

CONTROL DE STRESS

Como recuerdo aquel día en que fui a dar de alta mi clínica a la secretaría de salud y ahí me mal atendió el jefe de regulación sanitaria.

Era un tipo... el clásico burócrata que me dice firmemente que yo no podía aplicarme en el nivel terapéutico del control de stress por no ser ni psicólogo ni psiquiatra.

El pobre ignorante, inmoral y mal profesionalista trató de extorsionarme y como tantos a los que les dan una migaja de poder, ni idea tiene de lo que es la rehabilitación física ni que para poder sustentar a un paciente, el que sea; lo primero es trabajar con sus actitudes, consigo mismo y su entorno emocional para motivarlo. Tampoco sabe que al otorgar una solución para un problema hay una eliminación de carga anímica enorme.



Son tan comunes estos encuadres retrógrados de pseudo profesionistas a cargo de liderar a tantas instancias a las que el propio sistema enaltece y sostiene para poder mermar aún más la ya tan dañada sanidad social.

El paciente debe entrar en un ámbito de seguridad y recuperar su integridad en miras de alcanzar un cuadro de rehabilitación completo.

Nada que ver con las instituciones públicas en que no tienen el mínimo respeto por el paciente, en donde claramente, el stress y la enfermedad se mantienen al mil.

Desde la recuperación del sueño, la descarga física al evitar malas posturas, el retirar la carga metabólica ejercida por los antinutrientes en la mala dieta. El dolor no mata a nadie, pero lo que es una realidad que enloquece al que lo tiene y de paso se lleva a los que rodean al enfermo.

Por ello es un tema indispensable en las vidas de todos y una necesidad el tomar puntuales cartas en el asunto del stress físico y emocional.

Un tema en el que apoyamos a los pacientes mediante terapias relajantes y además de poner a su alcance los artículos y libros de humanidades de nuestra cosecha, además del trato respetuoso.