

Aforismos, proverbios, lemas y consejos (X)

Aphorisms, proverbs, slogans and tips (X)

Dr. José Díaz Novás, Dra. Bárbara Gallego Machado

Policlínico Docente "Lawton". La Habana, Cuba.

INTRODUCCIÓN

A través de los tiempos los hombres han tenido muchos problemas que resolver, gran parte de ellos se repiten en todas las épocas. Problemáticas similares a las que se planteaban los antiguos acosan también a los contemporáneos y las soluciones propuestas se repiten, con algunos matices, lo que demuestra la perdurabilidad de los grandes principios e ideas a través de los siglos. Otras veces las soluciones que se dan difieren según la experiencia y conocimientos de cada cual que puede ser muy diversa. Tampoco faltan problemas nuevos, como signo de que cada época tiene sus retos específicos y que el desarrollo de la ciencia modifica la vida de los hombres, pero aún ante los desafíos novedosos nos pueden ayudar las experiencias acumuladas.

Si meditamos ante tantos y tan profundos pensamientos, vemos que muchos encierran en breves palabras todo un curso de filosofía de la vida. También nos muestran que cuanto más sabios son los aforismos son más sencillos, cuanto más profundos más claros, cuanto más fuertes más generosos. Nos dictan enseñanzas que nos sugieren normas de conducta para diversas ocasiones.

En trabajos anteriores (1,2) se ha abordado el tema de los aforismos señalando su utilidad. En el presente hemos seleccionado un grupo de cien, que esperamos sean leídos con interés y asimilados con provecho.

- "Los peligros no se han de ver cuando se les tiene encima, sino cuando se les puede evitar" (José Martí).
- "...Pero en el futuro las perspectivas hay que buscarlas más en lo preventivo, en eliminar factores que reducen las posibilidades de vida" (Fidel Castro Ruz).

- "Hay muchas maravillas, pero nada es más maravilloso que el hombre" (Sófocles)
 - "Uno no deja de reír por hacerse viejo, se hace viejo por dejar de reír" (Anónimo).
 - "La canicie es la corona de hermosura cuando se halla en el camino de la justicia" (Proverbios 16.31).
 - "Sobre todo, no apurarse, porque no tenemos tiempo que perder" (G. Dupuytren).
 - "Si el tiempo es lo más caro, la pérdida de tiempo es el mayor de los derroches" (Benjamín Franklin).
 - "El fruto maduro cae solo, pero nunca en la boca" (Proverbio chino).
 - "Lo que se considera ceguera del destino es en realidad propia miopía" (William Faulkner).
 - "Manejar el silencio es más difícil que manejar la palabra" (Clemenceau).
 - "Los primeros 40 años de la vida nos dan el texto, los siguientes 30 años el comentario" (Shopenhauer).
 - "Aprende a vivir y sabrás morir bien" (Confucio).
 - "No hay honra mayor que la de ser un combatiente por la salud humana" (Fidel Castro Ruz).
 - "La ciencia es la estética de la inteligencia" (Gastón Bachelar).
 - "...Observar los efectos y deducir las causas, ésta es una ciencia" (Félix Varela).
 - "Mientras la muerte es más natural, es más bella" (José Martí).
 - "...Leer es saber, ...Leer es trabajar" (José Martí).
 - "Para ir delante de los demás, se necesita ver más que ellos" (José Martí).
 - "La educación es como un árbol: se siembra una semilla y se abren muchas ramas" (José Martí).
 - "La más noble de las ocupaciones y quien sabe si la más grata, es la de enfermera" (José Martí).
 - "La idea es el germen y la expresión su complemento" (José Martí).
 - "Una idea justa que aparece, vence" (José Martí).
 - "La inteligencia humana tiene como leyes la investigación y el análisis" (José Martí).
 - "...Quien se alimenta de ideas jóvenes, vive siempre joven, ..." (José Martí).
 - "El que sabe más, vale más. Saber es tener. La moneda se funde y el saber no" (José Martí).
 - "La gran meta de la educación no es el conocimiento, sino la acción" (Spencer).
 - "El hombre ha de ser esclavo de la acción si quiere vivir" (Gregorio Marañón).
 - "El mejor abogado es una buena causa" (Anónimo).
 - "Las acciones son mucho más sinceras que las palabras" (Mille Scudery).
 - "El agradecimiento es la memoria del corazón" (Anónimo).
 - "Las personas le dan más mérito a los tratamientos rápidos y espectaculares, aunque su efecto sólo sea prolongar la vida por poco tiempo, que a la callada y abnegada labor preventiva que evita enfermedades y prolonga la vida muchos años" (Anónimo).
 - "Hay médicos que no se dedican al individuo en si, sólo se ocupan de sus partes orgánicas fragmentadas y disfuncionales" (B. Lown).
 - "El médico no es un indicador de exámenes, es un diagnosticador y, por tanto, tenemos que hacer las indicaciones correspondientes de acuerdo con las hipótesis diagnósticas planteadas" (Eugenio Selman-Houssein).
 - "En los casos que haya discrepancia entre los resultados de los exámenes y las pruebas que indicamos con lo que obtuvimos por la clínica, decidir nosotros por la clínica" (Eugenio Selman-Houssein).
 - "Establecer una buena relación médico-paciente, realizar una anamnesis y un examen físico adecuado, dar las explicaciones necesarias, además de ser los

deberes del médico y bases para una atención de calidad, evitan futuros problemas al profesional" (Anónimo).

- "Hay que dar primacía al arte de pensar sobre una batería de exámenes" (B. Lown).
- "La costumbre ha establecido que cuando una persona concurre a consulta con un síntoma, el médico tenga que responder con algo (medicamentos, exámenes complementarios, etc), si no lo hacemos el paciente puede pensar que no hemos dado importancia a su caso, por lo que en las situaciones donde no es necesario indicar medicamentos o exámenes complementarios hay que darle al paciente todas las explicaciones y convencerlo" (Anónimo).
- "La medicina defensiva desvirtúa la profesión y deshumaniza la medicina, transforma al paciente en un eventual enemigo, aumenta el número de exámenes pedidos y con ellos la posibilidad de complicaciones. Cuando se oye al paciente no debe haber problemas" (B. Lown).
- "Un gramo de prevención en la atención al paciente ahorra toneladas de preocupación o malestar por una queja" (Anónimo).
- "El miedo es una vía errónea para estimular un comportamiento constructivo" (B. Lown).
- "La práctica de la medicina familiar probablemente descubrirá que la profesión no es tan simple; no siempre es posible diagnosticar a los pacientes; éstos no siguen siempre el tratamiento prescrito; algunas veces se niegan obstinadamente a sentirse mejor y continúan requiriendo desmedida atención profesional" (I. Mc. Whinney).
- "Cada vez que un médico ve a un paciente, éste debe sentirse mejor" (B. Lown).
- "Un examen determinado puede tranquilizar a un paciente, aún cuando sea superfluo desde el punto de vista médico" (I. Mc. Whinney).
- "La medicina mejoró y prolongó la vida, pero al mismo tiempo puede empeorar el acto de morir prolongándolo innecesariamente" (B. Lown).
- "La atención del médico de la familia a un paciente puede comenzar antes del nacimiento de éste, con los cuidados que proporciona a su futura madre, y no concluir totalmente la relación con el fallecimiento del paciente, pues el médico debe consolar a los familiares afligidos por la pérdida" (Anónimo).
- "La muerte cuando es inevitable no es un fracaso profesional; a veces la consideramos así por no enfrentar nuestra condición de mortales" (B. Lown).
- "Los pacientes con una enfermedad crónica o recurrente deben aprender a vivir con su trastorno, igual que sus familiares" (D.B. Shires).
- "A veces mucha información por los medios de difusión a los pacientes los torna hipocondríacos y consumistas de los servicios médicos y la tecnología" (B. Lown).
- "El cuidar y atender a un miembro enfermo de la familia es parte de las funciones de una familia saludable, y en general es desempeñado con toda buena voluntad cuando la necesidad así lo amerita" (D.B. Shires).
- "Enseñar es aprender" (B.R. Hennen).
- "Para saber las preguntas que se van a hacer y las partes que se van a examinar, el médico debe tener conocimientos de las enfermedades, de su fisiopatología y de sus síntomas y signos" (Paul Cutler).
- "La dificultad en el diagnóstico radica en que las enfermedades pueden ser descritas pero no definidas. Es muy difícil definir un grupo de criterios que tengan todos los pacientes con una enfermedad y no sean alcanzados por los que tengan otra afección" (Paul Cutler).
- "Hoy en día nos encontramos, cada vez con mayor frecuencia, con pacientes asintomáticos cuyo problema son anomalías encontradas en exámenes indicados por rutina o "chequeo". Estos "problemas" se están convirtiendo en un importante motivo de consulta" (Anónimo).
- "Los síntomas que ocurren en un mismo órgano o sistema tienen relación unos con otros" (Paul Cutler).

- "Es difícil enseñar a alguien como pensar" (Anónimo).
- "El patrón, la progresión y la intermitencia del proceso patológico deben ser reflejados en la historia clínica; esta información ayuda a formular un diagnóstico" (Paul Cutler).
- "No se diagnostica lo que no se conoce o aquello en lo que no se piensa, que casi siempre es por conocerse poco y se diagnostica con dificultad aquello que se ha visto en contadas ocasiones" (M.A. Moreno).
- "Gasta siempre una moneda menos que la que ganes" (C. Cantú).
- "La única forma de poseer un amigo es serlo" (Emerson).
- "¿Queréis contar a vuestros amigos? Caed en el infortunio" (Napoleón).
- "Nada se aprende sin un poco de trabajo" (Santa Teresa de Jesús).
- "Lo que en la juventud se aprende, toda la vida dura" (Quevedo).
- "Siempre podemos aprender del hombre eminente, incluso cuando calla" (Séneca).
- "Nadie debe avergonzarse de preguntar lo que no sabe" (Proverbio oriental).
- "Cuando el hombre se avergüenza, hay esperanza de enmienda" (Proverbio castellano).
- "Lo que llamamos azar no es y no puede ser sino la causa ignorada de un efecto conocido" (Voltaire).
- "La brevedad es el alma del ingenio" (Shakespeare).
- "El buen sentido es el sentido de la verdad" (M. Jacobs).
- "No se puede ser bueno a medias" (Tolstoy).
- "Casi siempre la burla arguye pobreza de espíritu" (La Bruyère).
- "La burla y el ridículo son entre las injurias las que menos se toleran" (Platón).
- "La inteligencia es una espada cortante y de duro acero. El carácter es su empuñadura, y sin empuñadura no tiene valor" (Anónimo).
- "Más espanta el aparato de la muerte que la muerte misma" (Bacon).
- "La muerte nos despoja de nuestros bienes, pero nos viste con nuestras obras" (Pettit-Sen).
- "La ocasión hay que crearla; no esperar que llegue" (Bacon).
- "Los débiles esperan la ocasión; los fuertes la provocan" (O.S. Marden).
- "El oído en el hombre, es camino para aprender" (Aristóteles).
- "En los ojos del joven arde la llama. En los del viejo brilla la luz" (Víctor Hugo).
- "La paciencia es un árbol de raíz amarga pero de frutos muy dulces" (Aforismo persa).
- "Una palabra hiere más profundamente que una espada" (Burton).
- "Más vale una palabra a tiempo que cien a destiempo" (Cervantes).
- "En saber sugerir, consiste la gran fineza pedagógica" (Amiel).
- "La contradicción es la sal del pensamiento" (O. Greard).
- "La victoria es del más perseverante" (Napoleón).
- "Podemos leer el porvenir, mirando el pasado" (Rotrón).
- "No hay que aferrarse de tal manera al presente que descuidemos por completo el porvenir" (Pitágoras).
- "Ante todo respetaos a vosotros mismos: (Pitágoras).
- "Un hombre no es más que lo que sabe" (Bacon).
- "El saber es la única propiedad que no puede perderse" (Bías).
- "Saber y saberlo demostrar es saber dos veces" (Gracián).
- "El saber sólo es dañoso cuando a él va unido el orgullo" (Silvio Pellico).
- "No se deben juzgar los síntomas como si fueran causas". (André Maurois).
- "No puede haber cosa más alegre y feliz que la vejez pertrechada con los estudios y experiencias de la juventud" (Cicerón).
- "La verdad es hija del tiempo, no de la autoridad" (Bacon).
- "No hay verdad que no haya sido perseguida al nacer" (Voltaire).
- "Para que nazcan virtudes es necesario sembrar recompensas" (Proverbio oriental).
- "No mide el tiempo la vida, sino el empleo" (Saavedra Fajardo).

- "Los intelectuales resuelven los problemas; los genios los evitan" (Albert Einstein).
- "El genio convierte la excepción en regla" (Eugenio Trías).
- "Todos los casos son interesantes, con cada caso siempre se puede aprender algo". (Anónimo).

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 B. Aforismos, proverbios, lemas y consejos. Rev Cubana Med Gen Integr 2004 [acceso 20/09/10]; 20(2). .

Disponible en: http://bus.sld.cu/revistas/mgi/vol20_2_04/mgi15204.htm.

Recibido: 3 de agosto de 2013.

Aprobado: 10 de agosto de 2013.

Dr. *José Díaz Novás* Policlínico Docente "Lawton" Ave. Camilo Cienfuegos / 10 y 11 Lawton. Ciudad de La Habana Cuba