

Tribuna de Querétaro

Home » Opinión » Exigencias emocionales, riesgos biológicos y alteración de la salud

DOMINGO, 15 DE ENERO DE 2017 22:55

buscar...

Exigencias emocionales, riesgos biológicos y alteración de la salud

Joaquín Antonio Quiroz Carranza

Convencionalmente la "enfermedad" es una alteración de la salud causada por micro-organismos, sustancias tóxicas, modificaciones genéticas y condiciones de vida. La tensión, denominada popularmente "estrés" es la base que posibilita la presencia de un gran número de alteraciones estacionales y crónico degenerativas.

Las terapéuticas occidentales se centran en el efecto, es decir en la alteración, medible y cuantificable, presente en el organismo. El paciente, no representa una entidad, sino un conjunto de órganos los cuales hay que medicar o intervenir quirúrgicamente. Por su parte en las terapéuticas orientales y mesoamericanas ancestrales, el ser humano, como entidad compleja, presenta una serie de actitudes y comportamientos, es decir emociones, las cuales, cuando son negativas (odio, envidia, frustración, angustia, decepción, miedo, entre otras) se manifiestan en la alteración de algún órgano o conjunto de órganos, por lo que para recuperar el equilibrio dinámico, es necesario trabajar las energías corporales, eliminando las emociones negativas.

En la terapéutica hegemónica, cada "enfermedad" requiere un fármaco particular. En los paradigmas de salud alternativos, un determinado remedio puede contribuir a eliminar diversas alteraciones, trabajando sobre el estrés y las emociones.

Por ejemplo en oncología se busca que los medicamentos destruyan las células tumorales, aunque también dañen células sanas, podríamos decir que el lema de esta terapéutica es "el fin justifica los medios". Por su parte los métodos alternativos buscan un tránsito, entre una condición de salud adversa y su punto de equilibrio, buscando calidad de vida, tanto física como emocional, del paciente.

Cada situación de vida conlleva determinadas exigencias, así el deporte, las actividades artísticas, culturales o científicas, presentan riesgos para la salud. El punto central para minimizarlas es la prevención, la realización de las actividades que se desean o se requieren siempre de manera informada. El deporte, practicado sin una guía o sistema de entrenamiento causa lesiones de leves a graves, las actividades laborales pueden causar daño por situaciones ergonómicas, emocionales o ambientales.

La vida cotidiana implica una serie de exigencias, esto significa una determinada tensión física y emocional. La biomecánica, parte de la Física, señala que todo material presenta determinadas propiedades y características, una de ellas es la flexibilidad, algunos prefieren usar el anglicismo "resiliencia", que representa la capacidad de un material u organismo para recuperar su forma y función original, cuando las fuerzas de tensión y compresión dejan de actuar sobre éste, siempre que no se sobrepase el límite de resistencia, cuando esto ocurre el material puede fracturarse y un organismo presentará alteraciones temporales o crónicas.

Las exigencias representan no solo el esfuerzo necesario para realizar una determinada actividad, sino también las expectativas generadas a nivel individual y social. Por ejemplo levantarse de madrugada, no desayunar correctamente, trasladarse dos o tres horas para llegar al lugar de labor, ingerir alimentos poco nutritivos, desarrollar actividades laborales intensivas, es decir de alta explotación económica, bajo condiciones de riesgo (movimientos repetitivos, esfuerzo físico, desprecio laboral, acoso sexual, polvos y sustancias tóxicas, no disponibilidad de equipo de protección, entre otros), así como las expectativas individuales, donde la búsqueda incesante de bienes materiales regida por el principio del éxito y el fracaso económico, la búsqueda de lo superfluo y el consumo compulsivo, todo ello genera una tensión física y emocional.

El daño y la presencia de alteraciones en la salud devienen de las exigencias sociales, laborales y emocionales. Paradigmas como "el que dirán", "tiempo es dinero", "estatus económico", son estigmatizaciones mentales que actúan en el subconsciente e impulsan al individuo a realizar lo indecible con la finalidad de verse "bien", no ser un "fracasado", mantener un estatus a la "moda" sin importar las consecuencias en la salud a corto, mediano o largo plazo.

Los alimentos industrializados exigen al organismo mayor esfuerzo para su digestión, los cosméticos someten a tensión continua y recurrente la piel, las adicciones al tabaco, al alcohol, a sustancias químicas o actividades sociales como el uso adictivo de redes sociales y equipos electrónicos, generan exigencias físicas y emocionales, la competencia económica, el consumo compulsivo, entre muchas otras, representan las fuentes principales de alteraciones de la salud que pueden presentarse de forma estacional o crónico-degenerativas.

Más información en Proyecto El Ahuehuate Calle Niños Héroes No. 29-B, Centro, Tequisquiapan, Querétaro, Cel. 442-3775127, email: elahuehuate.herbolaria@gmail.com

[Back to top](#)

