



## Entre evidencia y leyenda

### Between evidence and legend.

Hoy en día, la búsqueda del bienestar se encuentra teñida por una inquietud colectiva: ¿en quién depositar la confianza para el cuidado del cuerpo y la mente? A medida que la sociedad evoluciona, también lo hacen las respuestas a esta interrogante, así como la percepción misma de la salud, el dolor y la enfermedad. De este modo, la sabiduría popular se entrelaza con un escepticismo creciente hacia la medicina convencional, mientras nuevos protagonistas y discursos adquieren relevancia en la vida cotidiana.

En esa encrucijada entre lo heredado y lo inventado, es habitual que las personas confíen en relatos trasmítidos por familiares o amistades, quienes narran haber superado malestares parecidos y rememoran, con convicción, el remedio que les devolvió la calma, aunque la efectividad de tales soluciones permanezca incierta. No obstante, estas recomendaciones (autoprescripción) se propagan entre quienes padecen dolencias, alimentando la circulación de saberes informales.

El enfoque social del sobre peso y la obesidad también ha experimentado profundas transformaciones. Si bien en tiempos anteriores era un tema raramente abordado, hoy los medios de comunicación se ven saturados de productos y

dietas que prometen resultados sorprendentes en períodos breves. Quienes buscan soluciones rápidas suelen conocer alguna dieta de moda, pero pocas veces se subraya lo esencial: la importancia de una alimentación equilibrada para prevenir complicaciones graves como la diabetes o las enfermedades cardiovasculares y, en segundo plano, para verse y sentirse mejor. Todo ello dejando de lado la participación del médico.

Así, proliferan las terapias no convencionales, que suelen atraer a quienes se sienten desatendidos por la medicina formal o desconfían del método científico. El relativismo cultural ha fortalecido la idea de que la elección entre medicina tradicional y ciencia es tan solo una cuestión de perspectiva. Asimismo, la industria farmacéutica, arrastrando errores del pasado, es percibida con suspicacia, alimentando la preferencia por lo alternativo y permitiendo que los medios sensacionalistas promuevan prácticas ajenas al rigor científico.

El crecimiento en el uso de la herbolaria, la homeopatía y autoprescripción a la que incitan las redes sociales —presentada como milagrosa, eficaz y económica— responde a múltiples factores: el desencanto con la medicina tradicional, marcada a veces por la despersonalización, la

brevedad de las consultas y la excesiva solicitud de estudios, la existencia de enfermedades aún incurables, el temor a los efectos secundarios de los fármacos convencionales; y una confusión, arraigada en creencias populares, entre evidencia y leyenda.

El expuesto parece ser otro sello más que nos da identidad: primero el remedio casero, si

no funciona, queda la receta prescrita por un médico a otro conocido (¿porqué no habría de servir para todos?), enseguida están la herboristería, la homeopatía y los curanderos. Y si con ninguno se encuentra el remedio...quedamos los médicos. ¿Qué podemos hacer para invertir el proceso?

Enrique Nieto Ramírez

#### AVISO PARA LOS AUTORES

*Medicina Interna de México* tiene una nueva plataforma de gestión para envío de artículos. En: [www.revisionporpares.com/index.php/MIM/login](http://www.revisionporpares.com/index.php/MIM/login) podrá inscribirse en nuestra base de datos administrada por el sistema *Open Journal Systems* (OJS) que ofrece las siguientes ventajas para los autores:

- Subir sus artículos directamente al sistema.
- Conocer, en cualquier momento, el estado de los artículos enviados, es decir, si ya fueron asignados a un revisor, aceptados con o sin cambios, o rechazados.
- Participar en el proceso editorial corrigiendo y modificando sus artículos hasta su aceptación final.