



[audio
mp3="<https://www.uaa.mx/portal/wp-content/uploads/2025/10/WhatsApp-Audio-2025-10-17-at-8.29.17-AM.mp3>"][/audio]

(Escucha el audio de la columna)

Hace medio siglo, una pequeña región de Finlandia llamada North Karelia enfrentaba una situación alarmante: los infartos y las enfermedades del corazón se habían vuelto tan frecuentes, que el país entero registraba una de las tasas de mortalidad cardiovascular más altas del mundo. La mayoría de los hombres moría joven, víctimas de dietas ricas en grasa, del tabaquismo y de la falta de actividad física.

Ante la petición de la propia comunidad, el gobierno finlandés puso en marcha el “Proyecto North Karelia”, una iniciativa que combinó investigación científica, educación y participación social. Escuelas, empresas, medios de comunicación y servicios de salud trabajaron juntos para modificar hábitos cotidianos y crear una nueva cultura de bienestar. Medio siglo después, Finlandia logró reducir en más del 80% la mortalidad por enfermedades del corazón y aumentar siete años la esperanza de vida de su población.

Ese ejemplo suele citarse como uno de los mayores logros de salud pública contemporánea, pero en realidad nos habla de algo mucho más grande: del poder de la prevención.

La Organización Mundial de la Salud comprende este concepto como el conjunto de acciones que buscan evitar la aparición de enfermedades, detener su progreso o mitigar sus consecuencias. En

otras palabras, prevenir no es esperar que las cosas mejoren o intervenir cuando ya van mal, sino hacer algo antes de que el daño ocurra. Actuar antes del sufrimiento es una forma de inteligencia social, y lo mismo podemos decir en los ámbitos de la economía, la justicia, la educación o la seguridad.

Hay estudios y estadísticas que prueban que los países con mayor inversión en proyectos de atención y cuidados preventivos son también los que más ahorran. Asimismo, diversas organizaciones internacionales estiman que cada dólar invertido en prevención y promoción de la salud puede generar al menos siete dólares de ahorro en atención médica, productividad y bienestar social.

No está de más agregar que, si lo analizamos con cuidado, cualquier cultura de previsión es fruto de una formación integral en la población. Mientras mejor educada está una sociedad, mayor es su capacidad para detectar riesgos, modificar hábitos y pedir al Estado políticas públicas que cuiden su bienestar. Una ciudadanía informada y educada también genera servidores públicos preocupados por este tema y, en suma, así se construye una comunidad más consciente, responsable y solidaria.

Por eso, resulta de suma importancia generar una cultura de la prevención y el cuidado que se extienda en todos los sectores de la sociedad y se fomente desde el seno familiar, la comunicación social y los entornos educativos. Es en ese tenor que el día de ayer inauguramos en la Universidad Autónoma de Aguascalientes el Primer Simposio Nacional de Prevención; un esfuerzo conjunto de nuestra casa de estudios con el Colegio de Médicos Cirujanos de Aguascalientes, el Centro de Prevención de Quemaduras, Bioskinco y el Club Rotario de Aguascalientes.

Este Simposio tiene una relevancia especial porque busca tejer vínculos formativos y de cooperación entre el sector educativo, los servicios de salud y las instancias de seguridad; tres pilares que, cuando trabajan juntos, logran resultados importantes.

En dicho marco, debemos reconocer también que nuestra entidad se está tomando en serio este tema: los programas de prevención del suicidio como *Vive Aguascalientes*, la notable reducción de embarazos adolescentes en los últimos cinco años, o las campañas de seguridad doméstica que protegen a nuestros niños de quemaduras, son pasos firmes hacia un modelo de vida más saludable, seguro y humano.

Sin demeritar esos esfuerzos, lo cierto es que podemos hacer más. Por ello, debemos seguir plantando semillas de formación que, al consolidarse, generen nuevas estrategias, alianzas y compromisos a favor de la prevención y de una cultura generalizada del cuidado.

Quiero concluir esta ocasión invitándolos a que recordemos juntos que una sociedad que previene es

una sociedad más humana y preparada, que entiende que la salud, la seguridad y el bienestar no son fruto de la improvisación, sino de la educación, la voluntad política y la acción. Esa es la ruta que debemos reafirmar: la de una sociedad que se protege a sí misma con conocimiento, empatía y responsabilidad compartida.