

## ¿Por qué artículos de salud?

Dra. Luz Elena Navares Moreno

Quiero expresar que para mí ha sido todo un reto poder llegar al número 100, pues si bien son temas que a lo mejor no a todos interesan, sí son problemas que se pueden presentar en nuestro día a día.

Cuando elijo un tema para la Revista Vida y Salud, trato de que su contenido sea **de interés** para todos; conocer poco a poco el **cómo cuidar la salud** a la larga beneficia a quien se hace del conocimiento, y no en el plan sólo del saber, sino a través de este conocimiento ayudarme y ayudar a otros a vivir más sanamente.

Y respondo sencillamente la pregunta obligada: ¿Para qué escribir sobre la salud, en específico del área médica?

Se trata de temas sencillos, de **interés para el público en general**, que se enfocan a la explicación de la enfermedad, su prevención y los cuidados para atenderla. Por lo general, los artículos son cortos y **escritos de manera simple** para entender, mantenernos informados y adentrarnos en la cultura de la salud. Se trata de **dar la información completa de manera general**: definición de la enfermedad, nombres de la enfermedad, qué es lo que se siente (síntomas), qué hallazgos encuentra el médico (signos), los estudios laboratoriales más recomendados y la recomendación del manejo médico de manera generalizada.

¿Cómo **elegir el tema** de la revista? Por lo general, abordo los temas de enfermedades más comunes aquí en México y también de lo que se nos informa a través de la Organización Mundial de la Salud. Quizá algunos de los problemas de salud que trato aquí, se pensará que nunca se verán en el medio o grupo en el que convivimos, pero el escenario de nuestras vidas puede cambiar de un momento a otro. Probablemente, no seas tú directamente el afectado, pero sí alguien cercano, conocido...no se puede asegurar.

¿Y yo, lector, qué puedo hacer? Para iniciar **informarte**. Ahora que una gran parte de la población tiene acceso al conocimiento a través de libros o el internet, es muy fácil llegar a estos conocimientos; pero que deben estar bien sustentados en una buena fuente, como lo puedes leer en la revista *Vida y Salud* publicada en marzo 2018. Otro propósito de esta sección es aprender a **prevenir** las enfermedades, y para eso es necesario ponerse en manos de un facultativo para juntos tomar buenas decisiones. Cada uno es **responsable** de su salud. Tenemos que aprender a conocer nuestro cuerpo y, en equipo con nuestro médico, cuidarlo muy bien.

Pero, lo más estimulante es preguntar a los lectores qué piensan en particular de esta sección y si en realidad es de su interés. Mencionaré **algunos testimonios**:

**Sra. Moreno:** he leído algunas veces los artículos de la salud, y de ellos aprendo cómo cuidar la salud, porque puedo entender lo que dice. Pienso que es importante esta sección en la revista.

**Lic. Ma. De la Luz:** Considero que son temas informativos, que de una manera digerible nos enseñan sobre algunas enfermedades, cómo cuidarnos y también cómo prevenirlas. Creo que si el nombre de la revista es “Vida y Salud” abarca de manera integral muchas áreas del ser humano, incluyendo el área de la salud.

**Ignacio:** En general, son temas que están bien aterrizados y que eventualmente impactan a la persona o a las personas que están a tu alrededor que pueden llegar a sufrir el problema del que se habla. Pienso que, aunque la revista abarca muchos tintes como el humano, social, espiritual, tanatológico, la sección de salud es parte esencial de la revista.

**Lucía:** En general, los temas me parecen muy variados, entendibles e interesantes. La revista en general es amena. La sección de salud es parte importante de la revista.

**Nicolás:** En general, la sección de salud es entendible; también depende del artículo que se esté desarrollando, le incluiría soluciones preventivas más adecuadas a estos tiempos, serían como consejos nuevos o actuales enfocados a la prevención. Cosas nuevas y tecnológicas. Sobre todo, que al conocer que la base de muchas enfermedades es el tipo de alimentación, sería una buena aportación saber qué alimentos debes evitar y cuáles son los que pueden ayudarte o, por el contrario, perjudicarte.

**Martha:** Pienso que es una revista interesante. Los artículos de salud para mí son fáciles de leer y es una revista que abarca muchos temas.

**Alejandra:** Es una revista interesante, pero pienso que a las personas les resulta más atractiva algunas secciones que otras. Así, habrá quienes se interesen más por los temas de humanización, tanatología o psicología; mientras que los temas de salud o ética les resultan de menor interés. Todavía falta en nuestra población la cultura de la lectura.

Estas son algunas de las aportaciones de lectores de la revista. Me tomé el tiempo sobre todo para preguntar a **algunos jóvenes** en particular sobre lo que pensaban de la revista y, bueno; su respuesta fue bastante sincera: “**hoy en día los jóvenes no leen revistas**, si acaso alguno leerá uno que otro libro”.

Creo que la lectura de las revistas en estos días ha mermado su valor; si apreciáramos más lo que tenemos alrededor y en nuestras manos, pudiera ser un medio de información, actualización, enseñanza- aprendizaje que no sólo sirve para quien realiza la lectura; sino que se puede reproducir, tener interacciones al comentar lo que se aprende, o sencillamente prestar esa revista a alguien más.

Simplemente es un dar y compartir.

**Agradezco** a todas las personas que hacen posible la existencia de esta revista, que en lo personal tantas enseñanzas me han dejado. Al director, por su paciencia y dedicación para que cada bimestre esta revista salga a la luz. A todos los que se encargan para que su redacción y su publicidad sean casi perfectas. A mis compañeros escritores que han sido un ejemplo y un apoyo para mí. A todos los que de manera indirecta se encargan de tramitar el área administrativa de la Revista Vida y Salud.

Y un agradecimiento muy, muy especial a todos los lectores. Sin ustedes no estaríamos aquí.