

# Tapicería Landin

2228 N.16 st. Phoenix, AZ 85006.

(Calle 16 y Oak)



Tapicería Landin le deja su carro como nuevo, le repara las tapas de los carros convertibles, los asientos de los barcos y motocicletas, los muebles de su casa y hasta los de su negocio.

602-505-6819 español  
602-340-0401 english



¡SIENTE EL SABOR DEL CARIBE EN PHOENIX!

AUTÉNTICA COMIDA CARIBEÑA

\$9.95  
Especiales a lo hora del lunch  
Lunes a viernes de 11am a 2pm



2714 W. Thomas Rd.  
Phoenix, AZ 85017

¡El que prueba por primera vez, garantizado que regresa!  
-Abrimos todos los días-

602-278-9607  
602-571-4557

-Servicio de catering para eventos-  
puertoricolatiningrill.com

15% de descuento mostrando este anuncio  
Válido por una mesa. No se puede combinar con otras ofertas

## Buena vida

ESCUCHAR

segunda parte



# Doctor, es cierto que tenemos el mejor sistema de salud en EEUU?

**E**n el artículo de la edición anterior hablamos un poquito sobre el “sistema de salud” que tenemos en este país. la realidad es que en muchas maneras no tenemos un sistema de salud pero sí un “sistema de enfermedad.” La razón por la cual digo esto es que realmente estamos más enfocados en tratar enfermedades que en enseñar métodos para prevenirlas y las compañías farmacéuticas y aseguranzas nos tratan de convencer que no podemos vivir sin ellos.

A través del tiempo el sistema médico en Estados Unidos ha crecido en tecnología y capacidad en una manera increíble. Al mismo tiempo, el costo de ir a un médico, de comprar medicina, de ir a un hospital, ha crecido tanto que está a punto de quebrarse económicamente. Muchos dicen que ya está quebrado y que salvar a este sistema es como limpiar un diluvio con una esponja.

El problema es que en muchos casos hemos aprendido y tenemos una definición de salud que se enfoca demasiado en síntomas, en vez de función y capacidad óptima (lo cual no se enfoca tanto en síntomas).

En general, en nuestra sociedad esperamos hasta que hay algún síntoma antes de buscar una solución. La verdad es que en la mayoría de los casos, cuando uno tiene un síntoma, la enfermedad ya está bien establecida. Piense en diabetes, un ataque al corazón, cáncer u osteoartritis.

Si uno define la salud simplemente como “la ausencia de síntomas” y nada más, entonces este método de mirar al cuerpo y nuestra salud es válido. Pero si realmente queremos aprovecharnos del potencial máximo que ofrece este cuerpo tan magnífico, entonces tenemos que ampliar nuestra definición de salud. A mi me gusta esta: La salud del ser humano no se basa solamente en la ausencia de síntomas (no siento nada), pero en la función óptima de todos los tejidos del cuerpo, incluyendo el sistema neuro-esqueleto-muscular y el sistema de órganos internos y todas las células del cuerpo.

Nuestra definición de salud va a determinar nuestro camino cuando se trata de si vamos a promover nuestra salud a un nivel óptimo o si vamos a sucumbir a las poderosas fuerzas de nuestro “sistema de salud.”



Por **DR. PATRICK A. MALONEY**  
**DIRECTOR CLÍNICO DE MALONEY**  
**CHIROPRACTIC CLINIC**  
602-955-2858