

## RECIBIDO POR E-MAIL

### Para los colegas cirujanos

**Si es cirujano: no opere si bebió y tuvo una "mala" noche.**

Los cirujanos que permanecen bebiendo hasta tarde sufren una notable declinación en su performance quirúrgica en la mañana siguiente.

Los investigadores ingleses entrenaron a los cirujanos voluntarios participantes en el estudio mediante un simulador de cirugía laparoscópica y luego les realizaron una serie de pruebas:

(1) después de una noche de sueño completa sin consumir alcohol;

(2) después de varias horas de privación del sueño sin beber alcohol;

(3) después de una noche en la ciudad durante la cual los cirujanos bebieron 10.33 unidades de alcohol y sólo durmieron 3.75 horas.

Los investigadores midieron el tiempo promedio para hacer una tarea, el número de errores cometidos, y el modo apropiado en que el cirujano utilizó el electrobisturí.

Los resultados indicaron que la combinación de alcohol con poco sueño afecta seriamente la performance. Los cirujanos tuvieron más errores, les tomó más tiempo completar tareas, y usaron en exceso el electrobisturí, al punto que podrían potencialmente dañar a sus pacientes. El indicador más importante de la performance quirúrgica es el electrobisturí, porque su empleo excesivo aumenta la probabilidad de tocar o dañar algo.

El estudio es sorprendente porque no utilizó cirujanos alcohólicos, si no aquellos que tienen una vida social normal, son invitados a una cena, beben un poco y se acuestan un poco tarde. Aunque está reconocido que el cansancio y el consumo de alcohol reducen la destreza manual pocos estudios han evaluado el impacto de estos factores en los cirujanos.

---

### Memorándum

#### De Dios para mi querido hijo(a)

Hoy, YO DIOS, estaré manejando todos tus problemas. Por favor, recuerda que no necesito tu ayuda. Si te enfrentas a una situación que no puedes manejar, no intentes resolverla.

Te pido amablemente que la coloques en la bandeja "Algo que sólo Dios puede hacer". Me encargaré del asunto en Mi tiempo, no en el tuyo. Una vez que hayas depositado tu problema en dicha bandeja no te aferres más a él o pretendas retirarlo de allí. El aferrarte o retirar tu problema, solo hará que se retrase la solución del mismo. Si fuese una situación que tú consideres puedes manejar por ti mismo; te pido no obstante, que por favor lo consultes conmigo en oración, para que puedas asegurarte que tomarás la decisión adecuada.

Debido a que yo no duermo nunca ni me adormezco jamás, no hay razón por la cual tengas que perder tu sueño en la madrugada a causa de las preocupaciones. Descansa a en Mí. Si deseas contactarme, estoy a la distancia de una oración. Además, considera lo siguiente:

- Sé feliz con lo que tienes.
- Si encuentras difícil el dormir por las noches, recuerda a las familias desamparadas que no tienen un lecho donde dormir.
- Si te encuentras atorado en el tráfico, no desesperes. Hay gente en este mundo para quienes tan solo manejar es un privilegio.
- ¿Has tenido un mal día en el trabajo?  
Piensa en aquellos que están por años sin conseguir alguno.
- ¿Estás descorazonado(a) por una relación sentimental deteriorada?  
Piensa en aquellos que no saben lo que es amar y que jamás han sido amados.
- ¿Te entristeces porque se termina el fin de semana?  
Piensa en la mujer con vestidos raídos, que trabaja 18 horas al día lavando ropa ajena, a fin de alimentar a sus hijos.
- ¿Se dañó tu vehículo en medio de la carretera y lejos de toda ayuda posible?  
Piensa en los parapléjicos que con el mayor gusto tomarían tu lugar por caminar la distancia.
- ¿Has notado que te aparecen nuevas canas?  
Piensa en los enfermos de cáncer bajo quimioterapia, que desearían tener tu cabello.
- ¿Has llegado a los 40 y te has enfrentado a una terrible pérdida y te preguntas: Cuál es el propósito de esta prueba?  
Sé agradecido. Existieron muchos que no vivieron hasta esa edad para averiguarlo.
- ¿Te encuentras en un momento de la vida en que eres objeto de la amargura, ignorancia, pequeñez o envidia de la gente?  
Recuerda, las cosas podrían ser peores!!!! tú podrías ser uno de ellos.
- ¿Sientes que no ayudas a los demás como quisieses?  
Parte de la solución está en tus manos; envíales este memorándum, podrías sin quererlo iluminar el día de alguien más.
- ¿Sientes que no tienes un amigo?  
"Recuerda que uno te está enviando este mensaje". La oración es uno de los dones que Dios nos ha dado. No cuesta nada y nos concede cantidad de premios. Sigamos orando uno por el otro.