

Peligros cotidianos
P. Fernando Pascual
5-11-2025

En medicinas y alimentos empaquetados encontramos avisos sobre los posibles efectos colaterales. “Este alimento tiene un exceso de calorías”. “Puede aumentar el colesterol”. “Se ha constatado que un 10% de quienes toman esta medicina puede experimentar mareos e hipertensión”.

La lista es enorme, y no solo vale para medicinas o alimentos, sino para actividades físicas, o para lugares de trabajo donde uno queda expuesto a peligros para la salud.

Sería curioso encontrar avisos sobre los peligros de acciones que hacemos cada día. Por ejemplo, qué probabilidad existe de contagiarse simplemente con la respiración normal en un puesto de trabajo, o en familia, o en el autobús, o en un paseo entre flores y gramíneas.

O encontrar avisos sobre los peligros de caer cuando paseamos por la calle, o cuando bajamos escaleras, o cuando recorremos un sendero de montaña, o cuando subimos o bajamos de un autobús.

O, al sentarnos a comer en casa, encontrar avisos sobre los riesgos de atragantarse al beber agua, al tomar aceitunas, o al ingerir pedazos de carne más consistentes.

Aunque no encontraremos ningún letrero con avisos sobre los peligros de actividades cotidianas, no podemos olvidar que tales peligros existen, y que un número de seres humanos se enferma, o incluso muere, por realizar las cosas sencillas que hacemos cada día.

A pesar de que existen tantos peligros cotidianos, la vida nos exige respirar, nos impulsa a beber y comer, y nos lleva a salir de casa para ir al trabajo, para visitar a familiares y amigos, y para tener un rato de descanso.

Podemos prescindir de algunas medicinas y actividades cuando reconocemos que los peligros son mayores que los eventuales beneficios. Pero no podemos prescindir de llenar nuestros pulmones con el único aire (limpio o contaminado) que ahora nos rodea.

La vida nos impulsa continuamente a aceptar ciertos peligros porque, simplemente, deseamos seguir adelante, sea para atender deseos legítimos que surgen en nuestros corazones, sea para ayudar a quienes queremos y esperan un rato de nuestro tiempo.

No existen burbujas que nos libren de todos los peligros imaginables. Existen corazones que aceptan los riesgos propios de tantas actividades buenas; corazones que han descubierto que vale la pena vivir para amar, cueste lo que cueste, incluso al precio de dejarnos herir para ofrecer ayuda y afecto a quien los necesita.