

## Aforismos, proverbios, lemas y consejos (VII)

### Aphorisms, proverbs, slogans, and advices (VII)

José Díaz Novás<sup>I</sup>; Bárbara Gallego Machado<sup>II</sup>

<sup>I</sup>Especialista de II Grado en Medicina Interna. Máster en Urgencias Médicas. Profesor Titular. Facultad de Ciencias Médicas de 10 de Octubre, La Habana, Cuba.

<sup>II</sup>Especialista de II Grado en Pediatría. Profesora Auxiliar del Policlínico Docente "Lawton." La Habana, Cuba.

---

## INTRODUCCIÓN

A través de los tiempos, los hombres han tratado de interpretar su época, comprender el pasado y predecir el futuro. El análisis profundo de los hechos acontecidos y las reflexiones sobre la vida y todos sus aspectos, han propiciado el surgimiento de ideas, muchas de las cuales sintetizan, en pocas palabras, un volumen considerable de experiencias. Aquí radica el mérito de muchos aforismos y proverbios, decir en una apretada síntesis lo que pudieran llegar a ser cientos de páginas,<sup>1,2</sup> y si se hace, además, con belleza literaria, entonces la idea adquiere un valor mayor y resulta muy atractiva para quienes la leen.

Los grandes pensadores de todas las épocas han legado para la posteridad un importante número de aforismos y proverbios, como prueba de su agudeza intelectual y capacidad de interpretar la vida y los hechos. Las generaciones que los han sucedido los recuerdan, en parte, por la brillantez y utilidad de sus aforismos.

Los pueblos también tienen sus proverbios, que en muchos casos se denominan refranes, y proporcionan una muestra acabada de la sabiduría popular. Los refranes son también atributos de las naciones, y a veces sirven para identificar sus características e historia.

En el presente trabajo reunimos un grupo de 100 aforismos y proverbios, algunos en relación directa con la medicina, otros, de forma más lejana, o muchas veces sin vínculos aparentes, pero todos con la utilidad de ampliar nuestra cultura y provocar la reflexión; si lo logramos, podemos sentirnos satisfechos.

- Si de algo serví antes de ahora, ya no me acuerdo, lo que quiero es servir más. (José Martí).
- El médico de la familia tiene que ser un militante de la salud, velando por la higiene, velando por todo y asesor en cuestiones de salud de cada ciudadano. (Fidel Castro Ruz).
- Escuchar y escoger entre los consejos, he aquí el primer paso del conocimiento. (Confucio).
- La perfección es una pulida colección de errores. (Mario Satz).
- El gran final de la vida no es el conocimiento, sino la acción. (Thomas Huxley).
- Para todo se necesita ciencia y conciencia. (José de la Luz y Caballero).
- La mejor manera de aprender algo es enseñarlo. (Anónimo).
- Aprender a aprender para en el futuro ser maestros de nosotros mismos. (Anónimo).
- Todos los que han adquirido alguna habilidad gozan con su ejercicio hasta que se convierte en rutina, o hasta que ya no pueden perfeccionarla más. (Bertrand Russel).
- La parte de mayor peso y más importante de la educación es, aquella que el hombre se la proporciona por sí mismo. (Avicena).
- La educación es vestido de gala para asistir a la fiesta de la vida. (Miguel Rojas).
- Lo que no se ama no se conoce. (Refrán escolástico).
- El conocimiento se adquiere por medio del estudio; la sabiduría, por medio de la observación. (Marilyn Von Savant).
- Observa, escucha, calla, juzga poco, pregunta mucho. (A. Graf).
- Las enfermedades humanas son demasiado personales e individuales para ajustarse al molde estrecho de una especialidad durante mucho tiempo. (E. Pellegrino).
- De grandes cenas están las sepulturas llenas. (Anónimo).
- Se mide la inteligencia de un individuo por la cantidad de incertidumbres que es capaz de soportar. (I. Kant).
- La salud es el producto de la acción social y no un mero resultado de la atención médica. (Hiroshi Nakajima).

- Más cura la dieta que la lanceta. (Refrán navarro).
- La única medicina para el hombre es el profundo conocimiento de sí mismo. (Alexis Carrel).
- Nos esforzaremos, ante todo, en tratar la propia enfermedad antes que sus síntomas. Pero si el síntoma se hace urgente, el médico abandonará por algún tiempo el cuidado de la enfermedad para cuidar el síntoma. (Avicena).
- Si no es posible establecer un diagnóstico hay que tomar una decisión. (Chester M. Jones).
- La comprobación clínica determina la veracidad de los exámenes paraclínicos. (Anónimo).
- Por su morbilidad múltiple, los ancianos se pueden comportar como casos de afecciones sistémicas. (Anónimo).
- Los síntomas del abdomen agudo no se cuentan sino se pesan. (Mandor).
- El que no sabe de nada no duda de nada. (George H. Mead).
- La naturaleza encuentra por sí misma las vías; queda sin enseñanza, nada ha aprendido y sin embargo cumple su deber. (Hipócrates).
- La mejor medicina es un ánimo gozoso. (Salomón).
- No basta que el médico haga por su parte cuanto debe hacer, si por la suya no concurren al mismo objetivo, el enfermo, los asistentes y demás circunstancias exteriores. (Hipócrates).
- El médico que no es a la vez filósofo, no es ni siquiera médico. (Letamendi).
- Los malos médicos cuando cuidan a enfermos que tienen leves males, en los que los mayores errores no suelen producir daños notables, sus errores no se manifiestan, pero cuando cuidan a un enfermo grave y peligroso, entonces es clara su inexperiencia en el arte. (Hipócrates).
- Los cinco mejores médicos son los doctores: sol, agua, aire, ejercicios y dieta. Siempre te esperan propicios, aunque no los busques, alegran tu espíritu, curan tus males y no te cobran un céntimo. (O.S. Hoffman).
- Quien interrogue a muchos médicos cometerá muchos errores. (Rhazés).
- Cuando Galeno y Aristóteles van de acuerdo en un punto, es fácil la decisión de los médicos; pero cuando son de opinión diversa, es muy difícil ponerlos de acuerdo. (Rhazés).
- La parte de nuestro cuerpo más sana, es la que más se ejercita. (Séneca).
- La salud, lo mismo que la fortuna, retira sus favores a los que abusan de ella. (Saint-Euremond).

- Las enfermedades han cambiado, los pacientes concurren más precozmente a la consulta, se han modificado las situaciones y los conocimientos tienen que modificarse, no se puede aspirar a diagnosticar precozmente las enfermedades con los conocimientos clásicos. (Anónimo).
- Los exámenes que indicamos sin un objetivo específico a ver solo si 'encontramos algo', generalmente son negativos. (Anónimo).
- Cada vez se impone más en la atención primaria, la tarea del médico de brindar atención y cuidados —y educar a los familiares para que lo hagan— a pacientes con procesos degenerativos e invalidez. (Anónimo).
- "El enfoque de riesgo posibilita prevenir problemas de salud y realizar diagnósticos precoces, pero su uso debe ser juicioso para evitar temores y ansiedad en los pacientes y familiares". (Anónimo).
- He diagnosticado prestando atención a lo que es común a todos los casos y a lo que es peculiar a cada uno de ellos. (Hipócrates).
- Es tan arriesgado creerlo todo como no creer nada. (Diderot).
- Descansar demasiado es oxidarse. (Walter Scott).
- Quienes creen que el dinero lo hace todo, terminan haciéndolo todo por dinero. (Voltaire).
- Se es viejo cuando se tiene más alegría por el pasado que por el futuro. (John Knittel).
- Hay que actuar en equipo: todos responsables, pero un responsable. (Eugenio Selman-Housein).
- Los especialistas no saben más que los médicos de la familia. El volumen de conocimientos en todas las especialidades y subespecialidades es nítido y equivalente. Lo que varía es el grado de amplitud y profundidad en cada una de ellas. (R. Rakel).
- El buen médico reconoce los efectos que los factores espirituales, intelectuales, emocionales, sociales y económicos tienen sobre la enfermedad de un paciente. (R. Rakel).
- Nadie sabe de lo que es capaz hasta que no lo intenta. (Publio Sirio).
- El infierno está empedrado de buenas intenciones. (Walter Scott).
- Las palabras, como la naturaleza, revelan la mitad y esconden la otra mitad de las profundidades del alma. (Tennyson).
- El que duda piensa. (Carlo Dosis).
- No es prudente poner gran confianza en palabras pronunciadas en momentos de emoción. (Goethe).
- Quien aspire a mandar aprenda primero a obedecer. (Samuel Smiles).

- El problema no es buscar sino saber buscar. (Anónimo).
- Los años no perdonan. (Refrán navarro).
- Los años no se ven pero pesan. (Refrán navarro).
- Cuidemos que la vejez no nos llene de arrugas el alma si ya nos las deja en la cara. (Montaigne).
- El espejo de nuestra sociedad es nuestro comportamiento hacia los viejos. (Proverbio latino).
- La gente joven bella es el pecado de la naturaleza, pero la gente vieja hermosa es su obra de arte. (Goethe).
- La vejez se debe respetar, la juventud defender, todo el mundo quiere vivir mucho pero nadie quiere envejecer. (Sófocles).
- Las bases para una vejez feliz, se deben sentar en la juventud. (Cicerón).
- No ha vivido mejor quien más años haya estado vivo, si no quien ha sentido mejor la vida. (Rosseau).
- Nadie envejece tan rápido como el profesor, en cinco años está viejo si no estudia. (Pedro Demos).
- Si no puedes sobresalir con tu talento hazlo con tu esfuerzo. (Dave Weinbaun).
- Nuestra alma está escrita en nuestros ojos. (Edmond Rostand).
- Las prácticas seudocientíficas, los charlatanes, hechiceros, brujos, etc., atraen la atención de la gente porque tienen lo que con frecuencia le falta a la práctica médica: empatía, afectividad y calor humano. (Anónimo).
- Nunca se da tanto como cuando se dan esperanzas. (Anatole France).
- Las penas que más duelen son aquellas que roban la esperanza. (Anónimo).
- El que habla de los defectos de los demás, con los demás habla de los tuyos. (Diderot).
- Los médicos trabajan para conservarnos la salud, los cocineros para destruirla; pero estos últimos están más seguros de su labor. (Diderot).
- Si quieres tener sueños agradables, acuéstate con la conciencia tranquila. (Benjamín Franklin).
- Lo que las leyes no prohíben, puede prohibirlo la honestidad. (Séneca).
- Ningún cañonazo ha conseguido abatir una idea. (Anónimo).
- No hay nada tan difícil como conocerse a sí mismo. (Tales de Mileto).

- Amonesta a los amigos en secreto, alábalos en público. (P. Sirio).
- No esperes el juicio final, tiene lugar todos los días. (Ludwig Borne).
- No hacer el bien ya es un mal muy grande. (Rosseau).
- Hacer algo bien vale más que decirlo bien. (Benjamín Franklin).
- Una verdad a medias es una mentira completa. (Proverbio judío).
- El sabio tiene orejas largas, ojos grandes y lengua corta. (Proverbio ruso).
- Un gran hombre es el que no pierde su corazón de niño. (Mencio).
- Una reputación de mil años quizás dependa de la conducta de una hora. (Proverbio japonés).
- Reconocer errores es la vía más acertada para eliminarlos. (Anónimo).
- El empleo de los adelantos de la ciencia puede en las condiciones determinadas abrir el paso a las interpretaciones erróneas. (Anónimo).
- Si el progreso técnico es capaz de multiplicar las fuentes de errores, el mismo permite descubrirlas más fácilmente. (Anónimo).
- La precaución es el acto profesional más útil para prevenir errores. (Aristóteles).
- La mayoría de los errores recaen en el diagnóstico, pues la medicina no solo es ciencia, sino también arte. Hay elementos de imprevisión en la práctica médica, sobre todo en el diagnóstico. (Anónimo).
- Apresúrate lentamente si el caso no es urgente; suplir la falta de experiencia con minuciosidad y la máxima atención, apreciar íntegra, rápida y correctamente la situación. (Anónimo).
- Mientras más se desarrolla la ciencia más tenue se hace el límite, al pasar el cual se hace daño al paciente, y tanto más considerable puede ser el mismo. (Anónimo).
- Es de valor aprender de los fracasos y conocer sus causas. (Hipócrates).
- Mientras quede algo por decir, nada se ha dicho aún. (Hermann Melville).
- La elegancia no tanto consiste en el traje como en el modo de llevarlo. (Balzac).
- Las personas hacen más lo que ven hacer que lo que le dicen que hagan. (Anónimo).
- Podrían hacerse muchas más cosas si se creyera menos en imposibles. (La Rochefoucauld).
- Hacer lo que corresponda hacer en el momento y lugar determinado. (Anónimo).

- Un buen médico es aquel que se equivoca raramente, pero el perfecto, el que reconoce sus errores. (Hipócrates).
- Quien tiene muchos vicios, tiene muchos amos. (Plutarco).
- Hay que endurecerse, sin perder la ternura jamás. (Ernesto Che Guevara).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lugones Botell M, Quintana Riverón T. Aforismos. Rev Cubana Med Gen Integr. 1996;12(2):198-201.
2. Díaz Novás J, Gallego Machado BR. Aforismos, proverbios, lemas y consejos (I). Rev Cubana Med Gen Integr. 2004;20(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252004000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252004000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es) Consultado 20 de enero de 2003.

Recibido: 15 de febrero de 2005.  
Aprobado: 30 de marzo de 2005.

*José Díaz Novás.* Policlínico Docente "Lawton". Avenida Camilo Cienfuegos, entre 10 y 11, Lawton, municipio Diez de Octubre, Ciudad de La Habana, Cuba. E mail: [jose.diaz@infomed.sld.cu](mailto:jose.diaz@infomed.sld.cu)