

EL EFECTO DE LAS OPORTUNIDADES EN LA SALUD

THE EFFECT OF OPPORTUNITY ON HEALTH

**Miguel-Ángel Talavera-Valverde**

Doctor en Ciencias de la Salud. MSc. Terapeuta ocupacional. Integrante de la unidad de investigación INTEGRAL SAÚDE (UDC, España). Profesor Departamento de Ciencia de la Salud. Universidade da Coruña, España. Integrantes del grupo de investigación SINERGIA (UVALLE, Colombia). Terapeuta ocupacional en Xerencia Xestión Integrada Ferrol, España Director TOG (A Coruña) www.revistatog.com
ORCID: 0000-0002-9817-373XE

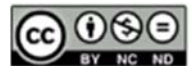
Decidir por una u otra oportunidad tiene consecuencias frente a la salud. La realidad se torna caprichosa cuando lo que tenemos que hacer es tomar una decisión sobre la oportunidad que seleccionamos. Las decisiones relacionadas con nuestro desempeño ocupacional van a repercutir directamente sobre nuestra salud a corto, medio o largo plazo. ¿En que momento somos conscientes que hemos seleccionado la mejor de todas las oportunidades?

Deciding for one or another opportunity has consequences for health. Reality becomes capricious when what we have to do is make a decision about which opportunity we select. Decisions related to our occupational performance will have a direct impact on our health, in the short, medium or long term. At what point are we aware that we have selected the best of all opportunities?

DeCS Terapia ocupacional **MeSH** Occupational therapy.

Texto recibido: 20/02/2022 **Texto aceptado:** 31/05/2022 **Texto publicado:** 31/05/2022

Derechos de autor



El concepto oportunidad nos abre un abanico de posibilidades en torno a su definición. De hecho, la RAE⁽¹⁾ define este concepto como: (a) f. Momento o circunstancia oportunos o convenientes para algo. (b). f. pl. Sección de un comercio en la que se ofrecen artículos a un precio más bajo del que normalmente tienen. En este caso, podríamos hablar de las rebajas, que sin duda son una oportunidad de lograr un punto de satisfacción al adquirir un artículo a un precio menor, pero no es el caso, queremos hablarles de los momentos o circunstancias en el que pueden suceder las cosas.

Lancemos una pregunta para su reflexión: ¿nunca tuvieron la sensación de que las oportunidades pasan por delante de ti y no sabes por qué no tomas una de ellas?

Quizás la vida las pone delante de nosotros para que tengamos que tomar la ardua decisión de tomar una u otra oportunidad, pero, entonces porqué en ocasiones nos resulta tan difícil tomar la decisión de seleccionar una u otra. ¿Será que lo que nos cuesta tomar es la decisión oportuna?

La toma de decisiones es caprichosa, cuando recorremos nuestro camino vital, otros se van abriendo una vez tomadas decisiones, eso es lo que hace que nuestra vida se convierta en algo apasionante, pero a la vez es lo que hace que transitemos con la duda de si habré tomado la mejor decisión.

Es cierto que el miedo a tomar decisiones nos hace paralizarnos⁽²⁾, pero ese miedo también nos motiva, nos hace estar despiertos y despiertas, llenándonos de destrezas para saber que lo que estamos haciendo es lo que debemos en ese momento. Quizás luego podamos arrepentirnos o alegrarnos, pero eso llegará más adelante, cuando tengamos argumentos suficientes para poder dar respuesta a ese enigma (¿habrá sido la más acertada de las decisiones?)

Sin duda el mayor problema se encuentra en saber tomar la decisión teniendo en cuenta lo que puede costarnos la decisión de seleccionar una u otra oportunidad con variables o elementos que son intangibles. De ahí que cuando vamos a las rebajas podemos saber con certeza que la oportunidad seleccionada es la mejor, con el aliciente de que si al día siguiente sentimos que nos hemos equivocado podemos devolver el artículo.

¿Ese es el problema?, ¿no podemos cambiar en 15 días si hemos tomado una decisión de una oportunidad con elementos intangibles? La realidad es que, si se puede, y se debe, pero en ese momento entra en juego la moral que podamos llegar a tener por tomar una decisión que con un artículo de rebajas ni nos lo plantearíamos.

Las oportunidades son como la vida, y la vida nos condiciona a tomarlas. De hecho, nuestra salud, equilibrio ocupacional y nuestro bienestar depende de ello. Sin duda, el reto es saber si la oportunidad es la que nos gustaría o es la que acabamos de seleccionar sopesando la posibilidad de habernos equivocado.

Parte 2

Volumen 19 Número 1 de TOG (A Coruña) www.revistatog.com

Nuestra intención como publicación perteneciente al Colegio Profesional de Terapeutas Ocupacionales de Galicia, es ofrecer a la disciplina y sus integrantes el mejor de sus espacios para compartir ciencia. Como ya anunciamos TOG (A Coruña) realizó una migración al sistema OJS, cambiando su interface por completo y modificando partes de la misma. Seguimos trabajando en el ajuste de la web y en un ajuste de sus normas de publicación en revisión durante todo 2022.

La gestión del trabajo de TOG (A Coruña) y en especial de la secretaría a la hora de gestionar el volumen de documentos que llegan, está siendo clave, los tiempos de respuesta editorial para este año han ido decreciendo. No podemos dejar de dar las gracias al resto de personas integrantes de TOG (A Coruña) que desinteresadamente colaboran con esta publicación con el objetivo de desarrollarla.

El proyecto de TOG (A Coruña), sigue creciendo, próximamente, se realizarán incorporaciones de nuevas y nuevos miembros al comité científico de TOG (A Coruña). Se intenta que este comité sea cambiante constantemente para de esa forma poder ajustarnos a determinados estándares de calidad en la revisión de manuscritos. Es por ese motivo que se realizará una continua regeneración del mismo. Los cambios que se vayan realizando en esta revista podrán seguirse en la sección de quiénes somos o por medio de nuestras redes sociales. Recordar que la dirección de e-mail donde enviar los documentos para su publicación es: togrevista@gmail.com

Gracias nuevamente por confiar en TOG (A Coruña). Somos conscientes del esfuerzo que significa aventurarse a publicar, pero también creemos que si merece la pena. El espacio editorial de la terapia ocupacional crece en España, pero no tanto como nos gustaría. Creemos que mantener una publicación periódica requiere de sus contribuciones y de un gran esfuerzo por mantenerla activa. Por ese motivo alentamos a que no olviden la posibilidad de publicar con TOG (A Coruña) los resultados de sus investigaciones. Creemos que tras 19 años tenemos la periodicidad para dar el salto a otras bases de datos, pero para ello necesitamos de sus investigaciones. Solo de esa forma TOG (A Coruña) podrá crecer.

Desde aquí volver a agradecer a los y las profesionales que colaboran desinteresadamente con esta publicación para que ésta crezca, a los lectores y lectoras, autoras y autores, y sobre todo al Colegio Profesional de Terapeutas Ocupacionales de Galicia, a sus socios y socias por apostar por una revista que aglutine nuestro conocimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Real Academia Española. Diccionario de la Lengua Española. 23ª ed. Madrid: S.L.U. Espasa Libros. 2016.
2. Talavera Valverde MA. La creatividad del miedo. TOG (A Coruña). 2009; 6(10): 1-7.

Derechos de autor

