

## Ciencia en mi vida

Utilice la ciencia como una herramienta práctica para orientar y agilizar mi vida diaria presupone sobre todo, no caer en la trampa de pensar dogmática y hábitos muy cristalizadas. Todos o casi todos los aspectos de mi vida puede estar influenciado por el pensamiento científico.

Mi trabajo profesional en un laboratorio de la universidad de la investigación científica biomédica, requiere no sólo hacer frente a cuestiones relacionadas con los números, las pruebas, la organización del trabajo y la recogida y tratamiento de los datos, sino más bien tratar y convivir con la gente, sus peculiaridades y perfiles de personalidad.

El trabajo en equipo requiere auto-análisis constante, la observación constante, cambiar actitudes y tomar decisiones y cambios que conducen a resultados diferentes en función de las reacciones y decisiones de otros colegas. Sea consistente, productivo y lo suficiente para ayudar a minimizar los conflictos y antagonismos que ocurren esporádicamente objetivo. Todo el énfasis en la imparcialidad, la neutralidad y la solidaridad colectiva puede dar lugar a una productividad muy notable, un ambiente de trabajo y de vida mucho mejor y fortalecer los lazos sociales y emocionales.

Lo mismo se aplica a la vida familiar y en nuestros contactos círculos sociales, donde los aspectos subjetivos también son importantes, así como la objetividad. Cuando tengo que tomar decisiones que afectan a mi relación con similares, trate de ver los hechos a la luz de esta persona, sus motivaciones, objetivos posibles y tratar de equilibrar la balanza para no conseguir soluciones extremas, la negligencia o el exceso, por lo que es razonable es una virtud muy valioso.

Cuando se trata de lidiar con aspectos relativos a valores monetarios, bienes materiales y servicios, es lógico, que implica la relación costo-beneficio más favorable para mí, no está siendo influenciado por las técnicas de marketing y merchandising, apelando al lado emocional de mi personalidad, lo que importa es la objetividad y el valor de uso de lo que es en mi mejor interés.

No se involucre en, proselitismo religioso político y de opinión es otro ejercicio de la ciudadanía y del pensamiento científico que siempre cosecha. Al no ser capturado por dogmas e ideas preconcebidas, sin pasar a través del filtro de mi conciencia es algo esencial.

Preguntas de mi salud y así me fuerza a ser constantes reflexiones sobre la información que circula en los medios de comunicación, que viene de la academia y otras fuentes. Interpretar en una visión crítica la información obtenida por diversos medios de difusión, los valores nutricionales de los alimentos, estilo de vida, autoexaminar y comprender los estados emocionales, los motivos implícitos y explícitos y consecuencias, así como la posibilidad y utilidad de hacer los cambios que crean nuevos hábitos y las condiciones de vida son esenciales para mantener el cuerpo sano y mente.

La duda, sus motivaciones e intenciones, y analizar su interacción con el entorno que lo rodea, para ejercer el pensamiento crítico y el análisis de los hechos bajo el tamiz personal, no acepta nada pre-juzgado es un excelente ejercicio de auto-ayuda, auto-crítica y esencial para lograr una más sana y

equilibrada por lo que usted puede!