



Presentación del libro Sano y salvo y libre de intervenciones médicas innecesarias en Zaragoza

EL LIBRO TRATA DE LA PREVENCIÓN Y DE LA PRECAUCIÓN NECESARIA EN LA ACEPTACIÓN DE LAS PROPUESTAS PREVENTIVAS



Por Patricia Escartín Laslerra

El pasado 28 de enero se presentó el libro "Sano y salvo (y libre de intervenciones médicas innecesarias)", escrito por los médicos Juan Gervas y Mercedes Pérez Fernández, en la Librería Cálamo de Zaragoza.

Como nos contaba Mercedes, la idea surgió a partir de la petición de uno de sus hijos que "nos pedía información sobre cosas que les pasaban a sus amigos y que trataba de transmitir, pero le resultaba difícil, porque por ejemplo nuestros artículos que le pasábamos eran muy técnicos. Entonces nos planteó por qué no escribir un libro que cualquier persona pueda leerlo"; así fue como nació este libro, con el objetivo de que "cualquier persona pueda saber con datos y no con opiniones lo que ocurre con su salud. Dotar de autonomía a los pacientes. No tanto para cambiar o no actitudes, como pueda ser la autoexploración de las mamas, sino para que sepan, si lo hacen, que no sirve para nada y que puede producir un encamizamiento terapéutico innecesario". En este sentido, una parte importante del libro trata del ensañamiento terapéutico a las mujeres a lo largo de toda la vida, cuestiones como "el parto, completamente medicalizado, el cribaje de los cánceres de mama, de cuello de útero, la vacunación contra el virus

del papiloma, la osteoporosis o la menstruación(...) Con este libro se trata de que las mujeres puedan decidir libremente con toda la información posible"

El libro está dividido en tres secciones principales: las dedicadas a la prevención primaria y secundaria, cuestionando el riesgo/beneficio de las mismas sobre personas que ya gozan de salud y la otra dedicada a la salud y sus determinantes biológicos, ambientales y sociales.

Una parte importante de las medidas de prevención se dirigen a las personas que menos lo necesitan "los sanos preocupados", como nos recordaba Mercedes, "es la : quien realmente necesita los cuidados, son los que menos reciben. En las muertes por cáncer de cuello de útero, de cada cinco mujeres, cuatro nunca se han hecho una citología o en mujeres en sillas de ruedas son las que más tarde se diagnostican los cánceres de mama, porque hay que desnudarlas, sacarlas de la silla, etc etc..."

Juan complementaba: "Se mezclan dos cuestiones; una, la primera parte de : quien más necesita, menos recibe. Y otra, la



segunda: "esto se cumple más intensamente cuanto más se orienta hacia el sistema privado el sistema sanitario", así que cuanto más se tienda a la privatización, más se cumplirá esta ley de cuidados inversos. Además gran parte de la salud no depende de los sistemas sanitarios sino de lo que llamamos los ; es decir, la salud que tengo hoy mismo depende en parte de mí (elijo o no fumar), pero gran parte depende de las circunstancias sociales en las que me he criado y me mantengo: el barrio en que uno vive, lo que come, las personas que le

acompañan, la educación que recibe...Esto no se escoge. No elegimos donde nacer. Los condicionantes sociales son enormes."Y añadía: "Un sociólogo español, Juan Irigoyen describe lo que se llaman : fumar, estar gorda, mala alimentación,...Se aconseja sobre estilos de vida que no se pueden elegir. Hay cierta posibilidad de cambiarlo, pero si vamos a estudios, como los realizados recientemente en Reino Unido, han mejorado estilos de vida (disminución de consumo de alcohol, de tabaco, aumento de la actividad física...) de quienes no lo necesitan, de las clases media y alta y no de las clases más bajas, por lo que se están despilfarrando esfuerzos y recursos. Si realmente nos interesa la salud de la población en su conjunto quizás haya que mejorar la democracia, aumentar impuestos y redistribuirlos, mejorar la educación y la participación popular..."

"SANO Y SALVO Y LIBRE DE INTERVENCIONES MÉDICAS INNECESARIAS "

Es un libro científico basado en la mejor y más actualizada bibliografía que engloba "42 años de experiencia clínica, de ciencia y conocimiento sobre nuestros pacientes". Un libro escrito con "ciencia, conciencia, corazón y coraje" y que, según nos decía Juan, podría tener tres tipos de lectores: profesionales sanitarios que quieren aclararse, mujeres preocupadas por su salud y de sus familias y que ejercen como "agentes de salud" y los críticos con el sistema sanitario. "Es un canto a la vida, al profesionalismo de los sanitarios, al gozo del vivir, a no perder la salud que tienes hoy por una futura que vaya usted a saber...Y no es un oasis en el mundo, es una corriente mundial que se está cociendo y que engloba a muchos científicos y profesionales".

Un libro que animamos a leer y que no dejará indiferente a nadie.

Gérvas, J., Pérez Fernández, M. Barcelona: Los libros del lince; 2013.

