Islam. Otro caso que sucedió en Canadá y Suiza, en 1996, fue la muerte ritual de los miembros de la secta Templo Solar. La doctrina descontextualizada y delirante de sus líderes, que mezclaban teorías extraterrestres con principios de los templarios y los cátaros, explica el acto final de la secta. Cumplieron con lo que se conoce como “la endura cátera”. Consiste en dejarse matar por el maestro o un superior, en muestra de devoción y para trasladarse juntos al cielo y desde allí prepararse para volver en otra época en la que puedan cumplir con la misión final. La endura se define como “servicio de amor de la muerte”. El fanatismo, además puede darse en muchos aspectos de la vida: deportes, artistas, ídolos, religiones, sanadores, gurús, otros tótems e idioteces. La psicología afirma que el fanatismo surge de la necesidad de seguridad que experimentan las personas que, justamente son inseguras. Se trata de una especie de compensación frente a un sentimiento de inferioridad y baja autoestima.

El peligro para la sociedad es que las sectas fanáticas se transformen en una especie de sociedades secretas, capaces de influir en los gobiernos mediante presiones incontroladas y en los que sus miembros incitan al asesinato, al suicidio o a prácticas aberrantes para curación orgánica, emocional y espiritual. Así como también sectas y mafias secretas apostadas en todos los gobiernos a los que manipulan a su interés -¿Las conocemos?

Cuánto sufrimiento se evitó con el descubrimiento de antibióticos, analgésicos, anestésicos, vacunas, procedimientos quirúrgicos mínimamente invasivos, etc. El futuro de la salud auguran está en la investigación del genoma, células madre, robótica, nanotecnología. ¡Si beneficia a todos y no es eminentemente comercial, es ideal! Lo que no estoy de acuerdo es con el mercado desahogado que intenta convertirnos en zombis consumistas sin capacidad de respuesta. Porque las Ciencias tienen, además un carácter redentor en cuanto a los frutos de sus conocimientos se traducen más tarde o más temprano en bienes físicos o espirituales para la Humanidad (una vacuna, salvará más vidas que las que destruye una guerra). La revolución científica y tecnológica, deben cumplir una función ética, social y política.

En los últimos años, dentro de los círculos científicos han surgido ponencias que han señalado que toda nuestra manera científica de pensar se encuentra ante un “cambio de paradigmas”, es decir, ante un cambio fundamental en la propia manera científica de pensar. Esto ya ha dado fruto en algunos campos. Hemos visto muchos ejemplos de los llamados “movimientos alternativos”, que abogan por una filosofía global y por un nuevo estilo de vida. Como afirmé en “Salud, Dinero y Amor”, hemos vivido en constante confrontación defendiendo ideologías, religiones, sectas, filosofías, caudillos, equipos deportivos, tiranos, reyes, ídolos, etc., no necesitamos encasillarnos ciegamente en dogmas y pensamientos mágicos para alcanzar sabiduría. Lo que necesitamos es trabajar todos por paradigmas. Unos pocos paradigmas políticos que hagan más llevadera la responsabilidad de vivir y justificar nuestro paso por la tierra: Ilustrarnos, lucha contra la corrupción, impunidad, tráfico de personas, armas, drogas, violencia, pobreza. Alcanzar equidad, justicia y desarrollo sostenible. Que la tierra sea patrimonio de todos. Seamos

humanos. Humanistas: “aquel que lucha contra la discriminación y la violencia, proponiendo salidas para que se manifieste la libertad de elección del ser humano”.

Sartre decía que todo en el hombre es libertad: El Hombre es libertad.

Hay dos tipos de libertad:

Libertad de querer: es la capacidad, que de forma natural, se considera que posee el hombre para tomar decisiones por sí mismo. Así esta libertad sería una propiedad de nuestra naturaleza.

Libertad de obrar: que es la capacidad de llevar a cabo lo que anteriormente se ha decidido.

*A pesar de las ilusiones racionalistas, e incluso marxistas,*

*toda la historia del mundo es la historia de la libertad.*

**Albert Camus**

Dejo para la reflexión el preámbulo de la “Carta de la Tierra” proclamada el año 2.000: *Estamos en un momento crítico de la historia de la Tierra, en el cual la humanidad debe elegir su futuro. A medida que el mundo se vuelve cada vez más interdependiente y frágil, el futuro depara, a la vez, grandes riesgos y grandes promesas. Para seguir adelante, debemos reconocer que en medio de la magnífica diversidad de culturas y formas de vida, somos una sola familia humana y una sola comunidad terrestre con un destino común.*

*Debemos unirnos para crear una sociedad global sostenible fundada en el respeto hacia la naturaleza, los derechos humanos universales, la justicia económica y una cultura de paz. En torno a este fin, es imperativo que nosotros, los pueblos de la Tierra, declaremos nuestra responsabilidad unos hacia otros, hacia la gran comunidad de la vida y hacia las generaciones futuras.*

Algunos han señalado que estamos entrando en una época totalmente nueva, “New Age”. Pero tampoco todo lo nuevo es bueno, y no hay que rechazar todo lo viejo. Mucho de lo que se incluye en el término “New Age”, es engañoso y charlatanería. Y también lo que se llama “neo religiosidad”, “neo ocultismo o superstición moderna” ha tenido una fuerte presencia en las últimas décadas, convirtiéndose en una verdadera industria. Como consecuencia de la pérdida de adeptos del cristianismo han proliferado nuevas ofertas en el mercado sobre conceptos de la vida y salud.

En muchas librerías puede encontrar títulos muy interesantes: New Age, estilo de vida y misticismo, ¿Una vida después de la muerte?, Los secretos del espiritismo, Taro, El fenómeno de los OVNIS, Vuelven los dioses, Has estado aquí antes, ¿Qué es la astrología?, etc, etc. Hay centenares de títulos diferentes. Hay mucho de engaño. Pero se vende tan bien como la pornografía. De hecho, mucho de esto podría considerarse como una especie de pornografía. Lo llaman parapsicología, telepatía, clarividencia y telequinesia. Lo llaman espiritismo, astrología y ufología. Tiene muchas denominaciones – “ruidos”- Se trata del negocio más rentable del mundo. Es lo que ingenuamente quiere mucha gente, porque es la expresión de una añoranza, de un deseo de algo místico, de algo que es diferente y que rompe con lo cotidiano. Pero eso es complicarse la vida y volver al oscurantismo.

## **Oscurantismo**

1. m. Oposición sistemática a que se difunda la instrucción en las clases populares.
2. m. Defensa de ideas o actitudes irracionales o retrógradas.

*El mundo no gira en torno a los inventores de nuevos ruidos, sino alrededor de los inventores de nuevos valores*

### **Friedrich Nietzsche**

Insisto, calidad de vida es alcanzar un estado de equilibrio con uno mismo, la familia, sociedad y naturaleza –propuesta en el libro Salud, Dinero y Amor- ¿Acaso viven sin dolor emocional –“sufrimiento”- los ciudadanos de países desarrollados? Estamos viendo altas tasas de depresión y suicidio en Europa. Incremento de violencia y consumo de drogas en la mayoría de países del norte y apego a propuestas neoreligiosas y cultos. Entonces. No viven satisfechos: “el dinero no trae la felicidad”. Los países ricos no son los más felices a pesar de tener el mejor Índice de Desarrollo Humano -"la religión del número" que todo lo basa en el Producto Interior Bruto (PIB) y no tiene en cuenta las desigualdades sociales o el medio ambiente- . Por esta sinrazón se propone el Índice del Planeta Feliz que desnuda la economía hasta su concepto más básico: lo que usamos (recursos) y lo que obtenemos (vidas humanas más o menos largas, más o menos felices). Los países ricos no son los que más

contribuyen a la construcción de un “Planeta Feliz”–IPF-. Todo lo contrario, los países que más retroceden en el índice son los que más éxitos económicos obtienen. Estados Unidos, China e India, Brasil, vistos como modelos de éxito económico, son según el IPF los que más rápidamente ven deteriorarse la calidad de vida de sus habitantes. América Latina, por su parte, aparece como el continente más feliz. Nueve de los 10 países “más felices y ecológicos” son latinoamericanos.

Mi admiración y respeto a filósofos, investigadores, científicos, culturas y al hombre mismo en su proceso evolutivo, quienes han contribuido a mejorar la calidad de vida en la maravilla de la naturaleza y sociedad. Las ciencias, la investigación y la tecnología surgieron de la reflexión filosófica de las personas. ¿No fue, al fin y al cabo, la extrañeza de la existencia lo que llevó al hombre a la luna? Sí, es verdad, cuando Armstrong puso el pie en la luna dijo: “Un paso pequeño para el ser humano, pero un gran paso para la humanidad”. De esta manera, al resumir cómo se sentía al poner el pie en la luna, incluía a todas las personas que habían existido antes que él. Pues no era el único que tenía mérito sino toda la humanidad. La razón es “progresiva”, el “espíritu universal” progresa, lo cual significa que con el conocimiento el hombre se libera y de esta manera “progresa”. Según Hegel, la historia trata de que el espíritu universal despierte lentamente para concienciarse de sí mismo. El mundo ha estado aquí siempre, pero, a través de la cultura y las actividades del hombre, el espíritu universal se hace cada vez más consciente de su particularidad. Al hablar de “espíritu universal” o de “razón universal”, Hegel se refiere a la suma de todas las manifestaciones humanas. El ser humano tiene espíritu y es libre. La Historia muestra que la humanidad se mueve hacia una racionalidad y libertad cada vez mayores, lo cual quiere decir que la

evolución histórica, a pesar de todos sus rodeos, “avanza”. Decimos que la Historia «sobrepasa sus propios límites» y que tiene un «objetivo»: conciencia social y ecológica. El sujeto que no adquiere este paradigma se encuentra alienado y es un esclavo que “engorda al chanchito para que otro se coma” y contribuye a la destrucción de sí mismo y el planeta. La libertad es algo que se tiene o no se tiene, que se quiere, que se conquista.

Porque somos completamente responsables de nuestros actos, jamás debemos eludirlos, culpamos del fracaso o enfermedad a la vida que nos ha tocado vivir, los astros, nuestros pecados, a los castigos divinos, nuestra pareja o hijos, al trabajo, los vecinos. Dejamos nuestras vidas a la voluntad de quienes promueven –por interés- lo primitivo o sobrenatural: profetas, santos, predicciones, supersticiones, mitos, videntes, sanadores, medicina alopática y alternativas comerciales; son los nuevos intermediarios entre los hombres comunes y los dioses pintarrajeados con los signos del pasado. Seguimos ciegamente un “modelo” concebido en el mundo antiguo en todos los aspectos: Estado –coaccionado por imperios-, Democracia –que termina en demagogia- filosofía –basada en lo sobrenatural-, religión –impuesta-, clases sociales –dominantes y dominados-, distribución de la riqueza –con inequidad- Modelo interesado en mantener privilegios. Modelo indoeuropeo impuesto hace 2.500 años en que la esclavitud era normal. Un paradigma caduco basado exclusivamente en la filosofía grecorromana y semítica que daba explicación a lo sobrenatural y mitos tradicionales –dioses; oráculo de Delfos-, dejando de lado a filósofos presocráticos cuya filosofía basaba en la explicación de los fenómenos naturales y sus procesos por una manera científica de pensar sin tener que recurrir a los mitos tradicionales. Los escritos de Séneca o Epicuro, por ejemplo, gozan de un enorme valor para el

alma de quienes los leen, por el hecho de que ejercen una poderosa terapia para el espíritu. No se tratan de escritos filosóficos teóricos, sino de enseñanzas prácticas que ennoblecen de inmediato nuestras almas y depuran nuestro espíritu. Estos filósofos, al igual que muchos intelectuales latinoamericanos, -Andrés Bello; José Martí, Simón Rodríguez, Simón Bolívar, Ernesto “Che” Guevara, José Ingenieros, Eduardo Galeano, Jorge Luis Borges, Pablo Neruda, Miguel Ángel Asturias, Eugenio Espejo, Juan Montalvo, Eloy Alfaro, José Peralta, Monseñor Leonidas Proaño, Benjamín Carrión, etc.-; no pretendían construir sistemas filosóficos, sino ejercer una fuerte influencia en sus alumnos y lectores, a fin de que adaptaran a una nueva "forma de vida", una nueva manera de vivir mucho más humana, juiciosa, sensata y virtuosa.

*“Solo quien sabe hacia dónde navega sabe también qué vientos son buenos y cuál es favorable a su navegación”*

#### **F. Nietzsche**

En el modelo occidental se establece un tipo de dominación, como sinónimo de “autoridad” que para ser “auténtica” necesita un mínimo de voluntad de obediencia –conducta asumida por el que obedece, sin valorizar el contenido del mandato- Para legitimarla, debe ser de carácter racional –leyes o normas establecidos; constituciones-; de carácter tradicional –fe cotidiana a las religiones y tradiciones-; y, de carácter carismático –líderes carismáticos; persona encarnada en el líder, a los que se obedece en virtud de lo heroico o ejemplar- Por lo tanto estas formas de dominación tradicionales pretenden ser

verdaderas y eternas para todo el planeta. Aparentemente mantienen despiertos a los ciudadanos, sobreviviendo, sí, pero en cámaras funerarias. Por esta opresiva tendencia se ven como normales invasiones imperiales antiguas y modernas; una barbarie sanguinaria: romanos, hunos, cruzadas, conquista y colonización de África y América; genocidio en Afganistán, Irak, Franja de Gaza, Haití; dictaduras asesinas civiles y militares, entre otros exterminios silenciosos como el hambre. ¿Se han dado cuenta que nos quieren arrebañar en el bloque occidental contra la cultura islámica? Antes era Rusia; luego China. Son un peligro los pueblos Indios Americanos y la migración. Es una confrontación que nosotros no la hemos provocado. Por esto, bien planteado el pedido del poeta manabita Pedro Gil: ¡Paren la guerra que yo no juego!

*Vana es la palabra del filósofo que no cure los  
sufrimientos del hombre. Pues del mismo modo que  
no es útil la medicina a menos que cure las enfermedades del cuerpo, tampoco lo es la  
filosofía si no sirve para suprimir las enfermedades del alma*

### **Epicuro, Fragmentos**

En armonía con la naturaleza y en comunidad han convivido nuestros ancestros. Codicia, egoísmo, usura, prepotencia, iniquidad, injusticia y los peores males fueron impuestos en la conquista. Estas malas costumbres, inconscientemente dirigen nuestras vidas fomentadas por el imaginario de miedo y estilos de vida consumistas que nos inducen, cómo debemos vivir. La

persona que, de esta forma, va entrando en este rebaño, se convierte en un hombre impersonal de costumbre gregaria. Él o ella se han refugiado en la mentira seductora de la vida que nos presentan los medios de información. Porque la libertad humana nos exige poner algo de nosotros mismos hay que vivir “auténticamente”. El filósofo francés Sartre opinaba que la vida debe tener algún sentido. Es un imperativo. Y somos nosotros los que tenemos que darle sentido a nuestra propia vida como parte de la maravilla de la naturaleza. Existir es crear su propia existencia. Aprenda a tomar el control y responsabilidad de su vida por sí mismo. Hay que estar obligados a ser fuertes, o no lo seremos nunca. Un desequilibrio físico, psíquico o espiritual todos lo tenemos en el transcurso de nuestras vidas. Si nos ilustramos, adquirimos una actitud racional, cambiamos de hábitos y estilos de vida, volvemos al estado de equilibrio, fácilmente, sin necesidad de “pastillitas y productos milagrosos”.

*El hombre no es otra cosa que lo que él se hace*

**Jean Paul Sartre**

Personalmente creo que el sentido de la vida es tratar de dejar un mundo mejor que el que recibimos para garantizar la supervivencia de nuestros descendientes. Muchos luchan, desesperados y sumisos por el futuro de “su familia”. ¿Acaso van a vivir en el onírico paraíso terrenal, amurallados de los condenados de la tierra? A esta altura de mi vida me he preguntado: ¿he sido responsable conmigo mismo, con mi familia, sociedad y naturaleza? Con

satisfacción me he respondido que sí. Entonces, sigo viviendo satisfecho, sin sentimientos de culpabilidad y libre de enfermedad.

*La vida no puede tener sentido solo porque simplemente vivimos, y al morir se muere infeliz* decía Albert Camus. El hombre siempre puede elegir conservar su libertad espiritual y su independencia mental. El hombre que hace esto permite que su vida adquiera un sentido más profundo, puede decidir conservar su valor, su dignidad, su generosidad, su compasión o puede elegir comportarse como un animal. La vida no tiene sentido, si todos estamos muertos en vida: vemos sufrir diariamente, vemos muertes de inocentes en vano, vemos el mundo gobernado por tiranos, vemos la desolación y vemos corrupción, violencia y muchas penurias. Al no hacer nada somos cómplices, ¡Qué desgracia!.

Sobre el sentido de la vida decía Schopenhauer

*Los hombres se parecen a esos relojes de cuerda que andan sin saber por qué. Cada vez que se engendra un hombre y se le hace venir al mundo, se da cuerda de nuevo al reloj de la vida humana, para que repita una vez más su rancio sonsonete gastado de eterna caja de música, frase por frase, tiempo por tiempo, con variaciones apenas imperceptibles.*

*Me dicen que abra los ojos y contemple las bellezas que el sol alumbra; que admire sus montañas, sus valles, sus torrentes, sus plantas, sus animales y no sé cuántas cosas más. Pero entonces, ¿El mundo no es más que una linterna mágica? Ciertamente el espectáculo es espléndido, pero en cuanto a que el hombre represente allí algún papel, eso es otra cosa. ¿Qué papel debemos cumplir para justificar nuestra existencia?.*

El escritor alemán Hermann Hesse dice al respecto: *El vehemente afán de dotar un nuevo sentido a la vida del hombre que ha perdido el que tenía*. Y, ha perdido porque el modelo de sociedad ha impuesto el tener antes que ser. Las cosas materiales se alcanzan legal o ilegalmente. Pasan de moda y se vuelve a la pobreza material o al aburrimiento, entonces la vida no tiene sentido.

¿Cómo enfrentar a estas fuerzas del mercado farmacéutico formal e informal? Estas fuerzas están consolidadas en organizaciones de salud que dirigen el sistema y no se darán por vencidas voluntariamente. Los intereses económicos en juego son los mismos intereses que han forzado la irracional invasión contra Irak y la actual crisis internacional. Por tanto, la guerra por cambiar los modelos “normales” se llevará a cabo con la misma brutalidad que cualquier batalla militar. La comparación es válida ya que, después de todo, las víctimas en ambos casos son millones de personas temerosas con miedo a enfermarse y a la muerte, inducidas al consumo de “remedios”. Si uno puede influir positivamente en la vida de millones de personas y en las de generaciones futuras debe tomar la decisión correcta. Decir la verdad en alto y en todas partes se convierte además en la mejor protección frente a esos grupos.

Una lucha por un cambio de paradigma, que sin plantear utopías contribuya a la elaboración de propuestas de escenarios reales –recuerden que el único enemigo es la realidad- cuyo objetivo sea mejorar la calidad de vida de acuerdo a la realidad de cada comunidad con participación ciudadana, para que la salud deje de ser considerada susceptible de mercantilizar y medir en términos de costos y beneficios, y pase a ser una propuesta de verdadero desarrollo humano que tenga en cuenta la cuestión social, atienda con otro enfoque las enfermedades “modernas” que son claros indicadores de una

presión mundial de un modelo de acumulación que desplaza a sectores enteros a la pobreza e indefensión.

Enfrentar a las transnacionales no es el necio empeño de «relaciones de amistad», sino la necesidad y posibilidad de hacer realidad las exigencias y aspiraciones de los pueblos comprometidos con la dignificación humana desde los diversos modos de sentir, expresar, pensar y proyectar un mundo mejor y posible por la toma de conciencia individual y social.

La reconstrucción del mundo natural y las relaciones humanas racionales, desde los hombres y las mujeres que las viven respetando su historia y su cultura. En ellas la vida se afirma, consolida y revaloriza como posibilidad humana de perfectibilidad para vivir con calidad y morir con dignidad.

Construir una civilización humana digna, equitativa y justa requiere de acciones, reflexiones y deseos capaces de elaborar y movilizar alternativas, desde la confusión que generan los medios de comunicación, lo cual supone cambios profundos en nosotros mismos. A motivar, de alguna manera, esos cambios, se dirigen las ideas de este ensayo.

En los últimos años aparece un desencanto frente a la idea de progreso. En las nuevas definiciones de salud, esta es considerada como un estado de equilibrio. Puede parecer que volvemos a aquella Physis griega, pero el hombre actual no se halla en las mismas condiciones que antaño frente a la naturaleza y la enfermedad, ahora es depositario de una tecnología que le confiere un gran poder. Aparecen las primeras voces reclamando responsabilidad, moderación y prudencia; la tecnología y el avance médico conseguido, no han erradicado la enfermedad, pero se ha producido un

desarrollo autónomo de la tecnología y la ciencia médica, que ha ocasionado que el propio hombre se vea incluido como rata de laboratorio y entre los objetos comerciales de su propia técnica. Esta culminación del poder humano, puede muy bien llegar a significar el sometimiento del hombre a su propia obra: deshumanización.

La política actual ha asumido la prestación de la asistencia sanitaria como uno de los pilares básicos del bienestar de sus ciudadanos. Los actuales sistemas de asistencia sanitaria nos plantean dilemas relacionados con la equidad y la justicia distributiva. Ante ello, se ha planteado el nacimiento de una nueva disciplina, la bioética, con el fin de intentar reflexionar y avanzar en la resolución de los problemas cada vez más complejos de una sociedad donde la diversidad de opiniones, religiones, vivencias y situaciones, obliga a un debate continuado e ininterrumpido, en una búsqueda de eso que demasiado ambiguamente venimos denominando "bien común", uno de sus elementos es salud, entendiéndose esta como un estado de equilibrio entre la ciencia y tecnología con el aspecto físico, social, cultural, espiritual y ecológico. Las nuevas tecnologías que producimos, experimentamos y aplicamos en nosotros mismos deben orientarse a mantener la evolución y la supervivencia del ser humano.

Cientos de médicos jóvenes desocupados abandonados por la universidad, sobreviven en el mercado de la salud con artimañas –son rentables las cesáreas; puestas de sueros con vitaminas y tratamientos alternativos engañabobos- A este recurso humano hay que formarlo como médicos familiares comunitarios, para que orienten y eduquen a la comunidad; fomenten y promuevan salud; y, descongestionen los hospitales. Sean el

primer nivel de atención personalizada, humanizada, ilustrada y organizada en la comunidad.

Mirando hacia el futuro, la medicina alopática y alternativa no va a cambiar el estado de miseria emocional humana si no cambia el sentido de la vida y se mantiene intacta la tensión emocional y social.

Ante los resultados relativos de la medicina alopática, tradicional y alternativa, mantengo en mente el viejo aforismo hipocrático –modificado por mí: “Tratar de curar siempre, ayudar siempre, consolar siempre; pero sobre todo: orientar, correctamente, moralmente” “Virbonussanandiperitus” -hombre bueno experto en sanar-.

Lo que es bueno y lo que es malo, la historia lo demuestra. Lo que es “sensato” es lo que tiene posibilidad de sobrevivir. Piense por sí mismo. Sea sumiso u obediente ante el consumismo; miedoso ante lo sobrenatural. O. Crítico, virtuoso, emprendedor y guerrero libre. Usted elige.

*El hombre vive habitualmente sumergido en su vida, náufrago en ella, arrastrado instante tras instante por el torrente turbulento de su destino, es decir, que vive en estado de sonambulismo sólo interrumpido por momentáneos relámpagos de lucidez en que descubre confusamente la extraña faz que tiene ese hecho de su vivir, como el rayo con su fulguración instantánea nos hace entrever, en un abrir y cerrar de ojos, los senos profundos de la nube negra que lo engendró. Tenía razón Calderón en un sentido aún más concreto y trivial de lo que él supuso: por lo pronto, la vida es sueño, porque es sueño toda realidad que no se captura a sí misma, que no toma plena posesión de sí misma, que se queda dentro de sí y no logra, a la vez, evadirse de sí misma y estar sobre sí. Y no hay distinción entre el hombre inculto y el hombre de ciencia: también el físico es sonámbulo y lo es no sólo en su vida común sino que también al hacer su física, al crear su ciencia*

*sonambuliza. La física es sueño, un sueño matemático. El único intento que el hombre puede hacer para despertar, para acordar y vivir con entera lucidez consiste precisamente en filosofar. De suerte que nuestra vida es, sin remedio, una de estas dos cosas: o sonambulismo o filosofía. Yo lo advierto lealmente antes de empezar: la filosofía no es sueño —la filosofía es insomnio— es un infinito alerta, una voluntad de perpetuo mediodía y una exasperada vocación a la vigilia y a la lucidez.*

**J. Ortega y Gasset: La razón histórica**

(Obras Completas, vol. XII, Alianza Editorial)

## Bibliografía

Babini, José. *Historia de la Medicina*. Barcelona, España, Gedisa, 1980. P.

7Ibid. P. 9

Navarro Floria, Pedro. "Ciencia y discurso político sobre la frontera sur argentina en la segunda mitad del siglo XIX" en *Patagonia ciencia y conquista*. General Roca, Río Negro, Argentina. Publifadecs, Departamento de Publicaciones de la facultad de Derecho y Ciencias Sociales. Universidad Nacional del Comahue. 2004. P. 167

Eliades, Mircea. *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*. México, Fondo de Cultura Económica. 1992. P. 25.

Foucault, Michel. *La vida de los hombres infames. Ensayos sobre desviación y dominación*. Montevideo, Uruguay, Nordam Comunidad 1992. P. 13-14.

Lévi-Strauss, Claude. *El pensamiento salvaje*. México, Fondo de Cultura Económica. 1975. P. 28.

La referencia en es: G.G. Simpson. *Principles of Animal Taxonomy*. New York, 1961.Lévi-Strauss, Claude. Obra citada. P. 30<http://www.e-torredebabel.com/Historia-de-la-filosofia>.

Lacan, Jaques. *El Seminario, libro X, La Angustia*, Inédito. Versión traducida por la Escuela Freudiana de Buenos Aires. 1987.

Lain Entralgo P. *Historia de la medicina*. Barcelona: Masson, 1968.

- Hipócrates. *Tratados hipocráticos*; Int. García C. Madrid: Gredos, 1983.
- Galeno C. *Sobre la localización de las enfermedades*. Int Garcia L. Madrid: Gredos, 1997.
- Sendrail M. *Historia cultural de la enfermedad*. Madrid: Espasa-calpe, 1983.
- Salman JM. *La bruja*. En Duby G y Perrot M. *Historia de las mujeres. Del Renacimiento a la Edad Moderna*. Madrid: Taurus, 1992.
- Enrenreich B, English D. *Brujas, comadronas y enfermeras, historia de las sanadoras, dolencias y transtornos, política sexual de la enfermedad*. Barcelona: La Sal, 1981.
- Foucault M. *El nacimiento de la clínica: una arqueología de la mirada médica*. México: siglo XXI (10ª ed), 1985.
- Organización Mundial de la Salud. *Carta Fundacional. Ginebra: Organización Mundial de la Salud*, 1948. Engelhardt HT. *Salud, medicina y libertad: Una evaluación crítica*. En Engelhardt HT, Rodota S, Palacios M. *Libertad y salud*. Barcelona: Fundación Victor Grifols y Lucas, 1999.
- San Martín H. *La crisis mundial de la salud*. Madrid: Editorial Ciencia 3 (2ª ed), 1985.
- Jonas H. *El principio de responsabilidad. Ensayo de una ética para la civilización tecnológica*. Barcelona: Herder, 1995.
- Camps V. *Una vida de calidad. Reflexiones sobre bioética*. Barcelona: Ares y Mares, 200.

## **Evolución de conciencia en la medicina**

*Mirar el pasado para comprender el presente.*

*El mundo no se comporta según  
explicaciones mágicas o religiosas*

Los dogmas, obligan a creer ciegamente en quimeras, evitan, que el ser humano reflexione y busque la verdad a través del dominio del sentido crítico en las múltiples propuestas doctrinarias, religiosas, filosóficas, sociales, económicas y políticas. Un ejemplo es el origen de la vida, en el que existen distintas versiones de la creación, entre otras, con las que iniciamos esta sección:

Persas: Ormuz y Arhiman

Egipcios: Shu y Tefnut

Indú: Indra y Vritra

Chinos: Pan- ku, Nueka

Griega: Gea, Eros, Tartaro

Escandinava: Ymir, Audumula

Azteca: Ometecuhtli, Omecihault

Inca: Manco Cápac y Mama Ocllo" y "Los Hermanos Ayar”

Hebrea: Yahve, Adán y Eva

“Sopa primitiva > Ácidos nucleicos” experimento de Stanley L. Miller (Universidad de Chicago, laboratorio Harold U rey) (15 de mayo de 1953) Revista Nature.

El objetivo de este ensayo es conocer las diferentes ofertas mágico religiosas que han acompañado al ser humano en la historia. Con su lectura se tiene un panorama amplio y no sectario de las ideas religiosas y creencias. Dios, Alá, Elohim, Yahvé, Jehová, Atman, Brahma, Ahuma, Mazda, Lugh, Marduk, Sat Gurú, Shan Ti, etc., son un ejemplo de la variedad de creencias en el mundo. La religión, las creencias, la filosofía, las tradiciones místicas y las tendencias espirituales han convivido con el ser humano, muchas veces confrontados dogmáticamente, por lo que no han contribuido a despertar la conciencia colectiva y la situación del individuo en ella.

Hace miles de años, en algún lugar del planeta, en forma fortuita, un rayo o el frotar dos piedras provocó fuego, cerca a la carne que iba a servir de alimento a un ser primitivo y la cocinó; el apetito fue el catalizador para que no se hicieran demasiados remilgos a esta nueva opción del alimento principal de entonces, la carne cruda.

La adopción de este paso trascendental en la vida del hombre, de asar sus alimentos, sirvió para separar algunas toxinas limitantes de las vitaminas y

proteínas. Esta nueva forma de alimentación aceleró la evolución del organismo humano.

Se alargaron las fibras del cuerpo, permitiendo que el hombre se irguiera sobre las piernas, dejando en libertad de movimiento a sus manos, esta gran transformación desarrolló su intelecto.

Y la maravillosa y permanente evolución del hombre se inició, seguirá y no se detendrá nunca.

Y en forma paralela a la vida misma se presentaron enfermedades, a las que el hombre enfrentó de acuerdo a los conocimientos que disponía.

Actualmente estamos en una época muy especial, porque podemos vislumbrar con precisión matemática un futuro tecnológico fantástico, donde la salud, la belleza y la inteligencia lograrán metas insospechadas.

Paradójicamente, en el umbral de estas maravillas, aproximadamente catorce millones de niños mueren al año por enfermedades producidas por la desnutrición, y 800 millones de seres humanos están muy deficientemente alimentados.

Detrás de este terrible flagelo de desnutrición y contaminación de la moderna forma de vida, se encuentran agazapadas, amenazantes, nuevas enfermedades – ¿producto de la guerra bacteriológica? ¿Iniquidad, injusticia? - que la ciencia, conciencia y espíritu humano están en la obligación de combatir.

Debo afirmar que el cuidado de la salud no es un atributo exclusivo de nuestra especie: las hormigas y otros animales sociales siguen estrictas normas higiénicas, mientras que los simios consumen hierbas específicas para,

presumiblemente, tratar males particulares. Los animales son las únicas especies que mantienen la vida y el planeta. Desde esta perspectiva, algunos comportamientos conducentes a la salud son previos a la aparición del Homo sapiens, mas la ciencia médica como tal surge con él; es una de las mejores manifestaciones de la cultura, pues se nutre de los conocimientos y los valores del grupo humano en cuyo seno opera. Y probablemente la tecnología, hija práctica de la ciencia, haya sido uno de los principales motores del avance médico; es ella la que materializa el saber en poder. Lamentablemente los humanos hemos permitido que ciencia y tecnología sirvan también para la guerra, la destrucción. Martilla en mi cabeza una parte de la letra de las canciones “sobreviviendo” de Víctor Heredia: “no quiero ver un día manifestando por la paz en el mundo a los animales. Como me reiría ese loco día, ellos manifestándose por la vida y nosotros apenas... sobreviviendo”; y “El progreso” de Roberto Carlos: “yo quisiera ser civilizado como los animales”.

A partir del año 4000 a. de J.C. ocurrió una revolución técnica y cultural que permitió el florecimiento de grandes civilizaciones en los valles de los grandes ríos: Eúfrates, Tigris, Nilo, Indo y Hoang-Ho. Dentro de las innovaciones de esta época están la escritura, el uso de metales, la agricultura y las características comunes a las diferentes civilizaciones en el ámbito médico eran el politeísmo, diferentes grados de religiosidad asociados directamente con las enfermedades o la sanación. En la Antigüedad, el destino de los seres humanos y la recuperación de la salud estaba en manos de la medicina mágico religiosa. Nos ha dejado como evidencia histórica dibujos y pinturas que parecen ser el retrato de un chamán o sacerdote – sanador-, en las cuevas de Les Trois Freres en Francia.

Muy probablemente los males del hombre primitivo se curaban con procedimientos extremadamente simples, instintivos. Con el paso del Homínido al hombre, la inteligencia y el sentimiento tuvieron un rápido desarrollo; trató de dar explicaciones al placer, la angustia, el dolor, la enfermedad, la muerte, sobre todo el miedo delante de los fenómenos de las fuerzas naturales, enfermedades y/o la muerte que no sabía comprender. Se dio cuenta que la muerte podía llegar enseguida y sin causa alguna; la muerte no solo se producía por causas violentas, sino también por obra de enemigos invisibles. Un misterio que solo podía ser atribuido a causas mágicas, explicado únicamente por la religión o la magia, para interceder ante lo sobrenatural estaba el mago, sacerdote, brujo y chamán, los que con el tiempo, la experiencia y conscientes del beneficio que ofrecen, se transforman en intermediarios entre los hombres comunes y los dioses. Es un hecho definitivo que la Historia de la Medicina se inicia con la práctica mágica y el empirismo sacerdotal con el único fin de sacar el mal, ayudado por la magia, la sugestión, la yerba misteriosa, la gimnasia, la dieta, el reposo, uso de brebajes, conjuros, talismanes, danza, batir de tambores, sonajeros, cantos, textos mágicos, uso de piedras raras, semipreciosas, plumas, granos, huesos; todos usados como talismanes para que quien los lleve se vea libre de la influencia de encantamientos y males. Así se inicia la “profilaxis”. Los intermediarios usaban y proporcionaban a sus pacientes pócimas con base a opio, hasshis, hongos, coca, escopolamina, tabaco, copaiba, cohoba, jalapa, lobelia con los que “volaban”, se contactaban con los dioses, y espantaban males y demonios. Así nace la "medicina empírica" invadida por la religiosidad. La potencia de las supersticiones, el animismo, los males no comprendidos y las enfermedades, “creen” los primitivos son obras de espíritus malignos, genios o dioses –politeísmo- y la rica imaginación de estos primeros hombres creó

como espíritus y dioses a los propios hombres, a los animales, a las plantas, a las fuerzas de la naturaleza, a quienes les fueron atribuidos los males y para su curación invocaban a los mismos dioses o espíritus.

A pesar de los métodos y la incertidumbre de los resultados, el Médico Brujo creía tan firmemente como los enfermos en su poder de curarlos. Las enfermedades debían atajarse mediante estos ritos, ceremonias y otras medidas. Si al final, el demonio entraba en el cuerpo de su víctima, por falta de precauciones o a pesar de ellas, todos los esfuerzos se centraban en convertir en inhabitable ese cuerpo para el demonio, con apaleamientos, torturas o haciendo morir de hambre al paciente. El espíritu ajeno se podía echar con pociones que provocaban un vómito violento o se expulsaba a través de un agujero realizado en el cráneo. Este último procedimiento, denominado trepanación, fue también un remedio para la locura, la epilepsia y el dolor de cabeza.

La medicina de los pueblos primitivos, actuales o no es un conjunto de creencias y prácticas relacionadas con la salud, con un fuerte componente psicológico, basado en creencias, ritos mágicos y el empleo de prácticas instintivas. Muchos buscan la causa mágica de la enfermedad antes que su origen real, la adivinación, exámenes de vísceras de animales sacrificados, o en trance utilizando alucinógenos, haciendo interrogatorios al paciente (catarsis), usan la adivinación diagnóstica por la relación del enfermo con el mundo sobrenatural y el respeto por los dioses y demonios maléficos, pero la clave del poder es su capacidad para liberar las fuerzas psíquicas del paciente, actuando con sus ritos e influencias mágicas sobre los recursos curativos del sub consciente individual y colectivo, utilizando la confesión o catarsis del enfermo y la transferencia psicoanalítica primitiva, aplicando ritos de

purificación corporal como los encantamientos, los hechizos, los conjuros mágicos y las oraciones. Los himnos médicos poseen una propiedad curativa; son fórmulas de exorcismo contra los demonios autores de las enfermedades y de los desórdenes orgánicos. Existía un ritual mágico-religioso que se ha conservado en ciertos textos, como Kaushika-sutra, ligado al Atbarvaveda, de carácter eminentemente mágico –libro sagrado de la India; actualmente “de moda”- en el que se manipula la espiritualidad con la ingenuidad de sus fervientes seguidores en estado de indefensión.

Todo ritual tiene un carácter simbólico y está compuesto por una serie de ritos que pueden consistir en fiestas y ceremonias, de carácter más o menos solemne, según pautas que establecen la tradición de las sectas o religiones. Hay cientos de falsas propuestas espirituales alienantes, muchas de las cuales desorganizan a la familia y sociedad. Son instrumentos de adoctrinamiento – amansamiento-.

Principales tipos de ritos que forman un ritual.

- De purificación, que se celebran por medio del agua: por ejemplo, los baños rituales y los bautismos que realizan los sacerdotes. Lavan al hombre de su “¿pecado original?” y lo hacen digno ante la divinidad. Utilizan el agua como elemento purificador y de renovación.
- De sangre, que consisten en el derramamiento de sangre: por ejemplo, la circuncisión o los sacrificios.
- De tránsito o de paso: se dan en momentos claves de la vida de una persona (nacimiento, pubertad, matrimonio, muerte).

- Funerarios: relacionados con la muerte y el supuesto paso a la otra vida.
- De iniciación: relativos a la introducción a los misterios o prácticas religiosas y sectas secretas.
- Relativos a fenómenos naturales: la primavera, la siembra, la cosecha, las tempestades.
- Exorcismos: para alejar los malos espíritus.
- De consagración: de personas (reyes, sacerdotes) o de lugares (templos).
- De conmemoración: en recuerdo de acontecimientos, instituciones, hechos fundacionales.
- De acción de gracias: por las cosechas, por salir de una enfermedad grave, por haber sido salvado de un peligro.
- De expiación: para pedir el perdón divino con indulgencias.
- De sanación: para prevenir, sacar y curar enfermedades.

Los ritos, en el oscurantismo como en nuestros días eran y siguen siendo una forma de atraco a los incautos crédulos. Estos, pagan, además, publicidad y marketing.

La Cirugía, una forma de tratamiento simple o compleja, utilizada desde los más remotos tiempos para el tratamiento de las heridas producidas por la caza, por animales feroces o por los propios hombres; curación de heridas, huesos fracturados y traumatismos; trepanaciones, y drenajes de abscesos para los que utilizaban las hojas de obsidiana. Procedimientos increíbles como escarificaciones y aplicación de baños, agua, barro, telarañas, vegetales, humo, estiércol, orina, etc., observamos todavía. Los masajes se utilizaron en

todas las culturas iniciales, así como el baño con fines terapéuticos y de limpieza corporal y espiritual. Cuando se conoció el fuego, se utilizó también en medicina, no solo para preparar los brebajes, sino para hacer cauterizaciones y dar calor para aliviar el dolor. Los magos o sacerdotes afirmaban: *Lo que los medicamentos no curan, lo cura el hierro; lo que el hierro no cura, lo cura el fuego; lo que el fuego no cura, hay que considerarlo incurable.*

Lo visto, imitado y aplicado da experiencia a los hombres prehistóricos, así como las creencias, las leyes de la naturaleza que observa, es decir “ver y creer” da experiencia empírica y la fe mística, es la medicina que con la magia hacen un misterio de la enfermedad, ver y creer los lleva a pensar y saber, es decir a un conocimiento racional para llegar en la evolución a que “ver, creer, pensar y saber”, es el arte de curar, vemos pues desde tiempos inmemoriales, que la religión, el arte y la medicina están íntimamente ligados, entremezclados e integrados para aliviar el dolor, curar y sanar las enfermedades.

Estas explicaciones mágico religiosas se transmitieron de generación en generación a través de los mitos. Un mito es un relato sobre dioses, un relato que pretende explicar el principio de la vida, de las enfermedades, del destino, etc. El mito intenta dar a los seres humanos respuestas a algo que no entienden y a menudo se relaciona con actos religiosos. Las fuerzas de la naturaleza son personificadas y deificadas - Ser divino, cada uno de los dioses de las diversas religiones (Zeus/Júpiter, Odín) y a lo largo de la historia son modificados y corregidos en los “textos sagrados” para mantener el “Statu Quo” – dejar las cosas en el estado en que se hallaban antes: ignorancia, oscurantismo y decadencia- ¡Para seguir pescando a río revuelto!

Existen un sinnúmero de mitos sobre Tor, Odín, Frey y Freya, Hoder y Balder, y muchísimos otros dioses. También los griegos tenían su visión mítica del mundo cuando surgió la primera filosofía. En Grecia los dioses se llamaban Zeus y Apolo, Hera y Atenea, Dionisio y Asclepio, Herecles y Hefesto, por nombrar algunos.

Mientras el universo estuviera bajo el control de dioses arbitrarios e incomprensibles, no habría posibilidades de preverlo y entenderlo. Ello lleva a un nuevo pensamiento, la filosofía ("amor al conocimiento", disciplina que trata de la esencia, propiedades, causas y efectos de las cosas naturales). Es un excitante ejercicio intelectual de tratar de descubrir la existencia de leyes en la naturaleza.

El destino no solo determinaba la vida del individuo. Los griegos también creían que el curso mismo del mundo estaba dirigido por el oráculo de Delfos. Opinaban que el resultado de una guerra podía deberse a la intervención de los dioses. También hoy en día hay muchos que creen que Dios u otras fuerzas misteriosas dirigen el curso de la historia aupados en sectas, religiones y poder espurio –todos los días son noticia sensacionalista en los medios-.

Alrededor del año 700 a.C. gran parte de los mitos griegos fueron escritos por Homero y Hesíodo. Al tener escritos los mitos, se hizo posible discutirlos.

Los primeros filósofos griegos criticaron la mitología de Homero solo porque los dioses se parecían mucho a los seres humanos, eran igual de egoístas y de poco fiar que nosotros. Por primera vez se dijo que quizás los mitos no fueran más que imaginaciones humanas.

Encontramos un ejemplo de esta crítica de los mitos en el filósofo Jenófanes de Colofón, que nació en el 570 a.C. “Los seres humanos se han creado dioses a su propia imagen”, decía. “Creen que los dioses han nacido y que tienen cuerpo, vestidos e idioma como nosotros. Los negros piensan que los dioses son negros y chatos, los tracios los imaginan rubios y con ojos azules. ¡Incluso si los bueyes, caballos y leones hubiesen sabido pintar, habrían representado dioses con aspecto de bueyes, caballos y leones!”. Se nota una evolución de una manera de pensar mítica a una basada en la experiencia y la razón. El objetivo de los primeros pensadores –filósofos- era buscar explicaciones naturales a los procesos de la naturaleza –manera científica de pensar-. Actualmente vemos absurdos, nuevos dioses y cultos para todo gusto y vanidad manipulados por los grupos de poder, su objetivo: ¡mantener al mundo explotado, en delirio y enajenación! Para ayudarnos a soportar la azarosa vida –en forma cínica dicen que todos llevamos una pesada cruz; yo aseguro: nos han impuesto- tratan de obligar al consumismo de productos milagrosos y vanos, plagiados, de los miles que se usaban en la antigüedad.

Para uso interno los babilonios (II milenio antes de Cristo) tenían como vehículo de sus medicinas vino, cerveza, leche, aceite o agua. Hasta aquí los pacientes babilonios no presentaban mayores problemas para ingerirlos, pero el sacrificio comenzaba cuando a esas bases se les agregaban semillas, raíces, hojas, tallos, frutos y hasta materias minerales y animales, que solían ir desde una frágil paloma hasta un repugnante roedor o reptil. Por suerte, para los pacientes de la época sus contemporáneos habían inventado las píldoras, evitando con su ingesta, si no una posible muerte por la enfermedad misma, al menos una más segura por la repulsa digestiva de las pretendidas panaceas. A propósito ¿ha tomado orina? que propone la orinoterapia. ¡Qué tal!

Para uso externo, los babilonios se valían, fundamentalmente, de emplastos y vendajes que se aplicaban sobre pomadas elaboradas con base a grasas de cualquier animal que anduviera sobre la tierra y debajo de ella: sebo, aceite, mantequilla, con la adición de drogas machacadas. Dicho menjunje, después de un tiempo de tratamiento y teniendo en cuenta el clima de la región, proporcionaba al enfermo ambulatorio un hedor insoportable, creándose de esa manera una especie de ¡cuarentena desodorante!. Un ejemplo: receta indicada para las heridas entre el 2.100 y el 2.200 a de C.: “aplicar sobre ellas aceite, triturar y quemar una caparazón de tortuga y con ella fricciónar la herida, luego agregar cerveza sobre el ungüento, dejar esperar un rato, triturar madera de abeto y cubrir la zona tratada”. Hoy, increíblemente vemos a muchos ciudadanos ingerir sangre de tortuga, de mono, de oso, caldo de “tronquito” (el pene del toro) con la creencia de fortalecer su cuerpo y virilidad.

Sin embargo, aún cuando la juzguemos absurda, esta receta fue de uso obligado en las guerras, que, dicho sea de paso, eran frecuentes y multitudinarias. Lo que no nos cuenta la historia es cuántas víctimas más generaba la gangrena gaseosa a causa de la pomada, que las propias contiendas.

Para el dolor, desde la aparición de la vida, se han usado múltiples formas de aliviarlo, desde la simple frotación hasta los brebajes y pociones soporíferas o la religión. Ya en el Génesis se relata que "I el Señor hizo que un profundo sueño cayera sobre Adán y Adán durmió, luego le sacó una costilla y cerró la carne que había quedado abierta, etc."

Los primitivos seguramente frotaban, lamían, aplicaban emplastos y bebían pócimas como los relatados en la Odisea: "Elena pone Nepente –bebida mágica, remedio contra la tristeza y que producía olvido- en el vino de Telémaco " o en el Talmut refiere el uso del "Shammenda Shinta" o en "Las Mil y Una Noches" dicen utilizar la Bhang –cannabis-, lo cierto es que desde siempre son conocidos y usados el Opio, el Cannabis Indica, la lechuga, el Beleño, la Cicuta, la Mandrágora, la Datura y otras.

La dieta fue muy importante no solamente para sobrevivir, sino para alcanzar un grado de evolución y adaptación al medio ambiente hostil. Ya en el Código de Moisés, tenemos también referencias sobre la observación empírica de la dieta, en el Levítico libro XII, verso 3 al 43 dice: "no comer animales anguilados, tardigrados, peces lisos, reptiles y batracios, pájaros no limpios, agua contaminada, animales muertos o aquellos que mueren por sí mismos", también lo demuestran las pinturas rupestres primitivas, estudios de restos dentarios tanto de los primitivos como de las etapas de transición de cazadores, recolectores, agricultores. También desde esos tiempos trataban de prevenir las enfermedades y realizaban una medicina profiláctica, primitiva, creyendo en las virtudes protectoras de objetos, tal como portar amuletos, fetiches, pinturas rituales, mutilaciones, circuncisiones, escarificaciones, marcas tribales y muchas otras con el fin de estar bien con el dios o espíritu benigno que los cuide.

También los médicos del Asia Menor —sobre todo en Egipto— no solo utilizaron el “excremento oficinal” del hombre y animales, sino que también agregaron a sus pócimas los excrementos de las moscas depositados sobre las paredes. Por su parte, los chinos hicieron uso de lo que la historia ha denominado “farmacia inmunda”, tanto que para combatir las psicosis

recomendaban un remedio compuesto por excrementos humanos, dejados reposar en un recipiente encerrado en la tierra durante tres años.

Para combatir la pulmonía utilizaban el regalíz (raíz o palo dulce) mezclado con amoníaco, luego se introducía la mezcla en una caña de bambú y se guardaba en un retrete durante tres años, cubierto por heces. A pesar de las medicinas descritas (algunas tan insoportables como la propia enfermedad) los babilonios estaban adelantados: conocían el uso de tampones, supositorios, la extracción de sangre mediante sanguijuelas, vomitivos (a veces constituidos por los mismos brebajes con que trataban algunas enfermedades) y los baños de vapor.

Otro de los medicamentos que debe haber resultado todo una proeza ingerir, debe haber sido el conocido como teriaca o triaca, que se convirtió en el más famoso y demandado en el mundo antiguo. El invento de la teriaca se debe a Mitrídates VI rey del Ponto (de allí que en un principio se lo llamara mitridato), pero luego fue mejorado por el médico de cámara de Nerón, Andrómaco el Viejo. El bebedizo primitivo contenía entre 50 y 100 sustancias diferentes, pero luego quedó solo en 64, entre las cuales se contaban las más heterogéneas e insólitas que puedan imaginarse, como, por ejemplo, opio, sangre de pato, carne de serpiente, especias, vino y hasta cebollas albarranas.

A pesar de todo, lo curioso es que esta horrenda mezcla que entrara a Europa en la Edad Media a través de los árabes, fue tenida como remedio universal aún en el siglo XIX, con lo que es fácil suponer la cantidad de pacientes enviados al otro mundo con solo unos tragos de la famosa triaca.

El vocablo momia proviene de los antiguos judíos, árabes, caldeos y, principalmente, de los egipcios anteriores a Moisés, y significa cuerpo muerto preparado con sustancias odoríferas y conservatorias. Pues bien, la momia (momia en adelante para nosotros) era carne humana ya cadáver preparada con un relleno de “pez judía”, sustancia que se conocía como betún de judea, y que resulta de una mezcla de asfalto, betún y parafina. No se sabe a quién, alguien se encargó de deslizar el rumor de que el “pez judía” poseía propiedades curativas comprobadas.

Es así como a partir de allí —en el año 1 .000 d. C. la carne de momia se utilizó para el tratamiento contra las contusiones, golpes y para prevenir la coagulación sanguínea. Luego, más velozmente que el rumor corrió la avaricia y a partir de allí los árabes comenzaron a exportar momias egipcias para abastecer a los médicos y autoridades que requerían esa panacea, que era administrada en ralladura que se vehiculizaban con vino o miel, o bien se cortaba en pequeños trozos que eran ingeridos sin más ni más. Cuando el supuesto medicamento ganó adeptos a fines de la Edad Media, la demanda aumentó y, como lógica consecuencia, las momias comenzaron a escasear en el mercado.

A partir de allí hicieron su aparición los eternos pícaros de la oferta y la demanda, quienes se encargaron de recorrer las prisiones para llevarse los cadáveres de los ajusticiados, los cuales eran cortados en pequeños trozos y proporcionados a los enfermos, quienes tragaban semejante “receta” no sin muchas veces vomitar cada porción, según registran las páginas de la historia de la medicina. Felizmente, el médico francés Ambrosio Paré, quien también había medicado estos bocados de cadáver —a mediados del siglo XV— anuncia que “los pacientes poco después de ingerirla la vomitan con gran

dolor de estómago” y que no solo no reducía las hemorragias, sino que, por el contrario “más bien por la agitación que esta droga produce en el cuerpo aumenta la pérdida de sangre”. Sin embargo, antes que Paré y luego otros desmitificaran las bondades de la mumia, ésta había gozado en Europa de tal prestigio, que los comerciantes en Francia, por ejemplo, hacían un negocio fabuloso robando cadáveres de los cementerios en la noche.

Entonces les extraían el cerebro, las vísceras, para luego secarlos al horno, salarlos y aromatizarlos, untándolos finalmente con betún de judea para venderlos como auténticas momias de Egipto. De esta manera, anota Paré, vendían y hacían a los enfermos “tragar brutalmente carroña hedionda e infecta de ahorcados”. De todas formas, al negar Paré los efectos positivos de la mumia, proponía para los resultados buscados las mismas ideas y enseñanzas de los discípulos de Hipócrates —Galeno, por ejemplo—, quien para evitar la coagulación de la sangre (que supuestamente lograba la mumia hasta el descrédito que le proporcionó Paré) recomendaba que a los enfermos de este mal se los debía envolver en piel de carnero recién desollado cubierta con polvo de mirto. Luego se acostaba al enfermo en un lecho bien caliente y se lo debía cubrir para que sudara durante 4 ó 5 horas, sin dormir.

Al día siguiente se quitaba el oloroso “envoltorio” y se le aplicaba al enfermo una especie de linimento elaborado con manzanilla, ungüento de malvavisco (planta malvácea), trementina, aceite de lombriz y harina de alholva (planta leguminosa), entre otros componentes. Claro que ese era un medicamento para pudientes, porque a la 'gente pobre” recomienda meterla en bosta de vaca previa cobertura del cuerpo con heno y luego ¡a sudar!.

La ignorancia de prescriptores y deseo de curarse de padecientes estimulaban a los “emprendedores” a inventar triquiñuelas para engañar y sacar provecho del dolor, desde entonces, hasta la actualidad en el “mercado formal e informal” se promocionan miles de pócimas, brebajes, supositorios, tabletas, jarabes, vinos, cápsulas, talismanes, perfumes, inciensos, etc. La mayoría de los cuales son solo agua con anilina o azúcar con talco coloreado en presentaciones llamativas para consumo de ingenuos.

Los romanos habían aprendido a aplicar el opio como sedante y analgésico, y lo prescribían en forma de píldoras, cataplasmas, supositorios y lavativas, es decir, opio por todos lados con tal de calmar a los exaltados y aliviar a los doloridos. Lo que tampoco ha quedado documentado es cuántos murieron por lo que hoy llamaríamos sobredosis de narcóticos.

La medicina de la Grecia antigua tenía una sólida base mágico-religiosa, como puede verse en los poemas épicos La Ilíada y La Odisea, que datan de antes del siglo XI a.C.

En ambos relatos los dioses no solo están siempre presentes sino que conviven con los humanos, compiten con ellos en el amor y pelean con ellos en la guerra, hasta son heridos pero (claro) se curan automáticamente. No así los guerreros mortales, cuyas heridas requieren los tratamientos de la medicina primitiva, aunque ocasionalmente también se benefician de la participación de los dioses.

Las enfermedades contagiosas se interpretaban, a menudo, como un castigo de los dioses, quienes podían volver a curar a las personas, si se les ofrecía sacrificios. Esto no es en modo alguno exclusivo de los griegos. Fue una

práctica aberrante en muchas culturas del mundo antiguo. Se mataba a las víctimas ritualmente de una forma que pretendía apaciguar a los dioses. Los sacrificios humanos fueron practicados en las religiones celtas de la edad de bronce y en los rituales relacionados con la adoración de los dioses en Escandinavia. Para los habitantes de la antigua Cartago, enemiga sempiterna de Roma, el sacrificio de infantes recién nacidos era también una manera de aplacar a sus dioses. Se practicó también en Mesoamérica. La Biblia contiene también un relato sobre el sacrificio de su hijo Isaac que Dios le pide a Abraham. También, obras artísticas, como La consagración de la primavera del compositor Ígor Stravinski, hacen referencia a los antiguos sacrificios de doncellas en la actual Rusia.

Otro ejemplo de sacrificio humano en el Antiguo Testamento es el de Jefté, quien promete a Yahvé sacrificar en su honor a el primero que salga a recibirle a su regreso si le ayuda a vencer a los Amonitas (Jueces 11:31). Al regresar victorioso es su propia hija la que sale a recibirle y Jefté cumple su promesa con Yahvé. (Jueces 11:39) los cananeos hacían igual cosa (Levítico 18:21).

En el Islam, de acuerdo con el relato que hace el Corán, Ismael era el heredero de Abraham y fue a él a quien estuvo a punto de sacrificar. La enseñanza de sacrificar al primogénito es una imagen que habla acerca de entregar lo máspreciado por amor y obediencia a Dios.

La práctica mencionada varias veces en La Biblia de cumplir la orden de Dios de matar a todos los habitantes de una ciudad, o variantes de la misma, como matar a todos los seres humanos pero no los animales, o solo los humanos, o solo los adultos, ha sido considerada por algunos estudiosos como un acto de complacer la voluntad de Dios, y por lo tanto una forma de sacrificios

humanos. Al Rey Saúl se le quitó su reino por no cumplir esos procedimientos ordenados por Dios. No obstante algunas ocasiones conservaban a las mujeres vírgenes como botín de guerra o para poder tomarlas en matrimonio. Con el paso de los antiguos habitantes del reino sureño de las dos tribus se volverían al culto de dioses fenicios llegando algunos, tal como fue el caso del rey Manasés al sacrificar a sus hijos mediante fuego. Baal (2 Crónicas 33:1-20). Recuerdo dos casos en dos hospitales psiquiátricos de la ciudad de Quito en que una madre y un padre asesinaron a sus hijos por pedido de Dios “para que mejor estén en el cielo que en la perdición de la tierra”.

Una parte de la medicina de la Grecia antigua y romana giraba alrededor del culto al Dios Asclepiades –Esculapio para los romanos-. Los pacientes acudían a los centros religiosos dedicados al culto de Asclepiades, en donde eran recibidos por médicos sacerdotes que aceptaban las ofrendas y otros obsequios que traían, anticipando su curación o por lo menos alivio para sus males. El médico o iatros era un sacerdote del culto al dios Asclepiades, y su actividad profesional se limitaba a vigilar que en los santuarios se recogieran las ofrendas y los donativos de los pacientes, se cumplieran los rituales religiosos prescritos. El iatros era el equivalente del brujo, sacerdote o chamán de la medicina primitiva, del asu asirio, del snw egipcio y del ticitl azteca, shamán inca. ¿Le es familiar este proceder en pleno siglo XXI? Lo observamos, periódicamente, en todas las celebraciones religiosas y peregrinaciones actuales.

La influencia del dios Asclepiades en el ejercicio de la medicina duró más de 1 000 años, en vista de que se inició en el mundo antiguo y se prolongó en la Grecia clásica, se mantuvo en la época de Alejandro Magno, siguió durante el Imperio romano y con él llegó hasta el Medio Oriente, en donde persistió

hasta los principios de la Edad Media, después de la caída del Imperio bizantino y con la conquista de Constantinopla por los árabes. Durante todo este prolongado lapso las ideas médicas mágico-religiosas de Asclepiades prevalecieron en el mundo occidental, o por lo menos coexistieron con otros conceptos y manejos diferentes de las enfermedades, que fueron surgiendo con el tiempo pero que no tuvieron la misma fuerza para sobrevivir por la imposición del modelo filosófico religioso greco romano clásico - Hipócrates, Celso, Galeno- que dio origen a la “medicina occidental”.

Platón se refiere a Hipócrates como un médico perteneciente a los seguidores de Asclepiades –medicina mágico religiosa-. Su nombre se asocia con uno de los descubrimientos más importantes en toda la historia de la medicina: que “la enfermedad es un fenómeno natural, no de fenómenos sobrenaturales”, como por ejemplo el clima, el aire, la dieta, el sitio geográfico, etc. En el tratado sobre La Enfermedad Sagrada, o sea la epilepsia, que data del siglo V a.C., el autor dice:

*Voy a discutir la enfermedad llamada "sagrada". En mi opinión, no es más divina o más sagrada que otras enfermedades, sino que tiene una causa natural, y su supuesto origen divino se debe a la inexperiencia de los hombres, y a su asombro ante su carácter peculiar. Mientras siguen creyendo en su origen divino porque son incapaces de entenderla, realmente rechazan su divinidad al emplear el método sencillo para su curación que adoptan, que consiste en purificaciones y encantamientos. Pero si va a considerarse divina nada más porque es asombrosa, entonces no habrá una enfermedad sagrada sino muchas, porque demostraré que otras enfermedades no son menos asombrosas y portentosas, y sin embargo nadie las considera sagradas.*

La medicina en Roma también tuvo un desarrollo inicial esencialmente religioso. En los altos del Quirinal había un templo a Dea Salus, la deidad que reinaba sobre todas las otras relacionadas con la enfermedad, entre las que estaban Febris, la diosa de la fiebre, Uterina, que cuidaba de la ginecología, Lucina, encargada de los partos, Fessonia, señora de la debilidad y de la abstenia, etc. Plinio el Viejo dice con orgullo que la antigua Roma era sine medicis... nec tamen sine medicina, o sea "saludable sin médicos pero no sin medicina". El estado de la práctica médica en esos tiempos puede apreciarse por la recomendación de Catón para reducir luxaciones: recitar huant hanat huat ista pista sista domiabo damnaustra, lo que no quiere decir absolutamente nada, y por su panacea para las heridas: aplicar col molida. Como en otras culturas, la medicina sobrenatural romana conservó su vigencia y su popularidad hasta mucho después de la caída del Imperio romano; su naturaleza esencialmente religiosa le permitió integrarse con las teorías médicas que surgieron en el Imperio bizantino y que prevalecieron durante toda la Edad Media, el Renacimiento y me atrevo a decir, hasta la actualidad. La medicina romana era esencialmente griega, pero los romanos hicieron tres contribuciones fundamentales: los hospitales militares, el saneamiento ambiental, y la legislación de la práctica y de la enseñanza médica.

Este era el panorama del ejercicio de la medicina en Roma hasta cuando apareció Galeno (130-200 d.C.). Influidado por la doctrina hipocrática, los textos de Galeno representan una síntesis del conocimiento médico antiguo y algo más; contienen no uno sino varios esquemas generales que posteriormente fueron copiados, interpretados, comentados y elaborados por un ejército de traductores y comentaristas a lo largo de toda la Edad Media y hasta el Renacimiento. En un ambiente en donde el dogma era la autoridad y los libros

clásicos eran el dogma, la palabra de Galeno se transformó en la última corte de apelación de todas las discusiones en medicina hasta la época de Vesalio (1543). Galeno procedió a explicar absolutamente todo pero abandonó la anotación cuidadosa de los hechos, tan importante para Hipócrates, citando sólo sus “milagrosas curas”. Nadie osaba discutir y menos oponerse a sus enseñanzas con riesgo de anatema. El primer opositor que tuvo fue Gómez Pereira de Medina del Campo autor del libro “Nueva y verdadera medicina” - 1558- quien consideró que los errores de Galeno se debían a ignorancia y no a mala fe.

El conocimiento sobre los astros, los principios de la arquitectura, el manejo de la geometría y de las matemáticas, las artes de la navegación y de la guerra, los secretos de la medicina, y muchas otras cosas más, las tomaron los griegos en gran parte de sus contactos con otras culturas y procedieron a cambiarlas y a mejorarlas por medio de su genio incomparable. Pero buena parte del trabajo pionero ya estaba hecho. Existían varias contradicciones entre sí pero todas coincidiendo en buscar las causas y los mecanismos dentro de la misma naturaleza y sin la participación de los dioses.

En 1543 tuvieron lugar dos de los acontecimientos que marcan el nacimiento de la ciencia moderna. Ese año se publicaron dos obras que transformaron radicalmente la concepción del Universo y el hombre: De las revoluciones de las esferas celestes, de Nicolás Copérnico (astrónomo polaco, 1473-1543), y De la fábrica del cuerpo humano, de Andrea Vesalio (médico belga, 1514-1564). El primer libro retó la visión geocéntrica del cosmos; el segundo marcó el nacimiento de la anatomía y esclareció varios de los errores que se venían arrastrando desde los días de Galeno (siglo XI), debido en gran medida a la prohibición religiosa de abrir y estudiar el cuerpo humano.

Andries van Wiesel - Bruselas, 1514-Zante, Grecia, 1564- Médico flamenco y pionero de la anatomía flamenco. A medida que ampliaba sus conocimientos empíricos sobre anatomía, empezó a cuestionar muchos de los principios médicos vigentes en su época, que emanaban directamente de la autoridad a la sazón indiscutible del griego Galeno. Partió de la hipótesis de que la doctrina anatómica galénica no procedía de la experiencia directa con disección de cuerpos humanos, perseguida por la religión católica, sino de la extrapolación de observaciones animales, especialmente de monos, perros y cerdos.

Alrededor de 1540 empezó a elaborar su propio tratado de anatomía; y para contar con los mejores ilustradores, se desplazó a Venecia, donde encargó la tarea al taller del gran artista Tiziano. Los dibujos se grabaron sobre varios bloques de madera que llevó a Basilea, donde su obra sobre la estructura del cuerpo humano (*De humani corporis fabrica*), conocida como *De fabrica*, por contracción del original latino, fue finalmente impresa en 1555. Por esta ¿herejía? Vesalio es condenado a morir en la hoguera pero finalmente y gracias a Felipe II quien intercede, se cambia dicha condena por un peregrinaje a “tierra santa” la cual se lleva a cabo en el año 1564, Vesalio fallece a los 50 años durante este viaje.

En el prólogo de su libro, Vesalio describe la situación de la medicina de su tiempo y critica a los médicos que han descuidado el estudio de la anatomía, a los profesores que no hacen disecciones personalmente, y a los que se someten por completo a las enseñanzas de Galeno (que tenía grandes errores pues su anatomía se basó en disecciones de animales). Aunque la crítica está dirigida a estos tres grupos en especial, en realidad es aplicable a todo el esquema del pensamiento medieval, basado como estaba en la autoridad inapelable del dogma católico. La ciencia era imposible mientras la verdad sobre la

naturaleza tuviera que buscarse no en la realidad sino en las Sagradas Escrituras, y todo lo que las contraviniera no solo era falso sino obra del demonio, por lo que debía prohibirse y combatirse con el fuego. Por simple extrapolación, las obras de Galeno se habían erigido en el equivalente de las Sagradas Escrituras médicas, de modo que lo que Vesalio se atrevió a hacer fue una herejía médica monumental. Sin embargo, tal herejía era indispensable como parte de un nuevo método para el estudio de la anatomía, de un nuevo método para explorar la naturaleza, un método científico. Hoy en día es considerado como punto de partida en los estudios de medicina.

He aquí parte del prólogo del libro.

*... La deplorable división del arte del tratamiento introdujo en las escuelas el detestable procedimiento en el que algunos realizan la disección del cuerpo humano y otros presentan la descripción de sus partes, estos últimos como cuervos trepados en sus altas sillas, con egregia arrogancia eructan cosas que nunca han investigado sino que simplemente han memorizado de los libros de otros, o de lecturas de lo que ya se ha descrito. Los primeros son tan ignorantes de idiomas que son incapaces de explicar sus disecciones a los espectadores y confunden lo que debería demostrarse de acuerdo con las instrucciones del médico que, como nunca ha usado sus manos en la disección de un cadáver, desdeñosamente capitanea el barco desde un manual. De esta manera todo se enseña mal en las escuelas, los días se gastan en cuestiones ridículas y, con tal confusión, se les presenta menos a los espectadores de lo que un carnicero le podría enseñar a un médico en su puesto...*

Tengo conciencia de que por mi juventud —actualmente tengo 28 años de edad— mis esfuerzos tendrán poca autoridad; además, debido a mi frecuente indicación de la falsedad en las enseñanzas de Galeno, tendrán poca protección de los ataques de los que no estuvieron presentes en mis

demostraciones anatómicas o que no han estudiado profundamente la materia; se inventarán distintos y valientes esquemas en defensa de Galeno, a menos de que estos libros aparezcan bajo el auspicio bendito y el gran patronato de algún poder divino..

Hace mil años se reunieron cuatro maestros en Salerno para fundar el primer centro de enseñanza médica en el mundo. El griego Pontun, el árabe Adela, el judío Helinus y el latino Salernus. Una de las obras más interesantes es el “Régimen sanitario”. Recomendaba a los enfermos. Consultar y obedecer a tres colegas: el Dr. Dieta, el Dr. Alegría, y el Dr. Reposo. Hombres universales, sabios, tolerantes, flexibles, respetuosos y amorosos de la humanidad. ¿Será posible, ahora, conciliar acuerdos mínimos entre la diversidad sin visión etnocentrista? Esa debe ser nuestra lucha.

Como hemos descrito, nuestra cultura occidental surgió de la fusión del mundo greco romano con el cristianismo y los pueblos germánicos. El surgimiento de una cultura desde otra se realiza a través de una nueva religión, más precisamente: una sociedad en desintegración suscita una religión más alta, una iglesia más vasta, y de ésta se alza la nueva cultura. Así lo fueron el cristianismo, el judaísmo, el Islam, la religión hindú y el budismo. Ahora aparecen las neo religiones: neopaganismo, neoconfucianismo, neofundamentalismo islámico, el neo hinduismo y neo ocultismo: “neoestupidismo”. Conciérne sobre todo a religiones pre-Cristianas de Europa occidental, y algunos han integrado en sus creencias elementos de las religiones indias nativo americanas, religiones orientales, prácticas chamánicas y africanas, y las religiones latinas.

En este ámbito, nada más por repasar, rápidamente, páginas anecdóticas de la historia de la humanidad, describo la práctica médica en la época carolingia que hacía hincapié en la utilización de medicina herbolaria y la sangría. Aunque esta última práctica se hacía con regularidad, se recomendaba con frecuencia la moderación. Otros aconsejaban también la cautela: Quienes se atrevan a llevar a cabo una sangría deberán asegurarse de que su mano no tiemble. En algunos sitios del Ecuador algunas personas todavía “cortan” la erisipela con el cuchillo de lado.

Los manuscritos médicos carolingios contenían descripciones científicas de enfermedades, recetas para pociones médicas e, incluso, consejos ginecológicos, a pesar de que los monjes no hacían grandes esfuerzos para satisfacer las necesidades médicas de las mujeres. Además, algunos manuales incluían instrucciones para realizar operaciones, sobre todo a los soldados heridos en batalla. Algunas fuentes demostraban con claridad que había técnicas precisas para amputar miembros gangrenosos:

*Si debes amputar un miembro enfermo de un cuerpo sano, entonces no cortes en el límite de la carne sana, sino más allá, donde esté fresca toda la carne, de modo que se pueda hacer una mejor y más rápida curación. Cuando le apliques fuego al hombre [es decir, cauterices] toma hojas de puerro tierno y sal cernida, y cubre los lugares de manera que el calor del fuego se quite rápidamente.*

Aunque los académicos no están seguros de la clase de anestesia que se usaba en tales operaciones, los manuales medievales recomendaban amapola, mandrágora y beleño, dadas sus propiedades narcóticas.

Los médicos de la Edad Media complementaban estas medicinas y las prácticas naturales con invocaciones de ayuda del otro mundo. Las influencias y los ritos mágicos se heredaron de los tiempos paganos; las tribus germánicas habían usado la medicina mágica por siglos. Los médicos recomendaban a sus pacientes que se pusieran amuletos y dijes en el cuerpo, con el fin de ahuyentar las enfermedades:

*Busca un poco de excremento de lobo, preferiblemente del que contenga pequeñas astillas de huesos, e introdúcelo en un tubo para que el paciente pueda usarlo con facilidad como amuleto.*

*Para la epilepsia, toma un clavo de una nave naufraga, haz con él un brazalete e incrustale un trozo del corazón de un venado, extraído de su cuerpo cuando el animal estaba todavía vivo; pónitelo en el brazo izquierdo; te asombrarás del resultado.*

Pero, conforme los paganos se convertían al cristianismo, pronto las curaciones milagrosas mediante la intervención de Dios, Cristo o los santos reemplazaron las prácticas paganas. Las crónicas medievales son abundantes en narraciones de gente que se sanó al tocar el cuerpo de un santo. Sin embargo, el recurso a plegarias cristianas escritas y utilizadas como amuletos, nos recuerda que ambas prácticas médicas, paganas y cristianas, sobrevivieron por siglos una al lado de la otra y han adquirido poder e influencia sobre la ciudadanía.

El diagnóstico de la enfermedad se basaba sobre todo en la inspección de la orina, que según con los numerosos tratados y sistemas de uroscopia en existencia, se interpretaba según las capas de sedimento que se distinguían en el recipiente, ya que cada una correspondía a una zona específica del cuerpo; también la inspección de la sangre y la del esputo eran importantes para reconocer la enfermedad. La toma del pulso había caído en desuso, o por lo menos ya no se practicaba con la acuciosidad con que lo recomendaba Galeno. El tratamiento se basaba en el principio de *contraria contrariis* y se reducía a cuatro medidas generales:

1) Sangría, realizada con la idea de eliminar el humor excesivo responsable de la discrasia o desequilibrio (plétora) o bien para derivarlo de un órgano a otro, según se practicara del mismo lado anatómico donde se localizaba la enfermedad, o del lado opuesto, respectivamente.

2) Dieta, para evitar que a partir de los alimentos se siguiera produciendo el humor responsable de la discrasia. Desde los tiempos hipocráticos la dieta era uno de los medios terapéuticos principales, basada en dos principios: restricción alimentaria, frecuentemente absoluta, aun en casos en los que conducía rápidamente a desnutrición y a caquexia –actualmente: anorexia y bulimia-, y direcciones precisas y voluminosas para la preparación de los alimentos y bebidas permitidos, que al final eran tisanas, caldos, huevos y leche. Me admiro cuando un padeciente o ciudadano indica que está “a dieta”. Dieta: ¿Por qué? Si come normal y con equilibrio no sube ni baja de peso; si está enfermo, es el organismo el que se encarga de disminuir y restaurar el apetito. No son los profesionales los encargados de prescribir dietas. El consumo equilibrado de todos los elementos de la pirámide nutricional, han sido y son la dieta “normal” desde el origen del ser humano.

3) Purga, para facilitar la eliminación del exceso del humor causante de la enfermedad. Quizá esta sea la medida terapéutica médica y popular más antigua de todas: identificada como eficiente desde el siglo XI a.C. en Egipto, todavía tenía vigencia a mediados del siglo XX. A veces los purgantes eran sustituidos por enemas. Todavía en uso actual, lo único que produce es diarrea, cólicos digestivos y deshidratación. Sin embargo muchos creen que al purgarse se realizan una ¿limpieza? ¡Qué ingenuidad!

4) Drogas de muy distintos tipos, obtenidas la mayoría de las diversas plantas, a las que se les atribuían distintas propiedades, muchas veces en forma correcta: digestivas, laxantes, diuréticas, diaforéticas, analgésicas, etc. Actualmente con fines comerciales, exclusivamente.

En cuanto a ciertos procedimientos “curativos” curiosos no podemos resistir la tentación de mencionar las sanguijuelas y las populares ventosas, estas últimas de uso frecuente hasta la mitad del siglo XX.

Las primeras -que poseen una boca chupadora provista de tres mandíbulas córneas de 90 dientes y con la cual hacen succión para extraer del animal la sangre con la que se alimentan- se utilizaron desde la antigüedad como instrumento de sangrías humanas y fueron de uso popular hasta el siglo XIX, hasta tal punto que en 1826, según se registra en el Archivo General de la Nación, se produjo un enojoso episodio protagonizado por el médico argentino Miguel Rivera, quien se quejaba al asentista Whitfield por proveer al Hospital General de sanguijuelas nacionales, pues, argumentaba, que si bien eran más baratas producían “resultados funestos”, dado que el anélido en cuestión no se prendía al cuerpo del sangrado con la suficiente fuerza con que lo hacían los europeos.

Respecto de las ventosas, digamos que se trataba de recipientes especiales que se aplicaban sobre una parte del cuerpo -generalmente la espalda-, previo encendido de una mecha de algodón embebida en alcohol que luego se cubría con el recipiente. De esa forma se ejercía una aspiración que provocaba el vacío y, por consiguiente, se lograba atraer la sangre a los pequeños vasos de la zona para descongestionar los pulmones, según se decía. En muchos hogares, principalmente en la campaña, donde no se disponía de aquellos recipientes y elementos especialmente fabricados para la maniobra, se utilizaban copas domésticas de regular tamaño y un pequeño trozo de papa sobre la cual se plantaba un fósforo encendido que luego se cubría para producir el efecto. Los pacientes así tratados quedaban con la espalda y la piel como si hubiesen sido sometidos a una molesta sesión de tortura casera, sin que, para colmo de males, mejorara para nada la presunta congestión bronquial.

Al mismo tiempo que estas medidas terapéuticas, también se usaban otras basadas en poderes sobrenaturales. Los exorcismos eran importantes en el manejo de trastornos mentales, epilepsia o impotencia; en estos casos el sacerdote sustituía al médico. La creencia en los poderes curativos de las reliquias era generalizada, y entonces como ahora se rezaba a santos especiales para el alivio de padecimientos específicos. ¡Increíble! y los pasan como noticia bomba en la televisión.

Una aberración humana. En el contexto religioso, los reyes eran “ungidos” como intermediarios entre Dios y el pueblo. A los reyes se los llamaba, por tanto “hijos de Dios”, y el país podía, entonces, llamarse “reino de Dios”. Con esta absurda investidura tenían el poder de absolver los pecados, curar enfermedades, juzgar a los herejes, etc. Por el hecho de ser ungidos eran

sagrados y por esa razón se les consideraba capaces de tener poderes curativos igual que chamanes y hechiceros. "El Rey te toca, Dios te cura". El pueblo era obligado a creer en milagros –en el siglo XXI también- Estrafulario y risible.

En la Arabia preislámica, se atribuía a ciertas familias nobles, el poder de curar la rabia.

¿Qué opinaban los médicos de su tiempo sobre el toque de reyes?

Muchos de los libros de Medicina, no lo mencionan. Otros aluden brevemente al rito diciendo que las escrófulas son llamadas mal real porque las curan los reyes. Algunos, por estar cerca del rey, se ven obligados a tratar con respeto este ritual, como Henri de Mondeville, cirujano del rey, que compara al Monarca con Jesucristo, que curaba con las manos. Otros famosos médicos de su tiempo como Guy de Chauliac (1363) en su Grande Chirurgie se refiere al "Toque de Reyes" o rito de curación de los escrofulosos, mientras otros famosos como Arnau de Vilanova le ignoraban totalmente. Y a otros muchos que viendo la imposibilidad temporal de la Medicina de entonces de poder curar la escrófula, aconsejaban al enfermo: "¡Id al Rey!", frase que se hizo famosa. Fíjense, había sumisión hacia los reyes por parte de los médicos hipócritas hipocráticos. Actualmente, muchos son serviles de las transnacionales.

La iconografía medieval nos ha dejado con detalle el acto de la curación real o "toque de Reyes" y así hay miniaturas, vitrales, óleos y grabados que han llegado hasta nuestros días y que representan este curioso ritual de la Historia de la Medicina. A los reyes de Dinamarca se les atribuyó la curación del "mal caduco" o epilepsia. A los de Hungría, la curación de la ictericia a la que se

llamó " morbus regius". A los Habsburgos se atribuyó el poder de curar a los gotosos y escrofulosos por medio de ciertos medicamentos administrados por ellos mismos y el "abrazo de los Habsburgos" y de los Austria, se dice que curaba a los tartamudos. Al rey Sancho II de Castilla (1037-1072), se atribuía el poder de curar a los posesos o endemoniados cuando les ponía el pie sobre la garganta, mientras leía fragmentos del Evangelio. En 1535 escribía Miguel Servet en su traducción de la Geografía de Ptolomeo, (Lyon 1535): "se cuenta de los Reyes de Francia dos cosas memorables: primero, que existe en la Iglesia de Reims un vaso eternamente lleno de óleo enviado del cielo para la coronación, con el cual todos los Reyes son ungidos, y segundo que el Rey, por su solo contacto, cura las escrófulas. Yo he visto por mis propios ojos al Rey tocar a varios enfermos que padecían esta afección. Si les fue devuelta la salud es lo que no he visto... pero he oído decir que muchos enfermos han recuperado la salud". Esta revelación tímida –testimonios, milagros- la escuchamos frecuentemente en los medios modernos de comunicación a “autoridades”: religiosos, médicos, reporteros, presentadores de noticias sensacionalistas, y otros parlanchines.

La desaparición definitiva del "toque de reyes" tuvo lugar primero en Inglaterra y luego en Francia por causa de revoluciones. Sin embargo, la gente continuó creyendo en toda clase de supersticiones – ¡y continúan creyendo!

A la Edad Media se la conoce como la larga noche de mil años (476 – 1453). Según otros investigadores de tres mil años. Europa se instala en el feudalismo (fusión de las sociedades romana y germánica; los vasallos son fieles a los señores), en el que cada persona cumple una de las tres funciones sociales:

Rezar: Clérigos y monjes aseguran mediante el culto y la plegaria, “la salvación de todos”.

Combatir: Guerreros y caballeros aseguran mediante la fuerza y el poder, el orden y la paz.

Trabajar: Campesinos que trabajan la tierra y aseguran la supervivencia de clérigos y guerreros. Se va afirmando el modelo de vida occidental.

En la Edad Media, por otro lado, los árabes mantuvieron y perfeccionaron la medicina grecorromana; publicaron muchos libros texto (traducidos al latín en el siglo XII) hasta el siglo XVII.

Entre los médicos arabistas más celebres hay que citar: Al-Razi, famoso médico y escritor, el primero en identificar la viruela y el sarampión, en el año 910, y que sugirió que la sangre era, la causa de las enfermedades infecciosas; Isaac Judeaus, el autor del primer libro dedicado por completo a la nutrición, y Avicena, cuyo famoso Canon de la medicina permaneció como el compendio oficial de las doctrinas de Hipócrates, Aristóteles y Galeno. Los arabistas del siglo XII fueron Avenzoar, primero en describir el parásito causante de la sarna y de los primeros en cuestionarse la autoridad de Galeno; Averroes, el más insigne comentarista de Aristóteles; el discípulo de Averroes, Maimónides, cuyos trabajos sobre nutrición, higiene y toxicología fueron muy leídos; y Al-Qarashi, también conocido por Ibn al-Nafis, que escribió comentarios sobre la obra de Hipócrates, así como tratados sobre dietética y enfermedades oculares, y fue el primero en describir la circulación pulmonar de la sangre, desde el ventrículo derecho hacia la aurícula izquierda a través de los pulmones.

Los arabistas consiguieron elevar mucho los valores profesionales insistiendo en examinar a los médicos antes de la licenciatura. Introdujeron numerosas sustancias terapéuticas químicas, fueron excelentes en los campos de la oftalmología y la higiene pública y superaron en competencia a los médicos de la Europa medieval.

El oscurantismo medieval fue contrario a la razón. Con el pensamiento de la Edad moderna (1453 hasta la revolución francesa 1789: Renacimiento, Ilustración, Humanismo, Reforma, expansión europea, etc.) al lado del renacimiento cultural – artístico, se desarrollo el científico, las ciencias brillaron a la par de las letras y del arte. También se produjo un cambio en las ideas. En la Edad Media, los hombres habían pensado más en el cielo que en la Tierra. Sometidos a la doctrina de la iglesia Católica, habían aceptado postrados y cabizbajos todo lo que la tradición les había impuesto. Algunas de las pseudociencias y creencias dieron paso al nacimiento de ciencias. Es el caso de la astrología de la que surgió la astronomía, de la alquimia surgió la química, etc. Nació el hombre renacentista, expresión con la que se designa a una persona que participa en todos los campos de la vida, del arte y de la ciencia. “Saber es poder”, dijo el filósofo inglés Francis Bacon –“Nuestro poder va tan lejos como nuestro saber”.

En la Reforma, Lutero redactó 95 razones, las 95 tesis, con las que acusó a la Iglesia de corrupta. La reforma y contrarreforma dio paso a la división de la fe, estallaron guerras en todo el continente. Las llamadas Guerras de Religión se extendieron por más de cuarenta años, enfrentándose católicos y protestantes con una violencia, que solo se justificaba por el afán de poder político, y por la defensa cerrada de la fe de cada uno de los bandos. Nada ha cambiado. Se siguen matando cristianos y musulmanes, cristianos y

protestantes: Ulster, Balcanes, Oriente Medio, el subcontinente Indio, Sudán. Actualmente, las guerras en Medio Oriente tiene como fin máximo el dominio del petróleo y gas. Siendo perjudicados los pueblos de Iraq, Afganistan, Libano y Palestina. ¿Creen que está bien se use a Dios como estandarte para las guerras? ¿Por qué todas las religiones se creen las dueñas de Dios? ¿Dios promueve las guerras para lograr la paz mundial? ¿Qué hay con el aumento de la pobreza que las religiones oficiales se niegan a terminar? ¿Dios es amor o muerte?

A pesar del despertar de la razón, en el año 1663 la iglesia condenó a Galileo Galilei a arresto domiciliario de por vida, quien defendía el heliocentrismo de Copérnico – el sol constituye el centro inmóvil del cosmos y los planetas- por heréticas y condenables; infieles, ateos. Escribió: *Si para suprimir del mundo una doctrina bastara con cerrar la boca a uno solo, eso sería facilísimo..., pero las cosas no van por ese camino... porque sería necesario no solo prohibir el libro de Copérnico y los de sus seguidores, sino toda la ciencia astronómica e incluso más. Prohibir a los hombres mirar el cielo.*

Antes del nacimiento de la moderna ciencia de la medicina, en tiempos recientes, lo más normal era pensar que las enfermedades tenían causas sobrenaturales. Por ejemplo, la palabra “influenza” significa en realidad que uno se encuentra bajo una mala “influencia” de las estrellas.

Incluso hoy en día, hay muchas persona en el mundo entero que creen que algunas enfermedades –el SIDA, por ejemplo,- son un castigo de Dios. Muchos piensan, además, que un enfermo puede ser curado de un modo sobrenatural. Es descabellado escuchar a representantes religiosos que la homosexualidad es un pecado.

Para ubicarnos correctamente. Resumiendo. Anotamos que nuestra cultura occidental surgió de la fusión del mundo greco romano con el cristianismo y los pueblos germánicos. El surgimiento de una cultura desde otra se realiza a través de una nueva religión, más precisamente: una sociedad en desintegración suscita una religión más alta, una iglesia más vasta, y de esta se alza la nueva cultura. Así lo fueron el cristianismo, el Islam, la religión hindú y el budismo. Ha existido una significativa tendencia al fortalecimiento de productos y sectas religiosas que han incidido sobre las prácticas médicas holísticas racionales, que antepone una perspectiva metafísica: “la solución a la enfermedad está en el más allá” Estas sectas no solo buscan brindar una ilusión ante el futuro incierto sino que instrumentan formas de relación humana que a la conciencia de la gente aparecen como más fraternales y humanizadas, pero que su subconsciente lo obliga por miedo y costumbre. Están condicionados. Un condicionamiento irracional, reactivo ante el miedo generado por sus cadenas mundiales de información, que inclusive pagamos para acceder a ellos. ¡Qué ingenuidad!.

Tras los descubrimientos del astrónomo polaco Nicolás Copérnico, el astrónomo y físico italiano Galileo y el matemático inglés Isaac Newton, la medicina del siglo XVIII se esforzó en adaptarse a la investigación científica. Desde entonces nos hemos beneficiado de las investigaciones de Darwin – teoría de la evolución-, Pasteur, Koch, Fleming,- creadores de la teoría infecciosa de la enfermedad y los antibióticos- , Humphry Davy -de la anestesia- La anestesia tuvo un desarrollo muy espectacular. Existieron algunos anestésicos como el opio, el alcohol, la mandrágora, el cáñamo indiano, el hielo o la acupuntura, esta última en oriente, que tuvieron poco éxito.

El primer anestésico eficaz fue el óxido nitroso (gas hilarante, actualmente en desuso, fue Davy quien lo describe por primera vez. Fue Wells en 1844, dentista de profesión, quien lo usa con éxito por primera vez, esta experiencia se debe a que Wells observó en un circo como los individuos que tomaban no sentían el dolor, de modo que decidió probarlo en su propia persona y pidió que tras tomar el óxido Nitroso, le extrajeran una muela, y pudo certificar que no había sentido ningún dolor. Morton, otro dentista, en 1846, introdujo el éter e hizo una demostración pública operando con éter.

Simpson en 1847 introduce el cloroformo en obstetricia, ya que él era ginecólogo. Será el primer anestésico más usado en Inglaterra durante décadas, pero se encontró con problemas religiosos, puesto que cuando Adán y Eva son expulsados del Paraíso entre otras muchas cosas, en el Génesis se dice que Dios le dijo a Eva: “parirás a tus hijos con dolor”, utilizando el cloroformo se violaba la Biblia. Simpson inventó un truco diciendo que en la Biblia decía que se pariría con esfuerzo muscular, no con dolor, toda esta verborrea acabó cuando la Reina Victoria pidió cloroformo en el momento del parto. Doble moral.

El precursor de la independencia y la ilustración de América como de la medicina en Ecuador Eugenio Espejo, fue nombrado primer director de la biblioteca pública, compuesta por más de 40.000 volúmenes procedentes de los fondos de la Compañía de Jesús, recientemente expulsados. También publicó importantes trabajos de medicina, como las Reflexiones acerca de las viruelas (1785), el cual se convertiría en el primer texto científico que refería la existencia de microorganismos (inclusive antes que Louis Pasteur) y que definiría como política de salud conceptos básicos en la actualidad como la asepsia y antisepsia de lugares y personas. Más adelante colaboró en la

creación de la Sociedad Patriótica de Amigos del País de Quito a semejanza de las otras que comenzaban a surgir en las colonias y, sobre todo, editó el primer diario de la ciudad: *Primicias de la Cultura de Quito* (1792). Por su actividad de denuncia continua fue nuevamente encarcelado, hasta su muerte el 27 de diciembre de 1795 a causa de disentería. No solo liberó al hombre de su enfermedad sino también de la sumisión.

William Harvey -siglo XVII demostró que el corazón era un músculo que bombeaba la sangre en el cuerpo-, Antonie van Leeuwenhoek -primer microscopio- El estudio de lo particular trascendió en una mejoría de la comprensión de lo general. A partir de entonces, la tecnología ha servido para aguzar de manera increíble los sentidos del ser humano. Si el primer avance en este breve recuento del progreso médico fue el atreverse a mirar donde nadie lo había hecho antes, y el segundo, valerse de poderosas máquinas para hacerlo, el tercero debe ser el de tornar visible lo invisible. Los rayos X, descubiertos por Wilhelm Conrad Roentgen (físico alemán, 1845-1923) en 1895, hicieron justamente eso: permitieron contemplar el interior de los seres vivos sin necesidad de abrirlos ni matarlos... inmediatamente, porque al poco tiempo se notó que la exposición prolongada a los mismos era nociva. Las radiografías no letales vinieron después, así como una serie de aparatos paulatinamente más poderosos, igualmente destinados a estudiar el interior de los organismos: ultrasonidos, tomógrafos, rastreadores de resonancia magnética nuclear... Paulatinamente se obtenía mayor resolución y se aumentaba nuestra capacidad de analizar el mundo en diferentes escalas.

Un avance fundamental para la medicina moderna fue el que se inició con un estudio de cristalografía por rayos X en 1953: se pudo visualizar la estructura del material hereditario, el ácido desoxirribonucleico (ADN), gracias a las

radiografías de Rosalind Franklin (química inglesa, 1920-1958) y el genio de James Watson (biólogo estadounidense, nacido en 1928) y Francis Crick (biólogo inglés, nacido en 1916). El descubrimiento de la estructura y función del ADN fue decisivo, pues permitió no solo mirar el presente, sino también el pasado y el futuro. Por un lado, se reconoció que el material hereditario es un archivo donde está escrita la historia evolutiva de los seres animados, y su estudio ha permitido establecer las relaciones de parentesco que explican cómo se ha ido diversificando la vida en el planeta. Por el otro, su manipulación experimental abre las puertas a infinidad de posibilidades.

El análisis de la información genética de un ser vivo permitiría en un futuro pronosticar, con base en probabilidades, su propensión a desarrollar algunos padecimientos, y quizá evitarlos o posponer su aparición mediante las medidas adecuadas. Pero la genética moderna también podría modificar el porvenir, cambiando la información hereditaria de un ser vivo aun antes de que nazca. Ésta es una de las metas del sonado Proyecto Genoma Humano, que consiste en determinar el orden de las unidades que forman el ADN y contienen toda la información genética del ser humano. Indudablemente la ingeniería genética – una suerte de corte y confección de genes– será, a mediano y largo plazo, la principal actriz en el escenario médico, así como la robótica, las células madre, la nanotecnología, etc. En relación con la Terapia Génica, pero extensible también a cualquier otra técnica de manipulación genética humana, es pertinente recordar aquí las palabras proféticas que en 1967 escribiera el premio Nobel Marshall W. Nirenberg:

*... el hombre puede ser capaz de programar sus propias células con información sintética mucho antes de que pueda valorar adecuadamente las consecuencias a largo plazo de tales alteraciones, mucho antes de que sea capaz de formular metas y mucho antes de que pueda resolver los problemas éticos y morales que surgirán. Cuando el hombre llegue a ser capaz de dar instrucciones a sus propias células deberá contenerse de hacerlo hasta que tenga la clarividencia suficiente para usar su conocimiento en beneficio de la humanidad.*

Detrás de muchos de los logros tecnológicos de mediados del siglo XX están las computadoras, que también amplifican de manera casi increíble nuestras capacidades. Son los poderosos circuitos de silicio los que transforman los patrones de interferencia del ultrasonido en la figura de un feto; los que pueden calcular en segundos lo que nos llevaría meses de lápiz y papel, o los que tienen la capacidad de almacenar y analizar las inmensas bases de datos con la información genética de varios organismos estudiados, el Homo sapiens entre ellos. Como medio de comunicación notablemente veloz y económico, Internet ha modificado los distintos tipos de relaciones humanas: personales, científicas, de negocios, etc.

Naturalmente esta ampliación de nuestras capacidades ha beneficiado a los médicos: hoy son una realidad las reuniones virtuales de especialistas a través de la red, o las cirugías a distancia llevadas a cabo por robots. Si dos cabezas piensan mejor que una, es obvio que el conjunto de varios miles de mentes atacando simultáneamente un objetivo común es un arma poderosísima.

A pesar de los innegables avances tecnológicos que he mencionado, se podría decir que la unión de las ideas de Vesalio y Harvey son, en esencia, el eje

central de la medicina contemporánea: el cuerpo humano es una maquinaria, reconocidamente compleja pero maquinaria al fin, y la enfermedad constituye un desperfecto de la misma. La labor del médico, pues, consiste en mantener o restablecer el correcto funcionamiento del engranaje vital, y si esto no se logra mediante terapias, deberían poderse reemplazar las partes defectuosas del mecanismo. Esta concepción mecanicista-positivista es la misma que generó la Revolución Industrial y vio nacer el mundo contemporáneo. Mundo contemporáneo equivocado en su ambición de poseer antes que ser; donde el ego se impone a la solidaridad, donde la apariencia esconde duras realidades; la desconfianza, la duda, la mentira, la traición y el cinismo son medios de supervivencia. Donde es normal que exista pobreza, hambre, violencia creciente, depredación del planeta en beneficio del desarrollo; producción y tráfico de armas desde los países desarrollados. ¡Contradicciones y falacias del desarrollo con iniquidad!

Analizando críticamente cómo afecta a la medicina el Internet y otros de los adelantos tecnológicos, es preciso reconocer que tienen aspectos negativos. En primera instancia, a pesar de lo que promulgan la ciencia ficción y otros medios, quizá no todos los problemas médicos tengan soluciones prácticas o practicables; esto, sin siquiera hacer consideraciones de orden ético. Por otra parte, la economía de mercado obviamente se ha colado a la medicina, y hay quienes están convencidos de que el dinero lo arregla todo: creen que si se cuenta con recursos, se pueden comprar tanto las refacciones para reparar el cuerpo enfermo, como la misma salud. ¿Qué pasa con los que no disponen de recursos económicos? ¿Son descartables del sistema?

Internet, en efecto, es una amplia recopilación del saber médico, entre otras muchas cosas, pero el fácil acceso a este ha facilitado notablemente la

aparición y difusión de numerosos cibercharlatanes y hordas de pseudo-médicos, más interesados en vender la salud que en proporcionarla. Pero incluso cuando se trata de documentos serios, siempre existe el riesgo de que el paciente decida saltarse la consulta con el doctor y opte por la automedicación; hay que ser enfáticos en que la Red puede ser una valiosa guía, pero no puede sustituir la experiencia y sobretodo “humanismo” del médico, permeada a través de los milenios.

Ni tan grande ni tan pequeño, ni tan veloz ni tan lento; no hay que perder de vista que “el hombre es la medida de todas las cosas” (Protágoras, siglo IV a. de C.). Pese a los avances tecnológicos, la mente humana común y corriente - como la suya y la mía- no puede comprender cabalmente cuán pequeños son los átomos o los virus, ni las magnitudes demasiado extremas, como el número de años que tiene el planeta en que vivimos o la distancia a la estrella más cercana. Es más, realmente cuesta trabajo remontar el tiempo hasta los días en que los primeros médicos egipcios, griegos o árabes escribían sus textos pioneros. Pero si hay algo con lo que sí nos podemos identificar es el ancestral deseo de “usar el conocimiento para el bien de todos”. ¿Qué mejor manera de lograrlo que aprovechar las maravillas de la tecnología actual para hacerlo llegar a todos los confines del mundo? Sin embargo: “no todo lo que es técnicamente posible, es éticamente deseable”.

“La ciencia y tecnología, que no son neutras, siempre deben estar al servicio de la paz no de la guerra” La ética del futuro deslindará: “todo lo que puedo hacer versus todo lo que debo hacer” Hasta ahora los avances científicos no han resuelto los dilemas éticos que tiene que ver con el futuro de la especie humana. Que han mejorado la calidad de vida, no hay duda pero no es moral que convivamos en el siglo XXI grupos humanos “civilizados” con abismales

diferencias; desde tribus primitivas no contactadas hasta metrópolis en donde se realiza teletransportación cuántica.

*Algo se ha avanzado desde hace diez mil años hasta ahora*

Nuestros países deben seguir la recomendación del mexicano Miguel Rubio Godoy: procurad dedicar, diariamente, algo de tiempo a la investigación. Cita al gran médico cordobés Maimónides -1135- en su genial oración:

*Haz que sea moderado en todo, pero insaciable en mi amor por la ciencia. Aparta de mí la idea de que lo puedo todo.*

*Dame la fuerza, la voluntad y la ocasión para ampliar cada vez más mis conocimientos.*

*Que pueda hoy descubrir en mí saber cosas que ayer no sospechaba, porque el arte es grande, pero el espíritu del hombre puede avanzar siempre más adelante*

La ilustración es el fin; para tal fin se requiere educadores y no profesores. Hacen falta educadores —en la familia, instituciones educativas y sociedad— que ellos mismos estén educados, espíritus superiores, probados a cada instante, probados tanto por lo que dicen como por lo que callan. Tres tareas deben cumplir los educadores: aprender a ver, aprender a pensar, aprender a hablar y escribir para formar humanos excepcionales y no una multitud de jóvenes condenados a la desocupación, a sobrevivir a cualquier precio,

aprovechables por la empresa privada y aburridos en sus casas y la administración pública.

Es increíble. Hoy. Siglo XXI. En cualquier lugar de la tierra se repiten ritos mágicos religiosos. ¿Se justifica esta actitud ciega en el mundo “civilizado y globalizado?” La mayoría de “intermediarios” –brujos, chamanes, curanderos, pastores, mesías, hijos de Dios, sectas, santos, etc., son comerciantes facinerosos que se aprovechan de la ignorancia y les conviene mantener al mundo en la ignorancia. ¡Insisto! ¡Despertemos!.

Todas, todas estas creencias son estimuladas por el miedo y están ocultas en el subconsciente humano, a pesar de la “civilización”. Por interés de los tradicionales grupos de poder se manipula este temor natural generando crisis de todo tipo: doctrina del shock, marketing del miedo, el apocalipsis, destrucción del planeta en el 2012 –Aunque después de revisar varias fuentes en Internet, según los registros históricos, ya pasó el fin del mundo más de 200 veces y seguimos “vivitos y coleando”- gripe aviar, gripe porcina, hígado graso, helicobacter pylori y cáncer, etc. Por estas supersticiones difundidas mundialmente ha aumentado el temor a la muerte, enfermedad, inseguridad, violencia, desastres naturales, pobreza, perder el empleo y otros sutiles pavores que conducen a la neurosis social.

Algunos estudios en Latinoamérica demuestran que los “clientes” que utilizan estas alternativas mágicas religiosas son heterogéneos. Poseen diversos grados de escolaridad, desde ninguna hasta universitaria y provienen de diversos estratos socioeconómicos. Casi todos son víctimas de “males” sobrenaturales que les impide encontrar trabajo, tienen pérdidas económicas, dificultades en los amores, empleos, padecen de enfermedad incurable y desdichas

semejantes. El hecho real es que el “cliente” tiene un problema que altera su situación en la vida social diaria y ordinariamente. El problema constante obstaculiza su funcionamiento normal. Por esta razón afirmo: son personas en estado de indefensión. En promedio, gastan desde 10 a 30 dólares para quitar maleficios por invocación a santos o deidades -tarifa menor- Pero cuando se trata de “hacer daño” a otra persona, la tarifa sube hasta miles de dólares de acuerdo a la “dificultad” y al “ingenuo” pues se tiene que invocar al demonio.

En la medicina primitiva y antigua, dejando a un lado la parte grotesca de sus rituales, hay algo de verdad revelado, por la eficacia de ciertos medicamentos que la experiencia enseñó a los encargados de prescribirlo. La obtención de sueño crepuscular mediante la administración de la *Datura Stamonium*, de la cual se extrajo la escopolamina, hoy tan usada, la acción anestésica de la coca, las propiedades soporíficas de la mandrágora, la idea de sustituir ciertos órganos por la ingestión de los homónimos extraídos de los animales (opoterapia, usada hasta la actualidad), la trepanación craneana, hecha sin duda en virtud de la concepción demoníaca de la enfermedad, la circuncisión, la amputación de extremidades, el uso de aceites para evitar la acción quemante de los rayos solares en la piel, no son sino prácticas de un buen sentido. Cabe pensar, por tanto, que no todo fue fuerza, danza, gritos, exorcismos y ruidos ensordecedores, pues bajo la indumentaria andrajosa del hechicero, debió ocultarse muchas veces e hombre inteligente y experimentado que solía comunicar a los descendientes su sabiduría, previa a una serie de prácticas aleccionadoras en las que creemos ver los instrumentos de la enseñanza médica humanizada, amorosa, ética y holística.

Debemos reflexionar cómo la ciencia, tecnología y la razón han logrado vencer la ignorancia –manera científica de pensar-. En la Antigüedad, Sócrates

decía que “el verdadero conocimiento tiene que salir del interior de cada uno por medio de la sabiduría. No puede ser impuesto por otros”. Sin embargo todavía en algunos lugares del planeta hay rezagos de lo que “dicen” o “creen” los poderes a través de sus medios. Los ritos, mitos, actos religiosos y creencias intentan dar a los seres humanos respuestas a algo que no entienden pero terminan confundiendo y convirtiéndolos en timoratos, inútiles a sí mismos, a su familia y a la sociedad.

Para finalizar este capítulo mencionaré nuevamente a Sócrates. Él pensaba que tenía por dentro una voz divina y que esa “conciencia” le decía lo que estaba bien. “Quien sepa lo que es bueno, también hará el bien” Quería decir que conocimientos correctos conducen a acciones correctas. Y solo el que hace esto es “un ser correcto”. Esa es la intención de este ensayo, conseguir que el ciudadano utilice la razón para interpretar las enfermedades y haga lo correcto, porque la magia humana se origina del miedo en la necesidad de la defensa, en el instinto de rebelión y destrucción, en el deseo sexual, en el deseo de vivir y en la necesidad de matar para vivir.

La magia ha existido en todas las épocas, en todos los pueblos y en todas las formas: mágica, imitativa y contagiosa, fantástica y especulativa. La magia de la imagen del médico del siglo XIX cambió en virtud de lo mucho que el desarrollo de la medicina dependía de la ciencia y del papel dominante del laboratorio en los problemas de enfermedad y muerte. El médico dejó de ser un hombre con poder semimilagroso, para participar en las tendencias positivistas de la época y reconocer como verdaderas solo aquellas conclusiones que se basaban en hechos objetivos y demostrables por el método científico. Si bien es cierto que los medicamentos y prácticas aberrantes que el hombre fue aplicando con la consigna de derrotar el dolor, la

enfermedad y hasta a la misma muerte, pasaron por momentos de desorientación y caos entre lo científico, lo mágico, lo religioso, la charlatanería y los caprichos más absurdos, no cabe duda que cada aporte de la medicina antigua sirvió para que alguien buscara siempre más y convirtiera al siglo XX en el que mayores adelantos dio a la humanidad. ¿Qué esperamos en el siglo XXI? ¿Cómo avanzará la ciencia en pos de lograr nuevas herramientas diagnósticas y terapéuticas? Se nutrirá de la biología molecular y la genética. Habrá curas a la medida de cada paciente. Sin embargo, no se olvidará el rol básico de la prevención y de la íntima relación entre el cuerpo y el espíritu. Alejandro Jodorowsky defiende que sanar es un arte y que para comprobar si un determinado método es válido o no, basta con ver los resultados. Si se ha curado, ha sido válido para usted. Lo importante no es estar “tratado”, sino que la enfermedad sea una prueba de fortaleza, lucha y vida, y sirva para llegar a una verdadera transformación para salir de ella como de una resurrección como lo concibió Goethe: fuerte, muy culto, diestro en todas las actividades, dueño de sí mismo, reverente ante sí mismo. Lo suficientemente fuerte para disfrutar la libertad. Tolerante, no por debilidad, sino por fuerza, porque sabe sacar provecho aún de la adversidad, de las diferencias, la traición y el engaño.

*Para comprender la esencia de la profesión*

*hay que conocer su historia*

**Silies, 1999**

## Bibliografía

- Historia de la Farmacia.- por Juan Esteva de Sagrera. *Los medicamentos, la riqueza y el bienestar*. Editorial Masson ( xx )
- Custiglioni A. *Encantamiento y magia*. México: Fondo de Cultura Económica, 1947.
- Góngora-Biachi RA, González-Martínez P. *El culto de la Santísima Cruz Tun y su influencia en la medicina mágica de los mayas en Yucatán*. Rev Biomed 1995; 6:47-51.
- Lain Entralgo P. *Historia Universal de la Medicina*. Barcelona: Editorial Salvat; 1975.
- Somolinos -D'Ardois G. *Historia de la medicina*. 4ª Edición. México: Sociedad Mexicana de Historia y Filosofía de la Medicina; 1978.
- Petrucelli RJ. *Historia de la Medicina*. Barcelona: Editorial Doyma 1980.
- Xiu-Chacón G. *El arte curativo de los Mayas y los primeros médicos de la Península de Yucatán, México*. RevBiomed 1998; 9:38-43.
- Pease, Franklin: *Los Incas: Una Introducción*. Pontifica Universidad Católica del Perú: Lima, 1991.
- Malpass, Michael: *Daily life in the Inca Empire*. GreenwoodPress: Wstport, 1996.

Soriano, Waldemar Espinoza: *La Civilización Inca: Economía, Sociedad y Estado en el umbral de la Conquista Hispana*. Colegio Universitario Ediciones Istmo: Lima, 1990.

(RevBiomed 1998; 9:192-198)

## **Ignorancia, miedo, superstición y estupidez**

### **Proceso de dominación**

*Dos cosas son infinitas:*

*El universo y la estupidez humana.*

*En cuanto al universo, no estoy seguro.*

**Albert Einstein**

*Tres clases hay de ignorancia: no saber lo que debiera saberse, saber mal lo que se sabe, y saber lo que no debiera saberse.*

**François de la Rochefoucauld (1613-1680)**

*El miedo ha sido y es utilizado para imponer*

*por la fuerza o sumisión a la humanidad:*

*La Tierra estaba toda corrompida ante Dios y llena toda de violencia. Viendo, pues, Dios que todo en la Tierra era corrupción, pues toda carne había corrompido su camino sobre la Tierra, dijo Dios a Noé: “El fin de toda carne ha llegado a mi presencia, pues está llena la Tierra de violencia a causa de los hombres, y voy a exterminarlos de la Tierra.*

**Génesis 6, 11**

*Del shock y de la conmoción surgen miedos, peligros y destrucciones inaprensibles para la mayor parte de la gente, para elementos y sectores específicos de la sociedad de la amenaza, o para los dirigentes. La naturaleza, bajo la forma de tornados, huracanes, terremotos, inundaciones, incendios descontrolados, hambrunas y epidemias también puede generar estados de shock y de conmoción.*

### **Shock and Awe: Achieving Rapid Dominance.**

**Extraído de la doctrina militar de la guerra contra Irak**

## **Fobia**

Todos tenemos miedo a momentos, ante ciertas situaciones. La explicación suele ser que el miedo es una forma de estar preparados ante un peligro; nos protege. Pero a veces esos miedos se vuelven muy intensos, e irracionales. Allí es cuando se comienza a hablar de fobias.

Una fobia es un miedo fuerte y persistente ante ciertas situaciones, objetos, actividades o incluso personas. El síntoma de este trastorno de ansiedad es el excesivo e irracional deseo de evitar a toda costa el objeto que origina el miedo. Cuando el miedo está más allá del control de la persona, y termina interfiriendo en la vida diaria, se diagnostica como un trastorno de ansiedad que debe ser identificado y tratado.

La vida en sociedad del ser humano hace que estos trastornos se multipliquen. Las fobias suelen aparecer por primera vez en la infancia o al comienzo de la vida adulta. Está generalmente aceptado que las fobias aparecen como una combinación de eventos o factores externos y predisposiciones internas del individuo.

Algunos ejemplos como la aracnofobia (miedo a las arañas) o la ofidiofobia (miedo a las serpientes), pueden tener su explicación como un rasgo evolutivo de los humanos, que como se dijo al comienzo, desarrollan esos miedos contra criaturas o fenómenos naturales que pueden causar daño. Otras fobias pueden rastrearse hasta un evento específico que las desencadenó, generalmente una experiencia traumática en edad temprana: situaciones muy específicas tales como a la proximidad de animales determinados, las alturas, los truenos, la oscuridad, a viajar en avión, a los espacios cerrados, a tener que utilizar urinarios públicos, a ingerir ciertos alimentos, a acudir al dentista, a la visión de sangre, heridas, enfermedades, muerte, cáncer, etc. ¡Admírese! Existen más de 500 fobias, muchas de las cuales son transmitidas por los padres, imperialismos y medios de comunicación.

Desde la perspectiva psicoanalítica, la fobia es una forma defensiva que transforma la angustia en miedo, concentrándose el sujeto en uno o varios factores desencadenantes.

### **Dogma:**

Un dogma es una doctrina sostenida por una religión u otra organización de autoridad y que no admite réplica, es decir, es una creencia individual o

colectiva no sujeta a prueba de veracidad, cuyo contenido puede ser religioso, filosófico, social, sexual, etc., impulsado por una utilidad práctica. La enseñanza de un dogma o de doctrinas, principios o creencias de carácter dogmático se conoce como adoctrinamiento.

### **Oscurantismo:**

El oscurantismo es la sistemática oposición al progreso, al cuestionamiento de dogmas y a la difusión del conocimiento más allá de ciertos límites. El oscurantismo es lo opuesto al libre pensamiento y con frecuencia asociado con los fundamentalismos religiosos.

En el oscurantismo de la “Edad Media”, hasta los tiempos de Giovanni Bocaccio, cuando había una epidemia, el miedo se extendía, con ayuda de la imaginación, literalmente, como la peste. Antes llegaba el miedo que el mal. Dado que no había cura, la gente abandonaba a sus hijos, su pareja, se alejaba de todo posible enfermo, y si se contagiaba, moría también sola. Todavía conservamos la expresión “apestado” para designar a quien, por cualquier razón o motivo que lo haga antipático, es rehuido por todos.

*Sociedades miedosas son esclavas, sin dignidad,*

*sin orgullo. Son el reflejo de sus ciudadanos*

## Proceso del temor

A los seres humanos se nos atemoriza desde la infancia. El No a todo lo que el niño quiere experimentar: ¡No abras el refrigerador pues te resfrías! ¡No salgas a la calle porque te roban! ¡Come si no viene el cuco, la bruja! ¡Diosito te castiga si te portas mal! Se nos hiere desde la infancia y por el resto de nuestra existencia cargamos con esa herida que no es más que miedo.

En casi todas nuestras motivaciones subyace algún tipo de temor que frena y condiciona nuestros actos. Este hecho ha sido largamente conocido y aprovechado, a través de los tiempos por algunas personas para ejercer dominio sobre otras. Las doctrinas religiosas, con diablos de fuego y azufre para castigar a los malos, constituyen algunos ejemplos de una variada gama de "abusos del terror" que ha ido transformándose hasta adquirir formas más suaves –mensajes subliminales– en nuestros días. Todas las sectas, dioses, rituales, desgobiernos, dictaduras, trabajos, dogmas, sistema educativo, etc., se basan en el miedo como un instrumento de manipular a la sociedad.

Quienes padecen estos temores antinaturales no se ven amenazados por ninguna causa objetiva ni próxima y, sin embargo, son incapaces de liberarse de sus sentimientos negativos. Por ejemplo los que temen a las ratas, a la oscuridad o a las tormentas. Algunos tienen miedo a la soledad, otros a las grandes muchedumbres y muchos se espantan cuando penetran en espacios cerrados, como túneles, ascensores, etc. En estos casos el temor es para la mente lo que la parálisis para el cuerpo. El miedo es el principio de todos los males, pues a un cobarde los temores le exponen a todo tipo de peligros. Cuando el miedo es constante perdemos la confianza en nosotros mismos y en nuestra propia capacidad, nos sentimos incompetentes, sin capacidad de

respuesta y abocados al fracaso. Además, los temores imaginarios causan enfermedades, consumen energía; producen desasosiego y pérdida de vitalidad.

El miedo toma diferentes formas, miedo a no ser recompensados, miedo de fracasar, miedo de la propia debilidad, miedo del sentimiento que genera en nosotros tener que cumplir cierto objetivo y no ser capaces de lograrlo, miedo a la oscuridad, miedo a la propia esposa o al marido, miedo a tener pareja, hijos, a estudiar; a la sociedad, miedo a la enfermedad y morir, etc.

El miedo y la ignorancia son dos grandes armas que durante milenios han sido, son y serán utilizadas contra el hombre por aquellos que sacan provecho de él, sometiéndolo a su voluntad y enriqueciéndose a su costa. Es algo que muchos de nosotros denunciemos una y otra vez con el fin que nuestros semejantes se hagan conscientes y despierten. Se trata de que enfrenten a sus propios miedos y que hagan todo lo posible por superar su ignorancia, informarse adecuadamente y, sobre todo que aprendan a pensar, a utilizar sus cabezas y desarrollar la inteligencia y la razón para estar consciente de sus miedos, comprender sus causas y con voluntad, superarlos. El sistema trata de debilitar nuestras voluntades y nuestra capacidad de resistencia día a día. Lo hace de muchas formas. Por eso intentamos, con esta revisión, orientar sobre la influencia que ejercen en nuestras vidas las crisis económicas periódicas, que generan desesperanza y miedo inducidos por los grupos de poder mundiales a través de sus medios de comunicación masivos.

En este sentido, la ignorancia es quizás de los males más manifiestos. Explicarle a la gente cosas que a nosotros nos parecen de lógica común es, hoy en día, una tarea difícil. Hay, por ejemplo, muchas personas muy

preocupadas con lo que está pasando en el mundo. Escuchan las noticias de los medios masivos de comunicación -mass-media- y empiezan a temblar sin fundamento. A menudo vemos como se producen muchas injusticias, corrupción, asesinatos, guerras y el dolor y la miseria campean a sus anchas por grandes zonas de este mundo que son consecuencias de iniquidad –causa fundamental- que los medios no lo analizan tras su decorado mediático. Además, profundizan el miedo e incertidumbre con otras “noticias venales” como toparnos con marcianitos verdes, alienígenas grises de grandes ojos de insondable color negro, conspiraciones políticas y de todo tipo, manipulaciones de la historia, teorías del fin del mundo, predicciones de futuros dorados o apocalípticos, etc. Algunas de estas noticias alternativas están tan bien disfrazadas que son fácilmente creíbles, y otras sirven para guiones de ciencia ficción.

Muchos charlatanes son presentados en los medios porque ofrecen conferencias o congresos; hablan de Ashtar Sheran, de la Confederación Galáctica, dicen que se comunican con Jesucristo, operan con las manos y sacan tumores y otras bobadas. Todos estos embaucadores utilizan una metodología parecida, unos con mayor gracia que otros, pero en esencia el engaño es engaño.

Las estafas y los engaños han estado al orden del día, al contrario de lo que algunos se creen, no es cosa que esté ocurriendo ahora por primera vez, en realidad llevan ocurriendo desde hace muchos milenios. Ahora está de moda el “fin del mundo”. Las Profecías Mayas lo han puesto de actualidad de nuevo. 2012 es la nueva fecha y todos se preguntan – una vez más – ¿cómo será este Apocalipsis que nos va a ocurrir? ¿Será un meteorito el que chocará contra la Tierra? ¿La Tercera Guerra Mundial? ¿Un virus asesino e incurable

nos matará a todos? ¿El eje de la Tierra se volteará produciendo mil y un terremotos devastadores? ¿Ocurrirá un Gran Diluvio o el globo terrestre se verá cubierto de hielo? ¿Nos introduciremos en una gran nube de radiación cósmica que nos freirá a todos de calor? ¿Cómo será, en definitiva, ese “fin del mundo”?

Hemos vivido al menos cinco grandes “fines del mundo” (aunque ha habido más en ese lapso de tiempo anunciados por muy diversos iluminados y clarividentes). El primero de grandes proporciones y muy creído fue el de 1982, luego hubo otro en 1992. Todavía está en nuestros recuerdos el del año 2000, muy publicitado por los medios televisivos, revistas, internet. Después llegó el del 2003-04 de los zetas, anunciando la llegada de Nibiru, también conocido con los nombres de Marduk y Hercolobus entre otros. Luego está el del 2006, que es el que marcaba el calendario Judaico. Ahora tenemos uno nuevo, el del 2012. ¿Quién marca esta fecha? El calendario Maya. Es posible que, si anunciáramos un fin del mundo para cada año, finalmente acertaremos porque las armas nucleares están en manos de poderosos psicópatas a los que es obligación moral denunciar y combatir. Esa es una tarea de todo el mundo, en lugar de vivir temerosos y agazapados por el círculo de la ignorancia y superstición.

Antes de que nuestra generación naciera también hubo otros “fines del mundo”, como 1914 anunciado por los Testigos de Jehovah y otros. He analizado el porqué de estos anuncios que, por cierto, tienen muchos decenios de antigüedad, es decir: no son nuevos. Llama la atención como se utilizan estos anuncios apocalípticos para producir dos cosas en las que pretenden buscar noticias alternativas: más ignorancia y, sobre todo, más miedo. Enseguida que oímos hablar del Fin del Mundo pensamos en varias cosas, la

primera es: ¿Cómo y qué va a ocurrir?, después queremos saber ¿dónde? y por último ¿cómo ponernos a salvo? Si nos preocupan estas tres preguntas en demasía, entraremos en el círculo del miedo y de la paranoia. Cuando entramos en este, devoraremos cuanta información caiga en nuestras manos, perderemos la razón y nuestro sano juicio, acabaremos creyendonos casi cualquier cosa. Entonces es cuando somos presas muy fáciles para que nos introduzcan su información envenenada, esa que va dirigida a las áreas más oscuras de nuestro subconsciente y nos convierte en autómatas obedientes.

A más de los medios de información comunes existen varios sitios web pagados para desinformar, también hay numerosas personas que están en nómina para contarnos historias y conspiraciones de muy diversa índole. También los hay que divulgan esta información de forma gratuita y son la mayoría. Son los que se hacen eco de las noticias e información que publicitan. ¿Por qué hacen esto? Los motivos son cuatro: estudios sociológicos, crear más ignorancia y despistar de la verdad a ciertos sinceros investigadores, ridiculizar ciertas cuestiones ante la opinión pública y crear miedo y angustia ante lo desconocido. Está claro que lo consiguen plenamente. Sus métodos a veces son muy sofisticados y en otros demasiado torpes. Para complicar aún más la situación tenemos las campañas de marketing que es publicitada en internet con imágenes falseadas de OVNIS, Círculos de Trigo, apariciones fantasmales, meteoritos que chocan contra la Tierra, persecuciones militares de objetos volantes, alienígenas paseando por los bosques en una oscura noche, etc. La gente realmente se las cree sin pensar y, no analiza que son un fraude y un engaño más para distraerle de problemas comunes –pobreza, violencia, injusticia, ineficiencia administrativa, explotación, corrupción- que le afectan e impiden reflexione y cambie. ¡Se

quedan con la boca abierta y ojos exorbitados! ¡embobados! ¡crédulos! Y poco a poco con ataques de pánico.

Está claro que nuestro futuro está amenazado por muchas causas siendo las peores las que producimos nosotros mismos. Una guerra atómica mundial puede ser más devastadora que el choque de un meteorito de diez kilómetros de diámetro. Una guerra bacteriológica puede acabar con el 95% de la humanidad en pocos días, una mortandad cinco puntos superior a la que produciría el cambio del eje de los polos con el consiguiente mega maremoto que inundaría las dos terceras partes de las tierras emergidas. Una crisis medioambiental producida por la sobreexplotación de la tierra nos podría lanzar a años de hambre, guerras, pestes y destrucción. Sería un lento y doloroso Apocalipsis. Estos son los problemas importantes a los que no hay que tener miedo, sino unirse para detener a perturbados, obstinados en mantener el poder mundial a costa de la vida en todas sus manifestaciones.

Solo por estos dementes nuestro futuro es impredecible y muchos peligros están acechándonos, por esto hay que estar despiertos, alertas y combativos para dirigir nuestro propio destino; vivir libres y morir con dignidad. Pero, mientras se viva hay que ayudar a sacar de la ignorancia y mejorar las condiciones de vida social. Luchar por una sociedad más equitativa y justa. No debe interesarnos el Apocalipsis y sí, en cambio, el advenimiento de una nueva Civilización de paz, equidad y respeto, pues creo que estamos viviendo la decadencia y muerte de la civilización del oscurantismo. Se dice que el mentado Apocalipsis es: “la rebelión de los esclavos”, refiriéndose que finalmente la humanidad se liberará de su ignorancia –esclavitud- con actitud positiva y voluntad, apartando miedos y abriéndose a la sabiduría y a la razón, para alcanzar una convivencia armónica en la diversidad.

El temor no es bueno ni saludable. No es lo más adecuado justificar el miedo, pues este únicamente nos coacciona. Desde el miedo no puede surgir ni el conocimiento ni la sabiduría. El miedo nos aparta de la realidad y nos hace entrar en un mundo subjetivo, paralizante y desbordante. El problema actual de la humanidad reside en que los seres humanos tenemos miedo porque nos aferramos a cosas y a personas que, por sí mismas, no se pueden “poseer”. Tememos por nuestro buen nombre y posición, por nuestra familia y posesiones. A medida que adquirimos bienes, fama y poder, adquirimos también el temor a perderlos y la constante preocupación de velar por su salvaguardia. Nos convertimos siempre en víctimas de nuestra propia ansia y ambición. Quien posee teme, y este es un defecto común, en distintos grados, de casi toda la humanidad. Estar sano es un estado normal para soportar lo positivo y negativo de la vida. Muy pocos se preocupan de esta actitud: estar sanos. Confiar en la juventud y capacidad física para producir, mercadear, consumir y asegurar el futuro es no tener presente, peor futuro. Es el eterno consumidor y mercancía y siente su vida como un capital que debe invertir provechosamente. Si lo consigue es un “hombre de éxito”, y su vida tiene sentido para él; caso contrario, es un fracasado y enferma. Desaparece el superhombre, el metrosexual y la supermacho. Ellos creen que nunca van a enfermar o a morir; trabajan y trabajan, incansablemente, aprovechando su juventud; y su éxito lo miden en el número de casas, carros, cuentas bancarias, lujos, etc. Bienes que son perecederos y finitos. Por eso, cuando los pierden, enferman. Y el que no posee estos bienes también enferma de celo y envidia que no es más que el miedo para lograrlos y vive insatisfecho, dependiente, frustrado, agazapado; esperando ganar la lotería o un milagro para ser feliz; cree en el destino forjado por otros –politiqueros, religiones, adivinos- por eso viven esclavizados y pendientes de un hilo. Los dos grupos

son ejemplos de miedo: a perder lo acumulado en el primer caso y la esperanza, en el segundo.

Pensarán y sentirán los que hoy son presos de sus miedos, lo que muy bien cita Jorge Luis Borges: “Que el cielo exista, aunque nuestro lugar terrenal sea el infierno”. No puede ser posible vivir en el infierno del trabajo o agazapado. En esta condición, no hay espacio a lo gozoso, a lo nutritivo, a lo bello, para quien se siente cautivo en un infierno. No puede haber una sana espera para quien ya no hay ilusión de cambio, un deseo de mejora. Decía Einstein: “hay dos formas de ver la vida; una es pensar que ningún milagro existe y la otra es pensar que todo es un milagro”.

Si no “nos ponemos las pilas” caemos ante el miedo y sumisos nos dejamos llevar hasta donde él nos arrastra. La mejor manera de permanecer orientado y resistirlo es saber qué le está pasando y por qué. La información es la resistencia al miedo. ¡Hay que armarse! Y entrar en combate. En esta guerra, el vencedor no es, pues, el que derrota al supuesto enemigo, sino el que consigue derrotar al miedo con sabiduría y mantener sanidad mental.

La Teoría del Shock denunciada por Naomi Klein - periodista canadiense de investigación- es una técnica usada por los poderes para hacer prisioneros a la gente; obedecer, despertar miedos y fobias, para luego ofrecer lenitivos, productos milagrosos; esto los hace dependientes -esclavos- con una falsa idea de seguridad. El shock puede ser un desastre natural, un ataque terrorista, una guerra o una epidemia, lo que nos convierte a todos en niños desorientados en búsqueda de líderes que nos protejan. Se convierte en terrorista el que no crea en ellos.

*El virus más poderoso es el miedo*

**Marc Siegel**

*Reducir adultos a un estado mental de niños*

El Ataque de Pánico, la enfermedad del momento o la enfermedad del miedo, es ni más ni menos una situación que no hemos buscado, solo pasamos a formar parte de esta “sociedad enferma” fomentada por medios de comunicación.

¿De qué se defiende una persona en un ataque de pánico? , la conciencia no tiene un objeto definido, entonces tiene miedo a todo. Eso es pánico.

Se disparan mecanismos relacionados con lo que el cuerpo hace y construye para defenderse, pero el verdadero enemigo está en nuestro interior introducido en mensajes reales o imaginarios por la presión de la vida moderna, la inestabilidad económica, la inseguridad social, enfermedades comunes y catastróficas, desastres naturales, mitos, supersticiones, apariciones, estigmas, violencia, entre otros. La mayoría de ciudadanos que consultan por enfermedades de moda –trastornos digestivos, alergias, hígado graso, elevación del colesterol, osteoporosis, fibromialgias, fatiga crónica- generalmente se encuentran en estado de pánico, ya que a más de sus síntomas por los que consulta existe crisis familiar.

Si a más de los temores cotidianos, se agregan “noticias” que generan más miedo, estas personas debilitadas se angustian y entran en pánico. Referente a la salud, primero fueron las famosas vacas locas, luego la amenaza nunca cumplida de la peste aviar, porcina y varios virus de la influenza y sus cepas H1N1; H3N2 -que existen desde hace siglos- que se transmite de persona a persona como lo hace la gripe estacional común, pero ahora tiene el carácter del SIDA o del cáncer mortal y, por tanto, un estornudo es una agonía. En la actualidad, el turismo masivo y el transporte intercontinental permiten que los virus y sus mutaciones se extiendan sin dificultades, teniendo el mundo entero a su disposición. Entonces, cualquier enfermedad infecto contagiosa se difunde fácilmente.

Claro que es una nueva manera de hacerse inmensamente rico a costa de la alarma global. Esta es la idea que planea con fuerza sobre la gripe A. El mercado farmacéutico mueve unos 200.000 millones de dólares al año en fabricación de antivirales y vacunas. Un monto superior a las ganancias que brindan la venta de armas. Por cada dólar invertido en la fabricación de un medicamento se obtienen mil en el mercado. Este mercado, además, es uno de los más monopolizados del planeta, ya que solo 25 corporaciones copan el 50 por ciento del total de ventas.

Debemos conocer que los antivirales tienen efectos adversos graves. ¿Por qué, entonces, tanta propaganda? En julio de 2009 se publicó una primera proyección de la mortalidad por gripe A. Concluía que era menor que por la gripe común estacional. Todo esto tiene que saberlo la población. Tiene que saber, por ejemplo, que muchísimas mujeres han abortado innecesariamente por los tratamientos y el pánico. Porque el miedo, hábilmente administrado, es

peor que la enfermedad. Ese es el problema, "el miedo". Miedo que generalmente se cura con pocas dosis de analgésicos no antiinflamatorios.

"Los humanos estamos programados por la naturaleza del temor a que ciertas cosas puedan lastimarnos, así que nuestros botones de miedo pueden ser muy fáciles de presionar" explica Richard Wessler, PhD, un profesor de psicología en Pace University en Pleasantville, NY. Agrega, "Los medios de comunicación son responsables en mayor parte de subir el tono de grandes titulares y presentar el temor de la semana".

*Vivimos en una cultura de miedo* dice Barry Glassner, PhD, University of Southern California profesor de sociología y autor de *The Culture of Fear: Why Americans Are Afraid of the Wrong Things. ¿El daño? Continuamente nos distraen de serios problemas sociales, económicos, políticos; de violencia y de corrupción para a través de los medios de información preocuparnos de cosas que son extremadamente poco probables que sucedan.*

Varios investigadores y periodistas han develado las prácticas de las compañías farmacéuticas para crear la necesidad social de medicamentos que "curan" enfermedades inexistentes. Las farmacéuticas lo hacen por la pérdida económica que les supone ver cómo caducan sus patentes para "tratar", innecesariamente enfermedades de moda. Todos conocemos las enfermedades "de moda" en nuestros países. De repente, gracias a los medios de comunicación, todos sabemos qué es la osteoporosis, qué es el cáncer de cuello de útero, por qué es importante luchar contra el colesterol, qué es la disfunción eréctil, etc. Ello coincide, también, con la expansión del fenómeno de invención o exageración de enfermedades y con las últimas "pandemias" de gripe -la aviar y la porcina- En los 32 años de ejercer la medicina he sido

testigo de cómo algunos medicamentos han pasado de “moda” debido a que la ciudadanía consumista se ha dado cuenta que no le sirve para nada; es decir han salido del engaño. Mientras bajan las ventas de las empresas, empiezan a fabricar viejas o nuevas enfermedades, patentan viejos preparados farmacéuticos, se suma la campaña del marketing de terror y a pescar a río revuelto. Millonarias ganancias provenientes de la ingenuidad e indefensión de los ciudadanos ¿Ejemplos? Recuerdan el elixir peregórico, hepabionta, alkaseltzer, ampicilina, urobiótico, vasoactín, canestén, oralsept, marex, ritalina, nervioline, ansietil, novalgina, cafergot, pancreoflat, nutrizim, simepar, veintena de analgésicos para el cólico menstrual, aspirina, voltaren, variedades de te curalotodo, mylanta, pharmaton, herbalife, productos para adelgazar, Y, en plantas: dulcamara, noni, gingobiloba, ajo, bebidas energéticas, factor de transferencia,etc. La mayoría de venta libre; es decir, una mentira para engañar a la sociedad. Y, la inmoralidad de recomendar al final: “si los síntomas persisten, consulte a su médico”: allí radica la farza. Dijo Thomas Jefferson: *pobre del hombre que acepta como bueno todo lo que le “informan” acerca de qué con qué comida alimentarse y con qué medicamentos curarse, es un alma a merced de los tiranos.*

La tendencia es medicar estilos de vida, factores de riesgo, procesos naturales como si fueran enfermedades. En los próximos años veremos cómo "aumentan" las patologías mentales y las enfermedades inexistentes en los niños, como el "Déficit de Atención" con o sin hiperactividad, del que ha nacido el "Trastorno Oposicionista Desafiante", que no es sino la natural rebeldía de los niños reconceptualizada como enfermedad. Y quien no acepte los tratamientos farmacológicos será diagnosticado de "Incumplimiento terapéutico". No es broma: estos "trastornos" ya están descritos en algunos

manuales de diagnóstico y tratamiento de enfermedades mentales que pasa por ser la "biblia" de la psiquiatría.

La vacuna contra el virus del papiloma humano, se centra en la gran campaña de lobby o presión industrial sobre políticos de todo el mundo y sobre los demás poderes que toman decisiones en materia sanitaria. Describo la estrategia de presión que han llevado a cabo los laboratorios fabricantes de la vacuna, y sobre todo la campaña de "marketing del miedo" que han impulsado para hacer creer a la población que el cáncer de cuello uterino es de los más letales: han inflado cifras de prevalencia, han exagerado una enfermedad poco corriente y han planificado una campaña de extensión del miedo entre la población para vender una vacuna como con la gripe A.

El 15 de marzo es el Día Mundial de los Derechos de los Consumidores. Consumers International (CI) y las organizaciones de consumidores de todo el mundo están llamando a los gobiernos a terminar con prácticas inescrupulosas de comercialización utilizadas por la industria farmacéutica. La promoción no ética de medicamentos implica informar de una manera engañosa a los consumidores sobre los medicamentos que compran, llevándolos a potenciales riesgos para su salud. Admírese: el 30% de la publicidad en los medios son medicinas alopáticas y alternativas. Quién no ha comprado algunos de estos productos milagrosos: millones; traducidos a dólares, jugosas ganancias.

Es el pan nuestro de cada día que estas compañías establezcan relaciones de influencia opacas con todos los actores del sistema, OMS incluida. El mejor antivirus contra la corrupción es la información. Pero no basta con encarar de manera individual el problema: hay que organizarse. Durante los últimos años han crecido las asociaciones críticas que promueven la ética en el sistema

sanitario, organizaciones de médicos y profesionales de la salud, de pacientes, de abogados que encaran estos sucesos, o redes de ciudadanos activistas a través de internet.

Por un lado, los medios han apostado en los últimos años por el sensacionalismo para superar la grave crisis en la que viven. Esto es malo. Lo que les salvará será su reencuentro con la ciudadanía, la calidad y la apuesta por la investigación y la información correctas, morales; rescatar la moral pública: esa es su función. Pero sí: muchos medios tienen relaciones incestuosas con este sector industrial.

El poder político está ahora atado al poder económico. Solo un ejemplo, eso sí, muy elocuente: gracias a la Ley de Libertad de Información de Estados Unidos sabemos que los laboratorios farmacéuticos son los que más contribuyen a la financiación de las campañas electorales de los dos grandes (y casi únicos) partidos. Luego estos devuelven los favores. Igual en Europa y horrorosamente en Latinoamérica donde uno de los primeros males es la corrupción.

Estados Unidos es una sociedad medicada, y un paraíso para las farmacéuticas, que pueden anunciar medicamentos sin receta.

*Si no creas guerras, crea enfermedades*

En definitiva, las multinacionales requieren una dinamización de su producción para reducir las pérdidas e incrementar las ganancias. Estas

empresas, recuérdelo muy bien, no están conformadas por personas altruistas que solo buscan extender la salud de manera desinteresada en todo el planeta. El fin último es la ganancia y el lucro a costa de lo que sea como estrategia para expandir enfermedades. Los mercadólogos lo saben muy bien: crea una necesidad que sea satisfecha por lo que vendes y tendrás al mercado rendido a tus pies. Si en el mundo se provocan conflictos y guerras para vender armas, ¿no es igualmente posible generar brotes de virus y enfermedades para vender medicinas? En el capítulo sobre Sociedad Mediática se detallan las estrategias para expandir enfermedades en el planeta.

Por las anteriores consideraciones, si usted es considerado por su familia, amigos o médicos como exageradamente preocupado por su salud, teme que a su médico se le puedan pasar por alto ciertos indicios de enfermedades. A pesar de que el médico le asegura que está sano, no se convence, como consecuencia, realiza numerosas consultas con el mismo o con otros profesionales, brujos, curanderos o milagrosos –medicina alternativa- evita realizar estudios que le fueron indicados , por miedo a confirmar sus temores, y a pesar de ello sigue preocupado, chequea varias veces por día su tensión arterial o su frecuencia cardiaca, siente que cualquier alteración en sus sensaciones corporales habituales preanuncia una enfermedad grave, al enterarse de la enfermedad de un conocido, o al acceder a información referida a alguna enfermedad a través de los medios, entonces, está predispuesto a padecerla.

Si esas preocupaciones ocupan su mente en forma persistente. Usted padece ansiedad referida a la salud que se expresa como miedo a enfermedades.

La preocupación por la salud es un rasgo valioso para la supervivencia, ya que es el motor que nos impulsa a cuidarnos, a consultar con el médico “cuando es necesario”.

También está dentro de lo esperable estar ansioso o preocupado ante el resultado de unos análisis o algún estudio. Una ansiedad controlable pasa a ser patológica cuando es excesiva, persistente o inadecuada y la persona vive continuamente con miedo a enfermedades y eso interfiere en su vida cotidiana personal, familiar, laboral y social; alterando su calidad de vida al producir angustia y sufrimiento. Un temor exagerado puede generar enfermedades, sobre todo con la inducción de los medios. Por ello debemos tener cuidado con el manejo de la información sobre programas de salud –la mayoría, auspiciados por empresas farmacéuticas o clínicas privadas-.

La enfermedad, es otro 'cuco' para los pequeños, que requiere de atención importante de los padres. Enfermarse es uno de los temores más arcaicos y en épocas de dengue y gripe, el miedo se agudiza y causa grandes temores en los padres.

Asimismo, los pequeños se pueden asustar y angustiar cuando el peligro es más tangible, tal como se vive por esta época en la que se escucha con frecuencia el cierre de algunos colegios por haberse registrado casos de la nueva gripe AH1N1. Todo depende de la importancia que se le da a la enfermedad en cada familia. “Hay familias hipocondriacas que transmiten a los niños la sensación de preocupación ante la enfermedad, la cual incrementa la angustia en los menores”.

La hipocondría es el miedo a enfermarse, y así como hay adultos hipocondriacos, también hay niños hipocondriacos. “Este padecimiento entra dentro de las fobias. Puede tener que ver con angustias propias, con miedos transmitidos desde la familia o con experiencias de su entorno”.

Las experiencias pueden ser propias o ajenas: el accidente, la enfermedad o la muerte de una persona cercana incrementan la intranquilidad e incluso la hipocondría.

Como la gripe, la hipocondría es contagiosa cuando ingresa al ámbito familiar, generalmente traída por los adultos. “Cuando aparecen casos así es necesario trabajar con los padres para que ellos disminuyan el grado de angustia frente a la enfermedad”, y generalmente el hecho de menguar la preocupación en los padres es decisivo para resolver el problema, sin necesidad de trabajar en terapia con el niño. Recuerde: así como son los padres son los hijos.

Muchos miedos son normales y se van venciendo con el tiempo, como el temor a la muerte o a la oscuridad, pero pueden reactivarse en una situación específica. Durante la infancia los ataques de miedo forman parte del desarrollo, y vivir estos sentimientos contribuye a estructurar la personalidad, pero a veces esa vivencia puede ser intensa y desencadena fobias para toda la vida. Hogares con violencia intrafamiliar y machismo; así como padres sobreprotectores contribuyen al desarrollo del miedo. Condicionan a sus hijos para toda la vida.

Los animales también experimentan estos conflictos biológicos en términos reales, por ejemplo, cuando pierden su nido o su territorio, cuando son

separados de una pareja o de una cría, cuando son atacados por un adversario, cuando sufren una amenaza de hambruna o un susto de muerte.

Debido a que los humanos somos capaces de interactuar con este mundo en términos tanto literales como simbólicos, podemos sufrir estos conflictos también en un sentido figurativo. Por ejemplo, un "conflicto de pérdida territorial" puede traducir la pérdida de un hogar o de un trabajo, un "conflicto de ataque" puede ser experimentado a través de un comentario ofensivo, un "conflicto de abandono" puede ser producido por sentirse excluido, o ser dejado atrás por el "grupo", o un conflicto de "susto de muerte" puede ser disparado por un diagnóstico que es percibido como una sentencia de muerte. Choque de conflictos inesperados para los que no estaban preparados: desamor, conflicto de pareja, desocupación, quiebra, conflicto laboral, sentimental, etc. Son cosas comunes que a todos nos pasa. Así es la vida. No es el paraíso terrenal. En definitiva, hay que estar preparados. Prepararse es ilustrarse, armarse de conocimientos para vencer la ignorancia, estupidez, superstición; tener un plan de vida propio.

El poder no quiere bajo ningún concepto que el resto de sus semejantes piensen, comparen, reflexionen, distingan, en resumen, lo que quiere el poder es ignorancia, estupidez, mentes vacías de contenido incapaces de ser críticos con el sistema. ¿Es esto libertad? ¿Libertad para quién? ¿Es información leer un diario o ver un informativo? Hay que ver y leer con sentido crítico para intentar captar el fondo de la manipulación a la que estamos sometidos, todo es una gran mentira, una farsa, cualquier noticia por pequeña que sea esta estudiada con una precisión de bisturí, con ella se pretende modificar nuestro cerebro, hasta extremos difíciles de imaginar. Lo peor de todo es que pagamos

por los periódicos y cadenas de televisión o internet para que nos desinformen y manipulen nuestras mentes.

Las multinacionales, estados y gobiernos usan el miedo como método de control social, como método de control de las personas. La acción permanente de la policía, el ejército, las constantes notas de hechos de violencia, permiten crear un ambiente en el que los ciudadanos se aíslan unos de otros, se autocensuran, callan, se apartan de quien aún se atreve a expresar opiniones críticas. Nos lleva a alejarnos del conocimiento científico, a ser moldeados como es interés del poder económico y a no hacer lo que realmente deseamos. Miedo, concretamente desde muchos medios de comunicación, voceros de los psicópatas que rigen el mundo. Lamento tener esa opinión sobre la prensa, pero es que desgraciadamente hace tiempo dejó de ser independiente. Cada grupo periodístico solo transmite la información que interesa a los poderes. Todos los medios más importantes están en manos de grandes fortunas. Nos bombardean permanentemente con imágenes de un futuro catastrófico. Y no me refiero solo a las noticias políticas y económicas. En general, prensa, radio, televisión, cine e internet están saturándonos con mensajes nada subliminales acerca de todo tipo de crisis. El lavado de cerebro está provocando que hasta los más descreídos empiecen a “creer” que algo horrendo vaya a ocurrir, pero lo más importante es no dejarnos amedrentar por tanto mensaje devastador y sucumbir al terrorismo informativo condicionado.

La mayoría de medios de comunicación dicen que educan a la población. Observe la extensa lista de programación diaria, desde prestar una atención desmesurada a todo tipo de eventos deportivos hasta buscar pareja por Internet. Los reality shows, sensacionalismo, violencia, el deporte espectáculo, la por-nografía sentimental, el entretenimiento banal o la exaltación de la fama

por la fama conforman el grueso de la programación televisiva actual que aleja a la ciudadanía del verdadero conocimiento crítico y científico.

*Es maravilloso lo que el hombre puede tragar.*

*Durante unos buenos diez minutos estuve leyendo  
un periódico, dejando entrar por los ojos el espíritu de  
un individuo irresponsable, que rumia y mastica las  
palabras de otro, pero las devuelve sin digerir.*

**Hermann Hesse. El Lobo Estepario. Página 72**

Como se ha descrito las causas del origen del miedo, de los temores de las sociedades actuales, son diversos. Me parece que muchos de estos medios aún no salen de la práctica de un par de los principios de Joseph Goebbels, aquel genio de la propaganda nazi: “Una mentira repetida adecuadamente mil veces se convierte en una verdad” –está de moda- “Gobernemos gracias al amor y no gracias a la bayoneta” Resultado. ¡Holocausto: judíos, polacos, rusos, homosexuales, discapacitados, gitanos!

El miedo vende, despierta el morbo grupal por conocer detalles del método de cómo se exterminan unos a otros hoy día, los hombres “modernos y civilizados”. La mejor noticia es la que se escribe con color rojo y no me refiero al rojo de la tinta. La gente gusta de comprar sangre, siempre y cuando no sea la suya propia o la de alguno de sus cercanos.

Entonces, parece rentable mantener la zozobra colectiva y alimentar el morbo y la psicosis de la inseguridad para vender más o simplemente por mantener en estado de excepción e indefensión a las sociedades, y cabe la pregunta ¿en qué y a cuáles grupos específicos beneficia económicamente mantener presente la inseguridad social y la paranoia de enfermedad?

Los medios de comunicación tienen el lema: “si no hay sangre no se vende”.

Los medios de comunicación gastan más tinta, tiempo y espacio en magnificar los hechos sangrientos y sus “remedios” (¿en aras de mantener informada a la población?) que en tratar de exigir por su medio, a quienes corresponda, se busquen soluciones concretas que frenen ese tipo de hechos, y se beneficie la razón colectiva. Para tener paz, hay que transmitir paz, no se le puede pedir paz a alguien por la fuerza o por intimidación con las boberías de enfermedades, hechos sobrenaturales, milagros y otros disparates. Para tener salud hay que transmitir salud, sobre todo mental.

La pregunta obligada es ¿para eso sirven entonces los medios de comunicación?, ¿para crear una visión sesgada de las cosas y hechos que conforman la realidad cotidiana de una sociedad?, ¿para azuzar a la gente en contra de rivales políticos?, generando con ello más controversia y resentimiento. ¿para enfermar más a la gente? Muchos presentadores de noticias son utilizados por su timbrada voz o su belleza pero saben muy poco y aprenden mal; esa es la razón por la que mienten, candorosamente.

El miedo vende, forma criterios unilaterales, y ciega masas; y es quizás la mejor forma de mantener el control del criterio y pensamiento político de una

gran mayoría que no está acostumbrada a razonar con discernimientos propios.

El hecho es que nuestras sociedades están envueltas en violencia, la cual se expresa de muchas formas: familiar, social, política y hasta estatal, y lo peor es que se ha vuelto omnipresente y cotidiana, y la mayoría de medios de comunicación ha acostumbrado a la gente a verla como algo normal e imprescindible en aras de estar informado. Cuando se trata de controlar la desinformación, los medios dicen que se trata de “violar la libertad de expresión”. ¡Qué cinismo! No hablan del origen de la corrupción, afrenta humana en la que el Ecuador es líder o del hambre que afecta a gran parte de la humanidad.

El miedo lo han globalizado. El miedo es manipulación. Cualquier situación que permita inyectarle miedo a la sociedad es una operación destinada a afectarnos de manera tal que manipularnos sea más simple. Conocer los mecanismos de dominación nos permite enfrentarlos con mayores probabilidades de éxito.

La instalación del miedo tiene como función paralizar al individuo, colocarlo en una situación de indefensión personal que lo lleve luego a aceptar las respuestas que los medios “sugieren” frente a esta situación, sean estas respuestas racionales o espejitos de colores de consumo como “halloween o la Navidad”, fútbol “sana diversión”.

La angustia generada por una situación que desborda las capacidades individuales de respuesta tiene como intención aislar al individuo del otro, que es entendido como un peligro, impide que estos creen lazos sociales, se

acobarden, dispuestos a dar un paso atrás para dejar que otros definan su vida, coarta la capacidad de organizarse y aunar esfuerzos. Voltear muñecos por separado es mucho más fácil que hacerlo cuando estos se encuentran agrupados. Dolores Cacuango –activista y líder indígena- decía: “los granos de quinua dispersos, se los lleva el viento, pero cuando se unen en un costal, el viento no los mueve”.

Es necesario que continuamente nos hagamos conscientes de nuestras reacciones para ver hasta qué punto son normales o producto de sutiles propagandas. Antes de vencer al enemigo, es necesario vencer primero el miedo que nos inspira y reírnos de los medios que lo difunden. Interiormente lograremos la perfección cuando entendamos de dónde viene el miedo y lo dominemos. Es como si a un niño le dijeran que en la oscuridad está el “cuco” para que no salga de la casa, pero cuando se atreve y descubre que no hay nada sobrenatural, nunca más cree en el cuco. Así, maliciosamente, tratan de intimidarnos.

Una persona inteligente se encuentra libre de todo temor, y todos podemos serlo. Si podemos descubrir la causa fundamental de nuestro miedo entonces podemos hacer algo al respecto y cambiar la causa. Y si descubrimos cuál es su causa, la raíz, y la descubrimos por nosotros mismos, habremos terminado automáticamente con ella. Si vemos el proceso que da origen al miedo, o vemos sus múltiples causas, entonces, esa percepción misma pone fin a la causa.

Ante todo, ¿por qué toleramos el miedo? Si tenemos un automóvil que anda mal, acudimos, si es posible, al mecánico más cercano; allí arreglan la maquinaria y proseguimos la marcha. ¿Es que no hay nadie a quien podamos

acudir para que nos ayude a no tener miedo? ¿Comprenden la pregunta? ¿Necesitamos la ayuda de alguien para librarnos del miedo? ¿La ayuda de psicólogos, psicoterapeutas, psiquiatras, o la del sacerdote, del gurú que dice: "Entrégame todo, incluso tu dinero, y entonces estarás perfectamente bien"? Esto es lo que hacemos, incorrectamente.

¿Cuál es la causa del miedo? Vayamos despacio. La causa. Si uno puede descubrir la causa, entonces puede hacer algo al respecto, puede cambiar la causa, ¿no es cierto? Debemos llegar hasta la propia raíz del miedo. Cada sociedad debe hacer un análisis exhaustivo de la raíz que originó la inseguridad, iniquidad, injusticia y violencia social.

Difundir la verdad objetivamente, sin parcialidad, inculcar una cultura sin agresión de ningún tipo, que derive en formación de criterios y razones colectivas orientadas al respeto individual con derecho a disentir y definitivamente en el mantenimiento del orden y paz social; es hasta hoy la deuda más grande de los medios de comunicación con las sociedades en donde se desenvuelven.

*Qué sería de los poderosos sin su aliado: el miedo*

Estamos inmersos en imperialismos; no del imperialismo clásico, sino del nuevo imperialismo cultural a través de los medios de comunicación y la globalización. Este nuevo imperialismo no se define exclusivamente por el uso de la fuerza bruta, sino por la influencia de esta nueva sociedad global,

dirigida desde los países poderosos, a través de sectores concretos de la cultura: el cine, la televisión, la literatura, el pensamiento político. Todo ello conforma el esqueleto funcional de la estructura financiera del mundo, de la logística que hace posible la globalización del consumismo. Aparentemente la pretendida sociedad del conocimiento actual no es en realidad más que una “sociedad de la ignorancia” como bien explican Antoni Brey, Daniel Innerarity y Gonçal Mayos en su libro. Muchos países desarrollados viven lo que los escritores han denominado la “edad de la decadencia intelectual”; intoxicados de desinformación –infoxicados: que se traduce en una dificultad creciente para discriminar lo importante de lo superfluo y para seleccionar fuentes fiables de información- que les dificulta interpretar la realidad de un mundo con iniquidades y que cada vez lo complican más con las periódicas crisis.

Constantemente los medios publican y televisan opiniones de personas que solo expresan intereses para incrementar ventas de medicinas alopáticas y alternativas o falsedades sobre ciertos escenarios políticos y económicos de carácter nacional e internacional. Así se justifica la invasión a Afganistán - Irak y estos sobre Irán. Y, siempre estarán contra los países y líderes defensores de la dignidad, soberanía e independencia de sus pueblos. Esas opiniones son tomadas como “excelentes intervenciones intelectuales”; pero en el fondo, solo obedecen a impulsos ideológicos de la misma sociedad de consumo. Opiniones que no tienen bases de pensamientos lógicos y mucho menos reflexivos. Les interesa formar ciudadanos individualistas, timoratos. La respuesta que debemos darles es que las personas hemos de actuar no como siervos sino como constructores sociales, aportando de forma crítica con nuestros conocimiento a la organización y pervivencia equilibrada con

equidad y justicia para aplacar la violencia y preservar la paz. La ciencia, tecnología y educación son los catalizadores de este paradigma para generar una nueva conciencia crítica humana.

La situación actual corresponde a la fase más avanzada del proceso de dominación de las masas que debemos subvertir. Resaltaba Ortega y Gasset en *La rebelión de las masas*, a finales de los años veinte, que “lo característico del momento es que el alma vulgar, sabiéndose vulgar, tiene el denuedo de afirmar el derecho de la vulgaridad y lo impone dondequiera». La consolidación definitiva de la cultura de masas después de la Segunda Guerra Mundial, especialmente desde la aparición del televisor, indujo a Giovanni Sartori a escribir que «un mundo concentrado solo en el hecho de ver es un mundo estúpido. El homo sapiens, un ser caracterizado por la reflexión, por su capacidad para generar abstracciones, se está convirtiendo en un homo videns, una criatura que mira pero que no piensa, que ve pero que no entiende: ignorante funcional.” -Perfiles de innovación en educación: EpiAmiguet-

Reflexión final: Somos inseguros y sentimos miedo. Humanos e imperfectos debemos intentar enmendar y arrancar de raíz ese pavor infundado, porque vivir con miedo a lo que sea (a que nos llegue algo malo o que a no nos llegue algo bueno) es como conducir por la vida un magnífico coche, pero sin frenos.

### **Estupidez y superstición**

En general, admitimos que la superstición es algo estúpido; y, al igual que la estupidez, en ocasiones no tiene más valor que cualquier otra tontería. Sin embargo, también puede resultar peligrosa en muchos aspectos. Pero aun así,

cuesta entender qué es en realidad, porque solo disponemos de una definición vaga e incierta.

Puede resultar una cuestión muy subjetiva. Lo que una persona (o una cultura) considera como una superstición absurda, otros quizá lo admiten como creencia válida. Y, por supuesto, todo el mundo debe ser libre para creer en aquello que mejor le parezca.

En todas las culturas, y en todas las épocas, hay algo que recibe la etiqueta de superstición, mito o brujería. Podemos considerar que ahora somos más “ilustrados” o estamos más cerca de la “luz del conocimiento”, pero este tipo de situaciones existen lamentablemente. Para acabar con la superstición, tenemos que mantenernos lejos del poder del oscurantismo, de las consideraciones de fanatismo: religioso, político, ideológico o de cualquier otro tipo.

En la superstición, sorprende mucho descubrir que personas que no son ni tontas ni ignorantes pueden “creer” en extravagantes absurdos sin tan siquiera tratar de comprender cuál pudo ser el origen de aquellas costumbres, miedos o prejuicios.

Tras una breve investigación, podemos enterarnos de que pasar por debajo de una escalera puede tener significados esotéricos, pero además era peligroso (y sigue siéndolo) si alguien trabaja encima de la escalera y se le cae una herramienta.

El miedo a los gatos negros pudo estar ligado en origen a una asociación con la brujería; pero sin duda, algo oscuro que se mueve de forma inesperada en la noche podría asustar a un caballo y este tirar a su jinete.

En los siglos XVII o XVIII, cuando surgió la idea de que jamás debíamos poner un sombrero sobre la cama, no era saludable colocar allí donde la gente dormía un objeto portador de la suciedad, los ungüentos y los piojos que proliferaban en las pelucas y sombreros portadores de la peste.

Los espejos eran un bien escaso y tradicionalmente vinculado a la magia. Pero el problema radicaba también en el hecho de que sustituir un espejo roto era bastante caro y podía llevar mucho tiempo.

La lista de ejemplos podría ser muy larga. Algunas supersticiones están relacionadas de algún modo con auténticos problemas en potencia; sin embargo la mayoría se basan simplemente en antiguas creencias y miedos que se mantienen en las costumbres y se preservan sin que quienes los practiquen recuerden por qué.

No es una cuestión tan inofensiva como podría parecer. Si caemos en la costumbre – incluso en pequeñas cosas – de creer en lo increíble, podemos resbalar hacia un terreno lleno de engaños peligrosos. Podemos hacernos daño a nosotros mismos o a la gente de la que nos ocupamos, aplicando remedios o protecciones inadecuadas a enfermedades o problemas comunes. Podemos acabar siendo presa de comportamientos que superan los límites del “por si acaso” para convertirse en obsesiones patológicas inquietantes.

La explotación agrava aún más estas circunstancias. Algunas personas que pretenden obtener poder o influencia sobre otras usan las supersticiones como instrumento para alcanzar sus fines: robarles dinero o causarles daños mucho peores, como por ejemplo aprovechar enfermedades, dolor, infelicidad o miedo para ofrecer remedios, suerte, dinero, riqueza, el ser amado, curaciones

que resultan falsas y, de este modo, empeorar aún más la situación de personas que ya sufren problemas.

Existe también un comportamiento asombroso por parte de los medios de comunicación más destacados, y ello en un número excesivo de países. Publican horóscopos e informan de “profecías” (pero en raras ocasiones retroceden, una vez acaecido el suceso, para constatar que lo predicho no ha tenido lugar). Ofrecen mucho más espacio del que merecen a adivinos, curanderos, magos y nigromantes.

La excusa es torpe: «Si la gente lo quiere, hay que dárselo». Es ridículo. Los medios de comunicación pueden ser populares, entretenidos, descansados, sin la necesidad de difundir falsas creencias. No hay ninguna prueba –en absoluto– de que un periódico o revista haya perdido lectores, o un programa televisivo audiencia, por mantenerse al margen de las supersticiones. Y aun cuando tuvieran que adentrarse en estas materias, un toque de burla y humor podría ayudar a adoptar un punto de vista correcto.

Sería excesivo (y probablemente contraproducente) colocar un cartel de advertencia en los horóscopos (y otras brujerías y perogrulladas) similar a los de los paquetes de tabaco: «Prestar atención a estas memeces acientíficas perjudica seriamente la orientación mental». Mejor, es conveniente que los principales medios informativos dejen de apoyar todos estos tipos de vulgaridades y prejuicios, pues de este modo no hacen sino impulsar el círculo vicioso de la estupidez –una espiral degenerativa- lamentablemente hay “profesores”, “parapsicólogos” chamanes, naturistas, y otros nigromantes vivos que pagan hasta dos horas en televisión para convencer a la gente. Como hay gran demanda de ingenuos, entonces “viva el engaño”.

El circuito de la estupidez es autodestructivo. Cuando tratamos a las otras personas como estúpidas, somos, o parecemos ser, tan estúpidos como creemos que son aquellas. La estupidez se convierte en una costumbre. Se generaliza la impresión de que todo es una tontería, que nada importa realmente, que pensar equivale a perder el tiempo.

Resulta aún más grave cuando la función básica de una organización es proporcionar “noticias”, “entretenimiento”. A pesar de las hipócritas declaraciones que afirman lo contrario, son muchas las personas de la industria de la comunicación que creen que el público es estúpido. Consideran que deben adormecer a sus lectores, oyentes y espectadores, como tontos que son, con banalidades en las que priman las noticias superficiales, la retórica pomposa y el sensacionalismo barato.

Es cierto que la estupidez abunda. Pero esto no significa que debamos animarla, alimentarla, celebrarla, imitarla o disponerla como modelo de la conducta humana. Aprovecharse de la estupidez suele decepcionar a la ciudadanía. Incluso las personas más superficiales y crédulas tienen chispas de lucidez ocasional y, en consecuencia, se dan cuenta de que los están tomando por tontos. Adquieren el hábito de pensar, por lo tanto, que la información y el entretenimiento son en lo esencial, estúpidos. También el poder, que a menudo busca la apariencia “espectacular”, tropieza con el mismo escollo.

En este círculo vicioso hay una especie de “reciprocidad”. El juego lo juegan las dos partes; “Nos tratan como a estúpidos, pero sabemos que los estúpidos son ellos, de forma que veamos cómo podemos divertirnos y entretenernos con su estupidez, porque en los medios no hay nada serio; y, si intentan serlo lo encontramos aburrido o deprimente”.

Uno de los problemas es la “fama” y lo que desde hace un tiempo se ha dado en llamar “celebridad”. Hoy alcanza la fama toda clase de gente, por razones que a veces son meritorias, pero a menudo son irrelevantes. Los resultados pueden ser estrambóticos y poco limpios. Son populares los lectores y presentadores de noticias, de farándula –chismes, rumores, escándalos, se meten en la vida íntima de famosos; de la realeza, nobleza; de seres humanos “triunfadores” de carne y hueso como nosotros-.

Se admira a personas por cualidades que no poseen, se los imita en cualquier tontería que hagan, se los cita como “autoridades” en cuestiones de las que no saben nada. Además, a veces se hacen toda clase de cosas – estúpidas, en ocasiones horribles e inmorales – por alcanzar “popularidad”.

La estupidez afecta por igual a los “famosos” y a sus admiradores y seguidores. Incluso gente ciertamente brillante puede contagiarse de esta confusión. En una carta dirigida a Henrich Zangger en diciembre de 1919, Albert Einstein escribió: Con la fama soy cada día más estúpido, lo cual, sin duda, es un fenómeno de lo más común. Existe una desproporción demasiado grande entre lo que uno es y lo que los demás piensan que uno es o, al menos, lo que dicen creer. Pero hay que tomárselo con buen humor.

Siempre es peligroso subestimar el poder destructivo de la estupidez. Y es improbable que, si tratamos a todo el mundo como si fuera tonto, uno pueda quedar a salvo del traicionero contagio de la necedad. Aun cuando no encaje allí con comodidad, la estupidez no siempre cae derrotada como debería en las mentes inteligentes, porque es como un parásito infeccioso – y burdo – que arrastra a quien lo alberga a la propia desaparición. Sobre todo, si no la hemos detectado.

La comunicación inteligente no tiene por qué ser pedante, aburrida ni complicada. Los pensamientos más brillantes se pueden exponer de un modo interesante y claro, con una sana dosis de humanidad y, donde convenga, de entretenimiento y diversión.

Comunicar con eficacia es explicar las cosas, por difíciles o complejas que parezcan, de tal modo que se comprendan con facilidad. Pero eso no supone “rebajar el nivel” ni debe suponer sentirse “superior” por el mero hecho de controlar una herramienta de comunicación. No puede existir la inteligencia, no la genuina, sin autocrítica, sin escuchar con atención ni sin un respeto auténtico por las opiniones e impresiones de otras personas. Es cuestión moral: el interés personal versus el interés de la comunidad.

Claro y simple no significa banal, obvio, superficial o convencional. Es importante asegurarse de que comprendemos bien de qué estamos hablando antes de intentar “simplificarlo”.

La arrogancia, la pomposidad o el complejo de superioridad no son signos de inteligencia, sino formas de ser estúpido. No existe la inteligencia real sin honradez, sentido de humor y genuino respeto por las opiniones y tomas de posición de los demás.

El dominio de la estupidez es tan apabullante que cada vez hay más oportunidades de avanzar en la dirección contraria. Una única persona o compañía que decida tratar a la gente con mayor respeto no puede, por sí sola, invertir la corriente. Pero al hacerlo así, y por el mero hecho de ser diferente, podemos obtener una ventaja considerable. Además de transformarnos, a

nosotros y a nuestro entorno, en algo más inteligente (o menos estúpido, como mínimo).

No debemos ser dogmáticos. Y vivir una “racionalidad absoluta”. Las emociones, los sentimientos y las sensaciones, las intuiciones y la imaginación son esenciales para que la naturaleza humana esté completa y equilibrada. Son elementos imprescindibles para el desarrollo del conocimiento, tanto como el uso metódico de la razón.

Pero podemos disfrutar leyendo un cuento sin temer que en verdad nos devore un ogro ni esperar que venga un genio bondadoso a sacarnos de apuros. Podemos soñar, dormidos o despiertos, que cabalgamos a lomos de un grifo – criatura mitológica- o que flotamos sobre las nubes en una alfombra mágica. Pero cuando nos despertamos, o salimos del ensueño, tenemos que volver a este mundo en el que, si queremos volar, necesitamos un avión; o, al menos, un paracaídas.

Podemos estudiar los antiguos mitos y leyendas, disfrutar con ellos y descubrir sus significados y valores –a menudo, profundos y fascinantes– sin aceptar literalmente la realidad de la historia.

Sea cual sea la dificultad a la hora de trazar la línea divisoria entre posibilidades desconcertantes y creencias ridículas, o a la hora de separar las costumbres inofensivas de los engaños maliciosos, el hecho sigue siendo que la superstición es una forma de estupidez muy peligrosa. Los charlatanes pueden engañarnos para robarnos el dinero o, aún peor, explotarnos y esclavizarnos. Y aun cuando no haya nadie intentando engañarnos, podemos hacernos daño a nosotros mismos por todo tipo de razones absurdas.

Existe una forma especial de obnubilación conocida como “fundamentalismo”. Sabemos de sus extremas consecuencias en el crimen y la violencia, la opresión y la esclavitud, el asesinato y la explotación, la guerra y el genocidio. Pero también acecha desde otros muchos rincones.

No solo se esconde tras la religión o la ideología. Existe el fundamentalismo en la política, el deporte, la sociedad, la economía, las empresas, las profesiones y en todo tipo de grupos y comunidades; incluso en los conflictos vecinales o familiares.

También puede denominarse integrismo, dogmatismo, absolutismo, extremismo, fanatismo; y, por descontado, está muy relacionado con el oscurantismo y la superstición, impuestos por los colonizadores.

En esta era, que esperábamos como una época de civilización y libertad, de ilustración y conciencia, se está produciendo un terrible resurgimiento de la intolerancia. No solo sucede en lugares remotos o en culturas represivas, sino también cerca de casa, estemos donde estemos.

Podemos tener afición a algo sin caer en el fanatismo; disfrutar como espectadores del deporte sin ser “hooligans”; mostrar nuestro desacuerdo sin llegar a la pelea; divertirnos sin humillar a nadie ni causarle daño.

Pero seguimos viviendo en un momento de oscuro eclipse del sentido común y la educación. Es otra prueba más a favor de una idea formulada ya muchas veces, desde el inicio de estas observaciones: que la estupidez puede ocultarse bajo todo tipo de disfraces e imponerse de muchas formas insidiosas. Por favor. ¡Evitémosla!

## **Superstición y la psicología**

Superstición es la creencia en que un determinado fenómeno o situación tiene una explicación mística, mágica o simplemente asumida cultural o socialmente sin ningún tipo de demostración científica.

Las supersticiones, no fundamentadas o asentadas de manera irracional en el ser humano, pueden estar basadas en tradiciones populares, normalmente relacionadas con el pensamiento mágico. El supersticioso cree que ciertas acciones (voluntarias o no) tales como rezos, ensalmos, conjuros, hechizos, maldiciones u otros rituales, pueden influir de manera trascendental en su vida.

Se consideran supersticiones aquellas disciplinas que la comunidad científica llama pseudociencias, tales como: adivinación, astrología, cartomancia, curanderismo, espiritismo, feng-shui, geomancia, magia, quiromancia, el tarot, etc.

Lo que distingue a las supersticiones de la sabiduría y el sentido común es que se afirma una relación causal entre los acontecimientos debido a fuerzas supranormales: destino, poder invisible de los astros, poder invisible de los ritos mágicos, poder invisible de los espíritus, poder invisible de remedios milagrosos, oraciones, talismanes, etc.

En el campo de la psicología, se entiende la superstición como el resultado de la manera prejuiciosa de juzgar la información que tiene nuestro cerebro. Un prejuicio cognitivo (del inglés cognitivebias, 'predisposiciones cognitivas' o

'sesgo cognitivo', en español), es una manera distorsionada en el modo en el que los humanos perciben la realidad. Ejemplo: ver al diablo o a la virgen en troncos de árboles o entre las nubes.

*“El único enemigo de la humanidad es la realidad”*

En algunas sociedades humanas se aprecia un proceso de decaimiento de las supersticiones. Sin embargo, este proceso no es lineal, como lo demuestra el auge que están teniendo la quiromancia y los exorcismos en Italia y Europa. Para el individuo supersticioso, la superstición cumple un papel positivo de estabilidad para la psiquis, por medio de los mecanismos de defensa. Los actos apotropaicos, como decir «¡Jesús!» tras un estornudo para rechazar la mala suerte, tocar madera, cruzar los dedos o santiguarse, tienen esa función de «protegerse» Situación muy común en Ecuador.

### **Prejuicios cognitivos**

El pensamiento mágico base de la superstición, es una forma de pensar y razonar que genera opiniones carentes de fundamentación científica. Creencias carentes de lógica. Suele estar basado en percepciones psíquicas subjetivas del individuo/colectivo, pudiendo haber sido condicionado por otras personas que haya conocido o aceptando de algún modo las teorías de dichos individuos con esas creencias. Un ejemplo: “los milagros”.

Bruce Hood, profesor de Psicología del Desarrollo en la Universidad de Bristol, llevó a cabo un experimento para demostrar la inutilidad de los esfuerzos por combatir las creencias irracionales, ya que sostiene que el cerebro humano tiende a funcionar de manera supersticiosa. Para demostrar su teoría, el profesor Hood les preguntó a los miembros del público de un festival de ciencias, si estaban dispuestos a probarse una chaqueta azul a cambio de una gratificación de 10 libras esterlinas. Después de que no pocos voluntarios levantasen la mano, dijo entonces que la chaqueta había pertenecido a Fred West, un asesino múltiple. Al oír esto, la mayoría de los voluntarios bajaron la mano como acto apotropaico o de defensa o rechazo del agüero.

En realidad, la chaqueta no había pertenecido a Fred West. El experimento mostró que esta creencia, a personas que se consideran racionales (ya que asisten a un festival de ciencias), les hacía sentirse incómodas.

Según el profesor Hood, debido a que los humanos operamos intuitivamente, instar a las personas a abandonar su sistema de creencias, no tiene éxito, porque ese componente irracional opera a un nivel tan fundamental, que ninguna cantidad de evidencias racionales puede erradicarlo, de igual modo que no podemos erradicar un instinto. Agrego: lo que si podemos es controlarlos, como a la inteligencia emocional. Esa es una posición racional.

### **Supersticiones y creencias populares**

Existen supersticiones relacionadas con los diferentes ámbitos de la vida del ser humano, desde los acontecimientos importantes para las personas (por ejemplo el matrimonio, la menstruación femenina, la botadura de barcos, el

levantarse de la cama), los acontecimientos relacionados con los oficios (por ejemplo: ordeñar en la ganadería), los acontecimientos temporales (por ejemplo: fechas de siembra en la agricultura, el solsticio de la noche de San Juan, las fases de la Luna), los relacionados con objetos o elementos o con procesos: el acero, por ejemplo, tiene poderes mágicos, protege a su propietario contra las brujas y los malos espíritus.

Hay muchas supersticiones relacionadas con tijeras, cuchillos, espadas, agujas...

Muchos escoceses creían que dormir con un cuchillo bajo la almohada evitaría que las brujas se los llevaran mientras dormían. En muchos países se considera fatídico regalar un arma blanca. El mango del cuchillo, al caer, apunta en la dirección de donde provendrá la buena suerte o los amigos. Si el cuchillo queda con el filo hacia arriba, se espera mala suerte, pues los espíritus le cortarán los pies.

De las actitudes increíbles citadas, lo mejor es conocerlas y tomarlas como “costumbres” populares arraigadas en el imaginario social, lo que es negativo es que tantas creencias influyan en la vida individual y colectiva, sometiendo al temor y pánico fácilmente manipulado por los charlatanes modernos.

Para divertirnos, revisemos solo algunas supersticiones de las miles encontradas a lo largo de la historia:

## Supersticiones que generarían desgracia

- Romper un espejo, al hacerlo se tiene 7 años de mala suerte.
- Pasar debajo de una escalera apoyada contra una pared, la escalera con las superficies del suelo y la pared forman un triángulo, representación de la Trinidad. Por lo tanto, cruzarla era atentar contra dicho dogma, o también representa una puerta de entrada al mundo de los espíritus.
- Cruzarse con un gato negro.
- Derramar sal: la sal, en la Antigüedad, representaba riqueza. Al parecer, este mito tiene su origen en el hecho de, una vez que Roma conquista y arrasa con la ciudad de Cartago, los soldados romanos vertieron sal sobre los restos de la ciudad, para que ninguna planta volviera a crecer en ella, en la Antigüedad era común dar paga con la sal, (de ahí surge el salario) lo cual, al derramar este producto era considerado un desprecio hacia el dinero y por ende suponía la futura falta del mismo.
- Casarse o embarcarse un martes 13: en los países anglófonos se refieren al viernes 13.

Supersticiones contra el mal o contra la mala suerte.

Determinadas acciones son tradicionalmente consideradas como conjuros o actos contra el mal, los malos espíritus, las brujas y la mala suerte, y se realizan para protegerse, desviarlos, evitarlos o rechazarlos:

- Poseer amuletos u objetos que protegen de la mala suerte o de las brujas.
- Cuando las ratas abandonan un barco es porque se va a hundir.
- Tener en el hogar un altar con estampitas de santos y vírgenes.
- Encender una vela a un santo, en una iglesia católica o en el hogar.
- Hacer una "limpieza" mediante magia blanca con una bruja o curandera.
- Encontrar un trébol de 4 hojas.
- Ponerle una cinta roja a los bebés, o en el abdomen de la mujer embarazada.

En Ecuador ser priostes de fiestas paganas o religiosas es ineludible ya que si no lo realizan serán castigados de diferente forma: pescadores a los que se hundirá su lancha o barco; agricultores, pierden la cosecha; si no aceptan el paso del niño, año de mala suerte, etc. Desde luego que los priostes quedan endeudados por años. Generalmente son los más pobres.

## Supersticiones de buena suerte

- Encontrarse por casualidad una herradura con 7 agujeros para los clavos es un buen augurio, o la sola posesión de una herradura.
- El número Siete
- Para ganar la lotería se debe apoyar el billete en la espalda de un jorobado o en el vientre de una embarazada.
- Tener amuletos, como una pata de conejo, estampitas de santos, alguna piedra especial o semipreciosa, etc.
- La mujer soltera que -durante una fiesta de casamiento- atrape el ramo de la novia cuando esta realiza el rito de tirarlo violentamente por encima del hombro será la siguiente en casarse (en la Edad Media era primordial que una mujer se casase).
- Cuando una persona debe pasar una prueba o realizar un examen académico, debe encender (ella misma u otra persona) una o varias velas en su casa o en una iglesia católica.
- El feng shui chino y el vastu de la arquitectura hindú poseen conceptos parecidos y hasta equivalentes, que analizan qué lugares y fechas son las mejores para construir un edificio o iniciar una empresa o negocio o una relación de pareja.
- Pisar excremento que esté en el suelo, da buena suerte durante 7 años.

## Supersticiones que auguran el futuro

- No deben echarse las cáscaras de los huevos en el fuego, porque se les secará el ano a las gallinas y no pondrán más huevos.
- Una mujer, durante la menstruación, no puede hacer mantequilla, mayonesa, tocar o preparar la leche o productos lácteos, regar las plantas, dar de comer a los animales... la mantequilla o mayonesa no ligarán, la leche se cortará, las plantas se secarán, los animales morirán, especialmente crías o bebés ajenos, o se les estropeará la comida, o se arguellarán. Esta superstición está relacionada con la pureza y la impureza de la mujer, y coincide con supersticiones afines del mundo islámico actual.
- "Dineros o palos". Si se siente comezón o picazón en la palmas de las manos, es que se va a recibir dinero, o se van a recibir palos.
- Una mariposa que vuela alrededor de una persona augura buenas noticias si es blanca, y malas noticias si es negra.
- Cuando una pulga pica en el dorso de la mano, es señal de que se va a recibir dinero (en la Edad Media había pulgas en todas las casas).
- Cuando a una persona soltera se le barren los pies, no se casa.

De igual manera, la gente ingenua es engañada porque cree ciegamente y adquiere a costos altos amuletos, talismanes y cantidad de chucherías inservibles.

## **Religión y superstición**

Cada religión posee rituales, ceremonias o ensalmos que pondrían a la persona en relación con las fuerzas espirituales, y que las personas que no pertenecen a esa religión pueden considerar supersticiones, como el degollamiento de una gallina, la señal de la cruz, el bautismo, la misa, etc.

Algunas religiones y cosmovisiones esotéricas herméticas han considerado los estados de conciencia alterados como una prueba más de la existencia de sus creencias. Su conocimiento parte de premisas y fuentes totalmente diferentes a las de la ciencia, la técnica y la filosofía científicas (de nuestro tiempo). Sería fruto del desarrollo de capacidades en el individuo que trascenderían los límites de la percepción sensorial normal.

Mediante técnicas: meditativas, autosugestión, privación del sueño, ayuno, deshidratación, drogas, intoxicaciones, autoflagelación –mortificación de la carne- etc., los sujetos experimentan una realidad más allá del umbral de la normalidad y perciben un nivel de realidad diferente y subjetivo a sí mismo. Pero generalmente es engaño.

Como anotamos anteriormente, en el contexto religioso los reyes eran “ungidos” como intermediarios entre Dios y el pueblo. A los reyes se los llamaba, por tanto “hijos de Dios”, y el país podía, entonces, llamarse “reino de Dios”. Con esta absurda investidura tenían el poder de absolver los pecados, curar enfermedades, juzgar a los herejes, etc.

**Emerson**

### **Profilaxis antigua**

Fetichismo es la devoción hacia los objetos materiales, por lo general se les denomina "calé", "amuletos", "talismanes". El fetichismo es una forma de creencia o práctica religiosa en la cual se considera que ciertos objetos poseen poderes mágicos o sobrenaturales y que protegen al portador o a las personas de las fuerzas naturales. Consiste en cualquier objeto portátil al que supersticiosamente se le atribuye alguna virtud sobrenatural: atraer la buena suerte o asegurar la protección de su dueño (efecto apotropaico). Los amuletos suelen ser: gemas o piedras, estatuas, monedas, dibujos, colgantes, anillos, plantas, escapularios, estampas religiosas, medallas, animales, están de moda ángeles, vírgenes; incluso oraciones utilizadas en momentos concretos, como: "va de retro Satanás", para repeler al diablo o a la mala suerte; la "magnífica" para alejar a los malos espíritus, etc. ¡Una campaña mundial de marketing para recuperar la fe perdida por codicia y engaño!

Los amuletos son algunos de los objetos más antiguos de la humanidad, ya que el hombre vio en ellos la forma para escapar de los males que lo aquejaban, fuesen físicos, morales o espirituales. Los primeros amuletos eran objetos naturales, tales como piedras, maderas talladas o cristales naturales, que eran apreciados por su forma, color o rareza. Más tarde se optó por poseer objetos de uso cotidiano que por haber sido propiedad de alguien o haber sido parte de un suceso, se guardaban por presuponer que tendrían cierto poder. En

la actualidad existen multitud de amuletos, tanto comerciales como personales, ya que cada persona valora el objeto de manera subjetiva y alcanzan diferente importancia. La persona que lleva el amuleto, por su creencia y fe en este, puede o no desear revelar este hecho a otras personas y compartir su apego. Generan egoísmo pues es el único que se beneficia. Y por indicación de los farsantes! solo es de uso individual! Los medios nos hacen ver todos los días las cábalas en los deportes, en los juegos, candidatos, matrimonio, viajes, etc.

Los amuletos varían considerablemente en función de la época y el lugar de origen. En algunas sociedades los objetos religiosos son utilizados como amuletos. Un amuleto religioso puede ser la figura de una determinada deidad o simplemente un símbolo que la represente (como la cruz para los cristianos o el "Ojo de Horus" para los antiguos egipcios). En Tailandia, es frecuente ver a gente portando un colgante con la figura de Buda; en Bolivia y algunos lugares de Argentina existe un amuleto popular para el dios Eke-ko, al cual el dueño le debe ofrecer al menos un cheque para poder obtener fortuna y bienestar.

Cada signo zodiacal se corresponde con una gema que sirve de amuleto, pero la piedra varía conforme a distintas tradiciones. Y el costo: de acuerdo al ingenuo, al gil.

Una antigua tradición china consiste en capturar un grillo vivo y mantenerlo en una pequeña jaula para que atraiga la buena suerte (esta tradición también se encuentra en Filipinas). Los chinos separan las monedas en el suelo para obtener riqueza; el arroz también lo consideran como un portador de la buena fortuna.

Las tortugas y los cactus son motivo de controversia, mientras que algunas personas los consideran beneficiosos, otros piensan que tienen un efecto contrario cuando se encuentran en el hogar.

En las religiones sincréticas afrocaribeñas como el vudú de Haití, Umbanda, Quimbanda y la Santería, los dibujos son también utilizados como amuletos; estas religiones también tienen en cuenta el color de las velas que se encienden, porque cada color ofrece un diverso efecto de la atracción o de repulsión.

Los perfumes y las esencias (como incienso, mirra, etc.) también responden a los propósitos de la atracción o la repulsión. Las leyendas populares atribuyen a menudo poderes mágicos a ciertos objetos inusuales, tales como una pata de conejo o un trébol de cuatro hojas; la posesión de estos objetos confiere capacidades mágicas a sus dueños. Están de moda los ángeles, velas, inciensos y perfumes, vírgenes. ¿Qué otras cosas propondrán cuando la ciudadanía se desengañe?

En Europa Central, la gente creía que el ajo les permitía protegerse de los vampiros, al igual que un crucifijo. Los antiguos egipcios tenían distintos amuletos para cada ocasión o necesidades, a menudo con la figura de un dios o de "Anj" (la llave de la vida eterna); la figura del dios escarabajo Jepri se ha convertido en un amuleto común y ha adquirido fama en el mundo occidental.

Para los antiguos escandinavos, anglosajones y alemanes y actualmente para algunos neopaganos la runa Eoh (tejo) protege contra mal y brujería. Según una costumbre de los antiguos celtas, un trébol de cuatro hojas proporciona

buena suerte a la persona que lo encuentra accidentalmente. Los corales, las herraduras y el bambú también son considerados buenos amuletos.

Se dice que las figuras de elefantes pueden atraer buena suerte y el dinero si uno les ofrece billetes. En los países árabes una mano con un ojo en medio de la palma y dos pulgares (similares a Jamsa) sirve como protección contra mal. Algunas formas de Budismo tienen una profunda y antigua tradición talismánica. En los primeros días del Budismo, justo después de la muerte de Buda en torno al 485 a. de C., los amuletos que llevaban los símbolos del Budismo eran frecuentes. Símbolos tales como conchas, huellas de Buda y otros eran llevados por sus seguidores. Alrededor del siglo II a. de C., los griegos comenzaron a tallar imágenes reales de Buda. Estos posteriormente fueron adquiridos por los budistas nativos de India.

Por otra parte, algunos amuletos conectan con demonología y la demonolatría. Consideran que una cruz invertida o un pentagrama –estrella de cinco puntas– con la punta hacia abajo facilitan la comunicación con los demonios y son un símbolo de fidelidad hacia ellos.

Además de la protección contra poderes sobrenaturales, los amuletos también se utilizan para la protección contra ciertas personas. Por ejemplo, los soldados implicados en misiones peligrosas pueden utilizar los talismanes para incrementar su suerte. Miles de soldados nacionales llevaban sobre el corazón una estampita que rezaba: ¡Detente bala, el Sagrado Corazón de Jesús está conmigo! Los amuletos se pueden encontrar entre gente de diferente nación y situación social. Pueden encontrarse en joyerías, ferias de artesanía, museos, tiendas y hogares ¡Un buen negocio!

Desde la Edad Media en Occidente los pentagramas han sido considerados amuletos para atraer el dinero, el amor, etc.; y para protegerse contra la envidia, la desgracia y otras desdichas. Otros símbolos, tales como los cuadrados mágicos, las firmas angelicales y los símbolos cabalísticos se han empleado con distintos fines, tanto bondadosos como malévolos.

Los amuletos son abundantes en la tradición judía, los amuletos de la era de Salomón que existen en muchos museos son ejemplo de ellos. Debido a la proscripción de ídolos, los amuletos judíos conceden mayor importancia al texto y los nombres.

El talit judío, mantón de rezo con las esquinas franjadas y unas borlas anudadas en cada esquina, es quizás uno de los más antiguos y más comunes objetos talismánicos del mundo. Se convirtió en un perpetuo recordatorio para el dueño de la prenda de que debía mantenerse dentro de los límites de la decencia, la moral y la ética y jamás olvidar la ley de Dios.

En Antigüedad y la Edad Media, la mayoría de los judíos, cristianos y musulmanes en Oriente creyeron en el poder protector y curativo de amuletos y talismanes. Los talismanes usados por ellos se pueden encuadrar en tres categorías principales. La primera comprende los que se llevan puestos en el cuerpo. La segunda, aquellos que se cuelgan o se colocan sobre la cama de una persona enfermiza. Por último, los talismanes con cualidades medicinales.

Hay también pruebas que los judíos, cristianos y musulmanes utilizaron sus libros sagrados a modo de talismán en situaciones de vida o muerte.

El uso legítimo de sacramentales, indulgencias, mientras uno tenga la disposición apropiada, se corresponde con la imagen del cristianismo

tradicional. Por ejemplo, el crucifijo ha sido considerado a lo largo de la historia como una potente arma contra los demonios y los malos espíritus. Al igual que actualmente algunos cristianos colocan en los retrovisores de sus vehículos rosarios o imágenes de San Cristóbal como una manera de propiciar la protección de los viajeros durante el trayecto. Pagando indulgencias, se creía, libraba del purgatorio a los deudos o se curaban de enfermedades.

Algunos amuletos católicos han recibido la aprobación papal. Por ejemplo, los amuletos basados en “Va de retro Satanás” se han utilizado desde 1742 cuando la fórmula recibió la aprobación del papa Benedicto XIV, y más adelante formaron parte del ritual católico.

Un amuleto poco conocido pero bien asentado en la tradición judía es el kimiyah o “texto del ángel”. Esto consiste en nombres de ángeles o pasajes de la Torá escritos en los cuadrados del pergamino por los escribanos rabínicos. El pergamino después se coloca en un recipiente de plata adornado y se lleva en algún lugar del cuerpo. Los musulmanes también llevan tales amuletos, llamados Ta'wiz, con el texto elegido del Corán. El texto se elige generalmente dependiendo de la situación para la cual se diseña el amuleto. Sin embargo, el uso de amuletos y de otros talismanes se considera supersticioso entre los musulmanes más radicales.

La alquimia, considerada como una pseudo-ciencia, se practicó aproximadamente desde el siglo IV a. C. hasta el surgimiento de la química y las ciencias naturales, a comienzos del XVII. Su época de esplendor se sitúa en la Europa medieval.

Todo se resumía en la búsqueda de la piedra filosofal, considerada como la única sustancia capaz de conseguir la transmutación, la panacea universal y la inmortalidad. La creencia más extendida afirmaba que esta sustancia –“piedra filosofal”-, puesta en un metal innoble como el hierro, mediante el proceso de fusión, sería transformada en oro. Además, constituye un enérgico depurativo de la sangre y, cuando se la ingiere, cura cualquier enfermedad y envejecimiento: “elixir de la inmortalidad”; también actúa sobre las plantas, y las hace crecer, madurar y dar frutos en unas horas. Algo parecido es la búsqueda del santo grial y otros delirios infantiles modernos.

En todo caso, los alquimistas nunca llegaron a desarrollar métodos propiamente científicos, ya que esta pseudo ciencia nunca se desvinculó de lo mágico, lo sobrenatural y lo metafísico. Sus teorías sucumbieron ante el nacimiento de la ciencia moderna, basada en el método experimental.

### **Medicamentos y procedimientos caseros**

Después de recorrer un poco la historia de aquellos “productos milagrosos”, vale la pena recordar algunos que nos son familiares y recetaban hasta hace no mucho tiempo los médicos de la época, pues eran los más avanzados que se disponían para tratar ciertos males. Difícil será para quienes han pasado el lapso de 50 años olvidar uno de los purgantes de peor sabor que se hayan conocido: el aceite de ricino o castor, que nuestras madres obligaban a ingerir valiéndose de los más creativos trucos e insólitas mezclas. En purgantes, que mejor (o peor, depende del enfoque) ejemplo que el de la recordada sal catártica (leche de magnesio), más conocida como “sal inglesa” y que fuera

desde mitad del siglo XIX hasta nuestros días uno de los purgantes más utilizados por la familia. Su sabor era extremadamente ácido y sus efectos drásticos, a tal punto que purgarse con sal inglesa equivalía a una especie de muerte civil por espacio de 24 horas, más una rígida dieta total. Su prescripción, según registros de archivo-, se extendía a la fiebre tifoidea, disenterías y enfermedades cutáneas, quizá siguiendo los caminos trazados por Hipócrates sobre la “desintoxicación corporal a partir de los purgantes”. Esta anticuada creencia, determina que muchos pacientes reclamen al médico porque el antiparasitario prescrito no le ha causado diarrea y vómitos. Siguen creyendo que necesitan purgarse para “hacerse una limpieza” ¡Están equivocados!

De todas maneras, debemos considerar que en el aspecto purgante la hemos pasado algo mejor que el “rey sol”, pues la historia registra que sus médicos - en el afán de contrarrestar las enormes comilonas reales- aplicaron a Luis XIV, durante su reinado, nada menos que 2.000 purgas, un centenar de enemas y 38 sangrías.

Un campo fundamental para nuestros padres era la vitaminización, recordamos a uno de los reconstituyentes vitamínicos más rechazados por los niños: el inefable aceite de hígado de bacalao, cuyo derivado más consumido era una emulsión (aceite mejorado) llamada “del doctor Scott”. El aceite, rico en vitaminas A y D, contenía una serie de sustancias, entre las que se contaban el ácido oleico, fósforo y restos de yodo, por cuya causa se lo medicaba como un verdadero tratamiento "multipropósito”, que abarcaba desde el raquitismo hasta los reumatismos crónicos, pasando por el embarazo, las enfermedades consuntivas y los eczemas de los niños. El bombardeo de publicidad moderna también fomenta el consumo de vitaminas y antioxidantes para el crecimiento

y evitar el envejecimiento. Están reemplazando a la alimentación normal pero generando ciudadanos enclenques que consumen comida chatarra, yogures, bebidas energizantes y leche “enriquecida” con vitaminas, antioxidantes, etc. Muchos de estos productos no estimulan la masticación, no contienen fibra y predisponen a caries dental, estreñimiento. Nada, absolutamente nada puede reemplazar a una correcta alimentación equilibrada. Así nos hemos mantenido por millones de años.

Cómo no reírnos de los productos para la impotencia sexual. Desde ceviches afrodisíacos, hasta caldo de tronquito; pasando por la “uyumbina”, zarzaparrilla, aguacate, batido de borjón, la “picha del cucucho” y cientos de tónicos para todo gusto.

Respecto del unicornio (animal inexistente) puede decirse que durante mucho tiempo su también imaginario único cuerno constituyó otro de los extraños y desagradables remedios del siglo XVI, utilizados para combatir la peste y toda clase de venenos. Ahora bien, ¿si el animal era inexistente -por lo tanto también su solitario cuerno- cómo se obtenía este medicamento? Según las investigaciones lo que se suministraba como cuerno de unicornio no era más que cornamenta de rinoceronte, de toro de Florida y de un anfibio que lleva un cuerno en la frente y se llamó camphur.

El elefante de mar también era utilizado para elaborar “cuerno de unicornio”, pues quitados sus dientes y molidos se vendían como la maravillosa medicina contra cualquier clase de veneno, epilepsia, pestes, rabia y hasta de valor antiespasmódico. Para que el unicornio causara efecto bastaba, según algunas indicaciones, colocarlo en el lado contrario de la dolencia, otros tomaban su ralladura y médula de algunas supuestas cornamentas y hasta se fabricaron

tazones en los cuales se tomaban ciertas mezclas que ayudaban a los poderes del hueso extirpado a todo bicho que tuviera en la cabeza algo parecido a un cuerno.

Entre tanto remedio de dudosos y horribles sabores, también hubo prácticas que deben haber causado más muertes que curaciones por sus procedimientos rayanos en el sacrificio humano, como, por ejemplo, el uso del hierro candente, que los árabes utilizaron casi para todo menester quirúrgico, como operaciones de fracturas y testículos, para eliminar tumores, para detener hemorragias y en el tratamiento de várices y hemorroides. Lo más curioso y doloroso de la cuestión es que este sistema del hierro candente tuvo vigencia - sobre todo en los campos de batalla para tratar las heridas de guerra-mucho más allá de la Edad Media y se llegó a aplicar hasta durante la Primera Guerra Mundial, donde la cirugía no ofrecía muchas alternativas al respecto.

Y hablando de fricciones, vale la pena recordar dos preparados que han actuado sobre pacientes desde hace algo más de cien años y casi hasta la actualidad: la untura blanca y el unto sin sal. El primero -conocido en el laboratorio como linimento de Stockes- era una composición que contenía esencia de trementina con un vehículo oleoso, que producía al friccionarse un calor casi irresistible en la zona y el correspondiente enrojecimiento de la piel. En cuanto al unto sin sal no se trataba de otra cosa que de grasa de cerdo, que se expendía debidamente envuelta en el también antiguo papel manteca y se usaba en los casos de “empacho”.

La aplicación era la siguiente: se untaba con abundante grasa el vientre del doliente (sobre todos niños) y luego se colocaba sobre la zona friccionada una hoja de amplias dimensiones de repollo o acelga y hasta se podía cubrir todo

el emplasto con un lienzo, lo cual, por esos misterios de la naturaleza quizá trajera algún alivio, pero lo que con seguridad provocaba era un olor casi irresistible. Otro preparado universalmente usado y que aún en cercanías a la mitad del siglo XX se creyó de uso obligado y acción segura, fue la llamada pomada o unguento del soldado, que no era otra cosa que una pomada mercurial -medicada desde la época de Paracelso- preparada en base de mercurio, lanolina, aceite de girasol, manteca de cerdo y sebo de toro, entre otras variantes de fórmulas.

Este preparado debe su nombre de batalla -nunca mejor aplicado el sustantivo- a que en una pequeña cajita de latón era entregada a los soldados licenciados o cuando realizaban viajes fuera de la zona de los cuarteles, como curativo y preventivo de la sífilis. Quienes hayan cumplido con el hoy extinguido servicio militar allá por los años 20 podrán recordar esta infaltable pomada en las enfermerías de los cuarteles o en la chaqueta del soldado. Por supuesto que la pomada no era suficiente para evitar el avance del mal, aunque podía prevenir alguna infección menor y, muchas veces, también causar graves consecuencias. Como la ciudadanía cree, vemos cantidad de anuncios de cataplasmas, cremas, emplastos y otros menjunjes artesanales e industriales porque hay gran demanda.

Finalmente, y para no olvidar uno de los perfumes más característicos y agradables de la familia acatarrada, vale la pena mencionar el eucalipto. Difícilmente no se recuerde en casa de nuestros abuelos un recipiente con agua y hojas de eucalipto hirviendo sobre una estufa o un calentador en la habitación del resfriado, cuyas emanaciones bastaban para crear en los ambientes un clima de asepsia y pronto restablecimiento. ¡Aspiramos su aroma en los modernos baños turcos! ¡Y hasta se puede realizar en casa con

los Baños turcos portátiles! ¡Gran negocio! Pero acaban con los bosques de eucalipto. Cosa similar ocurre con los inciensos y velas perfumadas.

La medicina que se practicaba en el imperio Inca estaba ligada a la magia y a la religión; se creían que las enfermedades eran producidas por maleficios. Así como también creían que las mujeres no debían pasar por debajo de un arco iris para no tener bebés muertos o monstruosos; si la madre ha visto un cadáver su hijo tendrá cejas pobladas y ojos hinchados.

Los curanderos utilizaban yerbas frescas y secas, animales vivos y disecados, minerales, oraciones misteriosas, canciones, música y danza. El olvido de cualquiera de esas cosas hacía ineficaz el tratamiento curativo. También practicaban la cirugía: perforaban la capa ósea del cráneo para extraer de su interior las causas de la enfermedad, por ejemplo los espíritus, locura, cefaleas y epilepsia. En cualquier caso usaban anestésicos como la coca, bebidas embriagadoras o drogas que adormecían.

Existían médicos como el Hampa-camayoc especialistas en plantas, el sancoyoc curanderos que creían poseer poderes mágicos, el sirkak era el cirujano especialista en fracturas y heridas, el macsa curaba por medio de sacrificios, el sayac mediante granos de maíz.

En Ecuador, la medicina tradicional es ejercida, generalmente, por indígenas - sanadores acreditados por sus propias comunidades. Así:

- Hierbatero. Que utilizan las hierbas medicinales, remedios de origen vegetal o animal para curar dolencias o "enfermedades del

campo", excepto el mal blanco o brujería y muchas "enfermedades de Dios".

- Curador del espanto. Agente que tiene la habilidad de curar el espanto, unos son más acreditados para los niños y otros para los adultos, o para ambos.
- Curador del mal aire. Es un agente que tiene experiencia en curar el mal aire, en muchos casos el mismo agente es quien cura el espanto y el mal aire, incluso tomándolas como patologías coexistentes.
- Curador de lisiados. Denominado también sobador o fregador. Son agentes de medicina tradicional que atienden problemas relacionados con los huesos, articulaciones y partes blandas, provocados por traumatismos.
- Shamán. Son agentes que a través del poder de sus ideas puede actuar sobre las personas u objetos. Tiene un poder maligno y lo utiliza para hacer daño a otras personas en forma de enfermedades u otras calamidades espirituales o materiales. Puede adivinar la suerte, tiene el poder de conocer el futuro de las personas, sus éxitos y fracasos, sus amores y enfermedades. Cura todos los males, siendo su especialidad las enfermedades del campo y de ellas la brujería. Es un agente especial que impone por sí solo respeto, recelo y temor en la comunidad.
- Limpias: Método que integra fórmulas mágico religiosas para reintegrar el espíritu de alguien que ha sido embrujado (mal blanco) o que padece de algún mal del campo, Por lo general se usan huevos,

cuyes, plantas medicinales, incienso, trago, etc., pero siempre acompañados por invocaciones a las divinidades.

- Otros métodos terapéuticos como Fangoterapia que estudia las propiedades y aplicaciones curativas del fango, barro, lodo o arcillas; y la Hidroterapia que es el estudio de las propiedades y aplicaciones curativas del agua, preferentemente a través de baños termales.

Como hemos visto, hay de todo y para todos los gustos, culturas, y bolsillos de los incautos. Donde hayamos nacido es casual. Lo que no debe ser casual, es el conocimiento como obligación para ser libres y autónomos. Hemos disfrutado de una pequeña parte de las miles de supersticiones, creencias y malas costumbres, que aparentemente quedan para la historia. Pero no es así. Vemos la emergencia de toda clase de neo creencias, productos milagrosos, fetiches, amuletos y otras chucherías disparatadas para consumismo exclusivo de badulaques miedosos que no intentan cambiar.

Recuerdo casi completamente una frase de un pedazo de periódico que encontré en el piso mientras esperaba un avión. Me conmovió: “vivir despiertos es tarea de todos hasta morir. Sin embargo, pocos lo cumplimos. Pasamos por encima de las cosas: miedosos, aturdidos y confusos como quien vive y sueña a medias. Pero un día la brevedad del tiempo se nos echa encima como un final oscuro porque viajamos agazapados, a la deriva, siempre dependiendo y culpando a otros de la vida que merecemos. Dejamos trabajos inconclusos. Aquellos a quienes quisimos expresar nuestro afecto jamás lo

recibieron, no reparamos los daños que causamos ni hicimos rendir los talentos que nos dieron”.

Recordar:

“El peor analfabeto es el analfabeto político. No oye, no habla, no participa de los acontecimientos políticos. No sabe que el coste de la vida, el precio de las alubias, del pan, de la harina, del vestido, del zapato y de los remedios, dependen de decisiones políticas. El analfabeto político es tan burro que se enorgullece y ensancha el pecho diciendo que odia la política. No sabe que de su ignorancia política nace la prostituta, el menor abandonado y el peor de todos los bandidos que es el político corrupto, mequetrefe y lacayo de las empresas nacionales y multinacionales”.

EugenBertholdBertolt Friedrich Brecht (Augsburgo, 10 de febrero de 1898 – Berlín, 14 de agosto de 1956), fue un dramaturgo y poeta alemán, uno de los más influyentes del siglo XX, creador del llamado teatro épico.

## Bibliografía

<http://gandalf.it/estupidez/index.htm>

[Escuela.med.puc.cl/paginas/.../historiamedicina/histmed\\_01.html](Escuela.med.puc.cl/paginas/.../historiamedicina/histmed_01.html)

[www.uazuay.edu.ec/profesores.../Historia\\_de\\_la\\_Medicina.pdf](www.uazuay.edu.ec/profesores.../Historia_de_la_Medicina.pdf)

<federacionmedicaecuatoriana.info/index.php?option=com>

<http://www.historiadelamedicina.org/>

Arroyo Redondo, Susana. *Magia y superstición en la era del internet.*

[www.culturaspopulares.org/textos2/articulos/arroyo.pdf](http://www.culturaspopulares.org/textos2/articulos/arroyo.pdf)

La cultura no nos cura de la superstición | Edición impresa | EL PAÍS

[elpais.com/diario/2011/05/03/sociedad/1304373601\\_850215.html](http://elpais.com/diario/2011/05/03/sociedad/1304373601_850215.html)

Las 20 supersticiones más famosas

[noticias.es.msn.com/sociedad/fotos.aspx?cp-documentid...](http://noticias.es.msn.com/sociedad/fotos.aspx?cp-documentid...) - España

<http://www.filosofiadigital.com/>

## **En silencio, nos estamos envenenando**

*En la era del consumismo, la salud*

*y los medicamentos también son un producto de mercado.*

*Lo más seguro es que todo portavoz de la industria te diga que sus más sobresalientes conquistas se han producido en el campo de la investigación. Pero aún es más probable que cualquier experto en marketing bien informado te diga que las verdaderas habilidades de la industria farmacéutica están en el área de promoción de ventas.*

**De la declaración de un testigo ante el parlamento canadiense –citada por Henry B. Steele en la investigación Nelson, parte 5, pág. 1917.**

### **Antibióticos que curan y matan**

Nada ha salvado tantos millones de vidas en la historia de la Humanidad como la generalización de los beneficios de la higiene y el uso de los antibióticos. Desde que de forma casual, en 1928, el médico escocés Alexander Fleming descubriese la penicilina y en apenas sesenta años el hombre ha ganado la partida a las bacterias. Así, a mediados de los 80 del pasado siglo, la medicina declaró pomposamente la «pax bacteriana» -dominio sobre las bacterias-; pero los antibióticos, como casi todo adelanto científico, son una herramienta de doble uso y dependiendo de su utilización pueden ser una panacea contra la enfermedad o el origen de muchos males.

En respuesta a la orden prioritaria inscrita en el código genético de todos los seres vivos, ¡sobrevivir!, las bacterias desarrollan mecanismos de defensa contra la agresión exterior, es decir, se vuelven resistentes a los antibióticos. De ahí la insistencia con que las autoridades sanitarias recomiendan el uso responsable de estos medicamentos, tanto a los profesionales que los prescriben, a los expendedores –cadenas de farmacias- como a los pacientes que los toman. El ser humano no es la única vía por la que los antibióticos llegan a la naturaleza. Se emplean con profusión, además, en la ganadería intensiva, tanto para vencer infecciones o prevenirlas como para el engorde de los animales; también en las piscifactorías y en la agricultura.

De acuerdo con los datos recogidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se producen alrededor de 28 millones de kilos de antibióticos, lo que significa que cada día aportamos al medio ambiente, de una u otra forma, casi 7.700 kilos de estas sustancias.

De ellos, aproximadamente la mitad -52%- están destinados al consumo humano. El resto se emplea para el ganado. La Unión Europea, que junto con EE.UU. es el gran consumidor de antibióticos, concentra casi la mitad del consumo mundial.

Dependiendo del tipo de antibiótico, entre un 50 y un 90 por ciento de los principios activos que lo integran no sufren modificación alguna a su paso por el tracto intestinal, sea del hombre o del ganado, por lo que son excretados casi en estado puro. La depuración de aguas residuales urbanas –solo en países desarrollados- degrada una parte de los antibióticos consumidos por el hombre, mientras que los destinados a uso animal llegan sin modificaciones a la naturaleza. Este volumen ingente de antibióticos «en libertad» puede

transformar el hallazgo salvador del doctor Fleming en un arma de destrucción masiva.

Desde 1950 se utilizan antibióticos para el ganado, y diez años después ya se habían detectado las primeras cepas de bacterias resistentes. En el Reino Unido, el Informe Swann daba cuenta en 1969 del problema, «corremos el riesgo de seleccionar en los animales unas bacterias resistentes que pasarán al hombre y no se podrán combatir con los actuales antibióticos». La CEE decidió abordar la cuestión y legisló que para uso ganadero solo se podrían emplear antibióticos no utilizados para el hombre y a dosis subterapéuticas, cien veces menores que en terapia humana.

En una tendencia cada vez más restrictiva, el 1 de enero de 2006 la UE prohibía el uso de estos medicamentos para el engorde del ganado, aunque Estados Unidos lo permite.

Un trabajo de investigación español del Instituto Superior de Investigaciones Científicas (CSIC): las colonias de buitres -tanto negros, como leonados y alimoches- de la sierra madrileña y segoviana presentan unas altas tasas de antibióticos en la sangre. Guillermo Blanco, experto del Instituto de Investigación en Recursos Cinegéticos y coautor del estudio, ha manifestado que estos medicamentos «pueden ser una de las causas fundamentales para explicar el declive de estas especies». Es terrible que la población general no conozca esta tragedia, especialmente en países en vías de desarrollo donde no existe control ambiental en este aspecto y peor tratamiento de aguas residuales.

## **Efectos letales en la fauna**

Al alimentarse del ganado muerto -cerdos, vacas, ovejas y pollos de engorde- abandonado en los muladares, estas aves carroñeras, junto con milanos, águilas, jabalíes, zorros, lobos y otras especies carroñeras eventuales ante la falta de alimentos incorporan de forma continuada estos antibióticos a su torrente sanguíneo. «Ello altera gravemente la flora intestinal y provoca la depresión del sistema inmune -afirma Blanco- , se concentra en el hígado y en los riñones, y favorece el desarrollo de infecciones por patógenos que acaban en pocas semanas con el animal».

No solo la ingestión de carroña es un peligro. Otro, si cabe más grave, lo constituyen los purines, toneladas y toneladas de residuos contaminantes que acaban por filtrarse en el subsuelo, se fijan al sustrato y alcanzan los acuíferos. Ciudades con tradición ganadera, pueden producir 4 millones de toneladas anuales de purines - parte líquida que rezuma de todo tipo de estiércoles de animales-.

## **Difíciles de eliminar**

Aunque los antibióticos se degradan en el medio ambiente, los de origen sintético, que son actualmente la mayoría, son mucho más persistentes y difíciles de eliminar. Es el caso de las fluoroquinolonas, muy utilizados en la ganadería intensiva.

Pese a la prohibición impuesta por la UE a su uso como agente de crecimiento, los ganaderos españoles los siguen utilizando. La prueba la

obtuvo un equipo con el que colaboró el propio Guillermo Blanco: como en el caso de los buitres, hallaron altas concentraciones de antibióticos en la sangre de unos córvidos -chovas piquirrojas- que se alimentaban del pienso suministrado en ganaderías de la isla de La Palma. El investigador considera que su uso sigue siendo generalizado en España.

Como experto en contaminación ambiental de Greenpeace, Julio Barea sigue muy de cerca el problema y ha manifestado que «las autoridades no consideran prioritaria la cuestión, prueba de ello es que una orden ministerial sobre daños al dominio público hidráulico, recoge una tabla con 44 nuevos compuestos a vigilar: entre ellos no figuran antibióticos ni analgésicos».

Una de las mayores autoridades científicas españolas en la materia, Damiá Barceló, reciente premio de investigación Rey Jaime I en la modalidad de Protección al Medio Ambiente, afirma que además de los antibióticos, llegan a las aguas grandes cantidades de antiinflamatorios, analgésicos, tranquilizantes, reguladores del colesterol, antiepilépticos, betabloqueantes, hormonas... «se trata de los nuevos contaminantes emergentes, de los que hemos hallado más de una veintena en los análisis realizados en aguas del Ebro». Pregunto a las autoridades: ¿se han realizado estas pruebas en los ríos ecuatorianos?

### **Pasan a la cadena alimentaria**

No se trata de contaminantes demasiado persistentes, estima Barceló, «ya que se degradan, pero su aporte continuado a las aguas hace que estén expuestas de forma permanente a estos fármacos, por lo que no necesitan ser persistentes para provocar efectos perniciosos sobre los ecosistemas».

Aunque es un campo de investigación muy novedoso, los expertos admiten que son muy pocos los estudios realizados hasta el presente. Se sabe, sin embargo, que pasan a la cadena alimentaria humana a través de la carne de ganado y de las frutas y hortalizas, que retienen grandes cantidades del agua de riego. En este sentido, investigadores estadounidenses han comprobado que aquellas personas que beben agua con alto contenido de antibióticos, no reaccionan después al tratamiento con esos fármacos.

Como solución para evitar su llegada al agua de consumo humano, Barceló propone, y en este aspecto trabaja en el marco de la red europea Waste Water Cluster, potenciar y perfeccionar el tratamiento terciario de las aguas residuales. En el caso concreto de los antibióticos, la respuesta parece estar en la utilización de ozono y luz ultravioleta, cuya acción combinada es capaz de eliminar «en cuestión de horas» el 80 por ciento de los antibióticos de uso común.

Si una depuración a fondo de las aguas residuales urbanas puede paliar la llegada al medio ambiente de los antibióticos de uso humano, aquellos empleados para el ganado son más difíciles depurar. En este sentido, solo cabe vigilar desde las administraciones un uso responsable. Algo que, sin embargo, chocará con los intereses de las multinacionales farmacéuticas, para las que la ganadería representa un gran volumen de negocio. ¿Qué se está haciendo en el Ecuador?

*“El uso indebido de antibióticos es ya un problema*

*de salud pública mundial”*

La resistencia del orden del 75% a los antibióticos no ha surgido por acción de los antibióticos, y si lo hizo debió haber ocurrido hace millones de años, pues las bacterias y los antibióticos naturales producidos por otros agentes vivos han convivido desde siempre. Sin embargo, la exposición a estas sustancias induce, en las sobrevivientes, capacidades genéticas de resistir el efecto antibacteriano, llevando al ya conocido y preocupante tema de la resistencia bacteriana a los antibióticos. Esta resistencia se manifiesta con el mero uso de antimicrobianos, pero claramente se acelera e intensifica con el mal uso y abuso de antibióticos, cuando se exponen bacterias a estos agentes en forma innecesaria, prolongadamente o en dosis subterapéuticas, con lo que se desencadenan los mecanismos genéticos inductores de resistencia y se traspasan estas propiedades entre las bacterias. Hay criterios que indican que “se está degenerando la capacidad de adaptación humana” ya que hemos convivido y seguiremos conviviendo con las bacterias, virus, parásitos y hongos. Si perdemos la capacidad de adaptación, en pocos años microorganismos saprófitos –como de la flora digestiva, que actualmente no causan enfermedades- de nuestro organismo nos causarán daño; será necesario, entonces, utilizar antibióticos de amplio espectro, con mayores efectos secundarios y con costos inalcanzables. Así, en el sistema equivocado en que vivimos sobrevivirán, sufriendo, no los que mejor se adapten sino los que tienen recursos.

Profesionales prescriben antibióticos, indiscriminadamente, por “Seguridad” “Por si acaso” “Por temor” –signo de ignorancia- y hacen feria de estos las cadenas de farmacias. Es una barbarie, irresponsabilidad y usura ya que tampoco existe control de precios; en unos locales cuestan más –

especialmente las que se arremolinan alrededor de hospitales públicos- que en otros de la misma cadena. ¿Quién controla?

El abuso y sobre todo el uso inadecuado de estos medicamentos, lleva a la aparición de un problema importante para la humanidad por la gran cantidad de resistencias que están presentando muchos gérmenes. Mueren al año 2000 personas por infecciones que los antibióticos existentes, actualmente, no son capaces de controlar. Las defensas de estas bacterias son tales que nuestras armas no sirven para erradicarlas y lograr salvar la vida de estas personas por la gran cantidad de bacterias resistentes que están apareciendo.

Responsables de abuso de estos medicamentos son los profesionales de salud, pero, también los pacientes, en el caso de pediatría, los padres, quienes ante el cuadro dramático de sus hijos "forzan" a que el médico les proporcione "algo" para la infección. Recuerdo en mi formación de médico, nuestros maestros recomendaban tranquilizar y educar primero a los padres para acordar el tratamiento en el niño.

Digo lo de "forzar" pues los padres creen que todo niño con fiebre ha de salir de la consulta con un antibiótico.

Entonces el pediatra realiza lo que se llama una "medicina defensiva" ante los padres. Por temor a un error (somos personas y no dioses) y a una denuncia posterior, se receta un medicamento antibacteriano cuando lo lógico sería esperar 24-48 horas para ver la evolución de la enfermedad.

El pediatra sabe que esta demora en el tratamiento puede ser "insoportable" para los padres y, durante la consulta, tratará de aportar argumentos que puedan ayudar a sobrellevarla.

Las consultas públicas están congestionadas de pacientes ambulatorios. Los médicos tienen que evaluar a 4-5 padecientes en una hora por lo tanto hay que tener mucho poder de convicción y muy buenos argumentos para que logremos llevar a su ánimo que lo mejor y, ante determinada enfermedad con febrícula-fiebre, es esperar uno-dos días antes de proceder con el antibiótico. Ante la desesperación de pacientes y familiares, una actitud correcta puede ser confeccionar la receta pero que no la compren, ahorren el dinero y esperen a ver cómo evoluciona la enfermedad. Y dependiendo de tales o cuales características adquieran el antibiótico. O mejor, mantener contacto con el paciente para valorar si iniciar o no el tratamiento.

Frecuentemente los padres dan un antibiótico para una tos debido a que cuando la tuvo la última vez se le había recetado y la evolución de la enfermedad fue la adecuada.

No se paran a pensar que había tenido una neumonía bacteriana y se le dio por ello y no por la tos que era originada por la mencionada enfermedad.

Su interpretación de los hechos es errónea (también la de algunos médicos lo es, en ocasiones).

Esto que parece tan fácil y bonito no lo es en una sociedad en la que todo va muy rápido y se quiere arreglar lo antes posible y con la menor incomodidad. Pero, hay que proceder correctamente por el bien de la humanidad.

Ante la gravedad de la situación, la Organización Mundial de la Salud ha lanzado una advertencia clara: si se siguen utilizando de forma incorrecta los antibióticos, algunos virus que hoy en día no suponen amenaza para la salud serán incurables dentro de 10 años.

Además, enfermedades aparentemente controladas aumentan en número y virulencia como consecuencia del uso irracional de antibióticos. Tal es el caso de brotes de rubéola (enfermedad vírica), sarampión; el incremento de parotiditis y la proliferación de casos de meningitis C en adultos (mayores de 20 años), o el aumento de casos de hepatitis A en adolescentes y viajeros, así como un alarmante repunte de las enfermedades de transmisión sexual.

Pocos conocen que la utilización irracional de antibióticos, se extiende también hacia la ganadería, avicultura y acuicultura y no precisamente para tratar infecciones, sino bajo la ingenua pretensión de prevenir que los animales enfermen con el eventual impacto en la diseminación desde la flora animal a la humana.

El riesgo de resistencias antibióticas se dispara entonces precisamente entre los gérmenes que pasan de los animales al hombre, como la salmonella. Un estudio clínico alarmante realizado en Estados Unidos en 1999 evidenció cómo el 17,6% de los pacientes humanos tratados con los antibióticos proscritos en las aves habían fracasado, mientras que solo cinco años antes la tasa de fracaso no superaba el 1%. Claramente, la práctica tiene efectos contraproducentes demostrados: proliferación en el animal y liberación al medio ambiente de bacterias resistentes con claro potencial zoonótico (*Campylobacter*spp, *Enterococcus*spp y *Salmonellas* spp); utilización de antimicrobianos de similar naturaleza química a la de productos usados en humanos, con potencial desarrollo de resistencia a estos productos (avoparcina y resistencia cruzada de *Enterococcus* a vancomicina), eliminación al medio de productos escasamente biodegradables y que mantienen su acción y presión antibiótica en el ambiente por tiempo prolongado, exposición de personas a

estos productos con alteraciones en su propia flora, incluso, desarrollo de alergia a ellos.

## **Automedicación**

Cultura de la informalidad en salud, se ve reflejada en la automedicación. Resulta común en nuestro país, “aplicar” recetas que dieron resultados en otras personas, sin tener en cuenta los riesgos que puede generar.

-“Tengo fiebre, mareos y escalofríos”

- Toma ibuprofeno cada ocho horas acompañada de ampicilina para “cortar” la infección, yo tuve lo mismo y me curé con esto.

-¡Consumo alcohol o me hartó y no pasa nada porque tomo protectores hepáticos y bloqueadores del ácido gástrico!

-¡Evito la osteopenia y osteoporosis tomando calcio y hormonas sin hacer ejercicio!

-¡Tomo antiinflamatorios para el dolor osteomuscular y evito el ejercicio!

¿Les resulta familiar el diálogo?, tal vez incluso hasta hemos sido parte de él.

Vivimos en un país proclive a “doctorar” sin grado alguno; donde basta ver a un personal con mandil blanco y detrás del mostrador de una farmacia o botica, para pedirle un diagnóstico y ¡receta! para nuestros males. Estas personas irresponsables, se atreven, inclusive a cambiar la prescripción de las recetas o lo que es peor le venden la medicina de mayor costo, aduciendo que

son mejores. Como médico he tenido que llamar la atención con mucha frecuencia a estos expendedores de las modernas “cadenas de farmacias”.

Dentro de nuestra “filosofía” de la informalidad, no reparamos que “el remedio bien puede resultar peor que la enfermedad”.

Y ni qué decir de la avalancha de mensajes que nos “sugieren” antigripales, antialérgicos, antiespasmódicos, antidiarréicos, antiinflamatorios, antienvejecimiento, antivárices, antihemorroides, antiestrés y todos los “anti” que pudiéramos imaginar, representadas en jarabes, cápsulas, pastillas y ungüentos que se ofrecen como la panacea para curar nuestros males. Lo terrible es no tener en cuenta que muchas enfermedades presentan síntomas similares y la ingesta de un remedio equivocado podría ser mortal.

Debido a la pobreza, destacan líderes comunitarios “sabelotodo”, quienes promueven también el consumo irracional de productos tradicionales y alternativos. Hemos escuchado con frecuencia: -¡Dicen que tomando tal yerba con tal pastilla alivia esto y aquello! Y la gente cree y adquiere el mal hábito de consumir sin reflexionar que se está envenenando.

Si pasamos lista al número de productos que se publicitan en radio, televisión, periódicos, calles, mercados y supermercados, nos sorprenderá, existen más que 700 productos de venta libre –pastas, jarabes, cápsulas, ungüentos, tabletas, etc. Todos “milagrosos”.

Uno de los errores frecuentes de la automedicación es el tratamiento de los virus como si fueran alergias.

Otra actitud errada es calmar las migrañas y dolores de cabeza con analgésicos, cuando bien pueden ser señales de alerta de tumoraciones, hipertensión arterial o mala circulación cerebral.

Advertimos sobre los peligros que implica la informalidad en salud y en recomendar asistir a un especialista antes que dejarse llevar por “consejos” de personas ajenas a la medicina, especialmente al abuso de antibióticos (incluyendo la gripe o las alergias), provocando que no tengan efectos cuando se trate cuadros de infección.

Como incrementa la automedicación, la “viveza criolla” también promueve el consumo de plantas, brebajes, medicina naturista, amuletos, perfumes, cultos, etc., que curan todo, desde el espanto, pasando por la próstata, esterilidad, impotencia, “el mal”, “inflamaciones”, cáncer y muchas dolencias comunes. El hecho que con un solo brebaje se curen todos los males, de por sí constituye un engaño. Pero, como hay consumidores, hay producción. En sociedades alienadas y con un porcentaje importante de analfabetos funcionales (Ecuador: 21%), los medicamentos se han transformado en un producto de consumo, al igual que la salud. En esta vorágine consumista, se le teme más al síntoma que a la enfermedad, como si ocultando el síntoma aquella desapareciera. Es por ello que la automedicación tiene tantos adeptos.

Si bien los medicamentos están pensados y diseñados originariamente para aliviar dolencias, sanar enfermedades y mejorar la salud de quien los consume; hay también detrás un negocio, un interés económico de mercado. El laboratorio que los fabrica tiene como principal objetivo vender más y para ello apela al bombardeo publicitario, al pánico a las enfermedades, la muerte; a las muestras médicas, a recursos de marketing, En Latinoamérica la

investigación y prescripción farmacológica se ha hecho multicéntrica – masificar el consumo en ciudades y países con apoyo de las empresas farmacéuticas- El Complejo médico industrial logra en el Tercer Mundo lo que no le es posible en el Primero: reclutar pacientes con rapidez y eludir las regulaciones éticas y legales de los países desarrollados.

Existen una gran cantidad de fármacos que son de venta libre, es decir sin receta, lo cual implica que están al alcance de cualquier persona que tenga el dinero para comprarlos. Aquí es donde comienza el problema, cuando aparece el uso abusivo de medicamentos, la automedicación. El riesgo de ella, está en que todos los medicamentos tienen efectos colaterales, es decir que además de los resultados terapéuticos buscados, traen como consecuencia otros que puedan ser dañinos.

Se estima que el 75% de la población sudamericana toma determinado medicamento por recomendación de algún conocido o por el bombardeo de publicidad. El problema, es que no a todas las personas los medicamentos les causan los mismos efectos, aunque la dolencia sea la misma. No se trata de acudir al médico cada vez que a uno le duele un poco la cabeza, tiene diarrea, o algún otro síntoma leve. Ahora si estos perduran, se intensifican, etc., hay que buscar las causas no tapar los síntomas con automedicación.

En Latinoamérica existen pocos estudios acerca de los medicamentos de abuso utilizados en dicha región. Un estudio realizado por el grupo DURG-LA (Unidad de Farmacología. Centro de Biomedicina. Universidad Central de Ecuador) sobre la automedicación en Latinoamérica, es uno de los pocos estudios disponibles.

Los fármacos más consumidos en Latinoamérica bajo forma de automedicación son:

- En primer lugar los analgésicos, con un 16.8%
- En segundo los antibióticos con un 7.4%
- En tercer lugar, los antiinflamatorios no esteroides con 5.9% (existe relación entre su consumo y el sangrado digestivo producto de una úlcera gástrica o del duodeno, mayoritariamente en la población más vulnerable, los ancianos)

De estos datos se desprende, obviamente, que los fármacos más consumidos por los latinoamericanos son los de venta libre (OTC de acuerdo a la sigla en inglés: Over – thecounterdrugs). Las cifras de complicaciones por la libre venta y consumo es bastante cuestionada. Así: los efectos secundarios mortales de los medicamentos se han convertido en la cuarta causa principal de muerte en el mundo industrializado; la red de centros regionales de farmacovigilancia, en Francia, registra 1,3 millones de hospitalizados en el sector público a causa de efectos indeseables de un medicamento. Esto representa el 10% del total de pacientes hospitalizados y se estima que provoca unos 18 mil muertos por año. O sea, dos veces más que los accidentes de carretera en ese país.

En una investigación que recogió cerca de 2.500 encuestas realizadas a los usuarios de 51 farmacias distribuidas en todo el país, se encontró que el 76% de compradores no exhibieron receta médica, esto es, de cada 100

medicamentos que despacha una Farmacia, 76 corresponden a automedicación.

De acuerdo a un estudio realizado por la Dirección General de Medicamentos, Insumos y Drogas (Digemid), el 60% de la población peruana se automedica con antibióticos.

Aproximadamente el 47% de las mujeres están "perpetuamente" a dieta "sin conseguir alcanzar ni mantener su peso deseado" y continúan tomando estos medicamentos de "venta libre".

La automedicación responsable según la OMS es aquella en la que las personas tienen el derecho y la responsabilidad de participar individual y colectivamente en el cuidado de su salud.

Por ello el paciente debe tener conocimientos mínimos sobre las patologías menores y sobre las enfermedades crónicas que padezca, para poder hacer un uso adecuado de ciertos medicamentos que se expenden sin receta por considerarse que su uso responsable es eficaz y seguro para el consumidor. Es parte de cultura general para educar.

En esta línea son esenciales los conocimientos sobre prevención de enfermedades, que se aplica a la alimentación, la vivienda, el trabajo, la vida afectiva y emocional.

En las sociedades modernas, las personas han comenzado a entender que proteger y mantener la salud requiere de cuidado. El autocuidado de la salud comprende una serie de acciones, tales como hacer ejercicios físicos regularmente, abstenerse del hábito de fumar, no consumir bebidas alcohólicas

en exceso, no abusar de ciertos alimentos y mantener relaciones interpersonales amistosas en el hogar y en el trabajo. Es decir alcanzar calidad de vida y no asustarse de enfermedades comunes periódicas como resfriados, cefaleas, dermatitis, parasitosis, alergias y diarreas pasajeras fácilmente manejables. Lo que los profesionales médicos y sociedad han descuidado es la salud mental y el mantenimiento de buenos hábitos de vida, iniquidad, Como factores responsables de enfermedades del siglo XXI.

Las enfermedades más comunes en nuestro medio son las infecciones virales y parasitarias. En estos casos la automedicación es posible. Esta acción es permitida, es legal e inobjetable y, cuando está ligada estrechamente a la información necesaria sobre las indicaciones aceptadas o los posibles efectos adversos del medicamento que va a ser utilizado, se convierte en “automedicación responsable”. La comunidad debe estar segura que una fiebre por resfriados comunes puede ser controlada por analgésicos/antitérmicos comunes tipo acetaminofen ingeridos durante tres días, a partir de lo cual se ve mejoría; caso contrario debe acudir al médico. De igual manera, el automedicarse con antiparasitarios, anualmente, es recomendable en comunidades donde no existe adecuado saneamiento ambiental. O, proceder a hidratación oral progresiva en caso de diarreas secundarias a infecciones virales o bacterianas, la mayoría de las cuales ceden en un período de 3 o 4 días con hidratación oral y antitérmicos. Solo por citar unos ejemplos comunes.

Esto significa que el consumidor conoce qué especialidad medicinal va a utilizar, para qué dolencia está indicada, y qué tipos de recaudos debe tomar en cada caso.

Por el contrario “conseguir” por diferentes vías medicamentos de venta bajo receta sin contar con ella, se denomina “autoprescripción”, y esta acción sí que es reprochable desde todo punto de vista. Para esta no hay excusa o argumento que la convierta en responsable: siempre es “irresponsable”. Un ejemplo: prescripción sin receta de antiinflamatorios en épocas de dengue, es factor de riesgo para dengue hemorrágico con peligro para la vida.

La diferencia entre automedicación y autoprescripción no es tan solo semántica, sino estrictamente práctica y de todos los días. Cuando decimos que una persona se “automedica” debido a que, por padecer de un dolor de cabeza, consume analgésicos comprados libremente, no estamos frente a un acto censurable sino ante el ejercicio del derecho a comprar un medicamento que el Estado considera que puede estar al alcance de la gente, sin la mediación del médico, para tratar aquellas dolencias para las cuales ha sido autorizado.

Otro punto importante a tener en cuenta sobre este tema es el denominado uso “Off Label”. Esto significa que una persona está empleando un medicamento de venta libre para obtener un efecto diferente para el que fue inicialmente concebido y aceptado tanto por la comunidad médica como por la autoridad sanitaria, tal como ingerir vitamina C para prevenir resfriados. Al respecto, nadie ha podido demostrar hasta la fecha que su consumo regular genere algún tipo de prevención de padecer enfermedades de las vías respiratorias. Estas suposiciones se basan en leyendas populares que carecen de sustento científico.

Por esta razón, es importante que, ante cualquier inquietud relacionada con el consumo de medicamentos de venta libre, los consumidores acudan a su médico, quien podrá brindarle las explicaciones pertinentes y guiarle

correctamente sobre automedicación responsable. En este aspecto, debido a las características socioeconómicas y culturales de nuestra población, sumado a la “viveza criolla” de los expendedores y el abuso de publicidad de productos de venta libre se mantendrá la autoprescripción irresponsable.

Consejos útiles sobre el uso seguro de medicamentos de venta libre.

Si bien es cierto que la disponibilidad de medicamentos de venta libre acerca a las personas la posibilidad de una automedicación responsable, también pueden implicar riesgos para la salud.

- Los medicamentos de venta libre están indicados para el tratamiento de síntomas y de enfermedades de fácil autodiagnóstico. Ejemplo, gripes, migraña, dolores postraumáticos, dispepsias (gases), fiebre de origen respiratorio o digestivo.
- Deben ser empleados por un tiempo restringido (hasta 3 días). En caso de persistir los síntomas, deben suspenderse y consultar con el médico; especialmente dolores abdominales que no ceden a las 24 horas, puede tratarse de una apendicitis.
- Pueden producir efectos no deseados (adversos) para el organismo, si bien es cierto que la mayoría de ellos suelen ser mínimos, tolerables y de resolución espontánea.
- Por lo tanto: Úselos solo cuando realmente los necesita.

- Los medicamentos de venta libre pueden interferir con medicamentos que usted esté empleando para el tratamiento de otras afecciones que pudiera padecer. En consecuencia:
  - o Advierta de su empleo a su médico, o consúltelo antes de tomarlo si se encuentra medicado por alguna condición de esta naturaleza.
  - o Lea los rótulos o prospectos insertos dentro del empaque. Si no entiende claramente la información, consulte a su médico.
  - o Se debe ser muy cuidadoso con el empleo de medicamentos de venta libre en los niños. Su empleo no se recomienda sin previa consulta con su pediatra.
  - o Embarazo y lactancia
  - o Durante el embarazo, no deben emplearse medicamentos de venta libre, sin consultar con su médico.
  - o Las mujeres que amamantan deben ser muy cuidadosas, ya que hay medicamentos que pasan de la madre al lactante a través de la leche materna y esto puede afectar a los bebés. Por lo tanto, no deben automedicarse, sin contar con asesoramiento y control médico.

De la experiencia personal. Muy pocos pacientes, en mi consulta, conocen el origen de su enfermedad. Lo más grave es que no saben para qué toman el

medicamento. Les pregunto. ¿Si no sabe qué enfermedad tiene, entonces, para qué toma tal o cual medicamento? Entornan los ojos y mueven la cabeza con resignación. Por esta actitud es que son pacientes, toleran todo, no participan del proceso salud enfermedad. Esta negativa actitud inducida por el sistema de salud hay que cambiarla, puesto que el paciente es principal responsable de la prevención y mantenimiento de su salud. “debemos ser autores, actores y beneficiarios de nuestros actos”.

### **Hipocráticos hipócritas**

Hace tiempo que es “vox pópuli” el hecho de que los laboratorios acosan a los médicos para que estos receten con exclusividad sus productos. Un acoso nada incómodo para los profesionales de la salud, ya que por aceptarlo se llevan no pocos beneficios. Lamentablemente hoy en día son una gran mayoría los médicos que de buen grado se dejan caer en las redes de este soborno. Incluso puede observarse, cuando alguien va a atenderse a un consultorio, de qué manera los doctores dejan de lado por varios minutos la atención a sus pacientes para dar preferencia a la recepción, en medio de los turnos, de trajeados visitantes médicos llevando en las valijas no sólo sus promociones, sino también los regalitos de rigor. Un caso de este tipo, y a gran escala, explotó con ribetes de escándalo en Italia, y la autoría del soborno en cuestión correspondió a otra de las grandes multinacionales farmacéuticas.

Luego de un trabajo que le llevó dos años, la Fiscalía de Verona hizo pública hace unos dos años una investigación que sacó a la luz lo que en ese país también era un secreto a voces: médicos que reciben regalos y sumas de

dinero de una multinacional farmacéutica a cambio de recetar sus productos. La acusación apuntó, con nombres y apellidos, nada menos que a 4.400 médicos de toda Italia y a 273 dirigentes y empleados de empresas farmacéuticas líderes mundiales del sector, cuya sede italiana se encuentra precisamente en Verona. Las prácticas en cuestión se llevaron a cabo en el período 1999-2002, y las acusaciones van de soborno y corrupción a asociación delictiva en el caso de algunos dirigentes.

La investigación se originó en la región del Véneto, cuando la Policía Fiscal descubrió en la contabilidad de la compañía una cantidad exagerada, de alrededor de 100 millones de euros, destinado a “promoción”. La Fiscalía acusó a la empresa de haber desembolsado un millón de euros anuales para que los médicos prescribieran determinados fármacos y se atuvieran al catálogo de la compañía. De acuerdo a lo explicado por la policía italiana, todo el sistema de “comisiones” y regalos era controlado por un sistema informático conocido con la clave “Giove”, en el que era registrado el rendimiento de cada médico y con base a ello se establecía la importancia del premio. En el libro “Salud, Dinero y Amor” denuncié cómo las prescripciones médicas –documento legal privado- son utilizados por las empresas para marketing y “estímulos” a determinados profesionales incondicionales.

Una buena muestra de que la codicia de la industria farmacéutica ha convertido la enfermedad en un negocio. En el caso antes apuntado, contando con la complicidad de médicos que ningún favor le hacen a su otrora noble profesión, manchando el juramento de Hipócrates y convirtiéndolo en un código de hipócritas.

Desde luego que después tantas denuncias, la inmoralidad trata de continuar disfrazada por otras formas de soborno como asistencia gratuita a congresos incluido pasajes, hotel y diversión; pero solo van invitados aquellos que prescriben sus productos. “una relación de dependencia que los facultativos ya contemplan con normalidad” Es decir violan el derecho a la privacidad al llevar estadísticas de las recetas de los médicos; aún más, los principales conferencistas son auspiciados por estas empresas, y lo que es peor no existe libertad para que cualquier médico interesado en discernir la información científica pueda ingresar si no ha sido invitado o haya pagado la inscripción. Por esta razón deduzco que hay empresas y médicos "éticos" y " no éticos". La educación médica continuada debe integrar a todos no como un incentivo de las empresas transnacionales sino como una responsabilidad del Estado. De esta equidad deben salir los más destacados no los más venales.

Auspiciados por empresas, muchos médicos, y sus compinches, utilizan a los pacientes de hospitales públicos en sus sesgados trabajos de investigación. Emboban a los asistentes de congresos con estadísticas exitosas y dicen “estamos igual que los países desarrollados, con menos recursos” Esto es una mentira, la diferencia es abismal. Asimismo con la era de laparoscopia, presentan videos arreglados que dejan “boquiabiertos” a los ingenuos. Siempre les pregunto: con estas maravillas ¿en qué porcentaje han contribuido a disminuir la morbimortalidad? Si cada página editada con guarismos triunfalistas implicara a una persona atendida con eficiencia no habría crisis sanitaria en el mundo. Y la medicina habría dejado de ser una industria comercial para ser un derecho social inalienable.

En la cúspide del alma mater con los médicos medicamentalizados (es decir con la mente puesta en ayudar a vender medicamentos muchos de ellos

innecesarios) están los laboratorios farmacéuticos anudados todos en una red multinacional de inversionistas que, como en todo comercio, rigen sus tareas por las leyes capitalistas de la oferta y la demanda. Por esta regla cuántas veces han inventado epidemias, pandemias y contagios para hacer circular millones de vacunas, jeringas, pastillas, cremas o ungüentos. La base de la industria mundial sustenta una cúspide ideológica -metodológica- vestida de “ciencia” en la que se han protocolizado operaciones técnicas con operaciones financieras donde los que ganan son los dueños del negociado a costilla del miedo a las enfermedades y morir. La investigación farmacológica, mayoritariamente en manos del “complejo médico industrial”, se ha hecho multicéntrica generando millones de dólares de ganancia y gestando, muchas veces, situaciones éticamente reprochables.

Muchos médicos en desocupación o que se han desactualizado hacen lo más fácil, se inventan tratamientos y pseudocirugías tomando como base el imaginario del miedo y lo sobrenatural: ritos, imanes, talismanes, oraciones, yerbas naturales, operaciones del hermano Gregorio, etc. Compiten con los vulgares charlatanes que viven de la mentira y engaño.

El riesgo físico y de la vida que producen el uso, mal uso y abuso de medicamentos debe motivarnos a conocer la Ley de Defensa del Consumidor, la declaración de Nuremberg, los escritos de Henry Beecher y la bioética. Es un deber de ciudadanos y médicos si queremos actuar correctamente: moralmente.

## Bibliografía

[http://www.abc.es/20080210/sociedad-sanidad/antibioticos-curamatan\\_200802100246.html](http://www.abc.es/20080210/sociedad-sanidad/antibioticos-curamatan_200802100246.html)

American Academy of Microbiology. *Antibiotic resistance: an ecological perspective*. American Society for Microbiology. 2002.

Wolff M. *Cambios epidemiológicos en las enfermedades infecciosas en Chile durante la década 1990-2000*. Rev Méd Chile 2002; 130: 353-62.

Cabello F. *Antibióticos y acuicultura en Chile: Consecuencias para la salud humana y animal*. Rev Méd Chile 2004; 132: 1001-6.

Forum: *Antibiotic resistance, the interplay between antibiotic use in animals and human beings*. The Lancet Infect Dis 2003; 3: 47-51.

Gorbach S. *Antimicrobial use in animal feed; time to stop*. N Engl J Med 2001; 345: 1202-3.

WHO. 2000. *Global principles for the containment of antimicrobial resistance in animals intended for food*. Report of a WHO consultation with the participation of the Food and Agriculture Organization of the United Nations and the Office of International Epizooties. Geneva, Switzerland. 5-9 June 2000. Geneva. WHO, October 18, 2001.

## **Males que se curan con nada**

### **– efecto placebo-**

La palabra "placebo" proviene de la voz latina placit, que significa "complacer".

El núcleo accumbens es una pequeña región en el centro del cerebro vinculada a la habilidad de experimentar placer y recompensa e incluso de hacerse adicto a las sensaciones causadas por ciertas drogas.

Solo pensar en un "fármaco" placebo alivia el dolor y es suficiente para que el cerebro despida sus analgésicos naturales, llamados endorfinas. Al responder a este efecto, se activa la parte del cerebro vinculada al placer

El efecto placebo es casi tan antiguo como la propia medicina. Los factores que hacen posible que una sustancia sin propiedades terapéuticas tenga efectos curativos –siempre que el paciente esté convencido de que tales efectos existen– son actualmente bien conocidos. “Todos los organismos vivos tienen mecanismos internos para curarse a sí mismos, pero no siempre lo logran y a veces necesitan ayudas externas” –mágico religiosas o el engaño a través del placebo-.

El placebo es algo más que una pastilla de azúcar sin efecto terapéutico –como muchos “remedios milagrosos” y menjunjes conocidos desde el origen del hombre-. “Cuando vamos al médico, contemplar todos los dispositivos del

entorno clínico, los títulos del doctor en la pared o la bata blanca nos lleva a pensar que estamos haciendo algo para curarnos y solo con esto ya se rebaja la tensión y el estrés; otro factor importante es la confianza en quien trata” En la curación interviene un componente psicológico, al menos, en algunas patologías, de acuerdo a las “creencias” individuales y comunitarias.

Un placebo es una terapia que no tiene eficacia médica, pero que puede tener efectos curativos o paliativos si el paciente cree que en realidad está tomando una medicina. El placebo puede ser una pastilla, pero también una operación quirúrgica o un tratamiento psicoterapéutico, o todas las terapias alternativas que hemos mencionado.

El efecto placebo está constatado médicamente, pero hasta ahora no se sabía cómo operaba. Su eficacia se ha relacionado con diversos factores, como la forma de administrarlo (vía oral o intramuscular), el procedimiento de aplicación (por ejemplo después de escuchar largo tiempo a un paciente) o incluso el alto precio de un producto, que hace más creíble su eficacia terapéutica, más aún si son prescritos por médicos “famosos”.

El aspecto psicológico del placebo, particularmente el poder de la sugestión, es lo que se ha considerado, hasta ahora para explicar su éxito, y con esta suposición gran parte de la comunidad médica ha reconocido su eficacia y lo aplica en numerosos casos. Creo, es una actitud irresponsable y nada científica para orientar correctamente a la ciudadanía.

Personalmente creo que el efecto placebo funciona en aquellos padecientes crónicos, fanáticos –de dogmas, religiones, creencias, etc.- con baja autoestima, dependientes y en estado de indefensión aprendida a los que es

casi imposible hacerlos razonar sobre el origen de su enfermedad. Por eso no se “curan” con nada. En cambio, aquellos padecientes que con nuestra ayuda pueden discernir entre lo real y lo sobrenatural, y logran identificar la causa – generalmente mala calidad de vida- y los efectos, no necesitan placebos sino cambiar o retomar la vida que disfrutaban antes del inicio de esta enfermedad multicausal. Lógicamente, comprenden además que no pueden seguir tomando bloqueadores de ácido toda la vida para tratar su gastritis crónica o protectores para el hígado –que no sirven para nada- medicinas para el colesterol elevado o dietas perpetuas para bajar de peso. Lo que racionalmente debe hacer el médico es orientarle correctamente para que adquiriera hábitos saludables, viva con equilibrio y evite factores etiológicos de enfermedad que nos acompañan desde el origen de la vida, a todos; no solamente a unos pocos lábiles.

Los “lábiles” son víctimas de su temperamento, “nerviosos”, de equilibrio inestable. Les preocupan demasiado las consecuencias de sus acciones, se exaltan o deprimen fácilmente. Muy sensibles al dolor, de poca voluntad y reacciones desmedidas, a menudo presentan ideas fijas, fobias, hipocondría o angustia. Son sensibles, poco calculadores y reflexivos.

He orientado a padecientes mortificados, quienes meses o años atrás mantienen su gastritis crónica. Han realizado dos, tres tratamientos para *Helicobacter Pylori* –bacteria comercial- y sus médicos “se admiran” que en el nuevo control en sangre los resultados en lugar de mejorar, empeoran. Sorpréndase de la respuesta insensata de su especialista: ¡ya no sé qué hacer con usted! Lógicamente, el ciudadano entra en pánico.

Actualmente el 80% a 90% de estudios reportan valores alterados entre uno y otro laboratorio; en unos son normales y otros elevados: colesterol y

triglicéridos, pruebas funcionales hepáticas, helicobacter pylori, ácido úrico, entre los más frecuentes. Igual, reportes de ecosonogramas sobre el hígado: unos son normales y otros reportan variados grados de hígado graso. De riñones reportan casi siempre arenilla y microcálculos. Es decir, la comunidad médica en lugar de recuperar la salud, contribuye a perpetuar la enfermedad para fomentar el consumo masivo de remedios milagrosos y placebos. La mayoría de estos discapacitados acuden con sus carpetitas llenas de estudios, recetas, y un sinnúmero de dietas. Empiezan diciendo: “tengo gastritis crónica y la bacteria asesina” “hace años sufro del hígado” “tengo hígado graso”, “tengo cálculos en los riñones”, “sufro de los riñones”; adultos jóvenes y maduros diciendo sufro artritis y osteoporosis; “sufro de gases” etc, etc,. Claro que en el examen físico, se les ve aparentemente saludables a excepción del rostro melancólico y de sufridor, la mayoría tiene parámetros normales en el examen clínico. Por eso les molesto; usted tiene varios letreros de enfermedad pegados en su cuerpo. Y su familia y vecinos lo ratifican. ¡A qué estado de indefensión se ha llegado! ¡Sufren! no solo ellos sino su familia, es un sufrimiento emocional, espiritual y económico.

Recuerdo el caso de un ciudadano al que se le diagnosticó por laboratorio y ecosonograma de cirrosis. El padeciente tenía 38 años. Dejó de trabajar por un mes y estaba sometido a dieta, tratamiento para el hígado, el estómago y con sueros más vitaminas. La familia desesperada acudió con padeciente y suero a mi consulta. Solamente al verlo me dije interiormente: este señor no tiene ninguna enfermedad. Le pregunté si podía comer y defecar normalmente. Respondió: -si, como lo que me dan de dieta pero es muy poco y estoy estreñado. Le hice retirar el “suero” y que empiece a comer normal. Les tranquilice y recomendé repetir exámenes en laboratorios. Al siguiente día.

Todo era normal y con escepticismo empezó su vida normal. Sin embargo al mes vino a visitarme con nuevos exámenes de control normales y solo así se convenció. Pregunto: ¿es moral referir estudios y recetas a laboratorios y farmacias específicas, muchas de las cuales retribuyen al médico un porcentaje? ¿Cuántos padecientes experimentan algo parecido?

### **Utilidad limitada**

Por otro lado, el efecto placebo no suele ser uniforme y tampoco se da en todas las enfermedades del mismo modo, sino que suele ser más importante en patologías leves, en las que existe un factor psicosomático relevante, como el dolor de cabeza, la hipertensión o la depresión; ciertas alergias, fibromialgia, fatiga crónica y muchos trastornos digestivos. “Si nos vamos al cáncer, es muy difícil que funcione un placebo” La toma de placebos va muy bien por unos cuantos días. Como la enfermedad afecta también a la familia, se produce una alegría, asimismo transitoria. Pero, si el desequilibrio de salud está causado por mala calidad de vida, vuelve al desequilibrio y no habrá placebo o productos milagrosos que curen, definitivamente.

### **Placebos en el mercado**

La propia naturaleza del placebo implica que el paciente en principio no sepa que está tomando algo que no tiene ningún efecto terapéutico, pero en realidad, existen en el mercado numerosos medicamentos que, por su escaso

contenido en principio activo, actúan más como placebos que como fármacos, como ocurre con algunos vasodilatadores. ¿Este proceder, no es un engaño?

Asimismo, consumidores de suplementos vitamínicos de concentración muy baja se ven beneficiados a veces, sin saberlo, por esta acción curativa que surge del propio organismo. Estos últimos ejemplos demuestran también, que existe una tendencia cada vez más fuerte a “medicalizar” la vida –tomar medicinas tradicionales o alternativas-.

Parece que todo tiene solución con el medicamento, y no es real. Millones de padecientes cambian de médico y de “remedios” porque no encuentran alivio a sus males, cuando quizás una buena conversación con el médico, para lo que hace falta tiempo y buenas condiciones de trabajo, o un mayor contacto familiar, podrían solucionar algunos problemas que se manifiestan con síntomas de una enfermedad, pero que, en realidad, son reflejo de problemas de relaciones sociales. Es decir “mala calidad de vida”.

No obstante, al margen del factor psicológico existen razones biológicas detrás de este sorprendente efecto curativo. Según el trabajo de un grupo de investigadores de la Universidad de Michigan (EEUU), publicado en la revista *Neuron*, cuando alguien responde al efecto placebo se activa un área del cerebro, llamada núcleo accumbens, vinculada al placer y a la recompensa.

Curiosamente, en esta parte del cerebro se sitúan los receptores para las endorfinas, consideradas como una especie de analgésico natural que genera el organismo para hacer frente al dolor. Esa capacidad que tienen algunas personas para curarse o aliviar un dolor tomando una falsa medicina, inocua y sin eficacia alguna, y que es prescrita por muchos médicos. Cuando una

persona cree que va a tomar una medicina, su cerebro activa una región vinculada a la habilidad de experimentar un beneficio o una recompensa, el núcleo accumbens, y segrega dopamina, provocando el alivio al dolor. Los neurólogos descubrieron así que el grado en que una persona responde a un tratamiento de placebo está vinculado íntimamente a la actividad que registre el área del cerebro destinada a obtener un beneficio o una recompensa. Creer que tomamos una medicina activa la región del cerebro asociada a la recompensa. El efecto placebo funciona al administrar productos farmacéuticos, “remedios milagrosos”, talismanes, conjuros, ritos, exorcismos, peregrinaciones, etc., son “remedios pasajeros”, hay que repetirlos periódicamente. Allí radica el negocio. Al padeciente se le transforma en dependiente indefenso. Recalco siempre a mis pacientes que, si el remedio curara, no debería frecuentar al médico y depender de la “pastillita mágica”. Como se ha demostrado que ninguno cura, es la razón por la que existen miles de propuestas con fines comerciales, exclusivamente.

Como describimos anteriormente, los resultados de los tratamientos primitivos eran un fracaso, en la mayoría. Muchos enfermos que se beneficiaban de las curas milagrosas no eran precisamente por ellas mismas sino por otras razones, totalmente independientes de sus medidas terapéuticas, que de acuerdo con lo escrito por el médico mexicano Dr. Ruy Pérez Tamayo se resumen en las tres siguientes:

- 1) El efecto psicológico positivo de una relación médico-paciente bien llevada, en la que el enfermo, sus familiares y amigos, así como el médico, sus ayudantes y el entorno social al que todos pertenecen, comparten las mismas creencias y las mismas ideas sobre las enfermedades, sus causas y los efectos benéficos de las medidas terapéuticas empleadas. En esta relación médico-

paciente cada uno de los participantes debe desempeñar su papel con rigor y fidelidad, pues el éxito depende en gran parte de la ejecución adecuada de una liturgia preestablecida. Esto explica las máscaras y el atuendo de los chamanes, sus trances, sueños y danzas, los exorcismos y las estatuillas de los asirios, los ritos y encantamientos de los egipcios, la quema del copal, las ofrendas y las yerbas del ticitl azteca; de la misma manera, también explica el santito con la vela prendida en altar de la casa, la fe puesta en las peregrinaciones y romerías, los dibujos y fetiches en el piso de la choza del brujo o curandero navajo, y el título de médico enmarcado en la sala de espera y la bata blanca del médico científico contemporáneo. Cuando en la relación médico-paciente se cumplen las expectativas del enfermo, de sus familiares y de sus amigos, una buena parte del problema ya ha sido resuelto.

2) En ausencia de medidas terapéuticas que realmente las modifiquen, muchas enfermedades revelan una historia clínica característica, cada una con un principio más o menos definido, diversas manifestaciones clínicas sugestivas o hasta diagnósticas, evolución variable pero frecuentemente predecible, y un final propio, que varía desde curación habitual hasta muerte inevitable. Al conjunto de fenómenos propios y a la evolución espontánea de cada enfermedad se les conoce como su historia natural. Su relación con la eficiencia de la medicina primitiva es que, por su historia natural, muchas enfermedades tienden a curarse espontáneamente, con frecuencia a pesar de lo que se intente para acelerar su evolución favorable. Por eso se dice, con toda razón, que el catarro común o coriza se quita con tratamiento en una semana, y sin tratamiento en siete días. Cuando la medicina mágico religiosa se enfrenta a padecimientos que de todas maneras, por su historia natural, iban a curarse

(que por fortuna son la mayoría) y el paciente se cura, se anota un “éxito” o “milagro” que en realidad no le corresponde.

3) Otro factor inespecífico que contribuye al éxito de la medicina alopática, alternativa y primitiva se conoce como el efecto placebo -"complacer"-. El término describe un fenómeno biológico interesante: el efecto fisiológico positivo de un agente (con frecuencia un fármaco) totalmente inerte, cuando se administra a una persona que cree y espera que tendrá el efecto deseado. Un ejemplo clásico es la disminución de la fiebre en ciertos pacientes a los que se les administra sal, que no tiene ninguna acción conocida sobre la temperatura somática, diciéndoles que se les está dando ácido acetil-salicílico (aspirina), que es un efectivo antipirético. El efecto placebo requiere con frecuencia que el paciente esté informado de los objetivos de las medidas terapéuticas a las que se somete, pero también puede observarse en sujetos inocentes de lo que les ocurre, pero con cierta imaginación.

Estos tres elementos inespecíficos, el efecto positivo de una buena relación médico-paciente, la historia natural de las enfermedades, y el efecto placebo, explican la mayor parte de los éxitos de las medicinas. El resto, que seguramente no son pocos, puede atribuirse a los conocimientos y a las prácticas empíricas de los médicos alopáticos, alternativos y tradicionales. La curación de las heridas de guerra y de otras lesiones traumáticas, el manejo de algunas complicaciones del embarazo y del parto, así como la atención de muchos padecimientos ginecológicos y pediátricos agudos, eran y siguen siendo ejemplos de la eficiencia de la medicina. Pero también debe señalarse que en no pocas ocasiones los tratamientos del sacerdote, del chamán o del brujo resultaban (y todavía resultan) desastrosos para el enfermo, en parte por lo que hacían y en gran parte también por lo que dejaban de hacer. Esto es

cierto no solo de la medicina primitiva y de su sucesora contemporánea, la medicina alopática y alternativa, sino también de todas las otras medicinas que se desarrollaron sobre bases empíricas e imaginarias a lo largo de la historia de la humanidad, y que continúan hasta hora.

## Bibliografía

<http://www.sindioses.org/sociedad/sociedad>

Retiran 300 “productos milagro” del mercado farmacéutico

Agencias URL: <http://www.panorama-actual.es/ono/default.pl?Codigo=136853>

Fuente : «El negocio con las enfermedades de la industria farmacéutica», Red Voltaire, 10 de abril de 2005, [www.voltairenet.org/a124297](http://www.voltairenet.org/a124297)

Chris Gupta en Share The Wealth como "The Ten Laws of the Pharmaceutical Industry" el 2 de abril 2007.

British Medical Journal 2004;328:485 (28 February),  
doi:10.1136/bmj.328.7438.485-a

<http://saludypoder.blogspot.com>

Farmacéuticas. El negocio de la enfermedad. Berna Gómez Edesa. Trabajador del Hospital de Galdakao/Osakidetza [martharosenberg@sbcglobal.net](mailto:martharosenberg@sbcglobal.net)

Empresas farmacéuticas: el gran negocio de los medicamentos antidepresivos.  
4 de julio del 2011

<http://mundosinborregos.blogspot.com/2011/06/el-proximo-negocio-de-las-farmaceuticas.htm>

Patentes Farmacéuticas y Genéricos: Negocio o Salud. Por  
[JordiFarréjfarre@snabogados.com](mailto:JordiFarréjfarre@snabogados.com)

## Sociedad mediática

*Pagamos para que las “cadenas de información”*

*nos alienen, desinformen, emboben.*

*¡Cómo los enriquecemos y seguimos dominados!*

Medios de comunicación hubo desde la Antigüedad. Es impensable el desarrollo de la cultura sin ellos. Pensemos en los papiros, las tablas de arcilla, las señales de humo, los quipus y muchos otros medios. Sin embargo no es hasta la aparición del periódico moderno cuando podemos hablar de Medios Masivos de Comunicación.

Acompañando este proceso, aparecen por primera vez estudios e investigadores que ponen el centro de atención en los medios de comunicación y, fundamentalmente, en los efectos que sus mensajes provocan en las audiencias masivas. Casi simultáneamente se desarrollan dos tendencias, una con centro en EE.UU. y otra en Europa.

La norteamericana recibirá posteriormente el nombre de Mass Communications Research (Investigación en Comunicación de Masas). Se caracteriza por una actitud de entusiasmo frente a los nuevos medios, dándoles la bienvenida, y preocupándose por encontrar la mayor eficiencia de los mensajes y corregir o controlar los “abusos” que su uso pudiera producir.

A la corriente europea se la conocerá como Escuela de Frankfurt o Escuela Crítica. Predomina en ella una actitud de rechazo y desconfianza. Esta perspectiva acusa a los medios masivos de arruinar la cultura y promover la idiotización de los receptores.

Revisando las actuales teorías de la comunicación, compartimos con ustedes el concepto de la industria cultural, que no es más que una de las expresiones del desarrollo de la concentración del capital y del dominio tecno-burocrático de los diversos sistemas de producción cultural.

Sin embargo, la industria cultural no solo juega un papel fundamental en la acumulación capitalista, también genera un proceso de conformismo y de subordinación de las masas hacia el interés del poder imperialista monopolizador.

La industria cultural invade el tiempo de ocio, de recreación del individuo y lo asimila a las formas propias del mundo del trabajo –lo transforma en conformista con el sistema imperante-.

Las personas programan su tiempo de ocio con la misma lógica instrumental y consumista que opera en el mundo del trabajo. Ir al cine, al futbol; caminar por el shopping, escuchar música, comer en un restaurant determinado o mirar televisión suelen ser las respuestas de la mayoría de las personas a quienes se les pregunta sobre qué hacen en su tiempo libre. De modo tal que aquel espacio donde podía ejercerse la solidaridad colectiva, la creatividad y la libertad, la reflexión y la crítica, se disuelve en un entretenimiento enajenante y vano.

“... divertirse [...] significa siempre que no hay que pensar, que hay que olvidar el dolor, incluso allí donde es mostrado. En la base de la diversión está la impotencia. Es, en efecto, fuga, pero no- como se pretende- fuga de la realidad mala, sino fuga respecto del último pensamiento de resistencia que la realidad puede haber dejado aún.” Theodor Adorno y Max Horkheimer, *Dialéctica del Iluminismo*. Buenos Aires, Sur, 1971.

Una de las cosas que produce incertidumbre informativa es cuando la información no nos dice lo que debemos saber por el hecho de que la información sea manipulada antes de llegar a nuestros sentidos. El afán de producir información ha desatado una saturación informativa generando cantidad y no calidad –“infoxicación” como definen los españoles-. Esto produce que la gente se disperse y preste atención a noticias triviales y sensacionalistas que ocupan el 85% del espacio que tiene como objetivo reforzar miedos que dan origen a muchas fobias o divertirse para evitar la reflexión y búsqueda de la verdad.

### **Prensa, radio y televisión**

Los avances tecnológicos como la linotipia, las planchas de plomo, el offset y la impresión continua o el láser han convertido a los periódicos en un medio de comunicación de diseño especializado, sin perder sus elementos de expresividad: la letra impresa, la fotografía fija, la ilustración y la maquetación.

En el conjunto de los medios de comunicación, los periódicos exponen la idea conceptual de los hechos, frente a la radio, que cuenta la noticia, y la televisión, que la muestra en imágenes.

Precisamente, la radio y la televisión lograron que los medios de comunicación tuvieran peso específico en la sociedad por su capacidad para orientar y dirigir los intereses sociales, dentro de lo que hoy se conoce como sociedad mediática, si bien desde los primeros periódicos quedó demostrada la capacidad de estos para generar estados de opinión o como dicen muchos entendidos son sedes de partidos políticos y de grupos del poder –económico, religioso, familiar, etc.-.

### **Hegemonía y dominación social**

En todo esto es importante repasar la noción de hegemonía, debido que allí verán como las diferencias no se quedan solo en desacuerdos sino que implican dominación de unos sobre otros y resistencias.

Los medios (televisión, radio, cine, diarios, revistas, libros, Internet) participan de forma relevante en nuestra información, en nuestro entretenimiento y, en consecuencia, en nuestros modos de percibir y concebir el mundo.

Las informaciones que circulan por los medios nos dan de qué hablar, son la fuente de nuestras relaciones sociales, nos “interesan” al punto que creemos que lo que no sale en los medios no existe. Los medios masivos de comunicación ocupan un lugar central en los modos en que una sociedad se ve

y se piensa a sí misma, los modos en que se construyen identidades (raciales, religiosas, generacionales, institucionales, políticas, de clase, de género, laborales, deportivas, etc.).

Pero, también, en los modos del accionar público y político: colaborando con el establecimiento de reglas que definen la constitución de hablantes y oyentes, actores y espectadores, dirigentes y dirigidos, legitimando cierto orden social. Hoy la opinión pública se construye, en buena medida, por intermedio de los medios masivos de comunicación, y los diferentes sectores sociales –mayoría de ciudadanos que mantienen el sistema-, con sus diferentes intereses participan de manera desigual en esa construcción.

### **Influencia de los medios de comunicación**

La sociedad mediática es el resultado de la aparición de medios de comunicación, integrados en grandes empresas multinacionales y relacionados con el poder político y económico, capaces de influir en los acontecimientos políticos y sociales tanto en el ámbito local como en el global.

Uno de los ejemplos más disparatados, pero a la vez inquietantes sobre el poder de los medios de comunicación, se produjo la noche de Halloween de 1938. Ese día, bajo la dirección de Orson Welles la emisora RKO de Nueva York emitió una teatralización radiofónica de la novela La guerra de los mundos, de H.G. Wells, en la que los marcianos invadían la Tierra.

Aunque la novela radiada se presentó como una recreación de ficción, una gran parte de la audiencia interpretó el programa como una situación real, lo que desencadenó una reacción de histeria colectiva que supuso la evacuación de numerosas poblaciones, la saturación de los servicios de emergencia y situaciones de colapso de los servicios públicos. En Ecuador, la misma novela causó tal pánico en la población quiteña, que al saberse “engañada” quemaron el edificio de “El Comercio” y radio “Quito” según cuenta la historia. Tras ese programa, los medios de comunicación, y en concreto la radio, pusieron de manifiesto su capacidad para influir en la sociedad a la que se dirigen.

Tal como lo puntualizaba el Informe MacBride, los medios de comunicación han transitado por la lógica de grandes empresas, que responde no a la búsqueda de la verdad objetiva, la imparcialidad y el desarrollo general de las comunidades sino a las reglas comerciales imperantes en el mercado; es decir: a la incidencia en la sociedad en términos de cantidad de consumidores y la venta en el mercado, la utilidad comercial que se percibe a través de la publicidad y la venta directa de servicios. Dicho sea de paso, la industria cultural (periódicos, libros, radio, cine, televisión, discos, videojuegos, internet) facturó en el 2005 cerca de 450.000 millones de dólares. En esta lógica extremadamente comercial medios de comunicación han empujado las funciones informativas, educativas y de análisis de la vida y sus relaciones a responder también a esta perspectiva comercial de hiper mercantilización en favor de una representación de la realidad social cada vez más emocionante, excitante y sorprendente. En otras palabras: “espectáculo vendible” “circo al pueblo”.

¿Pan y circo al pueblo? ¿Eso es lo que la gente quiere?

Muchos dirán que este fenómeno es parte de la deficiente educación. Puede influir en parte, pero no es el principal problema. Existen medios alternativos públicos y privados, inclusive en Internet. Lamentablemente, la mala costumbre o el morbo de ver, escuchar y leer medios informativos tradicionales impiden buscar la verdad por otros medios, además implica el esfuerzo de pensar o ver y leer con sentido crítico. Irónicamente muchos ciudadanos asistieron a escuelas privadas y tienen estudios universitarios. Entonces, ¿por qué aún siguen “pidiendo” contenidos chatarra, contenidos que generan morbo y no llevan a nada? Porque no tienen la “cultura de la cultura”. Porque en el seno de las familias no hemos hecho ningún esfuerzo para inculcar ese hábito en los hijos.

No es que las televisoras impongan ese tipo de contenidos y fuercen a la gente a verlos. Más bien saben que ese tipo de contenidos gustan al televidente común y es lo que les va a generar más dinero. El pueblo quiere circo, el pueblo quiere que lo distraigan de sus problemas cotidianos y existenciales, por eso es que es más rentable ofrecerle contenido chatarra para que en este alivie sus frustraciones. La gente quiere olvidarse de los problemas laborales y económicos viendo el partido de fútbol, quiere olvidar sus problemas matrimoniales viendo telenovelas donde se siente identificado porque otros sufren lo mismo, prefiere ver reality shows y farándula porque no existen líderes virtuosos y morales, consume productos milagrosos porque lo toman los famosos que no enferman ni envejecen ni suben de peso. Y no se interesa por cosas más importantes y con más contenido porque le representa un esfuerzo digerirlas; empezando desde su propia crisis de hogar.

Creo que el cambio en la cultura no solo está en la responsabilidad social que deberían tener las televisoras y los medios de comunicación. El cambio

también está en uno mismo que es el que pide ese tipo de contenidos. Y mientras no deje de ser conformista intelectualmente, las cosas no van a cambiar. En el país existen muchos museos, ferias de libro, obras de arte, y demás espacios para cultivar la cultura, así que no es un pretexto el decir que los únicos culpables de este rezago son los medios de comunicación.

Los usuarios de todo este arsenal técnico estamos acostumbrados a ver el mundo sin actuar sobre él. Al separar la información de la ejecución, al contemplar un mundo mosaico en el que no se perciben las relaciones entre las cosas y se presenta todo previamente digerido, se crea entonces un estado de aturdimiento, indefensión y modorra en el que crece con facilidad la parálisis social. El “espectáculo” de la vida reemplaza así a la vida. Pero como dijo Gabriel García Márquez: “La invención pura y simple, a lo Walt Disney, sin ningún asidero en la realidad, es lo más detestable que pueda haber”. O: “Adultos con delirio infantil” como dijo Freud.

Dado el grado de impacto social que alcanzan los medios de comunicación, por el contrario, podrían jugar un papel de importancia decisiva en la transformación para una vida mejor. Pero la lógica del lucro no lo permite; las grandes compañías mediáticas terminan siendo, en todo caso, enemigas a muerte de cualquier intento de cambio; son, en otros términos, no solo aliados del poder sino parte fundamental de la estructura del poder, con tanta o mayor preponderancia en el mantenimiento de las sociedades que las armas más sofisticadas. La guerra principal es hoy la guerra mediática. ¡Esto es lo que debemos entender, claramente, realmente! si creemos ser “educados” para no jugar un papel de consumidor pasivo sino el de sujeto activo en el proceso de comunicación, para transformar la comunicación como una herramienta en manos de los pueblos, para servir a sus intereses ante la institucionalización de

la mentira, ante la manipulación de los hechos y la presentación de la realidad como el colorido espectáculo vendible.

### **Salud y medios de comunicación**

Cualquier ámbito social o cultural se encuentra mediatizado por la prensa, radio o televisión. El tratamiento educativo, medioambiental, consumista o de salud que los medios realizan es tema de análisis y estudio por parte de cualquier profesional cuyos programas son financiados por empresas productoras de “remedios” comerciales cuyo objetivo es la rentabilidad. Sería ingenuo creer que promocionan salud, no les conviene; promocionan “pánico y enfermedad” y al mismo tiempo el “remedio” de sus mecenas.

Desde los medios de comunicación se tratan determinados temas que pueden ayudar a mejorar las condiciones de vida y hacerla más saludable, en las secciones fijas sobre salud que aparecen en los periódicos o los programas televisivos hay que perseguir el trabajo en torno al fomento y promoción de la salud – es mejor prevenir-.

Pero también, las propias páginas de los periódicos o determinados programas de televisión ofertan tácita o explícitamente factores de riesgo para la salud o modelos que atentan contra una adecuada calidad de vida, si hablamos de los comerciales publicitarios, su análisis es muy revelador de prácticas y valores poco saludables, como bajar de peso a cualquier costo que origina anorexia y bulimia; el consumo de alcohol semanal, comida chatarra y sobrepeso al promocionar “protectores del hígado” o para los gases o decenas de prácticas para bajar de peso–no demostrados científicamente-; embarazo precoz y

enfermedades de transmisión sexual al inducir al libertinaje sexual, etc. Pocos se dan cuenta de la contradicción entre el auspicio de las empresas productoras de licor a deportes masificados que inducen al alcoholismo. Dicen ciertas “autoridades” –¡No está bien pero generan empleo directo e indirecto y apoyan al desarrollo! Las relaciones deportivas se centran en consumo de alcohol y se han masificado.

La publicidad de medicamentos milagrosos, alternativas, amuletos, santeros, cultos, religiones nos seduce –emociona- y hace creer –razón ocupada por ideas prestadas- que estamos en un dilema: tomar o no tomar. Pero en realidad es un falso dilema porque es un paralogismo –razonamiento erróneo o falso- o un sofisma –mentira-.

Se utilizan seis estrategias para expandir las enfermedades y por tanto el pánico:

1. Promoviendo la ansiedad y miedo de los futuros “enfermos - sanos” –ansiedad por elevaciones pequeñas de colesterol y triglicéridos- .
2. Ampliando la prevalencia de las enfermedades –exagerando la osteopenia y osteoporosis propios del envejecimiento y sedentarismo. El hígado graso-.
3. Redefiniendo continuamente las enfermedades en términos de variables intermedias o de un insignificante resultado en salud –la mayoría de la población se encuentra en riesgo con valores mínimos de elevaciones de colesterol y presión arterial, por lo tanto hay que tratar con medicamentos, en lugar de prevenir y fomentar hábitos saludables-.

4. Promoviendo medicamentos agresivos para el tratamiento de síntomas benignos de enfermedades –trastornos pasajeros del sueño por mala calidad de vida-.
5. Introduciendo nuevos diagnósticos cuestionables –fobias sociales, trastorno disfórico premenstrual, ciclotimias, para tratar con antidepresivos-.
6. Promoviendo medicamentos de primera línea como solución a problemas que no son médicos –la gran mayoría como personas irritables, con tensión muscular, ansiedad, preocupaciones, insomnio, inquietud, irritabilidad; niños con déficit de atención por hiperactividad, etc. La solución: antidepresivos o dexanfetamina, vitaminas curalotodo y un sinfín de bagatelas light-.

#### Reflexionemos:

1. La información y publicidad dirigida al recurso médico, paramédico, charlatanes y ciudadanía en general es la cara amable de una maquinaria de relaciones públicas perfectamente dirigida a que el consumo de fármacos alopáticos y alternativos sea el mayor posible
2. El consumo de estos para síntomas que no necesitan tratamiento no beneficia al usuario, pero lo somete a un innecesario riesgo, que hasta ahora suele pasar inadvertido a la gente común, pues toda medicina tiene efectos secundarios.

3. La financiación por la industria farmacéutica de la “formación de los médicos”, de los congresos de las sociedades científicas y del mantenimiento de las asociaciones de pacientes no informa de los riesgos, facilita la aparición de indicadores para el diagnóstico y autodiagnóstico y prioriza la prescripción indiscriminada y automedicación. En los congresos científicos de especialidad los médicos tienen que pagar para que les laven el cerebro. No se fomenta el análisis crítico de la información científica que llega desde el exterior. Seguimos en la dependencia.

4. La industria farmacéutica viene introduciéndose en muchos departamentos de la administración de salud pública y en los ámbitos de la comunidad de profesores de educación primaria, secundaria y universitaria. –principales pilares de la salud pública- Ese es el peligro.

El soporte utilizado por la publicidad, ya sea en prensa, radio o televisión, recurren a temas de salud como pretextos para la venta de sus productos (el chicle Trident previene la caries, cualquier limpiador se emplea contra los gérmenes que provocan enfermedades, colchones antialérgicos, antiácidos; yogures, leches, bebidas antiestreñimiento, anticáncer ...). Hemos de exceptuar y mencionar a los anuncios institucionales contra las drogas, de la Sociedad contra el cáncer cuyos anuncios son muestra de la utilización de temas de salud para conseguir su adecuada promoción, pero son muy pocos, destinados a problemas crónicos y que no responden a solucionar las principales causas de enfermedad –de la pobreza- pues estas no generan rentabilidad para los medios ya que lo que buscan es el dinero de los ciudadanos que defraudan a través de la creación de mala conciencia.

El gran impacto social de los medios y sus potencialidades manipulativas han de generar procesos de reflexión y análisis crítico que desde la familia, los centros educativos o como integrantes de una sociedad con un determinado modelo cultural, hemos de realizar como salvaguardia y mejora de las condiciones ambientales y estilos de vida saludables.

La Educación para la Salud es un proceso pedagógico que no solo ha de darse en la escuela o centros educativos de cualquier tipo, además es un proceso didáctico en el que todas las personas hemos de implicarnos.

La familia es núcleo educativo primario y fundamental para generar las bases de unos hábitos y actitudes adecuados a un modelo de vida basado en la salud. Los ciudadanos, hemos de ofrecer nuestra actitud y comportamiento como modelos de actuación para las próximas generaciones, o incluso para otras personas que aunque adultas están en vías de ser educadas para la salud.

Los medios de comunicación son instrumentos privilegiados para acceder a la mayoría de la población y ofrecer un modelo cultural de vida saludable, para promover la salud y para educar en los hábitos, normas y actitudes que mejor se adecuan a un desarrollo de la salud.

Pero un análisis de la realidad actual de los medios de comunicación nos presenta un panorama nada alentador, en el que la violencia, los productos dañinos para la salud, el consumismo... son potenciados y presentados como progreso y mejora del nivel de vida, cuando lo realmente cierto es que los procesos que provocan son contaminantes para el medio ambiente, destructivos para la cultura social y dañinos para el desarrollo físico y psíquico de las personas.

Televisión y violencia, publicidad y consumo son caras de la misma moneda. Desde este texto se pretende simplemente mencionarlas, utilizarlas como pistas para la reflexión y el análisis crítico y apoyar el cumplimiento de los instrumentos existentes en la actualidad contra ellas: el código deontológico de protección de los menores frente a los programas televisivos, las recomendaciones de las asociaciones de consumidores, las prescripciones de los organismos internacionales de salud y la razón misma.

Prensa, radio y televisión como medios de comunicación masivos no son en origen ni mejores ni peores que cualquier otro, son simplemente eso, medios, su utilización depende de las personas que piensan detrás de ellos y de la sociedad que asume unos productos, informaciones, etc. que pueden seleccionar y decidir, porque de ello se trata,

*el poder de decisión de las personas a través del ejercicio de la reflexión sobre los mensajes producidos por los medios de comunicación tras un adecuado análisis crítico, es el mecanismo por el cual el futuro de la salud y de su tratamiento por parte de los medios será más acorde con los determinantes de educación o promoción por el que todos debemos luchar.*

*Hay que llegar a ser hombre cultural ¡si no tiene cultura no es hombre!*

**Albert Camus**

Lo rentable es la enfermedad no la promoción y prevención en salud. Por eso no cambia el sistema de salud. Seguirán abarrotadas sus instituciones, a pesar de que construyan más y más hospitales y los llenen de personal médico y

paramédico cuya formación sea eminentemente curativa, reactiva y no propositiva, emprendedora, preventiva, crítica, basada en la investigación científica y comprometida con la sociedad.

El talento de la tratadista española Marina Parés Sóliva, analiza la manipulación de las nuevas tecnologías, Internet y mass media, y hace posible definir y conceptualizar el Acoso o Mobbing Mediático, en los siguientes términos:

### **¿Qué es el acoso mediático?**

Son estrategias empleadas para desacreditar a una persona, organización o producto (agrego país) a través de la maledicencia y del rumor. Es un concepto que se identifica con el Acoso Moral en el trabajo porque los efectos son los mismos, desacreditan, a través de la injuria y la calumnia. ©marinapares2006.

### **Definición de acoso mediático**

"El acoso mediático identifica situaciones en que una persona o un grupo de personas –monopolio, oligopolios, regiones, países- ejercen un conjunto de comportamientos caracterizados por una violencia psicológica, aplicada de forma sistemática durante un tiempo sobre otra persona, regiones o países tendente a provocar el desprestigio de la misma, utilizando para ello cualquier medio de comunicación de masas" Definición de Marina Parés Sóliva, Junio 2005.

Acoso Moral o Mobbing perpetrado con "violencia perversa" en contra del blanco, diana, chivo expiatorio, víctima social y/o acosado/a de turno.

Por estas consideraciones es vital que el Estado garantice Seguridad Jurídica, el derecho humano, constitucional, político, económico y social a NO SER ACOSADO/A MEDIÁTICAMENTE por la "alteridad" o diferencia que un individuo, organización, producto, nación, cultura, país represente para el sistema de homogeneización y/o convivencia entre iguales sin distintos/as. Agrego: es obligación ciudadana percibir, conocer, denunciar y destruir las diferentes formas de acoso moral de manera que efectivizamos nuestros derechos en forma real.

### **Descubrir la realidad**

La realidad como hecho objetivo no es posible conocerla, pero sí nos podemos acercar a ella. La investigación es la clave del acercamiento a la realidad; y las bases de la investigación deben estar en las aulas y en las familias. La creatividad, la curiosidad, el deseo de cambiar las cosas, la búsqueda de información, la capacidad crítica y el debate sereno están en la base de cualquier investigación y del aprendizaje y desarrollo de la misma.

En el espectador de televisión, sobre todo en los más pequeños, se aprecia la dualidad que se crea entre la realidad y la ficción. Se ven seguidamente, sin pausas y sin otras referencias, escenas reales y ficticias, sin que se den explicaciones. Cuando la violencia auténtica está entreverada con la falsa sin

atender a explicaciones, el espectador ignorante, o inocente, o simplemente despistado, tiende a confundir los conceptos, y no discriminar la realidad de la ficción. Sin mirarla televisión comprensivamente, sin reflexionar sobre lo que se ve o sin debatir sobre lo reflexionado, es prácticamente imposible adquirir la suficiente madurez como para interpretar la televisión y aprender con ella.

Para iniciar en la lectura responsable de la televisión, hay que trascender la disociación grave entre la realidad y la ficción, entender que los problemas que se viven en el televisor, sean noticias de enfermedades, hambres o violaciones, o personas que desnudan su alma, su vida y su conciencia en los «reality shows», forman parte de la fachada de una realidad que existe y que es conveniente buscar.

La intensidad con la que se vive el problema de la televisión puede llevar a dos consecuencias radicales: creerlo todo, introduciéndose falsamente en un mundo de esquizofrenia, o pasar por encima de todo, creándose una conciencia angelical de que no sucede nada importante.

Por ello es imprescindible el debate familiar y en las aulas de lo que sucede en la televisión, de lo que se propone como consumo –la publicidad encubierta o no–, de los elementos mercantiles y comerciales y de los intereses de las cadenas, de los informativos, de los programas de entretenimiento, de los «reality shows», etc. Analizar los reportajes y comentarios sobre los problemas del mundo y de las personas, sobre la destrucción del medio ambiente, las supersticiones, etc.; intentar descubrir la realidad de lo que se ve en televisión complementando con otros medios: Internet, libros, consultas, enciclopedias; trascender y superar así la disociación grave entre lo que se ha visto y lo que nos cuentan, maliciosamente por otra parte.

La crisis del hombre común tiene, entre otras causas, el vertiginoso giro del caleidoscopio, a través del cual mira el mundo como si fuera sus anteojos de sol. Un giro de segundos convierte en buenos a los malos de ayer. El pueblo no tiene memoria porque los medios inducen a la amnesia. Esa ha sido y es la desgracia de los países del sur: feriados bancarios, dictadores asesinos, ladrones de corbata, jueces venales, militares y policías corruptos; benefactores falsos salidos de mafias y narcotráfico en maridaje con el poder político y económico.

No solo los hechos, los valores aparecen así de inestables, la vida y la muerte giran en un carrusel, la manipulación y la enajenación se disfrazan de moda; el libertinaje y las luces del escenario, no dejan ver la realidad. En esta cotidiana incerteza, el hombre común sigue buscando estabilidad y quiere saber la verdad. No puede pasar quince días en la angustia de no saber si es bueno o malo el personaje de la semana. Y los medios, gentilmente le ayudan marcando con fuertes sombras a los malos y con luminosos colores y música a los buenos, a los que les conviene. La presencia de los estereotipos de heroínas, víctimas, superhombres y villanos pasan de la telenovela a los noticiarios y a cada espectáculo al que acudimos. Sin embargo la cruda realidad solo se ha encubierto y silenciado, pero sigue existiendo.

### **¿Qué es lo real?**

Lo real es lo que existe en sí mismo, lo que está frente a nosotros, que la realidad es aquella parte del universo que no ha sido mediatizada, presentada fuera de sí o representada; el viento escucho, la persona que veo, los hechos

que presencio. Pero no obstante, tengo fundadas razones para dudar de cuan real es la realidad.

"Un fenómeno, un acontecimiento que no encuentra acogida en los medios de comunicación se transforma en algo vago, cuestionable en su misma existencia, esta es la razón porque la comunicación se constituye en un problema grave, un problema que tiene connotaciones ontológicas".

La parte de la realidad que no está en los medios, que no ha sido vista por el lente de un camarógrafo, pierde realidad y consistencia. Puede incluso llegar a no ser real.

Como contraparte, la realidad medial se constituye por sí y ante el mundo expectante en lo real-real. La mediación del fotógrafo, del editor, de la agencia de noticias, desaparece o, más bien aparece como un cristal transparente. El lector, auditor o espectador, pierde conciencia de la óptica, la ideología y el punto de vista de los dueños de los medios, y el hombre común como cada día, cree a sus propios sentidos. ¡Es verdad -asegura- yo lo vi en la tele! El no puede dudar de sus sentidos (y no tiene conciencia clara de la mediación), y lo que ve es la realidad. No existe otra, a no ser que dude de sí mismo. ¡Todo aquello que no ha sido tocado por el mágico haz de luz de las cámaras no es importante! "es cuestionable en su misma existencia". Simplemente no forma parte de la realidad social. ¡Este es el peligro! Y gran parte de la realidad social es la iniquidad e injusticia, patronos de la violencia.

La comunicación de masas se revela ante la sabiduría como una estratagema de tapujos embozados de "información" similar a los que afirmaba el escritor

británico Gilbert Keith Chesterton: A algunos hombres los disfraces no los disfrazan, sino los revelan. Cada uno se disfraza de aquello que es por dentro.

*El regalo más grande que le puedes dar  
a los demás es el ejemplo de tu propia vida.*

**Bertolt Brecht**

## Bibliografía

Aguaded, J. I. (1993): *Comunicación Audiovisual en una enseñanza renovada*. Propuestas desde los medios. Huelva, Gr. Ped. Andaluz \*Prensa y Educación+.

Busquets, M. D. y LEAL, A. (1993): "La Educación para la Salud", en Varios: Los Temas Transversales. Claves de la Formación Integral. Madrid, Santillana.

Fandos, M. (1995): *Juega con la imagen. Imagina juegos*. Huelva, Grupo Pedagógico Andaluz

\*Prensa y Educación+.

Feria, A. (1994): *Unidades didácticas de prensa en Educación Primaria*. Huelva, Grupo

Pedagógico Andaluz \*Prensa y Educación+.

Feria, A. (1995): "Educación en valores y medios de comunicación". Comunicar, 4, 52-56.

Ferrés, J. (1994): *Televisión y Educación*. Barcelona, Paidós.

Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía (1990): *Diseño Curricular de Educación Primaria* (Volumen II). Ámbito de Educación para la Salud. Sevilla, Consejería de Educación y Ciencia, Junta de Andalucía.

Martínez, E. (1994): *El periódico en la educación de las personas adultas*.  
Huelva, Gr. Ped. Andaluz \*Prensa y Educación+

Morón Marchena, J. A. (1995): “La educación para la salud en el ámbito comunitario”.

<http://tecnologiaedu.us.es/revistaslibros/feria5.html> 15/06/2002

## **Acoso moral**

### **Cualquier parecido: ¡es la realidad!**

*El que ve un crimen, una injusticia,  
una inmoralidad y no hace nada, es un cómplice.*

**José Martí**

Una forma de dominación imperial subliminal es el acoso moral que aplica violencia –psíquica o física– en pequeñas dosis a través de sus medios, tratados de libre comercio o deudas a países emergentes o que no se “alinean” a sus “democracias”–como el acoso a Cuba, por ejemplo- con la intención de desestabilizarlo y que su población dude de su autonomía y capacidad de desarrollo, para que dependa inveteradamente del explotador. Igual situación se aplica a nivel de pareja, familia, trabajo, instituciones educativas y otras organizaciones sociales; un individuo o grupo de individuos aplica violencia –psíquica o física– en pequeñas dosis a otro individuo con la intención de desestabilizarlo y hacerlo dudar de sus propios pensamientos y afectos. De esta forma se arrebató al otro su identidad, se aliena a personas, pueblos, países. El objetivo de esta conducta es paralizar a la víctima para evitar que surja el conflicto, para que no pueda pensar ni comprender, mantenerla a disposición del agresor mientras sea útil y adoctrinarla.

El proceso pretende pervertir moralmente a la víctima y destruirla lentamente para conseguir un crimen perfecto, se elimina a la víctima por inducción al suicidio o violencia física o se la somete a un estado permanente de indefensión.

Llamamos a esta conducta “acoso moral” y la definimos como toda conducta abusiva–verbal o no verbal– que atenta por su frecuencia y repetición contra la dignidad o integridad psíquica o física de una persona. ¿Nos han acostumbrado a vivir en acoso permanente? ¡Ésta ha sido la forma de vida impuesta a nuestra sociedad! Se demuestra en el sistema de justicia venal, en la violación de derechos en cuarteles, instituciones educativas, en las argollas y mafias enquistadas en las instituciones públicas y privadas, en los caciques locales y dirigentes deportivos, en el desempleo como medio de chantaje, en el matriarcado o patriarcado, en las sectas dogmáticas y fanáticas donde se dice que “no es prohibido pero es deseable”; en la “viveza criolla”; el machismo y violencia intrafamiliar. Por citar pocos ejemplos.

Se dice que la enfermedad mental es la enfermedad del siglo XXI. Médicos, psiquiatras y psicólogos sospechan que detrás de los casos de ansiedad severa y detrás de cada caso de depresión exógena en la que no está presente el duelo por un familiar directo, hay un caso de hostigamiento psicológico prolongado o acoso moral. Los casos de depresión y suicidio han aumentado de forma espectacular en los últimos años. En este siglo la esclavitud adopta forma de psicoterror, el acosador moral es el amo. Por lo tanto: ignorancia, miedo, superstición y estupidez son convenientes a los intereses de los poderes espurios.

Para que exista violencia son necesarios al menos dos individuos, ninguna violencia es estrictamente individual, el suicidio tampoco lo es. La violencia surge siempre de la alteridad -considerando y teniendo en cuenta el punto de vista, la concepción del mundo, los intereses, la ideología del otro; y no dando por supuesto que la "de uno" es la única posible-. Concretamente surge de la negación de esa alteridad, de una diferencia que no se tolera. En el caso de violencia simétrica ambos contendientes aceptan la confrontación. En el acoso moral la violencia es asimétrica, el que pone en práctica la violencia se define a sí mismo como superior al otro que sufre su violencia, el otro no tiene derecho a quejarse, es la "violencia castigo". Las etapas por las que se pretende aplastar a una persona para luego destruirla son iguales en todos los ambientes. El psicoterror es una tortura psicológica en la que se suministra la violencia en dosis pequeñas a la vez que se paraliza a la víctima con diversos procedimientos—similares a los que se utilizan en un lavado de cerebro— para que no pueda defenderse. De esta manera un individuo o grupo de individuos ejercen su poder sobre otro individuo sin que pueda defenderse. Es una violencia "limpia", no hay huellas, los testigos no ven nada. El fin de esta violencia no es destruir al otro inmediatamente, sino someterlo poco a poco manteniéndolo a su disposición para poder utilizarlo. La destrucción del otro debe ser lenta para conseguir un crimen perfecto: no es el agresor el que mata, es el otro quien se mata, desvaloriza y somete. El suicidio del otro es el mayor triunfo del acosador moral, es exactamente lo que quiere, en extremo. Por otro lado, generar un estado de indefensión en la pareja, en el obrero, el estudiante, el colega, el amigo, el amante, el jugador, etc., tiene como objetivo manipularlo a su interés.

Dar una definición de acoso moral es difícil, podríamos decir que se considera acoso moral a toda conducta abusiva consciente y premeditada que atenta, por su repetición o sistematización, contra la dignidad o la integridad psíquica o física de una persona, comunidad, país o región.

No en todos los trabajos de investigación sobre este problema se utiliza el término “acoso moral”, hay autores que prefieren hablar de acoso o maltrato psicológico, y en los trabajos de investigación de habla inglesa se suelen usar los términos “mobbing” y “bullying”. Usar el término “mobbing” para referirse a los hostigamientos o persecuciones que tienen lugar en el trabajo, es una violencia que se desprende o encubre por una organización o institución y se realiza contra uno varios individuos. El término “mobbing” incluye la violencia física en su definición.

El término “acoso moral” fue utilizado por primera vez por Marie-France Hirigoy en Francia en 1998 – El acoso moral. El maltrato psicológico en la vida cotidiana – y se refiere a agresiones más sutiles y difíciles de advertir y probar sea cual sea su procedencia (individuo, grupo o institución) y en cualquier ámbito humano (pareja, familia, trabajo, sociedad, relaciones internacionales).

El acoso moral en el trabajo tiene como objetivo intimidar, reducir, amedrentar y consumir emocional e intelectualmente a la víctima para eliminarla de la organización sin costes económicos. La decisión de acosar a la víctima puede partir de la organización o puede derivarse de la necesidad de agredir, controlar y destruir por medio de un individuo con tendencias psicopáticas –capataces, tiranos, supermachos, “jefes de personal”- En el caso de organizaciones o empresas que promueven y recompensan el mobbing se

suele hablar de “bossing”. El acoso suele comenzar con una actitud consciente de ir a por la víctima y con la intención de utilizar contra ella violencia psicológica, rara vez violencia física o sexual. Se busca premeditadamente una violencia sin huella, lo único que se ve en el proceso es el progresivo deterioro físico y psíquico de la víctima, que es maliciosamente atribuido a su mal carácter, su incompetencia, su mala salud, etc. En ocasiones, el acosador moral es un superior jerárquico, durante el proceso de acoso se suelen agregar colaboradores al linchamiento moral de la víctima, ya sea por corrupción–seducción– o por coacción directa del acosador moral. “Mob” (mobbing) significa mafia, en estos casos se suele hablar de “gang” o banda de acosadores.

No en todos los casos de acoso moral hay colaboradores, si el acoso es en la pareja los colaboradores se dan en raras ocasiones y suelen ser familiares de cualquiera de los dos cónyuges seducidos por el acosador moral. En el trabajo suele haberlos, y entonces el proceso es más duro y puede terminar en violencia física menor con facilidad, la violencia física llega a mayores, si, en momentos de calor, alguien pierde el control. El trato vejatorio y humillante tiene como objetivo acabar con el equilibrio y resistencia psicológica del otro, provocando su desgaste físico y emocional. El objetivo es que el trabajador abandone su puesto y esto se consigue aumentando el hostigamiento hasta límites insostenibles para la víctima –multas, cambios frecuentes de actividad y horarios, malas calificaciones, etc.-

El acoso moral se produce en todos los ámbitos humanos: la pareja, la familia, la escuela, la universidad, la empresa. El acoso moral es un problema complejo y sutil que hay que aprender a identificarlo y denunciarlo.

El acosador es un depredador moral que plantea su relación con los demás como un juego mortal, una partida de ajedrez en la que él mueve las piezas de los dos jugadores, lo primero que hace es atar las manos del otro jugador. Es una batalla desigual y asimétrica desde su inicio porque el otro no sabe que le han declarado la guerra. El acosador moral juega con ventaja, él sabe que está en guerra, se la ha declarado secretamente al otro. Si la víctima supiera identificar que se le está declarando la guerra desde el principio, la batalla no sería tan desigual, no se plantearía en los mismos términos. Una de las cosas que caracteriza al psicópata es su cobardía. Las variaciones del proceso dependerán de la magnitud de la asimetría moral del acosador y del acosado y de sus respectivas experiencias previas. El acosador suele ir perfeccionando su técnica con cada una de sus víctimas (acosa en serie y de forma múltiple), un acosador experimentado no comete errores, usa colaboradores para el trabajo sucio, no deja pruebas, es brutal y seguro en sus actuaciones, no duda. ¡Es una mafia enquistada en organizaciones sociales, públicas y privadas!.

El acosador moral es un muerto en vida que necesita la imagen de buena persona que los demás tienen de él para sobrevivir, en su obsesión por mantener esta imagen se enmascara, se lava las manos, evita manchar sus manos de sangre y echa su responsabilidad a otros. Necesita colaboradores, una banda: la mafia. Por estas razones es importante conocer su perfil y el de la víctima como el proceso de acoso y consecuencias para entender este sutil problema social. Recomendamos realizar una lectura del tema. ¡Nuestra obligación: identificarlas, denunciarlas y destruirlas para bien de la sociedad!

## **Acoso moral y discriminación**

El acoso moral es una conducta discriminatoria, es una agresión a la diferencia que tiene el otro. Se discrimina la diferencia en todas sus manifestaciones, físicas y psíquicas. La conducta discriminatoria se suele disimular porque está prohibida por la ley. Especialmente en países mestizos como el nuestro, donde la mayoría se creen blancos, y hacen honor a apellidos extranjeros y linaje; o, grupos de élites sectarias que consideran a los “otros” ignorantes, la “chusma” los “longos”; “indios”, “cholos”. Que ocupan cargos públicos o privados de relevancia por abolengo, por el apellido, porque las mafias inciden en su nombramiento. Leymann observó que los disminuidos físicos sufrían acoso moral cinco veces más que los compañeros de trabajo no discapacitados. La conducta discriminatoria se suele disimular en todos los ámbitos sociales con conductas de agresión psíquica a personas que pertenecen a grupos marginales y a minorías: raza, enfermedad, orientación sexual, religión, creencias políticas, etc. Este tipo de acoso moral pretende disuadir al otro para que abandone la empresa o grupo social en el que hasta entonces estaba integrado, sin que pueda probarse la existencia de conducta discriminatoria o parezca delictivo. La xenofobia funciona de un modo muy parecido a la descripción que hizo Lorenz de la conducta de acoso entre los animales: si el clan –mafia, argolla- se siente amenazado desde el interior o el exterior, el miedo aumenta y el grupo se comporta de un modo cada vez más agresivo hacia los extraños de dentro y fuera del clan. Desde el interior del clan la mayoría del grupo persigue al miembro que tiene algún rasgo extraño o diferente; desde el exterior el clan se alía contra un intruso. Lorenz incluso describe como algunos animales mueren de miedo nada más iniciarse el ataque contra ellos.

## ¿Masoquismo?

Hirigoyen ha revolucionado la psiquiatría y el psicoanálisis. Hirigoyen define la personalidad “perversa narcisista” (1998) que consiste en el establecimiento de un funcionamiento perverso en el seno de una personalidad narcisista.

Identifica al perverso narcisista como a alguien que repite continuamente su comportamiento destructivo en el trabajo, la familia, la pareja, la sociedad como un asesino en serie. Hasta entonces este tipo de personalidad no aparecía reflejada en ningún manual de psiquiatría como trastorno, aunque sí que se había identificado la conducta y se la consideraba una desviación del narcisismo, personalidad sociopática agresiva, psicóticos asintomáticos –sin delirio– o psicópatas, pero nadie se atrevía a nombrarla perversión de una violencia que no se ve. La víctima no es libre en este proceso, está paralizada por la agresión psíquica que ha recibido. Es una agresión, no un consentimiento. Sin embargo, permiten y justifican el acoso en la mayoría de casos por la dependencia física, emocional y económica del o los acosadores.

Me ha impresionado escuchar de algunos padecientes:

-¿Por qué no me cambia la fecha de mi operación? Ya que mi jefa me dijo que debo operarme cuando salga a vacaciones, sino, me despide. Y. Yo. ¡Necesito el trabajo!

-Quiero operarme por laparoscopia el sábado ya que debo integrarme al trabajo el lunes. Soy el ejemplo de los trabajadores. ¡Soy la supervisora!

-¡Aunque pegue, aunque mate: marido es!

-Ya me he acostumbrado a que mi marido llegue a las ocho de la noche. Cansado. Que le sirva la merienda. Se baña, ve televisión y se duerme. El sábado se pasa jugando con los amigos; ¡desestresándose! ¿Qué puedo hacer?

-Vago mismo eres- ¡No tienes cerebro! ¡En vano gastar plata en estudios!

### **Acoso moral y acoso sexual**

La mayoría de los expertos consideran que son dos cosas radicalmente diferentes.

Pero el acoso sexual se puede usar como instrumento para el acoso moral, puede ser un paso más del acoso moral. En los casos de acoso sexual puro en los que se pretende obtener favores sexuales reales y los casos de chantaje sexual con amenaza explícita de despido, el fin es conseguir favores sexuales y el acoso es el medio. Se han identificado hasta seis tipos distintos de acosador sexual que se corresponden con seis formas distintas de acoso sexual. Son los casos en los que no se pretende obtener placer sexual, sino que la sexualidad es utilizada como instrumento para controlar, humillar, intimidar y degradar al otro. En estos casos el fin es el acoso moral y la sexualidad un instrumento. El acoso sexual puro y el chantaje sexual no suelen darse en casos de acoso moral, los tipos de acoso sexual que si suelen estar presentes son el acoso de género y el acoso sexual ambiental. El acosador moral persigue controlar, degradar y humillar al otro en su totalidad, a la persona entera, no tiene un interés sexual por la víctima, pero no hay nada más íntimo que la sexualidad y nada más humillante que el ataque a la intimidad sexual. En el acoso moral suelen estar presentes las observaciones y comportamientos

sexistas y las bromas de contenido erótico, sexual o pornográfico con la intención de crear un clima humillante, intimidatorio y hostil que afecte a la estabilidad psíquica de la víctima. Pero se usan este tipo de comportamientos en la medida en que el acosador nota que molestan a su víctima y con independencia del género del acosador y de la víctima. Las mujeres que acosan moralmente a otras mujeres también usan este tipo de arma. Al perverso narcisista le gusta la corrupción, corromper y entre sus colaboradores preferidos están el paranoico, el machista y el acosador sexual.

Desde una perspectiva jurídica, el acoso moral resulta reprochable per sé al suponer siempre un atentado a los derechos fundamentales del hombre, con independencia de los daños que eventualmente origine.

## Bibliografía

Garrido, Vicente, *El psicópata*, Algar, Valencia 2000.

González de Rivera, José Luis, *El maltrato psicológico*, Espasa Calpe, Madrid 2002.

Hirigoyen, Marie-France, *El acoso moral. El maltrato psicológico en la vida cotidiana*, Paidós, Barcelona 1999.

Hirigoyen, Marie-France, *El acoso moral en el trabajo. Distinguir lo verdadero de lo falso*, Paidós, Barcelona 2001.

Leymann, Heinz, *Moobing. La persécution au travail*, Seuil, Paris 1996.

Leymann, Heinz y Gustafsson, Annalie, *Moobing and work and the development of post-traumatic stress disorders*, en *European Journal of work and organizational psychology*, 1996, pp. 251-275.

Lorenz, Konrad, *Consideraciones sobre las conductas animal y humana*, Planeta-De Agostini, Barcelona 1976.

Piñuel y Zabala, Iñaki, *Moobing. Cómo sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo*, Sal Terrae, Santander 2001.

Rodríguez, Nora, *Moobing. Vencer el acoso moral*, Planeta prácticos, Barcelona, 2002.

## **Síndrome de indefensión aprendida (sia) o de desesperanza inducida**

*Al que no sabe cualquiera lo engaña,*

*al que no tiene cualquiera le compra*

**Simón Rodríguez**

Ignorancia y pobreza. Formas de vida, necesarias para mantener la explotación del ser humano en todas sus formas. Los dos males, generan dependencia inducida con el objetivo de manipular a estos grandes grupos humanos en estado de indefensión.

*“La ignorancia causa indefensión”*

### **Sociedad, percepción de inseguridad e indefensión**

Un creciente sentimiento de inseguridad, indefensión y riesgo afecta hoy a la mayoría de la población. La vulnerabilidad social se refleja en la incertidumbre por el futuro. Si no se realizan cambios radicales seguirá siendo la característica de la sociedad latinoamericana del siglo XXI.

La precariedad del mercado laboral, ilustrada por los mayores porcentajes de empleo no permanente, sin contrato y sin seguridad social, trae consigo la

inestabilidad de los ingresos familiares, que se traduce en entradas y salidas de la pobreza, con los costos sociales adicionales que ello supone. La falta de empleo o su mala calidad es el vínculo más claro entre vulnerabilidad y pobreza, debido a que los ingresos del trabajo son la principal fuente para la subsistencia de los hogares en los estratos medios y bajos. Es consecuencia de la crisis financiera y gasto militar de los países desarrollados y dependencia e iniciativa de los subdesarrollados.

En Ecuador, antes de la eliminación de la tercerización, veíamos con rabia e indignación a nuestras pobres mujeres hacer cola al pie de las fábricas para que les contraten tres meses, luego de los cuales pasaban a la desocupación, tres meses y así rotaban todos los años recibiendo un sueldo miserable y obligadas a trabajar 10 a 12 horas hasta el viernes, y los sábados debían acudir a trabajar por “horas extras” con el pago de 50 centavos la hora. En mi consultorio expresaban: “es que paso parada en el frío todo el día limpiando pescado, por eso me duelen los riñones, se hinchan las piernas y se me pelan las manos, ¿Qué será que me pasa?”. Les respondía: ¡Es el exceso de trabajo! ¡Descanse el sábado!. Argumentaban: “¡Qué hay que hacer! Además, para la tontera que pagan, si no voy el sábado me botan del trabajo, pero yo quiero estar con mi familia!”. Algo ha cambiado a fuerza de ley pero la avaricia es más fuerte; seguro mantienen el mismo esquema pero solapado: acoso moral. La necesidad genera indefensión. Cuántos millones de personas en el mundo se resignan al “Qué hay que Hacer” Lo mismo pasa con la violencia, inseguridad, explotación en todas sus formas, estafa en el peso y precio, transporte, servicios públicos y privados, etc. ¡Qué hay que hacer, pues! En este contexto, aumenta la sensación de inseguridad e indefensión.

Esta reacción también puede estar provocada por situaciones de malos tratos, violencia o experiencias emocionales traumáticas, donde han sido afectados severamente los sentimientos; al sentirse acorralado, uno se auto culpa y justifica su impotencia, permitiéndole que su agresor le siga dominando – situaciones muy frecuentes en la familia, trabajo, instituciones educativas, organizaciones sociales públicas y privadas: donde la “troncha”, la “argolla” el caciquismo criollo y las mafias dominan a los demás-.

Como resultado, ahora los gobiernos enfrentan mayores demandas por reducir esta vulnerabilidad, lo que se aprecia en la lucha de los sectores más afectados por las crisis para establecer nuevas políticas económicas y sociales. Existe presión social en Latinoamérica. Eso es bueno, sin embargo no existe compromiso para superar la pobreza ni cultura política. Se porfía en el modelo de salud eminentemente curativa, muy poco preventiva; se habla de corrupción pero sigue la impunidad; educación superior tradicional masificada que arroja a miles de jóvenes a la desocupación, es una ironía que provincias con 4 a 6 universidades no dispongan carreras de alto nivel técnico y profesional, razón por la cual, solo aquellos ciudadanos que disponen de recursos acuden a las capitales o al exterior a buscar carreras acordes con el “primer mundo” ¿Cuántos mundos hay?

Para reducir la pobreza y al mismo tiempo la vulnerabilidad social, la CEPAL recomienda recuperar algún grado de universalidad en las políticas sociales. Estas deben ampliar su cobertura y lograr más eficiencia, lo que implica reincorporar como grupos objetivo de las políticas públicas a estratos populares y medios descuidados por una excesiva focalización y hoy bastante indefensos frente a las frecuentes recesiones económicas. Pero no cambian los paradigmas; se mantiene el modelo tradicional de iniquidad de la que América

Latina es líder. No puedo aceptar que los nuevos paradigmas políticos propongan: “ser más buenos con los pobres” lo que constituye un engaño y una bomba de tiempo.

Si bien el progreso, ha beneficiado solo al 20% de la población mundial la gran mayoría vive en estado de pobreza material, afectiva y axiológica – análisis de los valores positivos como negativos- sometidos, a nuevos tipos de manipulación, marginación y explotación.

*El hombre no es ignorante porque es pobre, sino lo contrario*

**Simón Rodríguez**

Además de los factores sociales mencionados, ciertas manifestaciones religiosas contribuyen a mantener, el estado de indefensión:

“El Niño Jesús viene para encender en la sucesión de los tiempos la llama pura de amor que un día ardió en el Portal de Belén. Todos los niños del mundo están de enhorabuena; y los niños pobres muy especialmente, porque el divino Niño no trajo ni una piedra donde reclinar la cabeza. Él ha querido prescindir de todas las cosas para que, siendo completamente pobre y desvalido, la redención humana comience con el sacrificio de la renunciación”.

¡Qué pobrecito viene el Niño! ¿Por qué vendrá tan pobre? Debe ser porque los pobres están más cerca de Dios que nadie. La gloria es la suprema riqueza, pero hay que ganarla inmolando la soberbia, la pasión mala y el pecado en la

humildad y en la pobreza. Pobreza de corazón, de espíritu, de deseo o de realidad. Por eso los pobres son los preferidos, y dentro de estos, los niños, porque el que va a venir viene niño, débil, inocente, con lágrimas, con frío, con dolores humanos. Hay que vivir con el pobre, más cerca del pobre y más para el pobre. Únicamente así agradaremos a Dios y habrá paz en el mundo.

"El niño pobre es el único ser en el mundo absolutamente adorable. La pobreza de nuestros niños nos obliga a una pedagogía complicada con la necesidad de dar a las criaturas pan y corazón; ropa para que se abriguen sus cuerpos, besos para que se abriguen sus penas y mucha intimidad cariñosa".

Es decir; ¡aceptar la pobreza y renunciar a vivir dignamente! Resultado: millones de niños en el mundo desnutridos y muriendo de hambre. Qué retórica convincente para miedosos e indefensos, que la aceptan piadosamente; dan y reciben caridad para estar en paz. Pero no proponen cambios radicales, para erradicar pobreza, iniquidad e injusticia y alcanzar bienestar común.

### **Orígenes del Síndrome de Indefensión aprendida (SIA)**

La Indefensión aprendida fue postulada por el psicólogo Martin Seligman.

La Indefensión aprendida o adquirida, es una condición psicológica en la que un sujeto aprende a creer que está indefenso, que no tiene ningún control sobre la situación en la que se encuentra y que cualquier cosa que haga es inútil. Acepta su aciaga vida con resignación y condescendencia al tirano. Afecta a personas que se sienten desamparadas e incapaces de lograr sus metas vitales.

Como resultado, la persona permanece pasiva frente a una situación aversiva o dañina, incluso cuando dispone de la posibilidad real de cambiar estas circunstancias.

Una persona debe ser capaz de caminar fuera de una relación abusiva, por ejemplo, o dejar voluntariamente un trabajo estresante que definitivamente afecta su salud personal, familiar y social. La indefensión aprendida, sin embargo, puede hacer que una persona se sienta completamente impotente para cambiar su situación y mejorar, dando como resultado, a menudo, depresión grave y extremadamente baja autoestima.

Indefensión aprendida puede ser vista como un mecanismo de supervivencia que algunas personas emplean para sobrevivir en circunstancias difíciles o abusivas. Un servicio público o privado que genera corrupción y malestar social –especialmente servicios básicos- justicia venal, acoso sexual y laboral, un trabajo estresante, opresivo y mal pagado, la subordinación ante el autoritarismo militar irracional: ¡primero cumpla el castigo y después reclame!; un niño o conyugue maltratados, etc. pueden llegar a aprender a permanecer pasivos y obedientes a manos de sus abusadores, ya que los esfuerzos para luchar o escapar parecen inútiles. Incluso si la oportunidad de reportar el abuso o escapar surge, muchas víctimas de abuso a largo plazo optan por permanecer en la relación debido a la indefensión aprendida, pero sobre todo ante la necesidad por ser dependientes en todos los aspectos de su vida.

Algunos expertos sugieren que la indefensión aprendida puede ser transmitida a través de la observación, como en el caso de una niña mirando a su madre obedecer, pasivamente, las órdenes de su marido. La hija puede empezar a

asociar a la pasividad y baja autoestima con las exigencias "normales" de la vida conyugal, que conduce a la perpetuación del ciclo de la indefensión aprendida. ¡Es terrible!, se convierte en un círculo vicioso que repiten, en forma perfecta, los hijos. Así afecta al núcleo familiar.

Igual actitud se presenta en el ambiente laboral, militar, religioso y social; en instituciones públicas y privadas. Se soporta la violencia por necesidad de mantener el empleo: se genera una rabia contenida que impide reclamar derechos e inconscientemente explotan en su hogar con los más débiles, y con el tiempo se adaptan y transforman en aburridos, improductivos –burócratas indiferentes- como respuesta a su estado de indefensión. Cuando la corrupción impera, la indefensión predispone al pago de coimas, cohechos en instituciones públicas y privadas. ¡Una lacra!

Por otro lado, si año tras año no consigue sus metas –económicas, afectivas, sociales, de salud- y ya no tiene emoción alguna por intentarlo porque considera que sus estrategias no funcionan o que va a fracasar otra vez, ¡cuidado! Puede que presente el síndrome de desesperanza o indefensión aprendida en una sociedad de incertidumbre y sin planificación. No dependa exclusivamente del Estado o la empresa privada, tenga alternativas reales: sea creativo, autónomo, independiente.

Este estado hace que se derrumben los sueños, se vive en la creencia de que es imposible que las cosas cambien, se resuelvan o mejoren. Es la idea de que no hay nada que hacer, ni ahora ni nunca, lo que conlleva una resignación forzada y el abandono del cambio. A mantener este estado contribuyen las creencias sadomasoquistas de resignación ante la desgracia porque su destino está determinado por algo sobrenatural –pensamiento mágico religioso -

El desconocimiento de la complejidad en el tema, muchas veces impide comprender qué ocurre en la mente de aquellos sometidos a violencia recurrente como es el caso de nuestros países.

Los expertos refieren este síndrome como una "adaptación psicológica", una salida posible que encontraron las víctimas para procesar tanto dolor: Pero es negativo para el desarrollo integral humano.

Cuando se ha sufrido machismo y violencia - en todas sus manifestaciones - ciertas situaciones se presentan como "sin salida" y antes de intentar cualquier acción para revertirla, se asumen como tal, en pleno convencimiento de que nada ya puede hacerse para mejorar dicha realidad, que no hay otra salida. Si en el 80% de hogares latinoamericanos hay violencia, entonces se convierte en un problema social y de salud pública que hay que entender, denunciar, tratar y prevenir.

*“El más perfecto estado de la indefensión es aquel que conlleva la renuncia al intento mismo del cambio”*

### **¿Cómo se adquiere el síndrome de indefensión adquirida?**

Cuando las personas, sobre todo en etapas tempranas de su vida, se han visto atrapadas en situaciones altamente aversivas o desagradables, ante las cuales no podían reaccionar ni huir (como es el caso de los niños cuya familia se vuelve disfuncional, perdiendo a uno o a los dos padres o viven en sociedades de tiranos, dictaduras, sectas, corrompidas) aprenden a sentirse desamparadas.

A partir de ese momento, se quedan paralizadas ante las situaciones difíciles, ya que han aprendido a mostrarse indefensas y creen que no podrán reaccionar de una forma satisfactoria. Así crecen y se amoldan a la sociedad: Ya no reclaman por mejores servicios, no denuncian la violencia, abuso de autoridad y corrupción; se adaptan cómodamente, reciben y dan coimas.

Se alimenta la represión por la educación que hombres y mujeres reciben desde casa, que marca la diferencia en la forma de cómo unos y otras aprenden a proyectarse ante una misma situación. Es un hecho que, circunstancias de la vida, deben ser afrontadas bajo las mismas normas familiares y sociales, independientemente del sexo al que se pertenecen. Es decir, un raspón, una caída, o un machucón de dedos, no son situaciones en las que, el dolor y el llanto fueran sentimientos exclusivos de la mujer. Y es que frases como: los hombres no lloran, aguántate porque eres macho, o lloras como una niña; solo demuestran que al hombre se le enseña desde niño a reprimir sus sentimientos y emociones, pues estos representan debilidades femeninas, pero no se toma en cuenta que, como seres humanos, indistintamente del sexo, una herida en la piel o una caída duelen igual. Otras frases que estimulan resignación: ¡La cocina es para mujeres! De grande voy a ser ama de casa, barrer, planchar, cocinar! ¡La mujer es para la casa, no para trabajar! ¡Ya estoy casada qué más da, tengo que resignarme! ¡Dios ha querido así; es mi destino!, de las muchas que se escuchan día a día.

En el patio de recreo, si no es que ya en casa, los niños aprenden a tragarse el llanto y a no mostrar miedo. Su rostro, al principio tan expresivo como el de las niñas, se vuelve más frío entre los seis y los doce años. No nos percatamos que ese distintivo, marcará al hombre que será después para el resto de su vida, en su autoestima y la forma en cómo se relacionará con los demás;

incluso cuando llegue el momento de formar una pareja, una empresa, un trabajo. Las mujeres, excluidas desde la infancia del sistema privilegiado para hombres serán eternas amas de casa a pesar de ser profesionales “liberadas”.

*El hombre sabe que su papel es proteger a su familia, arreglar lo que se descompone.*

*Cuando se siente incapaz de cumplirlo, prefiere callar y encerrarse en sí mismo*

**Mark Goulston**

### **Depresión e indefensión aprendida no son lo mismo**

La teoría de la indefensión aprendida ha sido utilizada para explicar cómo funciona la depresión: cuando una persona está deprimida, percibe la realidad en la que vive como dolorosa, y no alcanza a ver soluciones ni salidas. El sentirse mal y no poder hacer nada para cambiarlo son sus constantes. Llegar a ese nivel de impotencia da como resultado vivir en un estado de malestar nefasto: vivir sufriendo; estado de indefensión; o simplemente mala calidad de vida –malestar social-.

El experto en psicología positiva Martin Seligman afirma que cuando los organismos son sometidos a situaciones de incontabilidad, muestran una serie de deficiencias de respuestas exitosas. Según Seligman, cuando se viven consecuencias traumáticas para el organismo, la indefensión y la depresión reactiva son similares en cuanto a que producen síntomas similares: disminuyen el nivel de respuesta del sujeto, provocan expectativas negativas, reducen la libido y el apetito, padecen trastornos digestivos, etc. Sin embargo,

son diferentes en cuanto a su origen. La indefensión se origina en la imposibilidad de reaccionar a una experiencia nociva –aversiva- que recuerda a las experiencias traumáticas del pasado, mientras que la depresión reactiva se origina en situaciones del presente, como el fracaso escolar, problemas afectivos, económicos, etc. Los dos problemas van de la mano y forman un círculo vicioso.

Abramos los ojos: la indefensión produce enfermedades que se tratan de curar con medicina y productos milagrosos. Lo que debe hacerse es tratar las causas y corregir los efectos indeseables.

### **Cómo son las personas que se sienten indefensas**

Presentan las siguientes características:

- Creen que su estado es resultado del destino, que su benefactor – agresor es indispensable para seguir viviendo.
- Baja autoestima.
- Tienen sentimientos encontrados; aunque odian ser agredidas, también piensan que se lo merecen porque se consideran la causa del problema.
- Viven en la culpabilidad.
- Se consideran fracasadas.
- Padecen temor e incluso pánico ante cualquier tipo de cambio.

- No tienen control sobre su vida.
- Desean que haya una solución mágica para sus problemas – productos mágico religiosos-
- Creen que no merecen ayuda ni hay quien pueda o quiera ayudarlas.
- Creen en la superioridad absoluta de su agresor.

La indefensión aprendida es un estado en el cual se aprende que ante sucesivos fracasos ¡Haga lo que haga no voy a conseguir el objetivo! Esta indefensión aprendida es un caldo de cultivo ya que acoge toda una serie de calificativos y sentimientos negativos en el niño (que es quien lo aprende y arrastra en su vida), como miedo, tristeza, inseguridad, etc. Este aprendizaje si perdura provoca a la larga depresión y desarrolla enfermedades. Más aún en nuestros países con altas tasas de desempleo y oportunidades, en donde hasta junio del 2008 el 50.46% de la población nacional urbano-rural del Ecuador, según ingreso, era pobre: 34.97% - vive con menos de dos dólares diarios- y 15.49% pobreza extrema -vive con menos de un dólar diario, y el 4,3 % vive en condiciones infrahumanas, en indigencia – En Latinoamérica: 180 millones de pobres y más de 70 millones de indigentes.

El desamparo aprendido, es la reacción a darse por vencido ante un hecho, no asumir responsabilidad alguna, no responder. Como consecuencia de tener la creencia de que cualquier cosa que hagamos en el presente o el futuro carecerá de importancia. Es un estado muy bueno para mantener “dormidos”, sin

capacidad de reacción o respuesta de la muchedumbre menesterosa. Por eso se inventó el día del niño, de la madre, del padre, navidad, año nuevo. Para domeñar y aligerar la cruz impuesta. ¡Consoladores paliativos comerciales!

El hecho de carecer de contacto con los padres por migración, fallecimiento, divorcio o abandono nos hace propensos a la depresión. Así como una educación emocional fría por falta de atender nuestras necesidades emocionales debido a que los padres trabajan, inclusive “horas extras” para “garantizar el futuro de sus hijos” o existe violencia intrafamiliar, laboral, educativa y social.

Un hecho importante es que una educación con carencias de este tipo hace que las personas, sean más propensas a la depresión en su vida posterior. Además se ha comprobado que los depresivos recuerdan con más probabilidad una educación basada en un control insensible. Miguel de Unamuno dijo: “para educar basta las transparencias de nuestras vida, sencillas, claras” Por lo tanto la transparencia implica amor, ética, empatía, solidaridad, generosidad, ejemplo de vida.

En cuanto a factores externos que desencadenan indefensión son por ejemplo el haber sufrido abuso tanto físico como sexual, problemas en el hogar, padres que usen la vergüenza como medio educativo, padres que favorezcan claramente a otros hermanos, una relación sin recompensas emocionales o que haya conflictivo de pareja –el 60%-, un divorcio con mucha tensión, un entorno laboral poco gratificante o estresante, largo periodo de desempleo, soledad, etc.

Los pensamientos negativos nos hacen pesimistas y se generalizan a todo el entorno de la vida. De esa persona: se tiene tendencia a asumir la responsabilidad por lo que no ha ido bien, se cree que las cosas negativas dominan su existencia y piensa que nunca mejorarán.

La pauta pasiva de conducta se basa en reaccionar a los contratiempos, o bien inmovilizándose, renunciando a resolver los problemas, huyendo de ellos.

Existen también otros rasgos de la personalidad que aumentan el riesgo de padecer una indefensión. Estos son una baja autoestima, autoestima inestable, alto grado de dependencia emocional hacia otras personas y falta de confianza en otras personas.

Sorpréndase: Indefensión y depresión están enmascaradas en la mayoría de enfermedades orgánicas con tendencia a la cronicidad –trastornos digestivos, sexuales, alimenticios, fibromialgia, fatiga crónica, cerebro quemado, alergias, rinitis, asma, etc. Que son tratados por medio de los remedios milagrosos que hemos descrito.

Todos tenemos etapas de depresión, la mayoría pasajeras, pero, de acuerdo al conocimiento, actitud y grado de conflicto no resuelto se transforman en estilos de vida permanentes, sutiles y enmascarados por enfermedades emocionales que predisponen a reales enfermedades orgánicas crónicas producto de una mala calidad de vida y fácilmente manipulables por los maltratadores, acosadores y la medicina comercial alopática y alternativa.

Una indefensión aprendida o una depresión, puede curarse gracias a un cambio de actitud y pensamientos. Todo consiste en realizar una Reestructuración Cognitiva para poder cambiar nuestra forma negativa de

pensar y aprender a pensar de distinta forma dando prioridad a los pensamientos positivos y sobretodo, “transformando la realidad para beneficio personal”.

Muchos padecientes mantienen un silencio cómplice que lo llevan en su espíritu como una piedra en el zapato. Viven y caminan patojeando, con dolor permanente; pero viven, miserablemente. Son los típicos hombres y mujeres en estado de indefensión que han probado todas las propuestas religiosas, cultos, brujerías, quiromancias, médicos, chamanes, peregrinaciones, etc. Su enfermedad es vivir sufriendo, insatisfechos, deprimidos; son como dice Nietzsche: “si tuvieran que desnudar su alma ante un médico, maquillarían antes su enfermedad” –la maquillan y culpan a determinado órganos sus males- Por esta razón callan o lo que es peor no saben que están enfermos y nunca van a curar. Hay que identificarlos con sabiduría y ayudarlos con, firmeza y afecto. Hay que ubicarlos en la realidad.

### **Violencia, acoso y estado de indefensión**

*El hombre es para sí mismo el animal más cruel.*

Hay mujeres y hombres a quienes pregunto: ¿cuánto hace que su marido o jefe le maltrata?, me responden: muchos años y a pesar de estar haciendo la consulta no se animan a iniciar ninguna denuncia por violencia familiar o penal, por lesiones, ni siquiera a separarse de hecho del acosador por temor a quedar en la pobreza o perder el empleo. Mujeres que dan vueltas por estudios jurídicos, consultorios médicos, disciplinas alternativas pero se encuentran paralizadas para pasar a la más mínima acción.

Mujeres que los profesionales quisiéramos que reaccionen de una buena vez y hagan algo para salvar sus vidas. Pero no pueden. No es que no quieren. No pueden. Hasta que fortalezcan su autoestima suficientemente, comprendan cómo es el vínculo que tienen con su agresor, cuáles son los beneficios secundarios que obtienen (porque siempre lo hay) y estén dispuestas a renunciar a ellos.

-¡Le creo, permito que me manipule!...

-¡Me domina cuando me grita, pero también cuando me pide perdón!...

-¡Tengo que dejarlo, pero no puedo!...

-¡Nunca voy a poder ...

- ¿Para qué intentarlo, para sufrir aún más?

-¿Y en qué voy a trabajar después? ¡Si no tengo preparación! ¡No se hacer otra cosa! ¡Soy padre y madre para mis hijos!

El perfil de quien cree

Vale resaltar que no hablamos aquí de una persona que sufrió aisladamente un hecho de violencia. Si no, que por el contrario, la agresión y la mentira protagonizan su vida cotidiana. Solo siendo conscientes de la humillación que esto implica, entenderemos por qué creen a sus victimarios y siguen a su lado.

¿Cómo se llega a esto?

Tras fracasar en su intento por contener las agresiones, prevenirlas, evitarlas o alejarse de ellas; y en un contexto de baja autoestima - reforzado día a día por la incapacidad por acabar con esa situación- las víctimas asumen lo que les pasa como un castigo merecido: hasta castigo de Dios y lo aceptan con resignación. Nadie podrá ayudarlas a salir, ni a cambiar sus vidas.

Pérdida del control

Consiste en la convicción de que la posibilidad de revertir la situación le es ajena, es una creencia infantil de que alguien decidirá por ella, librarse de su agresor. Como ella nada puede hacer, frente a otro que todo lo puede, es mejor no intentar y esperar que todo pase. ¡Un milagro! ¡La lotería!

Baja respuesta conductual

Es tal el abatimiento, que ya dejó de buscar estrategias para evitar las agresiones. La tristeza tomó el timón de su barco y la pasividad es la respuesta a todo estímulo, tanto interno como externo.

Es probable que viéndolo desde afuera, calificuemos esta conducta como una aparente indiferencia; sin embargo, se trata de una defensa que le permite autoexigirse y culpabilizarse menos por las agresiones que sufre. Claro que el costo por utilizarla es muy alto: “se anula su capacidad de revertir la situación”.

Llega a tal punto su adaptación convencida que merece vivir junto a quien la maltrata, e incluso lo justifica ante quienes le dicen lo desenmascare.

La intermitencia de las agresiones y el paso constante de la violencia al afecto, refuerza las relaciones de dependencia, que empeoran cuando la dependencia lo es también económica.

No olvidemos que las mentiras del agresor apuntan a convencerla de su amor, que todo hace, por el bien de ambos y que solo él podrá hacerla feliz. O que su sueldo o servicios mejorarán cuando la empresa logre rentabilidad o el gobierno apoye. Así pasan años. Sometidos y destruyendo su autoestima, a través de métodos de lo más diversos: empleando el terror, los presagios de fracaso, el desaliento, la desconfianza de uno mismo y de los demás, la amenaza constante de inseguridad y crisis económica y todas las formas de arbitrariedades en el hogar, trabajo y sociedad.

La máxima expresión de este dominio, se da cuando la logran convencer "de que la vida no vale la pena", pues todo está perdido y nada ni nadie merece el esfuerzo por cambiar la historia. Por eso viven enfermas, son las típicas personas enfermas crónicas, en busca de ayuda. Permanentemente. Por esta razón, si no se conoce del tema nadie les entiende y ayuda.

#### Fases del Síndrome de Indefensión Adquirida

1. Desencadenante, provocada por los primeros malos tratos;
2. De reorientación, la víctima no tiene redes sociales y está aislada;
3. De resistencia pasiva, donde se inculpa asumiendo el modelo mental del agresor.

4. Adaptación, ya no tiene fuerzas ni recursos psicológicos para salir de la violencia y suspende todo juicio crítico sobre el maltratador, adaptándose a la situación para salvar su vida, la de sus hijos o el trabajo.

“De este estado, no se sale sin asistencia psicológica y gran apoyo social”

Es así como la fortaleza de los poderosos, se construye en la impotencia de quienes le delegaron ese poder.

El manipulador miente y, en tanto se le crea, se permite que siga dominando. No solamente en el hogar; también se da en el trabajo, instituciones educativas, prisiones, cuarteles de formación, instituciones públicas –mafias corruptas- organizaciones sociales, políticas, religiosas, deportivas, sectas, etc.

¿Cómo se puede salir de la desesperanza aprendida?

- Comprender que se trata de una percepción y no de una realidad inamovible.
- Apoyarse en personas que conozcan del tema y denunciar.
- Conocer, aceptar, adaptarse y esperar un mejor momento para actuar y denunciar.

“La indefensión se produce por el deterioro de las expectativas”

Para salir del estado de indefensión es, sobre todo, necesario conocer los derechos humanos y los que dicta la Constitución; así como sus leyes orgánicas. Destacamos algunas que ayudan a salir del estado de indefensión social producto de la corrupción en servicios públicos y privados.

## Ley de defensa del consumidor

Art. 4.- Derechos del Consumidor.- Son derechos fundamentales del consumidor, a más de los establecidos en la Constitución Política de la República, tratados o convenios internacionales, legislación interna, principios generales del derecho y costumbre mercantil, entre otros, los siguientes:

1. Derecho a la protección de la vida, salud y seguridad en el consumo de bienes y servicios, así como a la satisfacción de las necesidades fundamentales y el acceso a los servicios básicos; 3. Derecho a recibir servicios básicos de óptima calidad; 4. Derecho a la información adecuada, veraz, clara, oportuna y completa sobre los bienes y servicios ofrecidos en el mercado, así como sus precios, características, calidad, condiciones de contratación y demás aspectos relevantes de los mismos, incluyendo los riesgos que pudieren prestar; 5. Derecho a un trato transparente, equitativo y no discriminatorio o abusivo por parte de los proveedores de bienes o servicios, especialmente en lo referido a las condiciones óptimas de calidad, cantidad, precio, peso y medida; 6. Derecho a la protección contra la publicidad engañosa o abusiva, los métodos comerciales coercitivos o desleales; 8. Derecho a la reparación e indemnización por daños y perjuicios, por deficiencias y mala calidad de bienes y servicios<sup>11</sup>. Derecho a seguir las acciones administrativas y/o judiciales que correspondan; y, 12. Derecho a que en las empresas o establecimientos se mantenga un libro de reclamos que estará a disposición del consumidor, en el que se podrá anotar el reclamo correspondiente, lo cual será debidamente reglamentado.

Art. 6.- Publicidad Prohibida.- Quedan prohibidas todas las formas de publicidad engañosa o abusiva, o que induzcan a error en la elección del bien o servicio que puedan afectar los intereses y derechos del consumidor. Art. 7.- Infracciones Publicitarias.- Comete infracción a esta Ley el proveedor que a través de cualquier tipo de mensaje induce al error o engaño.

Lamentablemente, nadie sanciona la venta de medicinas sin receta, así como el bombardeo mediático de medicinas.

### **Prácticas prohibidas**

Art. 55.- 4. Aprovecharse dolosamente de la edad, salud, instrucción o capacidad del consumidor para venderle determinado bien o servicio.

Art. 57.- Advertencias Permanentes.- Tratándose de productos cuyo uso resultare potencialmente peligroso para la salud o integridad física de los consumidores, para la seguridad de sus bienes o del ambiente, el proveedor deberá incorporar en los mismos, o en instructivos anexos, las advertencias o indicaciones necesarias para que su empleo se efectúe con la mayor seguridad posible. En lo que se refiere a la presentación de servicios riesgosos, deberán adoptarse por el proveedor las medidas que resultaren necesarias para que aquella se realice en adecuadas condiciones de seguridad, informando al usuario y a quienes pudieren verse afectados por tales riesgos, de las medidas preventivas que deban usarse.

## **Infracciones y sanciones**

*Art. 70.- Sanción General.- Las infracciones a lo dispuesto en esta Ley, siempre que no tengan una sanción específica, serán sancionadas con multa de cien a mil dólares de los Estados Unidos de América o su equivalente en moneda de curso legal, y si es del caso, el comiso de los bienes, o la suspensión del derecho a ejercer actividades en el campo de la prestación del servicio o publicidad, sin perjuicio de las demás sanciones a las que hubiere lugar. El pago de las sanciones pecuniarias no libera al proveedor de cumplir con las obligaciones que le impone la Ley. Art. 71.- Indemnización, Reparación, Reposición y Devolución.- Los consumidores tendrán derecho, además de la indemnización por daños y perjuicios ocasionados, a la reparación gratuita del bien y, cuando no sea posible, a su reposición o a la devolución de la cantidad pagada, en un plazo no superior a treinta días,*

La Ley está escrita, pero pocos medios lo difunden y educan a la población. Todos somos engañados. Pocos reclamamos. Por eso estoy de acuerdo con la frase de José Martí: “El que ve un crimen, una injusticia y no hace nada es un cómplice” En nuestro país, cómplices son autoridades, medios de comunicación y ciudadanía misma que espera otros reclamen sus derechos. Con esta actitud no hay cambios. Por eso comerciantes inescrupulosos siguen aprovechando. Los únicos cambios verdaderos en el mundo han nacido de la participación ciudadana, no de poderes económicos; peor, de iluminados o superdotados.

¿Hay algún ciudadano, organización u órgano público que haya denunciado y sancionado al irracional revoltijo de medicinas y, propuestas mágico religiosos mencionados en este ensayo, que estamos obligados a ver y escuchar en los

medios masivos de comunicación, en calles, plazas y mercados del país?. De acuerdo a mi experiencia y apreciación, los consumen millones de personas indefensas, y generan millones de dólares para los productores. Como no han conseguido “curar sus órganos” con la medicina científica y alternativa tradicional, solo les queda la esperanza de probar con lo que ven y escuchan todos los días. Como es un engaño y no hay control los negocios idean nuevas falacias de acuerdo al miedo que está de moda. Este si es un verdadero gasto millonario salido del bolsillo de indefensos que no soluciona nada ni individualmente ni colectivamente; solo enriquece a pocos. Por esta razón una verdadera inversión en salud debe educar, promover y fomentar verdadera salud: salud es un estado de equilibrio normal. Hay que evitar los desequilibrios, nada más.

Algunos derechos de la constitución ecuatoriana

### ***Agua y alimentación***

*Art. 12.- El derecho humano al agua es fundamental e irrenunciable. El agua constituye patrimonio nacional estratégico de uso público, inalienable, imprescriptible, inembargable y esencial para la vida.*

*Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales.*

### ***El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.***

Temor al cáncer de hígado, estómago, colon, etc. que es producido por “ciertos alimentos” y el agua contaminada que tomamos –sendas mentiras- Actualmente solo se consume agua embotellada y alimentos procesados “garantizados”. Lógicamente, en los grandes supermercados y a precios mayores cuya propaganda paga el consumidor. ¡Qué gran negocio! Quiere decir que los mercados tradicionales son los que tienen productos que predisponen al cáncer y otras enfermedades. ¡Entonces hay que acabar con ellos! Lo racional es que en la producción, transporte y manipulación en los mercados populares exista control de calidad, peso y precio. Los gobiernos locales no solo deben embellecer las ciudades sino promover y fomentar consumo de alimentos y agua seguros, entre otras obras de infraestructura sanitaria como son mercados y camales higiénicos y decentes. Además de sistemas de agua potable, alcantarillado y gas. Cada invierno rebosan la mayoría de alcantarillas y caminamos entre lodo, heces fecales y otras pestilencias.

### ***Ambiente sano***

*Art. 14.- Se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir, *sumak kawsay*.*

*Se declara de interés público la preservación del ambiente, la conservación de los ecosistemas, la biodiversidad y la integridad del patrimonio genético*

*del país, la prevención del daño ambiental y la recuperación de los espacios naturales degradados.*

*Art. 15.- El Estado promoverá, en el sector público y privado, el uso de tecnologías ambientalmente limpias y de energías alternativas no contaminantes y de bajo impacto. La soberanía energética no se alcanzará en detrimento de la soberanía alimentaria, ni afectará el derecho al agua.*

Se prohíbe el desarrollo, producción, tenencia, comercialización, importación, transporte, almacenamiento y uso de armas químicas, biológicas y nucleares, de contaminantes orgánicos persistentes altamente tóxicos, agroquímicos internacionalmente prohibidos, y las tecnologías y agentes biológicos experimentales nocivos y organismos genéticamente modificados perjudiciales para la salud humana o que atenten contra la soberanía alimentaria o los ecosistemas, así como la introducción de residuos nucleares y desechos tóxicos al territorio nacional...

Recuerdo que más que 110 vehículos -tanqueros, buses, volquetas contaminadas con radioactividad- ¿donados? por Rusia se ubicaron en Montecristi –Manabí- durante muchos años. De pronto desaparecieron. ¿Será causa del incremento de cáncer, especialmente de estómago e hígado en la provincia?. ¿A dónde fueron a parar esos carros radiactivos? Es un crimen de quienes aceptaron y quienes distribuyeron o hicieron negocio de estos vehículos radioactivos. ¡Y no pasa nada!

Igual sucede con la contaminación y destrucción de manglares y playas naturales de la franja costanera de Manabí. Desechos tóxicos se vierten diariamente en las playas de “El Murciélago”, “Tarqui” y “Los Esteros” de la

ciudad de Manta, provenientes de las fábricas situadas al margen. Hay una permanente pestilencia emanada desde las fábricas procesadoras de harina de pescado que no han tecnificado su industria y mantienen la contaminación. Existe la ley para reubicarlas en el parque industrial, pero pocas han cumplido. Hay conflicto de intereses entre autoridades y empresarios. Solo menciono unos ejemplos locales, creo es un problema nacional, especialmente en provincias de “segunda” ya que el modelo de desarrollo privilegia a una o dos provincias principales.

### ***Comunicación e información***

*Art. 19.- La ley regulará la prevalencia de contenidos con fines informativos, educativos y culturales en la programación de los medios de comunicación, y fomentará la creación de espacios para la difusión de la producción nacional independiente.*

*Se prohíbe la emisión de publicidad que induzca a la violencia, la discriminación, el racismo, la toxicomanía, el sexismo, la intolerancia religiosa o política y toda aquella que atente contra los derechos.*

### ***Cultura y ciencia***

*Art. 21.- Las personas tienen derecho a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética; a conocer la memoria histórica de sus culturas y a acceder a su patrimonio cultural; a*

*difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas.*

*Art. 25.- Las personas tienen derecho a gozar de los beneficios y aplicaciones del progreso científico y de los saberes ancestrales.*

### ***Educación***

*Art. 26.- Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir.*

*Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.*

*Art. 27.- La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar.*

La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional. Por eso afirmo: Salud = Arte de pensar. Transformarme, transformar la realidad que me afecta.

## ***Salud***

*Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir.*

## ***Trabajo y seguridad social***

*Art. 33.- El trabajo es un derecho y un deber social, y un derecho económico, fuente de realización personal y base de la economía. El Estado garantizará a las personas trabajadoras el pleno respeto a su dignidad, una vida decorosa, remuneraciones y retribuciones justas y el desempeño de un trabajo saludable y libremente escogido o aceptado.*

*Art. 34.- El derecho a la seguridad social es un derecho irrenunciable de todas las personas, y será deber y responsabilidad primordial del Estado.*

He tratado de orientar, correctamente, sobre estos derechos que menciona la Constitución. Será letra muerta si la ciudadanía no conoce y ejerce sus derechos. Como dijo Simón Bolívar: “Arar en el mar”.

## **Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria**

*Art. 35.- Las personas adultas mayores, niñas, niños y adolescentes, mujeres embarazadas, personas con discapacidad, personas privadas de libertad y quienes adolezcan de enfermedades catastróficas o de alta complejidad, recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado. La misma atención prioritaria recibirán las personas en situación de riesgo, las víctimas de violencia doméstica y sexual, maltrato infantil, desastres naturales o antropogénicos. El Estado prestará especial protección a las personas en condición de doble vulnerabilidad.*

Quiere decir simplemente, aquel 80% -incluidos desocupados y subocupados, ciudadanos/as con diferentes formas de acoso, pobreza y pobreza extrema; hijos de migrantes y adultos mayores- que vive en pobreza y estado de indefensión.

## **Personas usuarias y consumidoras**

*Art. 52.- Las personas tienen derecho a disponer de bienes y servicios de óptima calidad y a elegirlos con libertad, así como a una información precisa y no engañosa sobre su contenido y características.*

*La ley establecerá los mecanismos de control de calidad y los procedimientos de defensa de las consumidoras y consumidores; y las sanciones por vulneración de estos derechos, la reparación e indemnización por deficiencias, daños o mala calidad de bienes y servicios, y por la interrupción*

*de los servicios públicos que no fuera ocasionada por caso fortuito o fuerza mayor.*

*Art. 53.- Las empresas, instituciones y organismos que presten servicios públicos deberán incorporar sistemas de medición de satisfacción de las personas usuarias y consumidoras, y poner en práctica sistemas de atención y reparación.*

*El Estado responderá civilmente por los daños y perjuicios causados a las personas por negligencia y descuido en la atención de los servicios públicos que estén a su cargo, y por la carencia de servicios que hayan sido pagados.*

*Art. 54.- Las personas o entidades que presten servicios públicos o que produzcan o comercialicen bienes de consumo, serán responsables civil y penalmente por la deficiente prestación del servicio, por la calidad defectuosa del producto, o cuando sus condiciones no estén de acuerdo con la publicidad efectuada o con la descripción que incorpore.*

*Las personas serán responsables por la mala práctica en el ejercicio de su profesión, arte u oficio, en especial aquella que ponga en riesgo la integridad o la vida de las personas.*

Agua entubada y energía para candil con altos precios reciben la mayoría de manabitas. No recuerdo indemnizaciones por daños y perjuicios por pésimos servicios públicos y privados; efectos secundarios de medicinas alopáticas y alternativas mágico religiosos de venta libre. Por esta razón es obligatoria la participación ciudadana para conocer y ejercer sus derechos cuyo objetivo es exigir mejores servicios, evitar el engaño en todos los aspectos de vida y

mejorar la calidad de vida y salud, solo en esta forma se puede cambiar el modelo autoritario de gestión.

## **Derechos de libertad**

*Art. 66.- Se reconoce y garantizará a las personas:*

*2. El derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios.*

*3. El derecho a la integridad personal, que incluye:*

*a) La integridad física, psíquica, moral y sexual.*

*b) Una vida libre de violencia en el ámbito público y privado. El Estado adoptará las medidas necesarias para prevenir, eliminar y sancionar toda forma de violencia, en especial la ejercida contra las mujeres, niñas, niños y adolescentes, personas adultas mayores, personas con discapacidad y contra toda persona en situación de desventaja o vulnerabilidad; idénticas medidas se tomarán contra la violencia, la esclavitud y la explotación sexual.*

*d) La prohibición del uso de material genético y la experimentación científica que atenten contra los derechos humanos.*

*23. El derecho a dirigir quejas y peticiones individuales y colectivas a las autoridades y a recibir atención o respuestas motivadas. No se podrá dirigir peticiones a nombre del pueblo.*

## *Derechos de la naturaleza*

*Art. 71.- La naturaleza o Pacha Mama, donde se reproduce y realiza la vida, tiene derecho a que se respete integralmente su existencia y el mantenimiento y regeneración de sus ciclos vitales, estructura, funciones y procesos evolutivos.*

*Toda persona, comunidad, pueblo o nacionalidad podrá exigir a la autoridad pública el cumplimiento de los derechos de la naturaleza. Para aplicar e interpretar estos derechos se observaran los principios establecidos en la Constitución, en lo que proceda.*

*Art. 72.- La naturaleza tiene derecho a la restauración. Esta restauración será independiente de la obligación que tienen el Estado y las personas naturales o jurídicas de Indemnizar a los individuos y colectivos que dependan de los sistemas naturales afectados.*

*En los casos de impacto ambiental grave o permanente, incluidos los ocasionados por la explotación de los recursos naturales no renovables, el Estado establecerá los mecanismos más eficaces para alcanzar la restauración, y adoptará las medidas adecuadas para eliminar o mitigar las consecuencias ambientales nocivas.*

*Art. 73.- El Estado aplicará medidas de precaución y restricción para las actividades que puedan conducir a la extinción de especies, la destrucción de ecosistemas o la alteración permanente de los ciclos naturales. Se prohíbe la*

*introducción de organismos y material orgánico e inorgánico que puedan alterar de manera definitiva el patrimonio genético nacional.*

### *Responsabilidades*

*Art. 83.- Son deberes y responsabilidades de las ecuatorianas y los ecuatorianos, sin perjuicio de otros previstos en la Constitución y la ley:*

*1. Acatar y cumplir la Constitución, la ley y las decisiones legítimas de autoridad competente.*

*2. Ama killa, ama llulla, ama shwa. No ser ocioso, no mentir, no robar.*

*3. Defender la integridad territorial del Ecuador y sus recursos naturales.*

*4. Colaborar en el mantenimiento de la paz y de la seguridad.*

*5. Respetar los derechos humanos y luchar por su cumplimiento.*

*6. Respetar los derechos de la naturaleza, preservar un ambiente sano y utilizar los recursos naturales de modo racional, sustentable y sostenible.*

*7. Promover el bien común y anteponer el interés general al interés particular, conforme al buen vivir.*

*8. Administrar honradamente y con apego irrestricto a la ley el patrimonio público, y denunciar y combatir los actos de corrupción.*

*9. Practicar la justicia y la solidaridad en el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de bienes y servicios.*

*10. Promover la unidad y la igualdad en la diversidad y en las relaciones interculturales.*

*11. Asumir las funciones públicas como un servicio a la colectividad y rendir cuentas a la sociedad y a la autoridad, de acuerdo con la ley.*

*12. Ejercer la profesión u oficio con sujeción a la ética.*

*13. Conservar el patrimonio cultural y natural del país, y cuidar y mantener los bienes públicos.*

*14. Respetar y reconocer las diferencias étnicas, nacionales, sociales, generacionales, de género, y la orientación e identidad sexual.*

*15. Cooperar con el Estado y la comunidad en la seguridad social, y pagar los tributos establecidos por la ley.*

*16. Asistir, alimentar, educar y cuidar a las hijas e hijos. Este deber es corresponsabilidad de madres y padres en igual proporción, y corresponderá también a las hijas e hijos cuando las madres y padres lo necesiten.*

*17. Participar en la vida política, cívica y comunitaria del país, de manera honesta y transparente.*

Dejemos de ser dependientes. Seamos responsables y luchemos por el bien común. La Constitución es una poesía a la que hay que sentirla y ponerla en práctica, caso contrario es solo una utopía. ¡Vivir de utopías es vivir delirando! Construyamos una sociedad grande como propuso José Martí:

“El pueblo más grande no es aquel en que una riqueza desigual y desenfrenada produce hombres crudos y sórdidos, mujeres venales y egoístas: pueblo grande, cualquiera que sea su tamaño, es aquel que da hombres generosos y mujeres puras. La prueba de cada civilización humana está en la especie de hombres y mujeres que en ella se produce”.

“La prosperidad que no está subordinada a la virtud avillana y degrada a los pueblos; los endurece, corrompe y descompone”.