



La voz en el viento. El arte de vivir

Autora: María Mardomingo

Editorial: Cordel D'Prata

Adolescere 2024; XII (2)

A la Profesora Mardomingo la hemos conocido en sus publicaciones, sus cursos de verano en El Escorial y sobre todo en nuestra rotación por el Servicio de Psiquiatría Infantil del Hospital Gregorio Marañón. Habíamos leído sus publicaciones anteriores: "Tiempos cortos. Historias de Psiquiatría infantil" y "Psiquiatría para padres y educadores. Ciencia y arte", además de otros escritos académicos y dirigidos más al estudio que a la lectura. En cuanto ha aparecido este nuevo título, nos hemos lanzado a su lectura.

Nos ha sorprendido esta publicación, ya empezando por el título: "La voz en el viento. El arte de vivir". No tiene nada que ver con los libros anteriores. La primera parte evoca la poesía; la segunda, la comprensión de la vida. La autora lo dice: "es un libro escrito para mí misma, y que tal vez pueda interesar a alguien". Porque "No sabes de dónde viene este camino/ que a ningún sitio conduce. / Pero te importa poco, ya que está lleno de hechizos (Vladimir Holan)".

Es un libro de relatos cortos, orientados a la reflexión y a la meditación de los acontecimientos humanos y sociales, locales o universales. No es una novela, que narra una historia y tiene un argumento lineal, sino que se puede empezar por cualquier página. Me recuerda a "Juicio Universal" de Giovanni Papini o a "Evocaciones y Presencias", de José Jiménez Lozano. Esta característica permite al lector encontrar en cualquier rato una ocasión de abrirlo, sabiendo que va a encontrar un momento de placer y de pensamiento crítico. El contenido analiza una serie de reflexiones, y las completa con citas y referencias muy bien traídas, que añaden rigor y profundidad a cuanto se dice. Estas citas no serían necesarias, al tratarse de un libro concebido desde la introspección personal, y sin embargo están ahí, intencionadamente, dirigidas a descubrir "el arte de vivir".

Se trasluce en todo ello el perfil clínico, la consulta, el comentario psicoterapéutico que pretende persuadir al "otro" de las posibilidades de curarse a sí mismo, o de ayudarlo positivamente en su vida. "Porque, ¿sabe, doctora?, las huellas del dolor atraviesan la historia y las vidas personales en modos y formas innumerables". No puede evitar, ni seguramente lo pretende, que se evidencie la formación y experiencia clínica y científica, por ejemplo, cuando se refiere a la salud mental, la depresión, el estilo de vida de las sociedades industriales, de producción, consumo y mercado, a las que acusa de ser demasiado influyentes en los acontecimientos vitales personales.

Al hilo de esto, extraigo algunos retazos de la publicación como ejemplo de la belleza que se contiene en el libro, y el placer que produce su lectura:

"La sociedad y los pacientes necesitan médicos cultos, capaces de razonar de manera crítica y autónoma, que se comprometan con la verdad y el bien común, que hagan de este mundo un lugar más delicado, hermoso y amable. Porque está claro que acceder a la información no es lo mismo que adquirir conocimientos, y adquirir conocimientos no es lo mismo que tener sentido crítico y ser capaces de entender y desentrañar nuestro tiempo...un mundo triste e inhumano del que no forman parte las humanidades."

"La palabra, la conversación, el paseo, la comprensión de las cosas y de nosotros mismos, son actividades curativas, que sosiegan, acercan al nirvana y sanan."

"Aprender a vivir, ya que aprender a morir no es necesario ni útil. Pero sí lo es aprender a envejecer. La Ilíada enseña que toda la vida es un combate; la Odisea, que toda la vida es un viaje y el Libro de Job que toda la vida es un enigma. Cada uno tenemos nuestro combate, nuestro viaje y nuestro enigma."

Algunos ejemplos ilustrativos añadidos:

Compañía: "Recuerda a un amigo que aseguraba preferir la compañía de los arroyos, los montes y los pájaros que la de los hombres"

Estoicos: "La tendencia actual es en la que impera el victimismo, el deseo de éxito rápido, la indulgencia de uno mismo, la exhibición permanente y la entrega exaltada al progreso tecnológico."

Voz: “Y la voz se hizo ráfaga de viento y el viento canto y el canto bosque encendido y la luz reflejo alado”.

Lo invisible: “Es en lo invisible donde se esconde el significado original de las cosas y las experiencias. Hay que defenderse de la épica aplastante de la realidad para descubrir la naturaleza espiritual de lo cotidiano. Descubrir la vida que se oculta en los matices, en la melancolía de la pérdida que se transmiten los gestos, en el gozo del encuentro inesperado.”

No sólo es un placer su lectura. Es un libro para releer, para meditar y practicar este olvidado placer de la introspección, la mirada interior, el análisis y el perdón...especialmente recomendado a las nuevas generaciones de profesionales de la salud para que no olviden las habilidades humanísticas de la profesión.

Luis Rodríguez Molinero

Pediatra Acreditado en Medicina de la Adolescencia. Centro Médico Recoletas. Valladolid



Diabetes tipo 1 en la edad pediátrica

Lo que se necesita saber para la autogestión de la diabetes



Madrid, marzo 2024

Autoras

- Dra. Raquel Barrio Castellanos, diabetóloga pediátrica.
- Dña. Lourdes Cartaya Otamendi, licenciada en pedagogía.

Lo que se necesita saber para la autogestión de la diabetes

Autoras: Dra. R. Barrio Castellanos, Dña. L. Cartaya Otamendi
Clínica D-Médical

¿QUIERES SEGUIR OFRECIENDO LO MEJOR AL PACIENTE CON DIABETES Y A SUS FAMILIARES? Se acaba de publicar la Guía “DIABETES TIPO 1 EN LA EDAD PEDIÁTRICA. Lo que se necesita saber para la autogestión de la diabetes” (3ª ed, 2024), de la Unidad de Diabetes Pediátrica de la Clínica D-Médical de Madrid. Es una guía completa, actualizada y cercana y está diseñada especialmente para adolescentes y para las familias de niños con diabetes tipo 1 (DM1). Contiene todo lo necesario para entender y convivir con la diabetes

de una manera amigable y segura, cuidando todos los aspectos de la salud sin sentirse limitados.

La Dra. Raquel Barrio, experta en el cuidado de pacientes con diabetes y sus familiares, junto a Lourdes Cartaya, pedagoga y educadora en diabetes, han puesto al día su obra con el propósito de ofrecer un recurso actual, útil y accesible para todos los que se enfrentan al desafío de convivir con DM1. Con un enfoque cercano, a la vez que riguroso, la nueva edición ofrece un viaje en el que el paciente y su familia descubrirán el mundo de la diabetes y cómo afecta al organismo, encontrarán las mejores herramientas de autocuidado y entenderán la importancia de elegir alimentos saludables y hacer ejercicio físico. El libro también explica los beneficios de la tecnología en la determinación de glucosa y administración de insulina, comprendiendo el “gold standard” del tratamiento actual de la DM1 en la edad pediátrica, el “páncreas artificial híbrido avanzado”, sin olvidar el cuidado de los aspectos emocionales y sociales. Con estos nuevos conocimientos, los adolescentes y los cuidadores de niños con DM1 podrán ayudar al equipo diabetológico en la búsqueda de las estrategias que mejor se adaptan a sus circunstancias, con el objetivo de sentirse bien a la vez que su diabetes está controlada. La guía invita a APRENDER, CUIDARSE y VIVIR con DM1.

“DIABETES TIPO 1 EN LA EDAD PEDIÁTRICA” es más que un libro: es un compañero en el camino hacia una vida saludable y plena con diabetes. Ayudará no solo a pacientes y familiares, sino también a sus equipos diabetológicos en la gestión integrada de la diabetes. Gracias infinitas a las autoras por su pasión e implicación constante para ayudar a jóvenes y a sus familias a vivir con esta condición, por compartir tan generosamente su conocimiento y experiencia, por todas sus aportaciones, por su compromiso y por su calidez humana.

¡Únete al mejor cuidado de la DM1 guiado por la experiencia y excelencia de la Dra. Barrio!

María Martín Frías

Unidad de Diabetes y Endocrinología Pediátrica
Hospital Universitario Ramón y Cajal, Madrid