

Continue



complicarlas. Como verás tengo la intención de poner más y más cosas en la posibilidad de poner otras explicaciones o siquiera de parafrapear, pues cualquier cosa podrá ser sacada de contexto. Que cuando dijiste médico querías referirte a un médico general, familiar o de primer nivel... Bueno, no lo trataré como tú tratas a los demás, recibo bien las aclaraciones y estoy dispuesto a dadas y a reconocer errores. Lamentablemente no aclaras nada porque no señalas de qué manera se excluye solamente a los médicos que te tratan. Un enfermo de cáncer no estaría sano sólo por haber sido referido a un oncólogo. Debo hacerte notar que yo no he señalado si lo estás o si no lo estás, sigues discutiendo contigo misma. No me interesa discutir este asunto.

Mi primer impulso, cuando vi las respuestas que diste desde la última vez que contesté, fue ponerte algunas reglas para continuar. Sin embargo, si sientes que te he sido útil considéralas como sugerencias. 1ª Trátame y trata a los demás con respeto. Empezar una respuesta "siguiendo contigo" es sumamente agresiva. No creo que aquí, escribiendo, seas menos amable que en tu vida cotidiana, normalmente es lo contrario. 2º No respondas de inmediato. Deja pasar unas horas, o un día, y vuelve a leer. Si encuentras que la respuesta tiene otro sentido que el que habías entendido al principio vuelve a dejar pasar un tiempo, vuelve a leer y así hasta que hayas captado el mensaje que te querían dar.

separaciones entre párrafos en mis respuestas. Eso es lo básico para una buena redacción, e incluso para una buena comunicación. 4ª Investiga lo que te pida en adelante. Me aseguraré de no volverte a mandar a leer Cien Años de Soledad dos veces. Todavía te lo sugiero y estoy seguro de que no lo has hecho. 5º Empieza a agradecer. A nadie, me parece, le has reconocido ningún aporte útil ni has considerado que te han regalado su tiempo. En especial ahora si alguien lee todo el hilo.

6º Te advierto que no responderé cuando tu argumento sea que algo te lastima o te lastimaría. A los demás no nos tiene que importar en lo más mínimo si te lastimamos o no. ¿Te imaginas que le contestará a hacienda (los que cobran los impuestos) que me ofendé que crean que he evadido? ¿Te imaginas que le dijera al policía de tránsito que me lastiman que me ponga una multa" sino de empatía (creo yo) ¿Y cuando he dicho que algo me lastime? ¿Encuentra argumentos. Ojalá aplicaras esta regla en tu vida. Ojalá entendias que creo en tu capacidad de entender, de vivir y de cambiar tu punto de vista en un parpadeo cuando lo hayas entendido. Después de todo yo he sido increíblemente necio, lo peor es que cuando el otro tiene un buen argumento ni siquiera le sabe a victoria pues mi cambio es demasiado rápido.Insisto en mi sugerencia de que hagas trabajo voluntario en un refugio de animales. Por tener que limpiar, porque es un trabajo útil y necesario que beneficia a seres desvalidos y porque recientemente me enteré, aunque lo intuía, que cuidar y aprender del comportamiento de los animales (etología) ayuda mucho a los aspis.

También insisto en sugerir que aprendas lógica, que sepas reconocer falacias. Es una útil herramienta que forma el pensamiento.Insisto, creo en tu capacidad y en tu inteligencia. Necesitas, un poco más que los demás, tener disciplina y método, eso puede superar al talento. Bonus Track:Quizá puedas echar mano de planos o reseñas de hoteles de gran lujo, palacios antiguos, edificios oficiales y constatar que tienen baños... desde que estuvo disponible la tecnología. Me adelanto a que descubras que Versalles originalmente no tenía, la forma en que resolvían eso era sumamente desagradable. Y continúo en plan de juego, ¿no has oido que se refieran al escusado como "el trono" porque es el lugar a donde el rey va solo."Trata a los demás con respeto. . No creo que aquí, escribiendo, seas menos amable que en tu vida cotidiana, normalmente es lo contrario" ¿Qué puedo decir? Yo en mi vida cotidiana, pido las cosas por favor, doy las gracias, saludo, no trato a la gente de manera grosera, no digo tacos ni quarrerías a nadie, dime entonces porque el decir "siguiendo contigo" es agresivo y por qué no te he tratado con respetolos libros no sabría como conseguirlos, si son en pdf o epub habra que registrarse con una cuenta bancaria, y yo no tengo capacidad económica para eso"A los demás no nos tiene que importar en lo más mínimo si te lastimamos o no" me choca eso pues a mi me han educado para no lastimar a nadie, de eso se trataría la asertividad, por ejemplo sé que a mi abuela le lastiman

ciertas cosas según como se las digan y con qué palabras, por lo que trato de medir las palabras cuando tengo que decirle algo, no se trata de "me lastiman que me pongan una multa" sino de empatía (creo yo) ¿Y cuando he dicho que algo me lastime? Lo unico que recuerdo haber dicho es "¿Por tener ansiedad y epilepsia no estoy sana? Eso duele" aunque no pueda ir a un refugio de animales, voy a hacer un modulo de atención a personas dependientes, donde en la practica tendré que presenciar fluidos corporales, lo que viene a ser una terapia de exposicion (aunque segun mi orientadora laboral es una terapia de shock muy fuerte)". Si algo es "normal", como tú afirmaste, para la mayoría entonces es normal y ya está" y de aquí yo también saco que la mayoría normaliza cosas que no son buenas o correctas, como por ejemplo fumaryo se agradecer cariño pero cuando me pongo nerviosa se me pasa y aparte escribo sin pensar, claro que agradezco que me leas y me escribas Continúo:Lo de Hacienda y la evasión, la policía y la multa creo que no tiene que ver con lo que me ocurre. Las multas y la declaración de evasiones está dentro de las obligaciones y el trabajo de Hacienda y la Policía. Pero en cambio mi caso (sería mejor saber en que casos he dicho que se me haya lastimado) se trata de criticas, respuestas y aclaraciones que me han hecho sentir mal. Pienso que no es lo mismo un consejo, una opinion y una critica negativa, a esto ultimo será a lo que he respondido mal, habrá sido para defenderme, pero creo que no es necesario decirme las cosas que me han dicho como:que mis preguntas son de una Asperger de 10 años, dudar de que sea Asperger, que tener una minusvalía no es normal, que solo cuando vea pornografía y me pillen pasará a ser una persona normal, que en una casa de locos donde no me dejan ni ver pornografía en paz, que el punto no normal es que todas las personas no necesitan imaginarse a los famosos en el baño" y la gente no piensa esas cosas a ese nivel, que nadie sigue las reglas de dónde vive, siendo adulta, que la minusvalía que tengo me está muy bien puesta porque no me ven preparada para entrar al.mundo real"Valga la redundancia, pero yo he sido educada para no contestar mal ni de manera desagradable a nadie, por tanto me gustaría saber cuáles son las contestaciones irrespetuosas que he puesto*Yo ahí dije primero que no fabulo en torno a personas que no defecan, sino que contemplo las excepciones. Y cuando dije "me cuesta imaginarme a un famoso en el baño" más concretamente quiero decir si me dicen que los famosos defecan, mi respuestas más impulsivas son "¡Venga ya!" ¿Cómo va a hacerlo si es famoso?" Los famosos no van al baño" me hago una imagen mental y digo ¡ufff!, no es posible! Eso es una conducta más común de la que creés: biunívoco he leído que es entre dos conjuntos un elemento del primer conjunto corresponde a uno del segundo, y al revés. Entre esto, y lo de los dedos y los pulgares me he quedado pensando pero me he liado Asertividad. Ampliando lo que dice el diccionario es limitarse a lo que se puede afirmar. Restringirse a irrespetuosas y no haberme dado cuentaY por su puesto que agradezco tu atención Querida Gema: Yo mismo muchas veces reacciono de formas incorrectas y extrañas por lo que carezco de una fórmula para hacerlo que pueda ofrecerte. Entender las intenciones y motivaciones de los demás es algo que se nos escapa. He optado por manejar todo asunto de una forma más elevada, que ha dado como resultado que mis adversarios se topen con pared si intentan atacarme. Por ahí circula el cuento del maestro que pregunta a quién le pertenece un regalo que ha sido aceptado, responde el alumno que ha de pertenecer a quien lo trajo, el maestro explica que así puede hacerse con las ofensas. Dicho de otra forma: Ante el riesgo de equivocarme tomando algo que me han dicho como ofensa me ha resultado más útil no ofenderme por nada que me digan. El resultado es que contesto amablemente y con verdad en qué está equivocado (ganando el enfrentamiento con elegancia) o, agradezco el servicio que me han hecho al decirme lo que me han hecho al decirme lo que me han dicho resultando en una victoria insípida para mi adversario respecto a las razones y una derrota en cuanto a humillarme u obtener una pelea conmigo. Dicho de otra forma: Germán Dehesa (académico, actor, productor y escritor de mi país lamentablemente fallecido) convidaba el consejo que le dió su cardiólogo preguntándole ¿Vale la pena morir por discutir con un necio? Me han llegado a decir que trato con demasiada amabilidad a algunos o que trataría igual a un pordiosero que al presidente. Prefiero pecar de cortés. Tengo el problema de que alguien quiera obtener de mi una respuesta muy emocional en otros asuntos (incluidos los amorosos) para creerm, sucede muchas menos veces de las que sucedería si "sobrereaccionara" y además quien me conoce bien sabe que nunca miento. ----- Siguiente asunto. No, no has dicho que te haya lastimado. Establecida y reconocida la buena voluntad de ambas partes podemos tener un mucho mejor diálogo. ----- Siguiente asunto. Biunívoco es utilizado tanto en matemáticas, lógica matemática y lógica. También puedes encontrar el concepto como bicondicional y si sólo si. Un ejemplo podría ser que un número es primo sí y solo si solamente es divisible (con un resultado entero) entre sí mismo y la unidad. Ojalá el ejemplo o los otros nombres te sean de utilidad. ----- Siguiente asunto. Tuve la fortuna de crecer en una casa donde había muchos libros, aún así en ese tiempo muchas veces utilicé bibliotecas. Para consultar libros difíciles de conseguir incluso crucé toda la ciudad para ir a la Biblioteca Central, donde por ley depositan un ejemplar de todo libro publicado en mi país. Hoy en día hay bibliotecas virtuales (que son legales) y descargas cuestionables. Si estás estudiando tal vez cuentes con cualquiera de las dos formas de bibliotecas. He encontrado muchos buenos libros en librosmaravillosos.com También podrias probar poniendo TITULO AUTOR y PDF o PUB o Download en tu buscador. Así encontré educalibre.info y ahí encontré Yo Robot, de Isaac Asimov. El cuento recomendado es La Fuga, aunque tal vez te gusten otros o todo el libro. El proceso de descarga es un poco extraño porque te dan instrucciones para hacerlo desde sitios externos. Si alguno te gusta mucho siempre será buena idea comprarlo posteriormente pueso eso mueve a toda una industria. Los mejores deseos. Lamento que otra vez se haya comido mis separaciones de párrafo. Mejor respuesta En respuesta a jinhua 6283541 Querida Gema: Yo mismo muchas veces reacciono de formas incorrectas y extrañas por lo que carezco de una fórmula para hacerlo que pueda ofrecerte. Entender las intenciones y motivaciones de los demás es algo que se nos escapa. He optado por manejar todo asunto de una forma más elevada, que ha dado como resultado que mis adversarios se topen con pared si intentan atacarme. Por ahí circula el cuento del maestro que pregunta a quién le pertenece un regalo que ha sido aceptado, responde el alumno que ha de pertenecer a quien lo trajo, el maestro explica que así puede hacerse con las ofensas. Dicho de otra forma: Ante el riesgo de equivocarme tomando algo que me han dicho como ofensa me ha resultado más útil no ofenderme por nada que me digan. El resultado es que contesto amablemente y con verdad en qué está equivocado (ganando el enfrentamiento con elegancia) o, agradezco el servicio que me han hecho al decirme lo que me han hecho al decirme lo que me han dicho resultando en una victoria insípida para mi adversario respecto a las razones y una derrota en cuanto a humillarme u obtener una pelea conmigo. Dicho de otra form: Germán Dehesa (académico, actor, productor y escritor de mi país lamentablemente fallecido) convidaba el consejo que le dió su cardiólogo preguntándole ¿Vale la pena morir por discutir con un necio? Me han llegado a decir que trato con demasiada amabilidad a algunos o que trataría igual a un pordiosero que al presidente. Prefiero pecar de cortés. Tengo el problema de que alguien quiera obtener de mi una respuesta muy emocional en otros asuntos (incluidos los amorosos) para creermee, sucede muchas menos veces de las que sucedería si "sobrereaccionara" y además quien me conoce bien sabe que nunca miento. ----- Siguiente asunto. No, no has dicho que te haya lastimado. Establecida y reconocida la buena voluntad de ambas partes podemos tener un mucho mejor diálogo. ----- Siguiente asunto. Biunívoco es utilizado tanto en matemáticas, lógica matemática y lógica. También puedes encontrar el concepto como bicondicional y si sólo si. Un ejemplo podría ser que un número es primo sí y solo si solamente es divisible (con un resultado entero) entre sí mismo y la unidad. Ojalá el ejemplo o los otros nombres te sean de utilidad. ----- Siguiente asunto. Tuve la fortuna de crecer en una casa donde había muchos libros, aún así en ese tiempo muchas veces utilicé bibliotecas. Para consultar libros difíciles de conseguir incluso crucé toda la ciudad para ir a la Biblioteca Central, donde por ley depositan un ejemplar de todo libro publicado en mi país. Hoy en día hay bibliotecas virtuales (que son legales) y descargas cuestionables. Si estás estudiando tal vez cuentes con cualquiera de las dos formas de bibliotecas. He encontrado muchos buenos libros en librosmaravillosos.com También podrias probar poniendo TITULO AUTOR y PDF o PUB o Download en tu buscador. Así encontré educalibre.info y ahí encontré Yo Robot, de Isaac Asimov. El cuento recomendado es La Fuga, aunque tal vez te gusten otros o todo el libro. El proceso de descarga es un poco extraño porque te dan instrucciones para hacerlo desde sitios externos. Si alguno te gusta mucho siempre será buena idea comprarlo posteriormente pueso eso mueve a toda una industria. Los mejores deseos.Donde dice "un regalo que ha sido aceptado" debe decir "un regalo que no ha sido aceptado". Las flatulencias, es decir los gases que se crean en nuestro aparato digestivo, especialmente en el colon, ultimo tracto intestinal, se generan principalmente cuando comemos alimentos con fibra vegetal, que nosotros no podemos digerir pero que los microorganismos de la flora si usan como alimento. Nueve razones por las que amarás a tu flora intestinal sobre todas las cosas Son un subproducto de la fermentación de esta fibra para utilizarla como energía -sobre todo por parte de las bacterias, pero también por levaduras y protozoos- y tienen una gran proporción de metano, hidrógeno, nitrógeno molecular y dióxido de carbono, además de otras moléculas, en menor volumen, que son las responsables de su mal olor: el ácido butírico, que huele a mantequilla rancia, o el sulfuro de hidrógeno, que ofrece el característico olor a huevos podridos. Las flatulencias y su expulsión, es decir las ventosidades -también llamadas pedos, cuscuos, gansos o lufas- pueden ser vistas como una falta de adaptación evolutiva a la comida vegetal, ya que somos de origen carnívoros cazadores, o bien como uno de los resultados de la simbiosis con las bacterias de la flora intestinal, y por tanto como algo que aporta beneficios. Abundando en esta segunda tesis, este artículo explica siete beneficios de las flatulencias y los pedos para nuestra salud. 1. Las flatulencias previenen la formación de divertículos La diverticulosis es un fenómeno natural con la edad en el intestino de los seres humanos. Se trata de la tendencia del colon a formar pliegues en algunos de sus tramos, que pueden quedar sellados en pequeñas bolsas que dejan atrapadas partes de la flora inestinal. Estas bolsas se llaman divertículos y tienen el problema de que reducen la superficie de absorción intestinal y pueden inflamarse porque la flora encerrada produzca elementos tóxicos al no recibir alimento. La flatulencia, al ser un gas que se expande, hincha el intestino como un globo, evitando la formación de divertículos o deshaciéndolos antes de que queden sellados. Es por ello que la formación de diverticulos es frecuente en las personas que comen poca fibra vegetal y en cambio no se produce en las que tienen una alimentación con gran presencia de vegetales. 2. Evitan que deriven en una diverticulitis Si el divertículo se inflama por causa de las toxinas producidas por la flora intestinal o porque retiene alimento que se pudre, entonces deriva en una diverticulitis, que puede producir grandes dolores. Como ya hemos dicho, una dieta rica en fibra vegetal que provoque flatulencias es un salvoconducto contra la diverticulosis y también la diverticulitis. 3. Son una barrera contra posibles peritonitis La fase final de la inflamación de un divertículo puede ser el estallido y la expulsión de gran número de bacterias por todo el cuerpo, con lo que se producirá una peritonitis y una septicemia, es decir una infección generalizada que fácilmente puede acabar en muerte. Esta casuística extrema no es imposible en personas de edad avanzada que tienen dietas donde la fibra está ausente. 4. Constituyen un sistema de alerta dietético Si tenemos una dieta equilibrada y rica en fibra, nuestro ritmo de ventosidades será bastante regular y estaremos acostumbrados a él. Ahora bien, si notamos que este ritmo se altera o que nuestras ventosidades tienen un olor anormal, podemos inferir que algún elemento de nuestra dieta nos ha sentado mal, ya sea por intoxicación o intolerancia. Esto nos permite corregirla o acudir a un médico para prevenir males mayores. 5. Seleccionan la flora intestinal La flora intestinal es un conjunto de microorganismos que vienen en nuestro intestino, pero no son todos de la misma especie sino que conviven varias en lucha unas con las otras. Muchas de ellas son beneficiosas pero otras pueden provocarnos intoxicaciones. Lo normal es que estas últimas estén en menores proporciones, pero si su número crece nos darán problemas intestinales. Algunos estudios indican que los gases producidos en la fermentación de la fibras, es decir las flatulencias, ayudan a mantener bajo control a las poblaciones de la microbiota maligna o al menos adversa a nuestros intereses, ya que crean un ambiente tóxico que dificulta su crecimiento. 6. Tonifican el esfínter y el suelo pélvico Tener cierto control de las ventosidades no es malo, sin embargo, no solo para los demás, ya que su olor en general nos repugna, sino también para mantener en forma nuestro esfínter anal. Tener el ano tonificado es importante para evitar casos de incontinencia y controlar el tránsito fecal. Además, involuntariamente ejercitamos los músculos de la base de la pelvis, el llamado suelo pélvico, con lo que los fortalecemos de cara a mantener mejores relaciones sexuales y también, en individuos de edad madura, para evitar las pérdidas de orina. Si no te quieres perder ninguno de nuestros artículos, suscríbete al boletín de ConsumoClaro suscríbete al boletín de ConsumoClaro La primera versión de este texto hace referencia a un bulo sobre olor flatulencias y cáncer que tiene su origen en un informe de la Universidad de Exeter que ha sido ampliamente malinterpretado y no incluye referencias a esa cuestión. Ningún estudio (tampoco ese) ha concluido que oler flatulencias humanas pueda curar el cáncer, por lo que hemos procedido a eliminar ese punto del texto. Puedes leer más información sobre ello en este artículo de Maldita Ciencia.