

NO DEJES QUE TE PASE

Contenido

Presentación	4
Introducción	5
Capítulo 1	
Ignorancia, información y prevención	8
Capítulo 2	
Pasos de transición de una cultura correctiva a una cultura preventiva	16
Capítulo 3	
Mapa de riesgos cotidianos	31
1 Riesgos del Entorno Físico y la Infraestructura Doméstica	34
2 Riesgos Químicos y de Consumo Sustancias Ocultas	45
3 Riesgos de Aditivos y Componentes Ocultos	54
4 Riesgos del Comportamiento Alimentario	62
5 Riesgos de Hidratación y Consumo de Líquidos	67
6 Riesgos de Combinación Metabólica	73
7 Riesgos de Estructura y Seguridad Física	91
8 Riesgos de Higiene Personal	101
9 Riesgos por Exposición a Medios: Salud Visual, Auditiva y Mental	117
10 Factores de Estilo de Vida y Salud Preventiva	137
11 Riesgos Metabólicos y de Estilo de Vida Familiar	152
12 Riesgos en el Cuidado de Personas Vulnerables	167
13 Riesgos Eléctricos y de Seguridad	182
14 Riesgos Asociados a Adicciones y Conductas Compulsivas	191
15 La Hemorragia Invisible: Riesgos Financieros y Patrimoniales	202
16 Riesgos al Prestar Dinero, Hacer Favores o Asumir Garantías	228
17 Riesgos en Relaciones Sentimentales y de Pareja	245
18 Riesgos Familiares y de Convivencia	264
19 Riesgos de Amistad, Confianza Social y Manipulación	287
20 Riesgos al Contratar Personal para el Hogar	302
21 Riesgos en Sociedades, Alianzas y Proyectos	319

22	Riesgos de Fraude, Engaño y Abuso de Confianza	335
23	Riesgo del Costo del Olvido Social y Gubernamental	345

Bibliografía