

ASÍ SOMOS

BASES PARA UNA NUEVA SABIDURÍA MÉDICA POPULAR

Dr. Juan Fajardo López-Cuervo

El organismo humano es una máquina prodigiosa que necesita conocerse para que nosotros mismos podamos poner en marcha unos procedimientos de mantenimiento, aunque también es necesario saber cuándo hay que pasar por el “servicio técnico”, cuándo hay que ir a que los profesionales de la salud nos arreglen los problemas antes de que den lugar a fallos definitivos y graves.

El Dr. Fajardo considera que, a pesar de todos los avances que hay en Medicina y de la disponibilidad de información que tiene la población, el conocimiento real de estas cuestiones deja mucho que desear por lo que, teniendo en cuenta que las consecuencias pueden ser graves por desconocimiento, pensó que estaría bien escribir una especie de guía, una especie de libro de instrucciones para poder diseñar nuestros propios procedimientos de mantenimiento. Fruto de esa inquietud ve la luz el libro ***Así somos. Bases para una nueva sabiduría médica popular.***

El texto está dividido en cinco partes: en la primera, se repasa cómo el ser humano, desde los primeros tiempos, ha ido acumulando conocimientos para diseñar ese procedimiento de mantenimiento que debíamos conocer todos; conocimientos que se han ido almacenando en la mente del ser humano en una especie de gran libro que llamamos “saber popular”. El capítulo termina con lo que dice el Refranero Español sobre los médicos.

En el segundo capítulo encontramos como protagonista al cuerpo humano en su composición, su forma, y se hace una especie de repaso muy elemental, empezando por el cerebro y añadiendo los órganos y sistemas según van siendo necesarios.

En el tercero vemos cómo el organismo humano funciona como una gran sinfonía donde los solistas son los órganos y los sistemas, y el gran director, el sistema nervioso, auxiliado por un eficientísimo ayudante que es el sistema endocrino. En el libro se describen las relaciones entre estos solistas, entre estos sistemas, y cómo se coordinan entre ellos.

En la siguiente parte se pasa al territorio de las enfermedades, que se manifiestan como fallo de las estructuras o del funcionamiento de alguno de estos solistas. Vemos cómo se producen, cómo se afecta el organismo y cómo podemos identificarlas en esta primera fase de mantenimiento. Se dan algunas pautas para ver cómo podemos solucionarlas nosotros mismos y se alerta cuando hay que ir a los sistemas de salud para que los arreglen definitivamente los médicos, enfermeros y farmacéuticos.

En la última parte, como indica el Dr. Fajardo, “se ve el plumero” de su especialidad: la Medicina Intensiva. Ahí vamos a ver cómo enfrentarnos a situaciones que amenacen la vida de una o de varias personas, dando las pautas para ser capaces de iniciar una cadena de actividades que van a conducir a la reparación total.

Las patologías más importantes que revisa el Dr. Fajardo en su libro son: la hemorragia; el ictus; el infarto agudo de miocardio; la asfixia; las consecuencias de accidentes laborales, de medios de transporte, y domésticos; nuestra posible actuación ante las catástrofes que nos toque vivir, sin olvidar la enorme importancia que puede tener un acto tan

sencillo, tan simple, como lavarse las manos para salvar nuestra propia vida y la de las demás personas.

Así somos no es un tratado de anatomía, ni de fisiología, ni de patología, es la visión personal del Dr. Fajardo después de más de 40 años de ejercicio de la Medicina, lo que cree que constituye la base de lo que debe saber cualquier persona que pretenda conocerse, cuidarse y cuidar a las personas que dependan de ella. Ha intentado hacer lo más simple posible el texto, evitando tecnicismos, cifras, y confusiones, con una lectura lo más fácil posible para lograr el objetivo de esta obra: la utilidad.

Puede adquirir el libro en ASISA Libros: <https://www.asisalibros.com>