

UNIVERSIDAD DE NUEVO LEON
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL
CURSO DE VERANO PARA GRADUADOS
JULIO DE 1966.-

DOCUMENTO NUM. 7

SEGUNDA SECCION
EL CONTROL DE SI MISMO.
Primera Unidad de Trabajo

Hay personas que afirman que no debemos reprimir nuestros deseos y caprichos, pues la represión provocaría una serie de enfermedades nerviosas.

No obstante, si tomamos en cuenta que desde nuestra infancia estamos habituados a reprimirlos, veremos que esto no sucede. Tan habituados estamos a ello, que ni si quiera lo advertimos. Sin embargo, si no fuese así, nos sucederían las cosas más absurdas, como por ejemplo, agredir a cada momento a las personas que nos molestan, apropiarnos en los comercios de todo lo que nos agrada, etc. No lo hacemos, únicamente a causa de ese control que poseemos ya desde la más temprana infancia. En realidad, existen personas que logran dominar sus pasiones mejor que otras; a estas últimas les conviene conocer su propia naturaleza a fin de poder dominarla. Particularmente para quienes se irritan fácilmente o pierden su calma por una nadería, es recomendable, en primer lugar, someterse a un examen médico, para comprobar si su falta de control no proviene de una causa orgánica. De no ser así, es posible que ciertos deportes violentos, como el boxeo o el rugby, permitan "canalizar" la agresividad fuera de las relaciones de trabajo.

Para muchos de nosotros, el control de sí es difícil al comienzo, pero poco a poco se convierte en un hábito muy útil para mejorar nuestras relaciones humanas.

EL CONTROL DE SI MISMO.

Hay personas que afirman que no debemos reprimir nuestros deseos y caprichos, que la represión provoca una serie de enfermedades nerviosas. No obstante, si tomamos en cuenta que desde nuestra infancia estamos habituados a reprimirnos, veremos que esto no sucede. Tan habituados estamos a ello, que ni siquiera lo advertimos. Sin embargo, si no fuere así, nos sucederían las cosas más absurdas, como por ejemplo, gritar a cada momento a las personas que nos molestan, gritar en los comercios de todo lo que nos agrada, etc. No lo hacemos, únicamente por causa de ese control que poseemos ya desde la más temprana infancia. En realidad, existen personas que logran dominar sus pasiones mejor que otras; a estas últimas les conviene conocer su propia naturaleza a fin de poder dominarla. Particularmente para quienes se irritan fácilmente o pierden su calma por una palabra, es recomendable, en primer lugar, someterse a un examen médico, para comprobar si su falta de control no proviene de una causa orgánica. De no ser así, es posible que ciertos deportes violentos, como el boxeo o el tippy, permitan "canalizar" la agresividad fuera de las relaciones de trabajo. Para muchos de nosotros, el control de sí es difícil al comienzo, pero poco a poco se convierte en un hábito muy útil para mejorar nuestras relaciones humanas.

CONCEPTO FUNCIONAL DE LA SALUD PUBLICA.

SEGUNDA SECCION
Primera Unidad de Trabajo

La salud pública es una rama de la medicina que se ocupa de las manifestaciones más características y señaladas de nuestra época. Si bien en todos los tiempos los hombres han procurado el cuidado de su salud, los sucesivos aportes del ingenio y espíritu de observación, así como las prácticas heredadas de generación en generación, fueron durante siglos los elementos constituyentes de una práctica empírica.

Sin desconocer que quienes emprendan grandes obras de utilidad pública, tienen que estar a prueba de las dilaciones más fatigosas, las desilusiones más penosas, los insultos más ofensivos, y lo que es peor aún; LOS JUICIOS PRESUNTUOSOS DE LOS IGNORANTES.-

BURKE.

Pero a medida que la salud pública se desarrolla, también cada vez más se diferencia y especializa. El conocimiento de las disciplinas que comprenden el estudio de la salud pública, exige un aprendizaje largo y difícil, y su práctica requiere de hombres socialmente integrados en fecunda labor de equipo. Sin el estímulo constante de la ciencia, la salud pública no puede avanzar. Por eso en todos países se hace un inventario anual