



## CARTAS AL EDITOR

### ¡Cuídate de los peligros del corazón!

*Beware from the dangers of the heart!*

Dr. Rafael César Chávez Domínguez

*Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez.*

Estimado Editor en Jefe:

En ocasión de la celebración el Día Mundial del Corazón el último domingo de septiembre quisiera compartir esta reflexión:

Es un buen deseo y la mejor síntesis del largo legado tradicional y científico. Sin embargo, hay que explicarlo, transmitirlo, enseñarlo, darlo a conocer, se requiere desglosarlo, redescubrirlo y actualizar los nuevos enfoques del mismo problema milenario: la salud. Luego entonces, hay que reabrirlo en su aplicación al corazón.

En la prevención cardiovascular, se renuevan las preguntas que acompañan al ¡Cuídate!: 1. ¿De qué...?; 2. ¿Cómo? y 3. ¿Con qué?

Pues...

1. Sobre los factores de riesgo.
2. Cambiando el estilo de vida, las costumbres y tener ciertas precauciones.
3. Con los recursos propios y el potencial del apoyo social (*empowerment*).

Hay que hacer valer las facultades de cada quien: memoria, inteligencia y voluntad. Contar con que cada persona en la individualidad, se integra por su cuerpo humano y su espíritu libre, un don sobre natural. Tal y como la célula es al organismo, la persona es a su comunidad. En el tejido social, eso cuentan en comunidad; o sea unión común, con el prójimo y la *proximidad*.

Salud, vida y bienestar, son las constantes de la misma calidad. Cada uno interactúa con las demás y se apoyan como medio y como fin. Existen ahí, para garantizar calidad de vida. Se les ha llamado requisitos de salud, pero es mejor apreciarlos como meta-paradigma de la salud.

Es una legítima intención vivir con salud: libre de enfermedades, riesgos y peligros; pero es contradictorio, porque la vida misma es riesgo. Hace pensar en lo idealista del concepto, porque en lo realista es un absurdo. Sin embargo, en el plan de vida, donde nadie escapa de morir, todo mundo pretende, genuinamente vivir mejor.

Evidentemente, no se trata de lograr lo imposible, sino de hacer viable el proyecto de vida. Si no se puede vivir libre de riesgos; si se pueden librar los peligros.

Así, aprendamos que: en la aventura de vivir, hay que sortear los riesgos, y para ello, habrá que alimentarse de conocimiento, saber: ser sano, ser enfermo y sortear peligros.

La noción por la salud es la misma que por la medicina, sólo que con la imagen invertida. Es decir, en el camino de la fatalidad, el conocimiento se construye de observar la enfermedad y seguir sus vestigios; pero en el horizonte de la salud, los pasos del mismo proceso son al revés.

Con visión naturalista, el conocimiento guía como hilo de Ariadna en el laberinto, para facilitar la salida,

Correspondencia: Rafael César Chávez Domínguez. Juan Badiano N°1, Col Sección XVI, Tlalpan, 14080, México, D. F. Correo electrónico: [rchavez@cardiologia.org.mx](mailto:rchavez@cardiologia.org.mx)

encontrar la luz, frenar el avance de la enfermedad y evitar la muerte prematura.

En la batalla por proteger la salud, se consagran la prevención, la higiene y la profilaxis. Su conocimiento no intenta saber más del saber médico; pero lo necesita y requiere saber más para aplicarlo con este enfoque.

El elemento mediador es la causa. La concatenación de fenómenos naturales gira alrededor de las causas y los efectos. La prevención se rige por el principio de atender la causa, para impedir el efecto.

Pero las enfermedades crónicas del corazón, no obedecen a una causa única, ni es directa. En ausencia de este carácter, es obligado pensar que han de actuar varias causas en contingencia.

Así es, los múltiples elementos involucrados ya se han descubierto gracias a su calidad aleatoria y con el apoyo de la estadística; pero aisladamente, no pueden afirmarse ni negarse como la causa, por lo que es válido el recurso de relacionarlo como probabilidad y con ello se acepta que es posible.

Es difícil asimilar el sentido de probabilidad, porque espontáneamente se piensa en identidad: si o no; verdadero o falso; blanco o negro; ser o no ser. Peor aún, cuando sin ser, lo uno, ni lo otro se contradicen.

Los elementos descubiertos, los factores de riesgo no son causa directa, sino una de las causas atribuibles. Así, los factores de riesgo coronario deben apreciarse como probabilidad multi-causal.

El avance que fortalece al camino de lo verosímil, se rige por las reglas de la verdad. Estas, le han dado gran apoyo al conocimiento científico; pero tratándose de verdades a medias, propician inseguridad.

En este punto, la lógica formal o aristotélica satisface bien el reconocimiento de ser o no ser; pero no ofrece explicaciones a la contradicción, ni provee las razones que se reclaman con la probabilidad.

Esto es del dominio de la lógica dialéctica, disciplina más reciente, que fortalece mejor las explicaciones y lo vincula a la causa múltiple. Permite interpretar mejor los hechos sólidos, que provienen de prolongadas observaciones y acuciosas mediciones. En estas condiciones su fortaleza se la dan las leyes de la probabilidad, y de esta manera, la verdad se hace evidente, justo lo que la prevención necesita.

En conclusión, lo que hay que agregar al ¿con qué? Es con cultura, superación personal, estudio y por encima de la ciencia, garantizar el manejo más apropiado de los valores humanos: la razón y la esperanza.