

¿POR QUÉ NOS ENFERMAMOS?

Por Hugo Galindo
Médico Epidemiólogo
hgalindo@grupogales.com
PBX: 530 51 11



Podemos tomar una foto a la salud del globo en los últimos cincuenta años y no debe extrañarnos la falta de homogeneidad. Una transición epidemiológica de enfermedades infecciosas agudas a enfermedades crónicas degenerativas. Algunos desastres naturales y otros provocados por la perversidad del hombre haciendo de las suyas. Recordemos los habitantes de las cercanías de las famosas tragedias de Chernóbil, o Hiroshima, o Manitoba. Épocas y regiones dispersas pero con algunos resultados similares. Alteraciones neurológicas y cáncer. O el incremento en los azúcares refinados en Estados Unidos contribuyendo a la prevalencia de la diabetes. A diferencia de Venezuela, con una tierra rica en selenio en su suelo, nos asombramos del alto nivel de asma en Nueva Zelanda por la carencia de este elemento protector respiratorio. Los Países Bajos gozando de un bajo nivel de melanoma si se compara con Australia tal vez por el famoso agujero en la capa de ozono de Oceanía. La paradoja Francesa de la protección que les representa el picnogenol del vino tinto o la ventaja Española por el bendecido aporte de licopeno del tomate sobre el cáncer de próstata, con todos sus defensores y detractores. Pero definitivamente, es un río que suena y suena.

Las cinco causas

En América Latina cinco principales causas de morbimortalidad han sido la enfermedad cardiovascular, la violencia, el cáncer de estómago, la infección respiratoria y la enfermedad diarreica. Nótese que no solo todas prevenibles sino que en tres de las cinco causas está involucrado el sistema digestivo y/o la dieta. Algo esta pasando en la nutrición de los latinos que nos genera muertes, en algunos casos prematuras.

El verdadero equilibrio

Medicinas milenarias, no contagiadas por el capitalismo, nos han enseñado que la verdadera Salud es un equilibrio de la triada Mente-Cuerpo- Espíritu. Cualquier factor repetitivo que altere este equilibrio producirá, tarde o temprano, una enfermedad. Los recursos de entidades prestadoras de salud, la disponibilidad de agua potable, la pureza del aire, el acceso a frutas frescas y verduras libres de contaminantes, el nivel de escolaridad, el tipo de dieta, el conocimiento del control de la mente, la religiosidad, la educación sexual temprana, el tabaquismo y el sedentarismo, son tan solo un porcentaje muy pequeño y difuso de las variables que inciden en la salud de las personas. Por eso quiero invitarlos todos los miércoles a la 6:30 PM, a nuestras charlas semanales para entender porqué nos enfermamos. Farmagales: Carrera 19 A No. 84 - 72.

GALESTON el complemento nutricional del nuevo milenio

Malteada con los principales antioxidantes que existen en la naturaleza: Vitamina A, Vitamina C, Vitamina E, Zinc, Selenio, Omega3, Omega6 & Omega9. Es un batido de vegetales y frutas creado como suplemento alimenticio; bajo en calorías; no produce aumento de peso; cumple con la relación nutricional indicada para los colombianos en carbohidratos, lípidos y proteínas.



Contiene antioxidantes tan poderosos como el Licopeno extraído de la semilla de la Uva y el Picnogenol, extraído de la cáscara de tomate.

Pídale a domicilio sin ningún recargo
FARMACENTER
Tel: 235 20 35



A domicilio sin recargo

- Pañales
- Medicamentos
- Leche en polvo
- Artículos de aseo personal

Sin ningún costo reciba en su casa o en su oficina el periódico Chapinero Alto

PBX: 235 20 35

Cra. 24 No. 50 - 92 Farmacenter Galerías

Estamos cerca a usted

INTERNACIONAL DE VEHICULOS
TODO EN CHEVROLET

- Las mejores tasas de financiación
- Recibimos su usado como parte de pago
- Cuota inicial desde del 10%



* Aplican condiciones y restricciones

CHAPINERO: Carrera 7 No. 56-09

INTERNACIONAL DE VEHICULOS
TODO EN CHEVROLET

Tel.: 3470477



PROMOCIÓN

Compañía Andina de Seguridad Privada Ltda
SU TRANQUILIDAD Y SU BIENESTAR NOS INTERESAN

- SISTEMAS DE SEGURIDAD ELECTRONICA
- MONITOREO DE ALARMAS 24 HORAS 365 DIAS
- REACCION INMEDIATA CON SUPERVISORES MOTORIZADOS



Recorte este aviso y obtenga un kit de alarma gratis para su negocio, oficina o apartamento
Válido por el mes de junio del 2009

LLAME YA.... TEL: 3 47 2965 CEL: 312 4313787 CALLE 74 No 20 C 04
Aplican Condiciones Y Restricciones