



LA CITY

Sanos y altruistas

El altruismo mejora la salud. Así lo defiende el cardiólogo catalán Valentín Fuster, quien considera que la motivación de las personas es fundamental para que cuiden su salud y que la generosidad debería sustituir al consumismo actual. Fuster ha hecho estas consideraciones durante una conferencia pronunciada en el Hospital del Mar, en Barcelona, con motivo de la celebración del centenario de este centro sanitario. Director médico del Instituto Cardiovascular del Hospital Monte Sinaí de Nueva York, el cardiólogo español ha insistido en la necesidad de mejorar la salud integral de la población y la importancia, no solo de la prevención, sino, sobre todo, de la promoción de la salud. La clave está, según su experiencia, en el cerebro, que es donde se toman las decisiones sobre los hábitos de vida.