

# Sesenta

*y más*

PUBLICACIÓN DEL  
MINISTERIO DE TRABAJO  
Y ASUNTOS SOCIALES.  
SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SERVICIOS SOCIALES,  
FAMILIAS Y DISCAPACIDAD.  
**NÚMERO 268 / 2008**



## Reportaje

**Envejecer en el  
medio rural**

## La Noticia

**Diálogo y políticas  
sociales, protagonistas  
de la próxima legislatura**

## A Fondo

**Fuerte impulso del gobierno  
contra la violencia de género**

# TELÉFONO INFORMACIÓN IMSERSO ÚNICO Y GRATUITO

# 900 40 60 80

(Lunes a viernes de 9 a 21 horas, sábados de 9 a 14 horas)

## Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia



## Programas de Vacaciones y Termalismo Social

## Pensiones no contributivas

## Convocatorias: subvenciones premios, investigación

## Centros de Referencia Estatal



## Formación de profesionales

## Otros programas sociales estatales



[www.seg-social.es/imserso](http://www.seg-social.es/imserso)



SECRETARÍA DE ESTADO DE  
SERVICIOS SOCIALES, FAMILIAS Y  
DISCAPACIDAD

IMSERSO

## CONSEJO EDITORIAL

Natividad Enjuto García, Ignacio Robles García, Pablo Cobo, Ángeles Aguado, José M<sup>a</sup> García, Eladio Pérez Ramírez, Esther López Martín-Berdinos, José Carlos Fernández Arahetes e Inés González.

## DIRECTORA

Inés González.

## REDACTORES

Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

## MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

## FOTOGRAFÍA

M<sup>a</sup> Ángeles Tirado Cubas.

## PORTADA

Latinstock.

## ADMINISTRACIÓN

Concha Largo Rodríguez.

## COLABORADORES

Araceli del Moral, Jesús Ávila, Ana Fernández, Andrea García y Sebastián Romero.

## CONSEJO DE REDACCIÓN

Inés González, Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

## EDITA

IMSERSO.

Avda. de la Ilustración s/n.,  
c/ Ginzo de Limia, 58.  
28029 Madrid.

## DIRECCIONES DE INTERNET

<http://www.seg-social.es/imserso>.  
<http://www.imsersomayores.csic.es>

## REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración s/n.,  
c/v a Ginzo de Limia, 58.  
28029 Madrid Tel.: 91-363 86 28.  
Fax: 91-3638973.  
[revistasimserso@mtas.es](mailto:revistasimserso@mtas.es)

## DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.  
NIP0: 216-08-018-X.  
ISSN: 1132-2012.  
TIRADA: 73.000 ejemplares.

## IMPRIME

Altair Quebecor  
Ctra. N-IV a Seseña, Km. 2,700  
45223 Seseña - Toledo.  
Tel.: 91 89579 15.

## Número 268 / 2008

- 6 LA NOTICIA**  
Diálogo y políticas sociales, protagonistas de la próxima legislatura.
- 8 REPORTAJE**  
Envejecer en el medio rural.
- 14 ENTREVISTA**  
Ángeles Santos, pintora de vanguardia.
- 18 A FONDO**  
Fuerte impulso del Gobierno contra la violencia de género.
- 24 A TONO**
- 26 ACTUALIDAD**
- 31 CUADERNOS**  
II Salón sobre Autonomía, Dependencia y Discapacidad.  
Jornadas sobre Dependencia y Calidad de Vida en Personas Mayores.  
Jornadas Internacionales sobre el uso de sujeciones.
- 40 CALIDAD DE VIDA**  
Los poderes nutricionales del pan.
- 44 EN UNIÓN**  
¡Aupa Tuna!
- 48 INFORME**  
La herencia del cáncer.
- 54 MAYORES HOY**  
Adelina Jiménez, Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo.
- 58 CULTURA**  
Modigliani y su tiempo.
- 62 MAYORGUÍA**
- 66 OPINIÓN**



14-17 Entrevista



18-23 A fondo



48-53 Informe

Las colaboraciones firmadas expresan exclusivamente la opinión de sus autores sin identificarse en todos los casos con la línea editorial de la revista. La revista no se compromete a publicar ni a mantener correspondencia sobre los originales que se envían.

Suscripciones sólo por fax: 91 363 89 73, o por carta: Sesenta y más. Avda. de la Ilustración, s/n. c/ Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid.  
TELÉFONOS DEL IMSERSO PARA CUALQUIER INFORMACIÓN. CENTRALITA: 91 363 88 88 INFORMACIÓN: 91 363 89 16/17/09

**L**os ciudadanos españoles han vuelto a dar una nueva y gran lección democrática el pasado 9 de marzo: acudieron masivamente a las urnas para elegir a las personas que van a regir los destinos de nuestro país en los próximos cuatro años. Más de un 75,3% de los llamados a votar –una de las participaciones más elevadas en unas elecciones generales– dieron así una clara contestación a los que pretenden imponer sus argumentos con sangre.

Esa era la pretensión de los asesinos de ETA cuando, dos días antes de las elecciones, asesinaban a Isaías Carrasco, militante y ex concejal socialista del Ayuntamiento de Mondragón. Pero no lo han conseguido, gracias, entre otros, al ejemplo de dignidad y madurez que dio Sandra, la hija mayor del ex concejal asesinado, que animó a votar en solidaridad con su padre, al que “unos cobardes han quitado la vida por defender la libertad y la democracia”.

## UNA LECCIÓN DEMOCRÁTICA

Así, tras una larga jornada, en la que más de 25.500.000 españoles depositaron su voto en las urnas, quedó plenamente acreditado el inmenso poder de la democracia, que deja en evidencia a los asesinos y los priva de cualquier atisbo de argumentación y, sobre todo, de humanidad. José Luis Rodríguez Zapatero, en su primera comparecencia después de conocerse su segundo triunfo electoral consecutivo, rindió homenaje a Isaías Carrasco y resaltó “la valentía, dignidad, esfuerzo y coraje” que caracterizan a los militantes de los partidos democráticos y a los representantes de los ciudadanos en el País Vasco.

Zapatero, que contará con una mayoría “suficiente, fuerte y sólida” de 169 diputados (cinco más que en la anterior legislatura), ha anunciado ya que el diálogo será la base de su política para los próximos cuatro años. El nuevo Gobierno se servirá de ese método para impulsar los proyectos económicos y sociales que ha comprometido en su programa electoral, y que se detallan en este número.

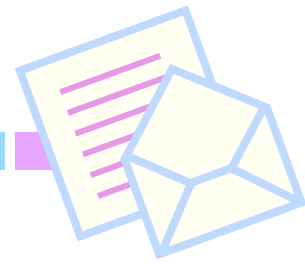
“Cuando se tienen más votos y escaños hay que gobernar mejor y con más humildad”, afirmó el Presidente del Gobierno, que apostó por recuperar los acuerdos para mejorar y fortalecer las instituciones y la unidad de todos frente al terrorismo.

El diálogo social será clave también para garantizar la protección social, el empleo estable, la reactivación económica y el reforzamiento de las infraestructuras. Con ese fin, Zapatero citará a los agentes sociales para preparar un “gran acuerdo de concertación”, uno de cuyos principales objetivos será la plena igualdad entre hombres y mujeres en materia salarial.

El actual y futuro Presidente del Gobierno por otros cuatro años tiene ante sí importantes retos, que pueden resumirse en tres principales: avanzar hacia el pleno empleo y hacer más fuerte nuestro Estado del Bienestar; abordar un proceso de modernización de España basado en el conocimiento y la innovación y reforzar la convivencia en el seno de una sociedad abierta, tolerante, respetuosa y dialogante, que brinde seguridad a sus ciudadanos frente a todo tipo de riesgos.

Se abre, pues, un nuevo tiempo, que desde Sesenta y Más esperamos que brinde a los españoles unas mejores perspectivas económicas y sociales que hagan posible que España continúe caminando por la senda del progreso, la solidaridad con los que menos tienen y la libertad.

# Cartas



## Contactos postales

Tengo que dar las gracias por recibir SESENTA Y MÁS ya que es muy interesante y me informa de muchas cosas que como persona mayor, no tendría esa oportunidad.

También me gustaría por este medio tan importante para mí, ponerme en contacto con personas de mi edad y cambiar impresiones y hacer buenos amigos.

Felicito el buen acierto de esta revista.

**María Vera**

Alhama de Murcia  
(Murcia)

## Amigos postales

Soy una persona mayor de 80 años. Estoy en una residencia de mayores, en un pueblo de la provincia de Toledo, llamado Gálvez.

He leído "amigos postales", de tan honorable revista y me dirijo a ustedes para ver si me puedo poner en contacto, con alguna persona para intercambiar correspondencia.

Soy amante de la poesía, y me gustaría relacionarme con alguien que me correspondiera.

**Mariano Barroso López**

Gálvez (Toledo)

## Nunca es tarde, si la dicha es buena

Estas palabras eran pronunciadas, por un jubilado con más de 85 años, que fue uno de los más jóvenes, que con sus 14 años, ayudó a levantar España, que se encontraba sumida en la miseria, después de que terminara la Guerra Civil Española. Nunca es tarde, para reconocer el favor que aquellos jóvenes, hoy ya mayores, hicieron con sus esfuerzos, con sus necesidades, pasando toda clase de privaciones y, no ha habido una sola persona que se haya acordado de echarles una mano, ni una sola ley que les pueda favorecer, para que su vejez sea lo más digna posible de una persona

humana.

Que no diga nadie, ni nunca, que todos vamos a ser iguales, las personas mayores con una experiencia adquirida, a través de sus años, no se lo van a creer, ni aunque fuera cierto.

¡Cómo no hicieron una ley, favoreciendo a los que trabajaron, para sacar adelante nuestro país!, hoy todos disfrutamos de ese bienestar, los que trabajaron, como los que nada han aportado a ese bienestar, que todos, absolutamente todos, estamos disfrutando.

**R. Moraleda**

Consuegra (Toledo)

## La abuela

La viejita,  
con la espalda encorbada,  
arrastrando los pies sobre la tierra  
de la calle enlodada;  
su larga falda negra  
plisada con cuidada simetría,  
se acomoda bajo el árbol grande  
(el de la corteza carcomida)  
que la envuelve  
en su aire y su sombra.  
Parece que hay  
un largo suspiro compartido  
por el árbol, las ramas, sus hojas  
y la abuela  
que descansa su cuerpo envejecido  
junto al amigo de sus largas horas.  
Vuela el hilo entre sus viejas manos:  
Corre el ganchillo  
fabricando flores, bodeques y conchas..  
Con rumor de alas de palomas  
Se mueven sus manos primorosas  
entretegiendo los sueños de su vida  
con las cadenetas de las rosas.  
Llega el canto del agua en el arroyo  
y el aroma de la densa pinada.  
La abuela Juana  
se ha quedado dormida.  
Un rayo  
de sol acaricia su cara.

**Carmen Sañudo**

Madrid

# La Noticia

## El diálogo y las políticas sociales protagonizarán la acción de gobierno en la nueva legislatura

Texto: Juan M. Villa



Zapatero, nada más conocerse el triunfo electoral de su partido el 9 de marzo, se dirigió a los españoles para agradecerles su apoyo.

Las elecciones generales celebradas el pasado día 9 de marzo han dado paso a una nueva legislatura en la que las políticas sociales destinadas al desarrollo del Estado del Bienestar tendrán un especial protagonismo en la acción de gobierno. Además de comprometerse a fortalecer nuestro Sistema de Bienestar y situar a España entre los países más avanzados en materia de protección social, el Partido Socialista Obrero Español, tras ganar las elecciones generales, ya ha expresado su voluntad de seguir apostando por el diálogo social como método eficaz para desarrollar éstas y otras políticas.

En su programa electoral, el PSOE se ha comprometido a poner en marcha actuaciones que profundicen los derechos de los españoles. Entre ellas, destaca la mejora de las pensiones, la apuesta por un envejecimiento activo, el desarrollo de la Ley de Dependencia y la continuidad de las políticas de atención de la discapacidad. El programa contiene, además, apartados específicos esenciales para una política social en materia de empleo, sanidad o igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

En materia de pensiones el objetivo del programa de PSOE es profundizar en los principios de solidaridad y sostenibilidad de nuestro Sistema de Seguridad Social. En concreto, se contempla la mejora de las prestaciones sociales que reciben los ciudadanos, sobre todo de las pensiones mínimas. El objetivo es que ninguna familia se sitúe por debajo del umbral de la pobreza. Así, uno de los compromisos es que la pensión mínima con cónyuge a cargo alcance

los 850 euros mensuales y 700 las que reciben los pensionistas que viven solos, principalmente viudas.

Mejorar la atención a mayores y pacientes en situación de gran dependencia y pacientes con patologías crónicas es otro de los objetivos propuestos en el programa. De esta manera se elaborará una Estrategia para fomentar el envejecimiento saludable y los cuidados geriátricos, que potencie su desarrollo en el Sistema Nacional de Salud, asegurando la coordinación con la atención primaria. Asimismo, el futuro Gobierno impulsará el desarrollo de una estrategia específica para la atención a las personas en situación de gran dependencia, que garantice la calidad en la continuidad de la atención sanitaria, la simplificación de los procedimientos y la calidad de vida en su domicilio, en coordinación con las estrategias de atención desarrolladas a través del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia.

## DEPENDENCIA

La atención a la dependencia es otro de los aspectos esenciales para la nueva legislatura. Aunque ésta es una competencia de las comunidades autónomas, el Gobierno incidirá en que se cumpla la Ley de Dependencia y, con ese fin, prestará a las administraciones autonómicas la cooperación necesaria para desarrollar adecuadamente los nuevos servicios de atención. El objetivo es que la atención a las personas en situación de dependencia se preste con suficientes recursos a través de programas y servicios de calidad.

Para alcanzar esta suficiencia de recursos, entre otras, se plantean actuaciones como favorecer la coor-

dinación institucional y social del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, con medidas como la creación del Observatorio Nacional de la Dependencia, impulsar pactos interinstitucionales y sociales o establecer marcos adecuados para desarrollar la coordinación social y sanitaria.

Conseguir la igualdad de oportunidades y la equidad es otro de los objetivos planteados, que se plasmaría mediante acciones que garanticen la atención en las zonas rurales y promuevan la permanencia de las personas en su entorno o la articulación de políticas específicas de prevención de situaciones de dependencia que permitan mantener la salud y la autonomía personal en personas mayores y con discapacidad. Otro, es apostar por la calidad del sistema de protección e impulsar medidas complementarias de acompañamiento a la Ley de Dependencia. Todo ello tiene como fundamento básico el de consolidar y ampliar el nuevo derecho de ciudadanía que tienen las personas en situación de dependencia.

## MAYORES

España es uno de los países del mundo donde se vive más años, en mejores condiciones de salud, y se goza de mayor calidad de vida. El programa socialista, que ha recibido el apoyo mayoritario de los ciudadanos españoles, presta atención a esa realidad y consigna la necesidad de un nuevo diseño social de las políticas públicas y de información adaptadas a los “nuevos mayores”. Por eso, se propugnan acciones que atiendan a las necesidades del nuevo papel social, y los nuevos derechos y deberes de las personas mayores.

El programa afirma la necesidad de “nuevas alternativas que respondan a los deseos, intereses y demandas de un colectivo que tiene conciencia de ser más un recurso que un problema social, y que exige actualizar su vivencia democrática siendo agente activo en todas la dimensiones y los espacios de la dinámica social”.

Por todo ello, se apuntan actuaciones que pasan por la promoción de la salud, el acceso a la formación y la incorporación a las nuevas tecnologías, o la eliminación de barreras y una apuesta por la accesibilidad universal. Un papel destacado lo ocupa la ampliación de los Programas de Vacaciones del IMSERSO y de los Programas de Termalismo Social, Turismo de Naturaleza y Rutas culturales.

La elaboración y desarrollo de programas contra los malos tratos, la potenciación del voluntariado de personas mayores y de programas intergeneracionales, la promoción de los mayores que residen en áreas rurales, o la promoción de la nueva imagen de las personas mayores ante el conjunto de la sociedad son otras de las medidas incorporadas al programa del PSOE para la próxima legislatura.

El denominador común que tendrán todas estas actuaciones es que, para su puesta en marcha, el Gobierno aplicará el método que tanto éxito le ha dado en la anterior legislatura: el diálogo. Sindicatos y empresarios, organizaciones políticas y sociales y demás colectivos de carácter representativo serán, pues, junto al nuevo Ejecutivo, los protagonistas de esta nueva fase de la política de acuerdos que, según se ha avanzado ya, se desarrollará en los próximos cuatro años.

# Reportaje

Miles de municipios españoles tienen menos de 5.000 habitantes y muchos están habitados sólo por mayores

Texto y fotos: Ana Fernández

**E**spaña se halla en el epicentro de un terremoto silencioso que empieza a sacudir los cimientos demográficos de la sociedad con profundas repercusiones económicas, sociales y psicológicas. En el año 2050 España será uno de los países más envejecidos del mundo. Para esa misma fecha, según Naciones Unidas, el número de personas que superen los 60 años duplicará al

de niños en la mayor parte de los países desarrollados. El mundo envejece. Y lo hace a una velocidad tal, que el cambio demográfico se ha convertido en uno de los desafíos más importantes a los que se enfrenta la humanidad del siglo XXI. Pero un país eminentemente rural (con miles de municipios de menos de 5.000 habitantes) como España, tiene el gravamen añadido del sobre-envejecimiento que se está experimentando en este hábitat y que

Las condiciones geográficas de determinados enclaves rurales y la escasez de servicios propician un riesgo de aislamiento que pueden llevar soledad entre los mayores con problemas de movilidad.

El fenómeno de envejecimiento es mucho más evidente en las provincias de Ourense y Lugo con un 28,1% y 27,6% respectivamente de población mayor de 65 años.



## Envejecer en

# EL MEDIO RURAL



rodea a nuestros mayores de una extrema fragilidad.

Es un hecho comprobado que las poblaciones de los países desarrollados llevan varios decenios “envejeciendo”. Según datos del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, a través del IMSERSO, España seguirá envejeciendo también durante el siglo XXI después de haber experimentado uno de los procesos más rápidos del mundo durante las últimas décadas del pasado siglo porque en ese espacio de tiempo el número de personas mayores ha crecido casi siete veces (6,7) y los octogenarios se han multiplicado por trece.

El envejecimiento demográfico es un concepto que está relacionado con un cambio en la estructura por edades. Es decir, con el mayor o menor peso de unas edades respecto a otras en el conjunto de la población. En concreto se trata de un proceso por el que la pirámide de población va perdiendo anchura por su base mientras la gana en la cúspide.

Las causas de este envejecimiento demográfico parecen claras. El peso proporcional de los mayores sigue creciendo porque, por un lado, se ha producido un notable descenso de la tasa de mortalidad y, por otra parte, hay una fuerte caída de la fecundidad, lo que da lugar a un mayor número de supervivientes con edades superiores a los 65 años y menos jóvenes.

La edad límite para considerar a una persona como “mayor” se sitúa en los 65 años, porque es la edad en la que las sociedades industriales han fijado el derecho a la jubilación. La alarma social que genera el proceso de envejecimiento poblacional en las sociedades desarrolladas, está relacionada, según apuntan algunos autores, con una idea de la vejez como un etapa teñida por la soledad, la enfermedad, la pobreza o el conservadurismo, por citar algunos estereotipos. Esto, si bien es verdad que puede resultar cierto en algunos casos, ya no constituyen la norma,



**En España hay una gran heterogeneidad demográfica entre las distintas Comunidades Autónomas.**

porque las personas mayores no son las mismas que en períodos pasados y las generaciones actuales empiezan a llegar a la edad de jubilación con unas trayectorias vitales radicalmente distintas de las anteriores.

Pese a todo, hay que reconocer que con el paso de los años, las condiciones físicas y psíquicas se deterioran y que el período de la vejez está especialmente amenazado por situaciones como la discapacidad física, la soledad o la precariedad económica. Y, a estas experiencias de carácter biológico y económico también hay que añadir la situación de desequilibrio demográfico existente en España en algunos ámbitos y que se hace más evidente en la dualidad campo-ciudad.

#### **ENVEJECIMIENTO DEMOGRÁFICO Y ECONÓMICO**

En España hay una gran heterogeneidad demográfica entre las distintas Comunidades Autónomas y, dentro de ellas entre las zonas rurales y las urbanas.

El proceso de modernización desarrollista que tuvo lugar en nuestro país durante los años 60 forzó un éxodo masivo de las generaciones más jóvenes de los núcleos rurales hacia las ciudades en busca de puestos de trabajo. Este despoblamiento progresivo de las grandes extensiones de territorio que antes estaba organizado en núcleos rurales capaces de ofrecer un modus vivendi a sus pobladores, ha tenido como consecuencia inmediata una disminución de la población y un notable envejecimiento de la misma.

Según un estudio sobre Aspectos Económicos y Territoriales del Envejecimiento en España realizado por la profesora de Economía aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid, Chasco Irigoyen y la investigadora Asociada del Instituto Lawrence R. Klein, Hernández Asensio, en el análisis territorial del fenómeno del envejecimiento en nuestro país pone de manifiesto, entre otras cosas, que en realidad existen “dos Españas” muy diferentes. La España del sur-este, caracterizada por el sol y los servicios, que crece en población y

## Reportaje ENVEJECER EN EL MEDIO RURAL

envejece menos, y la España rural e industrial del centro-norte que se queda sola y despoblada, con una concentración creciente de personas mayores que encuentran cada vez más dificultades para ser atendidas en sus propios hogares. El mismo informe confirma la tendencia a “envejecer” de la población residente, no sólo en las provincias de interior, como era tradicional hasta ahora, sino también en la zona norte de España, incluyendo zonas costeras como Asturias, Cantabria, Cataluña, Galicia y País Vasco, tradicionalmente grandes receptoras de mano de obra.

Esta tendencia contrasta con una dinámica de menores tasas de vejez en las provincias del sur-este nacional que son, según el citado estudio, las que han experimentado en los últimos años un proceso más fuerte de crecimiento poblacional. Esto no hace más que poner de manifiesto cómo está influyendo en la población española la afluencia de inmigrantes. En las áreas geográficas del sur-este el saldo migratorio de los últimos diez años, está compensando en mayor o menor grado, el envejecimiento producido por las bajas tasas de mortalidad y de fecundidad.

### AISLAMIENTO Y SOLEDAD

Todos los mayores desean envejecer y vivir en casa y ser atendidos por su familia, pero la realidad es bien distinta. Muchas veces la familia no está disponible por motivos laborales o porque viven en otro lugar. En otras ocasiones, y esta tendencia se acrecienta, no existen familiares cercanos para hacerse cargo de ellos.

Por otra parte, las condiciones geográficas y orográficas de determinados enclaves rurales, unido a la escasez de servicios, propician entre las personas mayores que empiezan a presentar dificultades de movilidad, un riesgo evidente de aislamiento relacional que llega a



cristalizar en sentimientos profundos de soledad, especialmente cuando se producen pérdidas de salud o viudez.

Es innegable que vivir y envejecer en el pueblo tiene sus ventajas pero también tiene efectos adversos, como por ejemplo, un menor acceso a recursos socioculturales, asistenciales y de ocio y un distanciamiento forzoso respecto al contacto con los hijos que han tenido que emigrar a las ciudades.

Decía Miguel Delibes (87 años) en una de sus últimas entrevistas concedida el pasado mes de diciembre, al ser preguntado sobre cómo combatir la soledad, que “no hay que confundir la soledad con la falta de compañía”. El problema para la mayor parte de los mayores en el medio rural español es que ambos

conceptos suelen correr parejos porque sienten el dolor de la soledad y carecen de familiares a su alrededor. Quizá por eso, la soledad es la situación más temida para el 29% de quienes viven en pueblos menores de 2.000 habitantes, según la última encuesta aplicada por el CIS por encargo del IMSERSO a la población mayor de 65 años.

El mismo estudio revela resultados significativos que establecen características diferenciales entre los mayores que viven en las ciudades y en el rural. Por ejemplo, el número de personas mayores que viven solas es mayor en las grandes ciudades (17 %) que en las zonas rurales (13%) y quienes viven solos en pueblos pequeños expresan abiertamente que “les gustaría vivir con

**Vivir y envejecer en el pueblo tiene sus ventajas pero también tiene efectos adversos como un menor acceso a los recursos sociales, sanitarios o culturales**



Mayores del concello de Avión (Ourense) en el programa de ejercicio físico.

## Rosa Boulosa

*Rosa Boulosa nació y vivió toda su vida en una de las parroquias de Avión. Aunque sólo tiene 66 años tuvo que dejar de trabajar hace mucho tiempo debido a su delicada salud que la llevó a operarse de un riñón y hacer su vida dependiendo del tratamiento de diabetes.*

*Nos cuenta que se separó de su marido siendo muy joven y ella sola sacó adelante a sus hijos con la ayuda de su madre, lo que no fue nada fácil y menos en un entorno rural y aislado.*

*A Rosa le ocurre como a la mayoría de los gallegos, especialmente en el rural, que el apego a la tierra estuvo siempre presente en su vida y trató de compaginar el trabajo de la huerta con el de cuidadora de ancianos en la misma localidad, “porque los hijos de algunas personas del pueblo vivían y trabajaban fuera y sus mayores se quedaron totalmente solos y ya no se valían por sí mismos para hacer la comida y las cosas de la casa” – explica.*



Rosa Boulosa Vieites.

*Hoy, es ella la que vive sola. “La soledad es una cosa muy dura pero hay que sobrellevarla” – nos dice.*

*A Rosa le gusta la vida en el pueblo, reconoce que ese es su mundo, es donde ha estado siempre y el lugar que conocen sus recuerdos. Se siente afortunada por seguir viviendo allí, “ porque en la ciudad no se tiene tanta libertad. Aquí sales a dar una vuelta por el pueblo y conoces a todo el mundo y todo el mundo te conoce y ahora que puedo venir hasta el centro de encuentros tres días a la semana, me siento mejor, porque me van a buscar a casa con el coche adaptado y después aquí pasamos el rato todos juntos. Esto es una cosa muy buena”, asegura.*

los hijos u otros familiares”. También la inseguridad ciudadana afecta de manera desigual a los mayores que viven en núcleos urbanos, de los que un 33% manifiesta sentir miedo cuando va por calle durante la noche, mientras que ese temor sólo lo experimenta el 8% de quienes viven en un pueblo menor de 2.000 habitantes.

### VIVIR Y ENVEJECER EN GALICIA

El noroeste español puede ser un exponente de los cambios demográficos que se están produciendo en nuestra sociedad. El gallego es un pueblo de tradiciones. Apegado durante siglos de un modo especial a la tierra, se niega a olvidar su pasado y busca proyectarse en el futuro sin perder sus señas de identidad.

Actualmente, sus peculiares características de dispersión geográfica, están modificando un panorama poblacional acostumbrado a luchar contra la emigración y el aislamiento, pero que ahora tendrá que enfrentarse a la amenaza de la soledad y el despoblamiento.

La comunidad gallega tiene ya más de 1.200 aldeas abandonadas y 700 en las que sólo vive una persona, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística, (padrón a 1 de enero de 2007).

Lo más preocupante es que estos lugares fantasma ya no están sólo situados en las comarcas del interior, que tradicionalmente han sido propicias al despoblamiento por sus características geográficas, su adversa climatología y su escasa potencialidad económica, sino que en casi cualquier ayuntamiento gallego hay una aldea abandonada.

La inmensa mayoría de estos núcleos deshabitados que se reparten por Galicia, se concentran en las provincias de Lugo (527) y A Coruña (510). Sólo el concello coruñés de Ortigueira tiene ya casi un centenar de pueblos vacíos y As Pontes de García Rodríguez, también en A Coruña, alcanza los 70 lugares fantasma.

## Reportaje ENVEJECER EN EL MEDIO RURAL

Estas aldeas abandonadas, llamadas lugares en la distribución geográfica galaica, son los núcleos más pequeños de población de las parroquias, y aparecen como un claro reflejo del problema del envejecimiento demográfico en la comunidad, donde el incremento de población, que rebasa ligeramente los 5.000 habitantes al año, debido sobre todo a la inmigración, no es suficiente para paliar el problema.

Cierto es que hay más núcleos de población sólo en Galicia que en el resto de España, pero los resultados de los últimos indicadores demográficos publicados por el Instituto Galego de Estadística, revelan que Galicia sigue enmarcada en un progresivo proceso de envejecimiento poblacional.

El índice de envejecimiento mide la relación existente entre la población mayor de 65 años y la población de menos de 20. El porcentaje actual de población mayor de 65 años con que cuenta Galicia es uno de los más elevados, tanto a nivel español como europeo, pues ya alcanzó en el año 2006 el 21,3% de la población total y se prevé que siga en aumento en los próximos años a un ritmo todavía mayor, resultado de la acción conjunta del acelerado descenso de fecundidad, la prolongada disminución de la mortalidad y el aumento de esperanza de vida.

Este fenómeno de envejecimiento es mucho más evidente en las provincias de Ourense y Lugo con un 28,1% y 27,6% respectivamente. A Coruña se sitúa en torno a la media gallega con un 20,1% de población envejecida, mientras que Pontevedra sigue siendo la provincia más joven con un 17,7% de población que supera los 65 años.

Si los indicadores de la estructura poblacional en las provincias interiores gallegas evidencian un alto grado de envejecimiento, es al descender a los ámbitos comarcal y municipal cuando se observan los valores más preocupan-

tes, porque los ayuntamientos rurales son los más envejecidos, superando muchos de ellos los porcentajes anteriores; sirva como ejemplo el Ayuntamiento de Avión con un porcentaje del 35,22% de población mayor de 65 años.

### LA RENOVACIÓN DE AVIÓN

Avión se encuentra en la provincia de Ourense y tiene una población total de 3.047 habitantes de los que el 44,07% son hombres y el 55,93% restante mujeres. Tiene un elevadísimo porcentaje de personas mayores, como hemos citado anteriormente, que supera con creces la media de la comunidad autónoma y del estado español.

Los habitantes de Avión se dispersan entre las nueve parroquias que integran el ayuntamiento y que se extienden a lo largo y ancho de 123 kilómetros cuadra-

dos. Estamos en la Galicia profunda, en un ámbito totalmente rural con población muy dispersa y envejecida, asolada por la emigración que sangró esta comunidad durante el siglo pasado y con unas infraestructuras escasas debido a la difícil orografía. La capital de provincia Ourense, se encuentra a 60 kilómetros de distancia que se tardan en recorrer un hora y, hasta llegar al núcleo poblacional mayor de 5.000 habitantes (Ribadavia o Carballiño) hay más de media hora de viaje porque la carretera está en muy malas condiciones. El hospital más cercano es el de la capital ourensana y las nieblas y la lluvia invernal potencian aún más, si cabe, el aislamiento de los mayores en esta zona.

Consciente de esta problemática, el actual alcalde Antonio Montero, hizo

## Luciano Raña

*Luciano tiene 72 años. Vive con su mujer y su suegra, también en el ayuntamiento de Avión. Luciano nota que le va fallando la memoria “me acuerdo de cosas que hacía cuando era pequeño y se me olvida lo que hice ayer”.*

*Hasta no hace mucho tiempo, su vida de jubilado se desarrollaba en la monotonía de permanecer horas delante del televisor y acercarse al bar del lugar para jugar la partida.*

*La salud de su esposa está muy deteriorada y ella apenas sale de casa, así que Luciano, que pasó la mayor parte de su vida activa en la emigración, primero en América y después en Vigo, se dedica él solo a cuidar de sus huertas. “ Me gusta mucho la naturaleza y el campo, pero tuve que echar mucho tiempo fuera y, a medida que van pasando los años uno quiere volver a la tierra donde nació” – asegura.*



**Luciano Raña Raña.**

*Reconoce que hasta que su hija le animó a acudir a los talleres que se imparten en el pueblo para mayores, el tedio llenaba bastantes de sus horas “y eso que los últimos inviernos están siendo muy secos y se puede salir a pasear, pero con los ejercicios que practicamos en el centro para ejercitar la memoria, la verdad es que me encuentro muchísimo mejor. También los ejercicios físicos me ayudan mucho con mi agilidad. Además, siempre nos encontramos allí varios vecinos y después pasamos un rato hablando de nuestras cosas”.*



**Galicia es una de las zonas de España más envejecidas.**

realidad el proyecto que había empezado a fraguarse ya en la anterior legislatura y que trataba de buscar una alternativa que pudiera paliar en la medida de lo posible la soledad de los habitantes de este concello.

Se puso en contacto con una educadora social y se elaboró un estudio de las necesidades y los recursos sociales del municipio. Fruto de esta labor surgió el programa denominado “actividades integrales para gente mayor o dependiente” en el año 2005, cuyo objetivo principal se centraba en mejorar la calidad de vida de las personas mayores y de sus familiares, cubriendo en la medida de lo posible, todas sus necesidades, evitando el aislamiento social y el deterioro físico y cognitivo al que estaban expuestas por permanecer días enteros solos en sus domicilios sin ningún tipo de estimulación.

Se fue contactando con todos los mayores, explicándoles en qué consistían las actividades que se pretendían llevar a cabo. Después, se compró un vehículo adaptado para trasladar a la gente desde su domicilio hasta el lugar de reunión, pasándoles a buscar cada día, de lunes a jueves. Se elaboró un

programa de mantenimiento de mayores que abarcase tanto el aspecto físico o el cognitivo como el social.

### CONTACTOS INTERGENERACIONALES

Éste es el germen de un programa de actuación, tan novedoso como efectivo, que posteriormente ha sido reconocido, y apoyado tanto por la Xunta de Galicia como por la Fundación Barrié de la Maza y por la Diputación de Ourense.

Así, se ha puesto en marcha un cuadro de gimnasia de mantenimiento y gerontológico, con deportes para mayores y técnicas de relajación y respiración. En el ámbito cognitivo se llevan a cabo terapias que promueven la estimulación de la memoria, la atención, concentración, actividades de orientación espacio-temporal y estimulación sensorial.

Las dinámicas de grupo y el desarrollo de habilidades sociales han cobrado un protagonismo especial con las actividades intergeneracionales. Estos encuentros entre dos generaciones se realizaron por primera vez las pasadas Navidades y la iniciativa partió del director del Colegio Público de Educa-

ción Infantil y Primaria “Virxe de Guadalupe”, único colegio público del concello que cuenta con un total con 22 niños. La idea era que abuelos y pequeños del ámbito rural gozaran de verdaderas jornadas de convivencia entre ellos y descubrieran aspectos interesantes unos de otros. Los beneficios que esta experiencia reportó tanto a la autoestima de los mayores de 65 años como a la curiosidad de los niños de 3 a 12 años, han sido tan elogiados, que tanto el ayuntamiento como el colegio se están planteando nuevas propuestas de actividades conjuntas.

Por otra parte, la última línea de actuación llevada a cabo para suplir las carencias que padecen los mayores en este medio rural, se centra en una programación social de ayuda a los ancianos. Con esta finalidad se han puesto en marcha unos servicios sociales por iniciativa municipal que sorprenden tanto por su complejidad como por su efectividad para un municipio tan pequeño.

Así, se ha habilitado una vivienda comunitaria para mayores. Está capacitada para un grupito pequeño, unas 12 personas que tengan un alto grado de independencia y que sean mayores de 65 años. También hay un centro de día que atiende a unas personas que precisen ayuda para hacer las tareas diarias.

Lo que se ha llamado Xantar sobre Rodas (comida sobre ruedas) por el que se lleva comida caliente al domicilio del propio mayor o personas dependientes que lo necesiten, ha sido recibido con mucho éxito, según palabras del propio alcalde, “porque se nos dan bastantes casos en los que fallece uno de los cónyuges, y al quedar el otro solo, agradece no tener que ocuparse de la comida, especialmente los viudos”.

La lavandería social, es otro novedoso servicio para jubilados mayores de 65 años y consiste en recoger la ropa en el domicilio del anciano y hacer la colada y el planchado.

# Entrevista

## ÁNGELES SANTOS

“Mis visitas al museo del Prado, han sido mi auténtica escuela”

De la vigencia de Ángeles Santos, creadora de dos de los hitos del arte español contemporáneo: *Un mundo*, perteneciente al surrealismo y *La Tertulia* encuadrado en la Nueva Objetividad Alemana, tenemos constancia a lo largo del tiempo por su participación en exposiciones como *El retrato moderno en España* (1906-1936) y con el retrato *La marquesa de Alquibla* (1928), organizada a finales del 2007 en el Museo de Bellas Artes de San Fernando de Madrid, cuadro que ha sido cartel y la portada del catálogo.

Asimismo, se publican con cierta periodicidad artículos sobre su pintura, como el reportaje recientemente aparecido en la revista *Tren*, editada por RENFE, dedicado a su obra *Un mundo* (1929). Este cuadro y *La Tertulia* (1929) figuran desde 1992 y 1994, respectivamente, en la colección permanente del Museo de Arte Reina Sofía, pudiendo admirarse también sus pinturas en el Museo Patio Herreriano de Valladolid, ciu-



### ÁNGELES SANTOS, PINTORA DE VANGUARDIA

La pintora Ángeles Santos Torroella (Portbou, 1911) con los cuadros *Niña durmiendo* y *Niños y plantas*, junto a la inglesa Leonora Carrington, son las únicas artistas vivas de los movimientos de Vanguardia del siglo XX, que forman parte de la exposición *Amazonas del Arte Nuevo*. Patrocinada por la Fundación Mapfre, ha reunido en su sede de Madrid las obras de las mejores artistas nacionales e internacionales.

dad en la que pintó una buena parte de su obra más valorada.

– **Usted ha permanecido temporadas sin pintar, ¿se ha sentido mal?**

No, serían etapas en las que viajaba, por ejemplo a Sitges, donde iba a la playa, a los restaurantes y claro en verano pintaba poco. Tenía una amiga con la que a veces cenaba cerca del mar y veíamos como salían los pescadores en las barcas con sus luces. Siempre he pintado, además de óleos acuarelas y conservo cuadernos de dibujos.

– **¿Dónde se formó usted en las artes plásticas, en la Universidad o en alguna escuela de Bellas Artes?**

No he asistido ni a la universidad, ni a talleres, ni nada. Mi padre era funcionario de Aduanas y viajábamos por toda España. Primero estuvimos en Ayamonte y luego en Sevilla, donde estudié en el Colegio de las Esclavas Concepcionistas. Las monjas vieron que tenía talento para el

Texto: Andrea García García / Fotos: M<sup>a</sup> Angeles Tirado Cubas



dibujo y la pintura y recomendaron a mi padre que me dedicase a la pintura. Cuando mi familia se trasladó a Valladolid, mi padre habló con el pintor italiano Cellino Perroti, un experto en restauración de iglesias, para que me diese clases. También me formé a través de las visitas que realicé con mi padre al Museo del Prado. Me considero autodidacta.

**– Han podido vivir de la pintura.**

Todavía me pregunto cómo hemos podido sobrevivir mi hijo y yo. Hasta que mi hijo tuvo 25 años, no empezamos a vivir un poco desahogados, aunque mi marido, que vivía en París, siempre nos mandaba algo, ¡pero vamos! En verano a veces daba clases de pintura a jóvenes en Portbou, pero se me olvidaba cobrar y decía: “No, es igual”. Aunque no íbamos sobrados. No he tenido mucha suerte respecto

al destino de mi obra, porque yo misma no he sabido gestionarla. He regalado cuadros, en algunos casos he pintado sobre los mismos lienzos y también los he vendido muy por debajo de su valor.

**– Usted estudiaba en el colegio sin dejar de pintar. Su participación en la exposición del Salón de Artistas Vallisoletanos y en el Ateneo de Valladolid, atrajo la atención de los intelectuales**

Comenzaron a venir a casa Francisco de Cossío, Jorge Guillén, el poeta Federico García Lorca, que me dedicó un ejemplar del *Romancero Gitano* y también Juan Ramón Jiménez, quien en *Españoles de tres mundos* me dedicó un poema en el que hablaba de mi mirada. Todos se quedaban encantados de ver mis cuadros. El poeta Juan Ramón Jiménez me retrató maravillosamente

diciendo: “Mira sin saber a quién. La miramos. Mira”.

En 1928 participé en el salón de Artistas Vallisoletanos con el retrato de *Tía Marieta* y en una exposición colectiva posterior dí a conocer mi *Autorretrato*, una pintura atemporal de trazo seguro que constituyó y simboliza mi entrada artística y la consolidación vocacional de mi obra inicial. Además de los retratos mi pintura se ha destacado por los paisajes, siendo el primero que pinté una calle de Valladolid.

**– Usted participaba en las tertulias a las que difícilmente podían acceder las mujeres a finales de los años 20.**

Yo me sentía muy halagada. Pero tengo poca conversación. Me preguntaban si había pintores en mi familia y yo les decía que no. La primera pintora de la familia he sido yo. Mi her-

## Entrevista ÁNGELES SANTOS

mano Rafael, que trabajó con Dalí, me valoraba mucho. Recuerdo que una tarde fuimos a visitar al pintor.

**– Cuando le hicieron esas críticas tan maravillosas de sus cuadros *Un mundo* y *La Tertulia*, ¿qué pensó?**

Créame que ni las miraba. No juzgo mi pintura, no pienso nada. Cuando pinté *Un mundo* quería que si se viajaba al planeta Marte, se enviase el cuadro para que supiesen como éramos. Para este gran lienzo me inspiré en unos versos de Juan Ramón Jiménez, en particular en el que dice “*Una cinta tranquila abrazaba amorosa a la pálida tierra*”. Es un cuadro de gran tamaño en el que puse todo lo que hasta entonces había visto, intuido y observado. El universo, el cielo, el infierno, las almas y el mundo tangible que conocía, las ciudades, las casas, la vida, los trenes, las playas, los ríos, los cementerios. Le dije a mi padre lo que quería pintar y encargamos una tela muy grande en Madrid.

A mediados de 1929 Ángeles Santos pintó sus dos obras maestras. En *Un mundo, la tierra es cúbica*, con multitud de escenas vistas desde múltiples perspectivas. Mientras que *La Tertulia* representa a cuatro chicas modernas, emancipadas, con aire absorto. Este año participó por primera vez en el IX Salón de Otoño de Madrid y al año siguiente lo haría de forma individual con 34 obras. La artista pintaba intensamente en Valladolid pero cayó en una profunda depresión que la apartó un tiempo de su carrera.

La familia se trasladó a San Sebastián participando en Ter-

## “Juan Ramón Jiménez me dedicó un poema en el que hablaba de mi mirada”.

tulias y visitándola poetas como Federico García Lorca y Vicente Huidobro. Sigue exponiendo aunque se mantiene un tanto alejada de los círculos creativos. En 1935 expone en las Galerías Syra de Barcelona, donde conocerá al pintor Emili Grau

Sala, con el que contraerá matrimonio en 1936. Poco a poco, dice Julián Grau, su hijo, se fue alejando de lo que había sido su pintura, destruyendo sus cuadros.

Con el pintor se fue a París al estallar la Guerra Civil, regresando con su familia a Huesca. En 1937 nacería su hijo. En España entre los años cuarenta y sesenta se suceden las exposiciones individuales y colectivas. En 1969 expone individualmente en la Sala Rovira de Barcelona, considerándose como la reaparición definitiva de la pintora. Entre los años 60 y 70 pintó paisajes urbanos de París y Barcelona, el mar de Cadaqués, bodegones y retratos, con un estilo más decorativo.

**– Qué le impulsó a cambiar de estilo pictórico.**

Su hijo Julián Grau dice que sus estilos pictóricos son muy diferentes. Cuando ella conoce a mi padre cambió totalmente. Dijo que su pintura no le gustaba nada, que quería pintar como mi padre. Tuvo una crisis de tanto trabajar siendo tan joven. Esos cuadros tan tremendos le dejaron huella. Su carrera se interrumpió, reapareciendo de nuevo al casarse con mi padre. Era tan bueno lo que pintó en sus comienzos, que su pintura posterior no se ha valorado como merece. Quien redescubre a mi madre, ha sido la que fuese directora del Museo Reina Sofía, María del Corral.





## EL ENIGMA DE UNA ARTISTA

La trayectoria artística de Ángeles Santos está considerada por los críticos y estudiosos como una de las más insólitas y enigmáticas del arte español del siglo XX, sin duda porque siendo apenas una adolescente, sin apenas conocimientos teóricos de las corrientes de vanguardia, fue capaz de crear una obra eminentemente moderna. Su hijo, el pintor Julián Grau Santos dice que el crítico de arte Carlos Serraller, en su selección de cien mejores obras del Siglo XX, incluye los cuadros *Niña muerta* y *La Tertulia*. Asimismo, dice Julián Grau, que con motivo de la muestra retrospectiva realizada en Valladolid en el 2004, este especialista declaró que con doce de sus cuadros Ángeles Santos había conseguido la inmortalidad.

Esta mujer menuda y enérgica, a la que no le tiembla el pulso, sigue conservando a sus 96 años una mirada de un intenso azul, como si el destino hubiese querido fijar en ella el color del mar de su infancia que permanece indeleble en su memoria. Muestra varios artículos de revista y de prensa escritos sobre ella, y en un caballete puede verse un retrato que parece un fresco pompeyano: “Leo, pinto, escucho la radio y miro desde la terraza la sierra, me encanta cuando está nevada”. Casada con el pintor catalán, Emili Grau Sala, con él y su hijo, residió varios años en París. En la actualidad su hijo cuida por su salud y por su legado artístico. Julián confiesa que son muchas las peticiones que recibe a diario solicitándoles cuadros para exposiciones y también entrevistas porque, aún hoy, sigue despertando el mismo interés y la misma admiración que en su época. Está en posesión de la medalla de oro de las Bellas Artes.



Ángeles Santos, posa ante uno de sus primeros cuadros, que pintó con sólo 17 años.

– **Qué pintores le han interesado.**

Me gustan mucho Boticelli, El Greco, Goya, Murillo y también Cezanne, Vang Gogh y Monet. Mis visitas al museo del Prado han sido mi auténtica escuela.

– **Además de la pintura que otras aficiones tiene.**

Siempre me ha gustado, sobre todo cuando viajaba, la novela policíaca y la música. Sabía tocar el piano, pero no he practicado mucho. Tengo muy buena salud, jamás estoy enferma, creo que se

debe a que he disfrutado del mar y del aire libre. Mi pulso es excelente.

*Un mundo insólito* en Valladolid reunió en el Museo Patio Herreriano en 2004 algunas de sus obras que se creían perdidas, como *La tía Marieta*, *Niños en el jardín*; *Familia cenando* y *Lilas* y *Calaveras*. Josep Casamartina, uno de los mayores expertos de su obra, está preparando un nuevo estudio sobre una de las grandes pintoras españolas contemporáneas que sigue inquietando y sorprendiendo al público.

# A Fondo



## FUERTE IMPULSO DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

El Gobierno de España destinó a combatir este delito más de 212 millones de euros en 2007 y tiene presupuestados 247,8 millones de euros para 2008.

Texto: Redacción / Fotos: MTAS

Actuar contra la violencia que se ejerce sobre las mujeres en sus relaciones de pareja de un modo integral y multidisciplinar, es el objetivo principal de la Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, promulgada en diciembre de 2004 y aprobada por unanimidad por el Congreso de los Diputados. Con ella, el Gobierno de España cumplía su compromiso de utilizar todas las herramientas necesarias para combatir este atroz delito, que hoy, después de tres años de andadura, la sociedad española está cada vez más volcada en proteger a la mujer y repudiar esta verdadera lacra social.

**E**l 15 de abril de 2005, el Consejo de Ministros daba luz verde a la creación de la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer, dependiente de la Secretaría de Políticas de Igualdad del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, y encargaba esa responsabilidad a Encarnación Orozco. Desde entonces, han sido múltiples las actuaciones que se han realizado o impulsado para informar y sensibilizar a la población y combatir este delito. Entre ellas hay cam-

pañías de comunicación, el teléfono 016, acuerdos con empresas, con federaciones deportivas, exposiciones y un largo etcétera.

“La Ley de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género es una ley pionera y eficaz”, aseguraba recientemente la delegada especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer, Encarnación Orozco. El Gobierno de España siempre ha apostado por dotar de medios económicos al desarrollo de la Ley Integral. Así, durante 2007, se des-

tinó más de 212 millones de euros a la lucha contra la violencia de género, lo que supuso un 50% más de lo previsto inicialmente, 141,5 millones de euros.

Para el actual ejercicio 2008, la Ley de Presupuestos Generales del Estado ha incrementado la cantidad destinada a esta partida hasta alcanzar los 247,8 millones de euros, lo que representa un incremento del 75,09 % sobre el presupuesto inicial que estaba previsto para el año 2007.

Además, durante los más de 30 meses que la Ley Integral lleva en vigor, el Gobierno de España ha distribuido 26 millones de euros a las Comunidades Autónomas y otros 2,5 millones de euros a las Entidades Locales, para la colaboración de ambas administraciones en la puesta en marcha de unos servicios sociales de calidad y homogéneos en todo el ámbito estatal destinados a las víctimas.

Para la Delegada Especial del Gobierno, no se puede medir la eficacia de la Ley Orgánica 1/2004 de 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, en función del número de mujeres muertas. “Pedimos que un grave problema como éste no provoque una insólita “guerra” de cifras que puede ocultar un problema mucho más complejo por su innegable arraigo cultural e histórico”. “Es conveniente conocer una serie de datos importantes para comprobar la evidente eficacia de una Ley Integral, pionera e inédita en toda Europa, que sólo lleva en vigor en su totalidad dos años y medio”, añadía Orozco.

También aseguró Encarnación Orozco que hay que insistir en que los datos oficiales desmientan que la cifra de

### LO QUE HA CAMBIADO ESTA LEY

- Desde que entró en vigor la Ley Integral se han concedido 90.242 órdenes de protección.
- El número de medidas de protección en vigor, en la actualidad, es de 78.550.
- Durante los últimos 30 meses las oficinas de empleo han registrado un total de 1.168 contratos bonificados para víctimas de violencia de género; el 27,7 por ciento de dichos contratos tenía carácter indefinido. Además, durante ese período se registraron 159 contratos de sustitución de víctimas de violencia de género.
- La Renta Activa de Inserción la percibieron 10.657 mujeres en 2006 y 11.210 entre enero y agosto de 2007. La media mensual de mujeres víctimas de violencia receptoras por este concepto fue de 4.935 en 2006 y de 6.579 en los ocho primeros meses de 2007.
- 2.465 mujeres han recibido ayudas para cambiar de domicilio.
- 167 mujeres se han beneficiado de las ayudas económicas previstas en la Ley Integral en los supuestos de difícil empleabilidad y con riesgo de exclusión social.
- Se ha incrementado en un 418,7 por ciento el número de Juzgados de Violencia sobre la Mujer exclusivos. En junio de 2005 había 16 y ahora ya hay 83.
- Se han aumentado en un 150 por ciento el número de unidades forenses de valoración integral en el territorio, al menos una por provincia.
- El número de efectivos de las unidades especializadas de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado han aumentado en un 117,5 por ciento (en marzo de 2004 el total de efectivos ascendía a 505 y a finales de 2007 su número era de 1.614).
- 12.987 mujeres han sido atendidas por el servicio de Teleasistencia Móvil. Se ha producido un aumento constante de las usuarias que a finales de 2007 era de 8.787, lo que representa un 55,2 por ciento de incremento respecto a las usuarias al finalizar diciembre de 2006.

## A Fondo FUERTE IMPULSO DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

crímenes aumenta cuando ésta se analiza en relación a la población real: “Contrariamente a lo que se cree, el número de muertes, en relación con el número de población, se sostiene en el tiempo a pesar del significativo aumento que ha habido en España durante el último lustro”.

Los datos oficiales demuestran que las tasas más altas de muertes por violencia de género correspondieron a 2003 y 2004 (3,3 muertes por millón de mujeres) y la más baja fue la de 2001 (2,4 muertes por millón de mujeres). La correspondiente a 2007 será inferior en todo caso a 3,2 muertes por millón de mujeres.

La delegada especial del Gobierno contra la Violencia sobre la mujer, afirmó que, también es necesario desmentir algunos equívocos sobre la violencia de género en la población extranjera. “En el caso de víctimas mortales extranjeras por millón de mujeres residentes en España, la tasa era de 16,3 en 2000 y había descendido a 9,4 en 2006. La tasa de agresores por millón de varones extranjeros pasó del 15,1 en 2000 a 8,3 en 2006”, señaló Encarnación Orozco.

La apuesta de esta legislatura por la creación de la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer ha sido valiente y pionera. No es fácil para un país, hacer frente al volumen de un delito que cuenta con un rechazo social como ocurren en la actualidad con la violencia de género.

### UN ÓRGANO COLEGIADO INTERMINISTERIAL

El Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer, presidido por la delegada especial del Gobierno, Encarna-

### El 016 herramienta eficaz contra el maltrato

**L**a secretaria general de Políticas de Igualdad, Soledad Muriello, y la delegada especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer presentaban a los medios de comunicación el pasado mes de octubre el teléfono 016. Cinco meses después ya ha recibido más de 30.000 llamadas.

Éste es un servicio de información dirigido a las víctimas de violencia de género, familiares, amigos y a la población en general, que funciona las 24 horas del día los 365 días del año, desde cualquier lugar de España y que no deja huella en la factura del teléfono. Pocos Gobiernos han dedicado tanto esfuerzo por hacer visible el único delito en el que la víctima se siente culpable y que ha permanecido oculto tras las paredes del hogar durante generaciones. Esta violencia no es un fe-

nómeno nuevo, pero sí su repulsa social. Hasta hace escaso tiempo apenas existía; ahora se está tomando conciencia de que el problema está ahí.

El 016 está atendido por profesionales especializadas en violencia de género, entre las que hay psicólogas, abogadas y expertas en derechos humanos. La llamada, completamente anónima para quien la realiza, es atendida por mujeres que ofrecen información de tipo general, pero en el caso de que la mujer demande información legal especializada se la deriva a una abogada.

Es importante recalcar que desde este servicio público sólo se facilita información, nunca se toman decisiones que competen a en exclusiva a la mujer. El teléfono se atiende en cinco idiomas.

ción Orozco, fue aprobado en Consejo de Ministros en marzo de 2006 y se constituye como órgano colegiado interministerial, adscrito al Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. A él le corresponde el asesoramiento, eva-

luación, colaboración institucional, elaboración de informes, estudios y propuestas de actuaciones en materia de violencia de género.

Las asociaciones de mujeres, los

**Atendido por personal especializado, el servicio telefónico 016 informa y asesora las 24 horas del día y los 365 días del año a víctimas, familiares, vecinos o cualquier ciudadano.**



## A Fondo FUERTE IMPULSO DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

nes Feministas contra la Violencia de Género; a Isabel Llinás Warthmann, directora del Institut Balear de la Dona; a Carlota Bustelo García del Real, primera directora del Instituto de la Mujer y presidenta de la Fundación de Mujeres y del Comité para la Eliminación de la Discriminación de Mujeres de Naciones Unidas y a Raquel Orantes, de la Plataforma de Mujeres Artistas contra la Violencia de Género. Ana María Pérez del Campo, Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo. La presidenta de la Federación Nacional de Asociaciones de Mujeres Separadas y Divorciadas, Ana María Pérez del Campo, recibió en 2005 la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo por su dedicación, a lo largo de toda su vida, a favor de la igualdad y contra la Violencia de género. Cada 25 de noviembre, desde el Instituto de la Mujer se recuerda a todas las mujeres que sufren maltrato. En 2006, fueron para el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia; Montserrat Comas, vocal del CGPJ y presidenta del Observatorio de Violencia Doméstica y de Género; Tele 5; Foro de Hombres por la Igualdad; Federación de Mujeres Progresistas; Jens Orback, ex primer ministro sueco de Igualdad de Género; y Elizabeth Odio Benito, ex presidenta de Costa Rica. En 2007 lo recibieron la librería de Mujeres, la Red Internacional de Mujeres de Negro; los Desayunos de TVE; el cantante Víctor Manuel; la Asociación de Mujeres Juristas Themis; la Policía Local de Elche y, a título póstumo, a Daniel Oliver, muerto al intentar impedir una agresión.

En 2005 se otorgaron los Reconocimientos a la Plataforma de Mujeres Artistas; a las Unidades Especiales de Atención a Mujeres de Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado; a

### Más de 90.000 mujeres protegidas

**D**esde que entró en vigor la Ley Integral se han concedido 90.242 órdenes de alejamiento. El número de medidas de protección en vigor es, en la actualidad, de 78.550. Asimismo, durante los últimos 30 meses las oficinas de empleo han registrado 1.168 contratos bonificados para víctimas de violencia de género; la Renta Activa de Inserción la percibieron 10.657 mujeres en 2006 y 11.210, entre enero y agosto de 2007 y 2.465 mujeres han recibido ayudas para cambiar de domicilio.

Por otra parte, 167 mujeres se han beneficiado de las ayudas económicas previstas en la Ley Integral por acogerse a los supuestos de difícil empleabilidad y con riesgo de exclusión social y el número de juzgados de Violencia ha crecido un 418% hasta alcanzar los 83 actuales.

Datos importantes son que han aumentado en un 150% el número de unidades forenses de valoración integral en el territorio, que el número de efectivos especializados de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado ha aumentado un 117% y que 12.987 mujeres han sido atendidas por el servicio de Teleasistencia Móvil.

En 2007, se destinaron más de 212 millones al desarrollo de la Ley contra la violencia de género difícil empleabilidad y con riesgo de exclusión social y el número de juzgados de Violencia ha crecido un 418,7% hasta alcanzar los 83 actuales.

Datos importantes son que han aumentado en un 150% el número de unidades forenses de valoración integral en el territorio, que el número de efectivos especializados de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado ha aumentado un 117%, y que 12.987 mujeres han sido atendidas por el servicio de Teleasistencia Móvil.

Por otra parte, y a pesar del espectacular crecimiento de la población española en los últimos años, los datos oficiales demuestran que el número de afectadas por violencia de género se mantiene estable en el tiempo.

Las tasas más altas de mujeres muertas corresponde a los años 2003 y 2004, con 3,3 muertas por millón de mujeres. En 2007, y a falta de datos definitivos, la tasa será inferior en todo caso a 3,2 muertas por millón de habitantes.

Ana María Pérez del Campo, presidenta de la Federación Nacional de Mujeres Separadas y Divorciadas; a

Antonio Fraguas, Forges y a la Asociación Mexicana Justicia para Nuestras Hijas.

## UN SELLO DE CORREOS PIDE NO CONSENTIR LOS MALOS TRATOS Y LLAMAR AL 016

El presidente de Correos, José Damián Santiago Martín y la delegada especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Encarnación Orozco presentaron, un sello autoadhesivo denominado Contra la Violencia de Género.

En el sello se reproduce el número 016, servicio telefónico confidencial y gratuito, creado por el Gobierno de España para atender casos de violencia de género, con servicio las 24 horas del día, todos los días del año. La llamada de atención a la sociedad en su conjunto aparece impresa en el sello bajo la inscripción: "Si sabes de malos tratos no lo consientas llama al 016".

Coincidiendo con la emisión, Correos también ha distribuido en sus oficinas más de 160.000 unidades de imanes



Concentración ante la Sede del Instituto de la Mujer por víctimas de violencia de género.

con la imagen del sello, que puede servir de recordatorio para las mujeres que quieran hacer uso del 016. Con estas acciones se une a la lucha contra los malos tratos a la mujer con la emisión del sello. El objetivo es contribuir a la erradicación de este tipo de violencia a través de la difusión del

teléfono de información y ayuda a las mujeres maltratadas.

La sensibilización de la sociedad ante el problema de los malos tratos, es mayor cada día y la colaboración de todos resulta crucial para prevenir en lo posible acciones de esta naturaleza y para poner fin a este mal. Desde la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer se está promoviendo la firma de convenios en colaboración con empresas privadas y públicas para favorecer la contratación de mujeres víctimas de la violencia de género y contribuir a la sensibilización social. En 2006 se firmó un convenio con la empresa pública Adif y se firmarán en un futuro próximo otros convenios con las empresas públicas Correos, Aena y Renfe.

Las empresas privadas, por su parte, firmaron sus convenios de colaboración con el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales el pasado 20 de noviembre de 2007. Los firmantes fueron Cepsa, Corte Inglés, Eulen, Inditex, Sacyr Vallermoso y Grupo Vips.



Cada 25 de noviembre, se recuerda a todas las mujeres que sufren maltrato.

# A TONO

**Coordina:** Inés González  
**Fotos:** Archivo

## Prevenir EL CÁNCER COLORRECTAL

**L**as diferentes técnicas que se disponen para la detección del cáncer colorrectal en una fase precoz asintomática (el llamado cribado) han demostrado reducir no sólo la incidencia de este tipo de tumor, sino también la mortalidad asociada al mismo. Se estima que la colonoscopia, como técnica de cribado en este tipo de cáncer, puede disminuir la incidencia en más del 50% y la mortalidad en un 60%. Además, con el test de sangre oculta en heces se ha descrito una reducción del 20% en la incidencia, y de más del 30% en la mortalidad.

**L**a prevención es la clave de la lucha frente al cáncer de colon, ya que si la enfermedad se detecta en sus fases más iniciales, las posibilidades de curación son muy altas. El cáncer colorrectal es el

paradigma de las neoplasias susceptibles de programas de prevención. Así, existen varias técnicas que han demostrado ser útiles para esta finalidad, como la colonoscopia, la detección de sangre oculta en heces y la sigmoidoscopia.

A pesar de la evidencia de que el cribado del cáncer colorrectal disminuye la incidencia y mortalidad por esta neoplasia, estas medidas están poco introducidas en la práctica clínica habitual. A parte del cribado poblacional, dirigido a la población mayor de 50 años sin factores de riesgo adicionales, los médicos deberían identificar a los individuos, según los expertos, que pertenecen a grupos de alto riesgo de cáncer colorrectal (antecedentes personales o familiares de este tumor), que pueden beneficiarse de medidas preventivas más específicas, insisten en la necesidad de que estas prácticas se incorporen a la práctica clínica de forma rutinaria, en pacientes con un riesgo aumentado.

La aplicación de un cribado de ámbito poblacional siempre proporciona mejores resultados que una estrategia de cribado individual, como se ha demostrado en otras neoplasias como el cáncer de mama. No obstante, un programa de cribado poblacional es una actuación de salud pública, y por tanto debe estar priorizado como objetivo sanitario en los planes de salud de

las diferentes comunidades autónomas, aparte de existir una concienciación ciudadana, que en este momento es escasa en nuestro país.

### FACTORES DE RIESGO

La genética juega un papel clave en el cáncer colorrectal, dado que cerca del 5-10% de todos los casos, la enfermedad tiene una base genética conocida. Además, en un 30% de los casos existen antecedentes familiares que predisponen a su desarrollo. No obstante, en el 70% de los casos restantes, es probable que intervengan factores ambientales como la dieta y en el estilo de vida, factores que son modificables.

Además de las medidas básicas de prevención del cáncer de colon, conviene recordar que la edad mayor de 50 años y los antecedentes familiares de este tumor constituyen por sí mismos un factor de riesgo. Por ello, es aconsejable consultar con el médico la conveniencia de someterse a pruebas de cribado en estas situaciones

### ALGUNOS CONSEJOS

Una dieta rica en fibra, frutas, verduras y aceite de oliva, podría proteger del cáncer colorrectal, sin olvidar que ese mismo efecto es atribuible a los bífidos o leches fermentadas. Los suplementos de ácido fólico y calcio son también considerados elementos protectores ya que el calcio podría evitar la absorción de algunos carcinógenos. “Es recomendable también moderar el consumo de carne roja, procesada o cocinada muy hecha”.

En los últimos años, se ha detectado un incremento progresivo de la incidencia de obesidad, sedentarismo, consumo de alcohol y tabaquismo, todos ellos considerados factores de riesgo de cáncer colorrectal.





## Decálogo para una DIETA SANA

1. No existen alimentos completos y a diario necesitamos más de cincuenta nutrientes, así que es fundamental seguir una dieta variada que no se exceda en sal, azúcar ni alcohol.
2. Debemos cuidar el porcentaje de grasas saturadas que ingerimos, presentes por ejemplo en la carne roja. Éstas no deben superar el 20%, y el 80 restante lo debemos completar con grasas monoinsaturadas (aceite de oliva) y poliinsaturadas (pescados azules, aceites vegetales).
3. La base de nuestra alimentación deben ser cereales, frutas y verduras para cubrir nuestras necesidades de fibra, vitaminas y minerales.
4. Debemos comer pescado, preferentemente azul, al menos tres veces a la semana. Las carnes se pueden consumir como alternativa al pescado, aunque debemos restringir las rojas. En su lugar, el pollo y otro tipo de aves sin piel nos aportarán los nutrientes necesarios. Además, es recomendable comer una media de tres huevos a la semana.
5. Los alimentos lácteos son esenciales, sobre todo en la niñez y en situaciones especiales como el embarazo y la lactancia. En estos casos, el consumo diario deberá ser de una a tres raciones. En los adultos el consumo será menor, y en muchos casos será necesario consumir productos lácteos descremados.

## Cuidarnos DE LAS BAJAS TEMPERATURAS

**S**uele prestarse mucha atención a la mortalidad durante las olas de calor, pero el frío resulta todavía más letal. Los trastornos respiratorios son el principal problema de salud que se trata en los servicios de urgencias durante el invierno, hasta el punto de que su prevalencia aumenta hasta un 80% en relación con otras épocas del año,



según datos de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR).

Además del agravamiento de enfermedades respiratorias y circulatorias subyacentes (neumonía, gripe, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, etc.), el descenso de las temperaturas provoca una disminución de las defensas, favoreciendo la aparición de enfermedades infecciosas que aumentan con la llegada del otoño, se estabilizan durante el invierno y descienden en primavera.

El impacto de las infecciones respiratorias en las personas mayores con bajas defensas o enfermedades concomitantes pueden producir serias complicaciones. Además de las descompensaciones de patología respiratoria crónica (bronquitis crónica, EPOC), que suelen afectar a personas con edades superiores a los 50 años, llegan a los servicios de urgencias otras personas aquejadas de infecciones provocadas por virus, como pueda ser el de la gripe o el resfriado, o bacterias, responsables de las neumonías, que es otra patología respiratoria frecuente en invierno y especialmente habitual en mayores de 65 años.

**E**l 80% de los resfriados se producen en invierno. Durante la estación más fría del año, con el descenso de las temperaturas somos más susceptibles a las agresiones externas (bacterias y virus no deseables) poniendo a prueba nuestras defensas. Los niños y los mayores son los colectivos más sensibles a los riesgos del frío, puesto que su sistema inmune es más inmaduro y débil. Los adultos experimentan entre 2 y 4 resfriados al año, y los niños pueden llegar a padecer hasta 10 episodios anuales.

## Los diez principios de la felicidad

1. Nadie va a darme la felicidad, sólo yo puedo conseguirla.
2. Yo soy un ser único en toda la tierra, nadie me comprende mejor que yo, y nadie sabe lo que yo necesito mejor que yo.
3. Lo que recibo ahora es lo que sembré ayer, y lo que siembre ahora será lo que recibiré mañana.
4. Ni el pasado ni el futuro pueden lastimarme, sólo el presente tiene valor en mi vida.
5. Sólo yo decido lo que debo hacer en este momento.
6. Sólo en el amor y en la paz interior puedo tomar las decisiones de los demás.
7. En mis decisiones tomaré siempre en cuenta el beneficio de los demás.
8. Mi cara es el reflejo de mi estado interior.
9. Soy una persona al servicio de la humanidad.
10. Yo tengo una misión en la vida: ser feliz y hacer felices a los demás.

# A · c · t · u · a · l · i · d · a · d

## Entrega de los Premios Reina Sofía de Discapacidad 2007



Amparo Valcarce, secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad junto a los galardonados.

La secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Valcarce, ha entregado, a las 13.00 horas, los Premios Reina Sofía de Discapacidad 2007 en sus modalidades de Rehabilitación e Integración y de Accesibilidad. El Instituto Guttmann de Barcelona (candidatura española) y a la Associação Obras Sociais Irma Dulce, de Salvador-Bahía (Brasil) en la candidatura iberoamericana fueron las entidades galardonadas con los Premios de Rehabilitación e Integración.

El Instituto Guttmann es una entidad privada de iniciativa social cuyo principal objetivo es conseguir, para todas las personas afectadas por una gran discapacidad de origen neurológico,

el mayor grado de autonomía funcional posible, restablecer su autoestima y procurar una integración social activa y satisfactoria tanto para ellas como para sus familias.

Paralelamente a su labor clínica, mediante su Instituto Universitario de Neurorehabilitación adscrito a la Universidad Autónoma de



Barcelona, desarrolla una intensa labor científica.

La Associação Obras Sociais Irma Dulce, de Salvador-Bahía ha recibido este reconocimiento por su programa "InfoEsp". Este proyecto, implantado en 1993, atiende gratuitamente a alumnos con necesidades educativas especiales residentes en el Centro de Re-



La accesibilidad es reconocida en los Premios Reina Sofía de Accesibilidad.

habilitación y Prevención de Deficiencias, dentro de la Obra Social Irma Dulce, en el estado de Bahía (Brasil). Su objetivo es promover el desarrollo de sus potencialidades de niños con discapacidad a través del uso de ordenadores, capacitando a los alumnos para introducirse en el mercado de trabajo. Desde el inicio del programa, más de 700 alumnos han acudido a los cursos de informática, consiguiendo una mayor motivación y autoestima personal, así como herramientas para lograr su integración social y laboral.

### PREMIOS REINA SOFÍA DE ACCESIBILIDAD 2007

Los Premios Reina Sofía de Accesibilidad distinguen a aquellos ayuntamientos que destacan en la eliminación de barreras arquitectónicas o virtuales que dificultan la vida diaria de las personas con discapacidad.

Se ha entregado el galardón a los municipios de:

Vegadeo (Asturias) como ayuntamiento de menos de 10.000 habitantes.

Aldaia (Valencia), ayuntamiento de entre 10.000 y 100.000 habitantes.

Jerez de la Frontera (Cádiz) como ayuntamiento de más de 100.000 habitantes.

# Caldera presenta las primeras líneas de actuación del Centro de Referencia Estatal de Alzheimer

**E**l ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera, ha presentado en Salamanca las primeras líneas de actuación del Centro de Referencia Estatal (CRE) de Alzheimer y Otras Demencias, que el Gobierno ha puesto en marcha en esta ciudad. Al acto también asistió la secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Valcarce. El objetivo de este centro, pionero en España, es impulsar y coordinar la investigación, la atención especializada y la formación de profesionales sociosanitarios sobre la enfermedad de Alzheimer en nuestro país. Caldera explicó las primeras líneas de actuación en las que está trabajando el equipo directivo del CRE y firmó varios convenios de colaboración con universidades y asociaciones para comenzar a desarrollar los programas sociales y de investigación. En la actualidad el centro ya ha empezado a trabajar en la intervención social con el estudio de experiencias llevadas a cabo por asociaciones de familiares y otros centros y fundaciones. Además, el equipo directivo ha puesto en marcha ya la investigación en modelos de intervención social.

El objetivo de esta investigación es favorecer la atención integral a los pacientes y sus familias a través de cursos de formación, tratamientos y la creación de una escuela de cuidadores formales (técnicos) e informales (familias).

Por otro lado, se ha configurado ya una red de expertos nacionales e internacionales como asesores del CRE para favorecer los programas, iniciativas y cuantas experiencias sean necesarias con el objetivo de facilitar la mejor atención a las personas con Alzheimer y sus familias.

Para desarrollar estas primeras líneas de actuación, el ministro ha firmado hoy varios convenios de colaboración:

– **Convenio con la Universidad de Salamanca.** Este convenio contempla iniciativas conjuntas en materia de información, investigación, innovación, evaluación,

**“El centro ya ha empezado a trabajar en la intervención social con el estudio de experiencias llevadas a cabo por asociaciones de familiares y otros centros y fundaciones”**

formación, asistencia técnica y desarrollo de intervenciones en los ámbitos de promoción de autonomía personal y atención a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias y sus familias. Este protocolo permitirá la puesta en marcha de un Máster sobre la enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.

– **Convenio con la Universidad Pontificia de Salamanca.** Contempla iniciativas conjuntas en materia de información, investigación, innovación, evaluación, formación, asistencia técnica y desarrollo de intervenciones en los ámbitos de promoción de autonomía personal y atención a las personas con enfermedad de Alzheimer y otras Demencias y sus familias. Este protocolo permitirá la puesta en marcha de un Máster sobre Familia y Dependencia.

– **Convenio con la Fundación María Wolf.** Permitirá establecer colaboraciones en materia de promoción de la autonomía personal, envejecimiento activo de las personas con Alzheimer y otras Demencias y sus familias y la puesta en marcha de planes, programas y servicios de ámbito estatal para favorecer la calidad de

vida de las personas con Alzheimer.

– **Convenio con la Confederación Española de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias (CEAFA).**

El objetivo de este convenio, es fijar la puesta en marcha de iniciativas, programas y acciones en materia de servicios sociales, envejecimiento activo y promoción de la autonomía de las personas en situación de dependencia por causa de la enfermedad de Alzheimer y otras Demencias.

– **Convenio con la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer (AFA).** La firma de este convenio permitirá la creación de una escuela para profesionales sanitarios que tendrá como docentes a los técnicos y expertos de AFA.

– **Página web del CRE**

Caldera también presentó la página web del CRE: [www.cre-alzheimer.org](http://www.cre-alzheimer.org).

Esta página pretende ser un foro de encuentro para familiares y profesionales y en ella se podrá acceder próximamente a toda la información nacional e internacional sobre aspectos de formación, asistencia e investigación, además de agenda, relacionado con la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

## Jesús Caldera entrega nueve Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo



El Ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera junto a los galardonados con los Medallones.

El ministro de trabajo, Jesús Caldera entregó el pasado 7 de febrero, la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo a: Jesús Ayuso Jiménez, Rafael Azcona, Amparo Baró, José María Díez Alegría, Antonio Fraguas "Forges", Fernando Guillén, Teresa Las Heras Abad, Manuela Rodríguez y María Telo Núñez. Todos fueron galardonados por el Consejo de Ministros, a propuesta del ministro de

Trabajo y Asuntos Sociales, el 7 de diciembre de 2007, junto con otras 25 personas. Este galardón tiene como objetivo premiar y destacar el mérito de una conducta socialmente útil y ejemplar en el desempeño de los deberes que impone el ejercicio de cualquier trabajo, profesión o servicio. En la edición de este año están representadas todas las comunidades autónomas. Las medallas se han otorgado a: 7 empresarios,

1 líder social, 9 educadores y académicos, 2 profesionales superiores, 9 trabajadores y 6 trabajadoras de la cultura y el arte. Entre los galardonados en esta edición, hay que destacar el incremento importante de trabajadores asalariados (un 27%) y descendiendo el colectivo de empresarios (situándose en el 21%) que, hasta ahora, era el más premiado, ya que la media del período 1993-2004 era de 38%

empresarios y 2,1% de trabajadores.

La progresión de las medallas concedidas a mujeres es evidente y este año, por primera vez, se logra la paridad de género. El 47% de las Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo han sido concedidas a mujeres (un 2% más que el año pasado), algo que contrasta con la media de los doce años comprendidos entre 1993 y 2004 que, de todos los galardones, sólo un 11% recayó en el colectivo femenino.

El resto de los galardonados han sido: Esther Álvarez Bango, Antonio de Bethencourt Massieu, José Castañón, Isaac Díaz Pardo, Josefa Estruch Moratal, José Ángel Fernández Villa, María Dolores de Ávila "María de Ávila", Félix Antonio González González, Caridad González Mier, Ángel Iglesias Cocolina, Adelina Jiménez, Antonia Jolonch Sainz de la Calleja, Gregorio López Raimundo, Alfredo Mederos Pérez, Manuel Nieto Sanpedro, María Teresa Pérez Picazo, Jesús de Polanco Gutiérrez, M<sup>a</sup> Carmen Pons Llabres, José Rincón Rodríguez, Marisa Sánchez Echaurren, Paula Santiago Domínguez, José Torrent Robert, Benita Urriza Iriarte, Jesús Uson Gargallo y Pilar Valiño Pérez.



la puesta en marcha de proyectos en el ámbito de la comunicación con destino a la ciudadanía española en el exterior, a través de cualquier medio escrito o audiovisual: prensa, radio, cine, televisión e Internet. Estas ayudas tienen una subvención máxima de 500.000 euros.

Por su parte, las subvenciones destinadas al programa de asociaciones tienen por objeto contribuir a la financiación de los gastos ordinarios derivados del funcionamiento de las federaciones, asociaciones y centros de españoles en el exterior. Estas ayudas tienen un importe máximo total de 1.000.000 de euros.

Asimismo, también se contempla un programa destinado a sufragar gastos de obra nueva, rehabilitación, adaptación y equipamiento de los centros y asociaciones radicadas en el exterior, cuya finali-



**Jesús Caldera en una visita a emigrantes españoles en Uruguay.**

dad sea la asistencia social, sanitaria y cultural, incluidos los centros de día y residencias de mayores que acogen a personas mayores en el extranjero. Estas ayudas están dotadas con un importe máximo de 1.200.000 de euros, con cargo a la Dirección General de Emigración y 718.460

euros, del Instituto de Mayores y Servicios Sociales.

#### **JOVENES Y MUJERES**

El programa de jóvenes comprende dos tipos de ayudas: Ayudas de formación para el empleo, dotadas con 2.270.000 euros y ayudas

para actividades, que tiene por objeto facilitar a los jóvenes el contacto con la realidad española, reforzar los lazos culturales o la participación de viajes culturales a España. Importe máximo de estas ayudas es de 250.000 euros.

Por su parte, el programa de Mujeres está dotado con 920.000 euros y comprende ayudas para promover la igualdad efectiva y la prevención de situaciones de violencia de género y ayudas para promover la inserción laboral y la promoción profesional de las mujeres españolas en el exterior, mediante programas de formación para el empleo. Asimismo, el Ministerio contempla ayudas para información y asesoramiento a retornados, dotadas con 730.000 euros y un programa de proyectos e investigación, por importe máximo de 2.548.280 euros.

## **El gasto en pensiones de la Seguridad Social ha aumentado 20.703 millones de euros en los últimos cuatro años**

**L**a Seguridad Social ha incrementado en 20.703 millones de euros (20.703.151.196,94) el gasto en pensiones entre 2004 y 2008. La nómina actual de pensiones asciende a 84.959,7 millones de euros para un total de 8.492.784 prestaciones, 479.325 más que en 2004. La Seguridad Social ha compatibilizado en el periodo re-

ferido el incremento de las prestaciones con el control del gasto corriente y unas cuentas saneadas, que en 2007 arrojaron un superávit de 14.104,69 millones de euros que equivale al 1,34% del producto Interior Bruto. Por comunidades autónomas, Cataluña ha aumentado en 3.890,7 millones de euros el gasto en pensiones que totaliza en la actuali-

dad 15.450 millones; Andalucía, 3.024,8, con un importe total de 12.461,3 millones, y Madrid, 2.781,9, con un total de 10.753,2 millones. En cuanto al número de procesos, el mayor crecimiento también corresponde a Cataluña (105.848 nuevas pensiones), Madrid (71.747) y Andalucía (72.622).

# cuadernos

## Sesenta y más

AÑO XIV / Nº 2 / FEBRERO 2008

### EN ESTE NUMERO

**II Salón de la  
Autonomía,  
Dependencia y  
Discapacidad**

**Jornadas sobre  
Dependencia y  
Calidad de vida en  
Personas Mayores:  
Un reto social  
para la España del  
siglo XXI**

**Jornadas  
Internacionales  
sobre el uso de  
sujeciones en los  
cuidados  
prolongados a  
Personas Mayores  
dependientes**



Amparo Valcarce en el momento del acto de inauguración del salón con el presidente de Gobierno de Aragón, Marcelino Iglesias, en el centro de la imagen.

El Salón de Autonomía, Dependencia y Discapacidad celebró su segunda edición en la Feria de Muestras de Zaragoza, los días 8,9 y 10 de febrero, con el objetivo de contribuir a la consecución de una sociedad más igualitaria

## II Salón de Autonomía, Dependencia y Discapacidad

**Texto:** Juan M. Villa / **Fotos:** Salón de la Dependencia

La muestra, promovida por el Departamento de Servicios Sociales y Familias del Gobierno de Aragón, y en la que participó activamente el IMSERSO, permitió poner a disposición de los ciudadanos todos los recursos necesarios para mejorar la calidad de vida de las personas dependientes y para incrementar su autonomía personal.

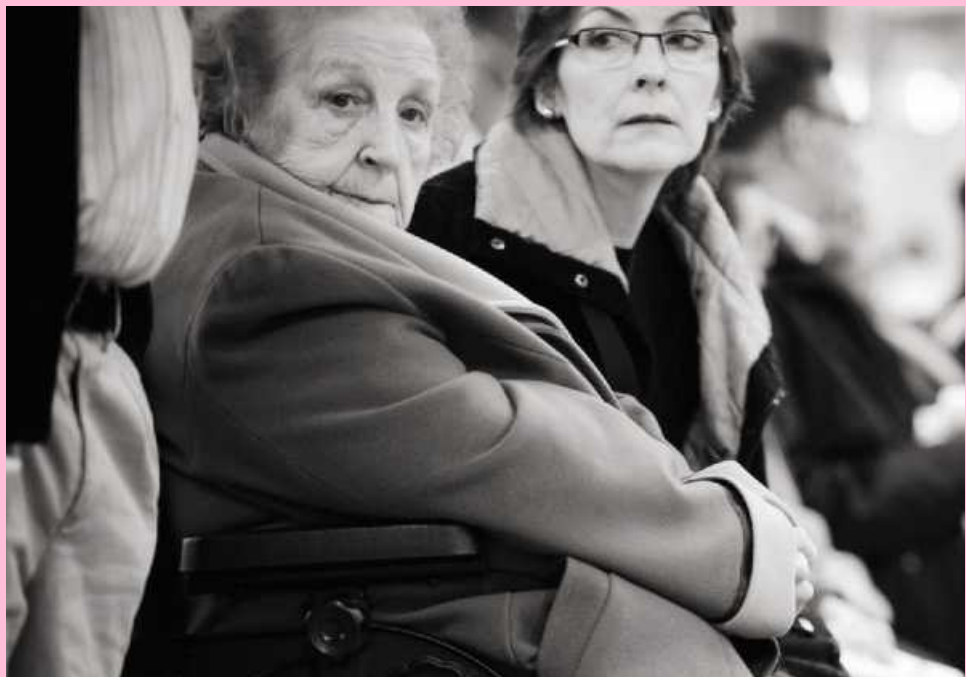
# cuadernos

El Salón reunió en una superficie de 4.000 metros cuadrados a representantes de productos y servicios destinados a la movilidad, salud, ayudas técnicas, servicios sociales y bienestar, que con un total de 65 expositores mostraron a miles de visitantes entre profesionales, personas en situación de dependencia o discapacidad, a sus familias o personas interesadas las múltiples posibilidades que permiten mejorar la calidad de vida. Sectores como el de la movilidad, ayudas técnicas, salud, servicios y productos, asociacionismo fueron algunos de los que estuvieron presentes en la muestra. De esta manera, el evento se configuró en punto de encuentro entre los demandantes de servicios y productos sociosanitarios y los proveedores de estas ayudas, profesionales y expertos. Las personas dependientes y sus familias, al tiempo, pudieron exponer sus necesidades en pro de la consecución de una mayor calidad de vida, mientras que los profesionales del sector también hacían uso de este foro para intercambiar conocimientos y experiencias que tienen como objetivo final atender las demandas de los colectivos de personas dependientes y discapacitadas, y sus familias.

El II Salón de Autonomía, Dependencia y Discapacidad desarrolló un amplio programa orientado al público profesional de los ámbitos de las distintas administraciones públicas, del área universitaria y de la investigación, y del campo empre-



Aspecto de la mesa en la que participó Valcarce y la consejera de Servicios Sociales y Familia del Gobierno de Aragón, Ana Fernández.



Miles de visitantes accedieron al Salón.

**Con la implantación de la ley de la dependencia “tenemos que ser capaces de llegar a todos los ciudadanos en condiciones de igualdad y de calidad”, dijo Amparo Valcarce**

sarial. Las Jornadas técnicas permitieron que ponentes de primer orden abordaran temas de gran relevancia como la situación actual de la Ley de la Dependencia y su desarrollo futuro; y aspectos como las soluciones técnicas para mejorar la calidad de vida.

Por otro lado, este foro, además de mostrar a los visitantes novedades





Las nuevas tecnologías atrajeron a numerosos visitantes



Mejorar la movilidad permite tener mayor autonomía personal

tecnológicas y de servicios a través de los expositores, programó distintas actividades paralelas de carácter lúdico. El deporte tuvo su lugar en el Salón mediante una exhibición de tenis en silla de ruedas con la participación de los tensitas Miguel Tena y Carlos Pina; la Terapia con caballos o Hipoterapia para personas con discapacidad o en situación de dependencia también fue protagonista entre las actividades organizadas; en este caso los visitantes pudieron comprobar la utilidad de la terapia con caballos que organiza la Fundación Genes y Gentes

La inauguración de este II Salón de la Dependencia corrió a cargo de la secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Valcarce, el presidente del Gobierno Aragón, Marcelino Iglesias, y la cosejera de Servicios Sociales y Familia del Gobierno de Aragón, Ana Fernández.

# cuadernos



Los expositores ofrecieron soluciones innovadoras a las personas con dependencia.

## JORNADAS TÉCNICAS

Las Jornadas técnicas desarrolladas en el salón, y dirigidas a los profesionales del sector socio-sanitario complementaron al encuentro entre expositores y público y profesionales. Profesionales y expertos tuvieron ocasión de debatir e intercambiar conocimientos y experiencias sobre la aplicación de la ley de la Dependencia y su posibilidades. El Salón de la Autonomía, Dependencia y Discapacidad acogió dos ciclos de Jornadas. El primer ciclo en celebrarse fue la I Jornadas Técnicas del Sistema Aragonés de Atención a la Dependencia que fueron inauguradas por la secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Valcarce quien expresó su satisfacción porque en el conjunto de España “la ley de la Dependencia es ya una realidad” y todos los ciudadanos tienen garantizado el acceso a las prestaciones económicas y servicios como la teleasistencia, la ayuda a domicilio, los centros día y de noche,



La rehabilitación mediante la hippoterapia fue una de las opciones ofrecidas en el salón.

los centros de promoción de la autonomía personal y también las residencias, una vez que han sido valorados y tienen su certificado de dependencia

La secretaria de Estado, por otro lado precisó que desde el Gobierno

se han priorizado las inversiones en una red de infraestructuras de servicios sociales donde el centro de día es fundamental, ya que “las personas quieren vivir en su hogar, en su entorno familiar, pero necesitan de rehabilitación y cuidados,



**Valcarce e Iglesias recorrieron el II Salón de la Dependencia.**



**65 expositores mostraron las últimas novedades en ayudas técnicas.**

que puede encontrar en el centro de día". Además, señaló que el Gobierno de España cuenta con unos presupuestos para 2008 en atención a la dependencia de 871 millones de euros, lo que supone dedicar un 118 por ciento más que en 2007 y un total de 1.520 millones durante toda la legislatura.

Asimismo Valcarce expresó que con la implantación de la ley de la dependencia "tenemos que ser capaces de llegar a todos los ciudadanos en condiciones de igualdad y de calidad, sobre todo en un país tan extenso y con tantas diferencias como España". La secretaria de Estado citó en Zaragoza a la Comunidad de Aragón como ejemplo en la implantación y puesta en marcha de la ley con unas características de población rural y con una gran dispersión.

La Jornadas permitieron la reflexión y el debate de profesionales y expertos sobre temas como la supre-



**El IMERSO fue uno de los expositores que tuvo mayor éxito.**

sión de barreras arquitectónicas, los medios técnica y sociales al servicio de las personas dependientes con

el nuevo modelo de la ley, la prevención del deterioro cognitivo, o los aspectos jurídicos, entre otros.

## Jornadas sobre Dependencia y Calidad de vida en Personas Mayores



### Natividad Enjuto inauguró las Jornadas

**E**l IMSERSO organizó y desarrolló en su sede central la Jornadas sobre “Dependencia y Calidad de Vida en Personas Mayores: un reto social para la España del siglo XXI” con el objeto de reflexionar y debatir desde el ámbito profesional sobre la actual situación de la puesta en marcha de la Ley de la Dependencia y sus efectos sobre las personas mayores dependientes en cuanto a la mejora de su calidad de vida.

Las Jornadas fueron inauguradas por la directora General del IMSERSO, Natividad Enjuto, quien subrayó en la gran importancia de una ley, como la de la Dependencia, que incorpora un nuevo derecho de ciudadanía y cuya implantación y desarrollo tiene una complejidad que “necesita de reflexión” por parte de todos los agentes implicados para optimizar y acelerar un desarrollo pleno de los

servicios y prestaciones que pone a disposición de las personas en situación de dependencia.

La acción formativa realizada permitió, desde un planteamiento muy ambicioso, tratar importantes temas que inciden en la atención de las personas mayores dependientes y en la promoción de su autonomía personal. Los modelos territoriales en la aplicación de la ley, la prevención de la dependencia y el envejecimiento activo, la participación social en mayores, el papel de los cuidadores en el ámbito familiar, los sistemas de apoyo formal y la coordinación de recursos, las demencias, el final de la vida, y las situaciones de riesgo y exclusión fueron algunos aspectos abordados por los profesionales y expertos asistentes a las Jornadas.

La Ley de la Dependencia y su aplicación tras un año en vigor fue el tema clave de las Jornadas. De esta forma, la primera mesa redonda tra-

tó de forma específica la actual situación de aplicación de la ley de forma general en todo el Estado y en las distintas comunidades autónomas donde se constató las diferentes velocidades a la hora de aplicar plenamente la ley en función de las distintas características demográficas, territoriales y de gestión de recursos en cuanto a los modelos de aplicación; por otro lado se incidió en la necesidad de tiempo para que los beneficios de la ley lleguen a todos los ciudadanos que lo necesiten lo antes posible porque la finalidad última es generar servicios y respuestas a las necesidades de las personas en situación de dependencia.

Algunas de las ideas planteadas en la mesa redonda se expresaron en la necesidad de desarrollar los Servicios Sociales desde un punto de vista de atención integral o crear procedimientos y mecanismos de trabajo que generen respuestas sociosanita-



#### Aspecto de una de las mesas de debate

rias a las demandas de las personas dependientes. Asimismo se incidió en la optimización de los recursos disponibles y en desarrollar el papel de los municipios en las redes de servicios sociales.

#### Promoción de la autonomía

Si una de los aspectos básicos de la ley de la dependencia es la atención a las personas que viven esta situación, otro de los aspectos esenciales es la prevención de la dependencia y la promoción de la autonomía personal. La mesa redonda en la que se trató esta cuestión permitió profundizar en los programas de ocio y tiempo libre de las personas mayores, la plena participación social del colectivo de mayores, o la necesidad de promocionar los programas intergeneracionales para favorecer la consecución de una sociedad para todas las edades.

Entre las conclusiones se indicó que la prevención de la dependencia ligada a la edad debe estar asociada a la promoción de un envejecimiento activo y saludable.

El papel de los cuidadores tanto los que proporcionan cuidados en el ámbito familiar como de los cuidadores profesionales ocuparon una parte importante de las Jornadas. El área de investigación con los estudios relacionados con los cuidadores y la sobrecarga del cuidador fueron asuntos en los que el profesor Steven H. Zarit (Penn State University) tuvo un especial protagonismo. Por otro lado, María Crespo de la UCM y Javier López de la U. San Pablo-CEU expusieron los resultados del programa “Cómo mantener su bienestar” donde se analiza la situación, problemática y necesidades de los cuidadores familiares; al tiempo que se propone el desarrollo y evaluación de un programa de entrenamiento de manejo de estrés para estos cuidadores. Los pensamientos disfuncionales sobre el cuidado y el malestar emocional de los cuidadores fue otro de los aspectos tratados y que desarrolló el profesor Ignacio Montorio de la UAM.

#### Sistemas de apoyo formal

Los modelos de atención a las perso-

nas dependientes, las redes de servicios sociales y sanitarios para atender las necesidades de estas personas y la coordinación interadministrativa fueron elementos de reflexión y debate que se complementaron con el desarrollo de temas como los sistemas de apoyo formal para mayores dependientes y la coordinación de recursos públicos. Dentro de este bloque de análisis se profundizó en la coordinación que se precisa desarrollar entre la atención informal que prestan los cuidadores familiares y la atención formal que redunde en una mejor calidad de vida de las personas mayores en situación de dependencia.

Además se debatió sobre las posibilidades de trabajo conjunto en el cuidado mediante la aportación de los cuidadores familiares y las residencias. Otro objeto de intenso debate fue el importante papel que desarrollará en un futuro próximo el Centro de Referencia Estatal de Alzheimer y otras Demencias del IMSERSO.

La amplitud de temas tratados en las Jornadas también incluyeron temas como las Demencias, los Mayores en situación de riesgo social y exclusión.

## Jornadas Internacionales uso de sujeciones en los cuidados prolongados a Personas Mayores dependientes

**E**l IMSERSO organizó en su sede central el 20 y 21 de febrero, en colaboración con CEOMA, las “Jornadas Internacionales uso de sujeciones en los cuidados prolongados a Personas Mayores dependientes” con el objeto incidir en la necesidad de utilizar buenas prácticas que racionalicen el uso de las sujeciones.

La directora General del IMSERSO, Natividad Enjuto, inauguró esta acción formativa en la que participaron profesionales del ámbito sociosanitario, Enjuto incidió en el compromiso del Instituto con “todas las acciones encaminadas a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores dependientes”.

Los principales objetivos de la Jornada se encontraban en extender los conocimientos sobre el impacto negativo evidente del uso de las sujeciones, discutir los aspectos éticos y las implicaciones legales, trabajar sobre aspectos prácticos útiles para racionalizar el uso de las sujeciones, dar a conocer lo que se sabe sobre el mal uso de sujeciones como maltrato desde una perspectiva española e internacional, y analizar acciones que tengan como fin la racionalización de esta práctica.

Durante el desarrollo de las Jornadas se puso de manifiesto la existencia de sujeciones físicas y químicas. La primera mesa sobre “Impacto y percepción” permitió explicar el por qué de las sujecio-

nes, que se encontraría en la protección contra caídas y accidentes. Sin embargo se destacó que el uso de esta práctica puede ser excesivo al no tenerse en cuenta otras soluciones, y puede ser inadecuado cuando se hace sin prescripción y sin prevención ante los efectos negativos.

El desconocimiento de prácticas alternativas, la comodidad, la falta de formación o la falta de diligencia fueron algunas de las posibilidades planteadas cuando se realiza un mal uso de las sujeciones.

El mal uso, por otro lado implicaría consecuencias de tipo físico como úlceras, infecciones, o pérdida de masa muscular; y de tipo psíquico como aislamiento, miedo, apatía, vértigo, agresividad o depresión.

Diversas experiencias en el ámbito internacional y nacional permitieron que profesionales e investigadores debatieran sobre un tema en el que se incidió en uso racional de las sujeciones con la premisa de que menos sujeciones incrementan la calidad de vida de los mayores dependientes y que un uso indiscriminado e innecesario constituye un atentado a la dignidad y libertad de las personas.

Junto a las ponencias y debates se desarrollaron talleres de trabajo de gran interés para los profesionales como el de “Centro libre de sujeciones: claves para lograrlo”, y el de “Diseño de programas de formación estratégica: Creación y funcionamiento de un grupo de referencia para la racionalización del uso de sujeciones”.

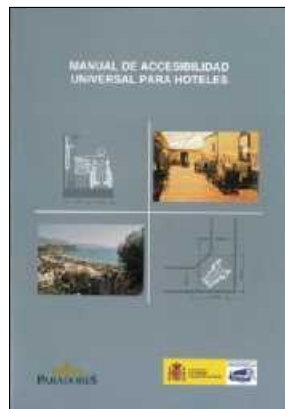


Natividad Enjuto, directora General de IMSERSO inauguró las Jornadas

# Publicaciones

## Coordina:

Araceli del Moral  
Hernández



### MANUAL DE ACCESIBILIDAD UNIVERSAL PARA HOTELES.

Edita: Real Patronato sobre Discapacidad.  
Distribución: Centro Español de Documentación sobre Discapacidad, del Real Patronato. Serrano, 140. 28006 Madrid  
Tel. 917452449/46 –  
Fax: 914115502  
www.cedd.net  
cedd@futurnet.es



### CÁNCER DE PULMÓN. CUESTIONES MÁS FRECUENTES.

**Autor: Julia Calzas Rodríguez, Isidoro Carlos Barneto Aranda y José Miguel Sánchez Torres**  
Edita: Grupo Editorial Entheos, S.L.  
ISBN: 978-84-690-8577-6

## Diseño para todos

La obra, fruto del convenio suscrito entre el Real Patronato sobre Discapacidad y Paradores de Turismo de España, cumple una función técnica y normativa en virtud de la cual han de adaptarse los actuales establecimientos y diseñarse los nuevos. Constituye una valiosa herramienta que compendia la normativa existente en las Comunidades Autónomas, en orden a unificar las exigencias técnicas y legales sobre las que se basarán las oportunas adaptaciones, los nuevos diseños o el trato a los clientes

con discapacitados. Construido a la medida de las instalaciones hoteleras, aporta soluciones para dotar de accesibilidad a los establecimientos. Al tiempo que cumple una función pedagógica, bajo la cual han de formarse los diversos agentes profesionales de la industria hotelera, desde el diseñador del establecimiento hasta el personal que tendrá que tratar directamente al cliente con discapacidad.

## Guía de apoyo para pacientes y familiares

La mención de la palabra cáncer suscita muchas dudas, temores y preocupaciones. A la mayoría de los pacientes y familiares les cuesta expresar estos miedos. A medida que el afectado conozca a fondo su enfermedad dispondrá de una mayor capacidad para enfrentarse a la misma y a recordar que un número importante de casos podría prevenirse evitando el tabaquismo.

El libro está dirigido a la población en general y a los pacientes y familiares en particular. Con un lenguaje cercano, sencillo y claro, aborda cincuenta preguntas que van desde las dudas sobre tratarse

fuera de España hasta los últimos avances terapéuticos, pasando por la posibilidad de participar en un ensayo clínico. Combinando el rigor científico con un lenguaje llano y unas ilustraciones desenfadadas, la obra pretende ayudar a la comprensión de las indicaciones concretas y personalizadas que realice el médico a cada enfermo.

# Calidad de Vida

## Los poderes

# NUTRICIONALES del pan

**P**or su aportación en calorías, en vitaminas y hierro, el pan es el mejor alimento para mantener el equilibrio energético del cuerpo, imprescindible en la dieta diaria de las personas, conjuntamente con el aceite y el vino, constituye la tríada de los alimentos sagrados de los pueblos de la cuenca mediterránea, cuyo consumo se remonta a los albores de la historia de la Humanidad.

**Texto y fotos:** Jesús Ávila Granados

**E**l pan es un alimento muy importante en la dieta. La Organización Mundial de la Salud recomienda: "para el mantenimiento de una dieta equilibrada, el consumo diario de 250 g de pan por persona y día. La media actual en las grandes ciudades españolas se sitúa en





los 157 gramos. Hace ocho años, en el 2000, la media diaria se situaba en los 178 gramos. Este constante descenso en el consumo, motivado por una errónea creencia de que el pan “engorda”, impulsada por las nuevas corrientes consumistas, propiciadas por las grandes multinacionales y también por sistemas dietéticos muy distintos a la dieta mediterránea, están fuera de lugar y son del todo erróneas.

### FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN

Nutrición es el conjunto de fenómenos biológicos que contribuyen a la alimentación. Comprende la totalidad de los procesos metabólicos asimilatorios, con sus tres fases fundamentales: ingestión, digestión y absorción, aparte del fundamental y más largo y complicado: la utilización de los alimentos por el organismo.

La ingestión es el acto de ingerir las sustancias, líquidas y sólidas, por la boca, donde se transforman, con el aparato dental y se ablandan y predis-

ponen para la digestión, con la adición de saliva. La digestión, que ha comenzado ya en la boca, prosigue en el estómago y en el intestino, transformando los alimentos en sustancias más sencillas.

Por el proceso de absorción, y en el intestino delgado, estas sustancias son absorbidas a través de la mucosa intestinal y pasan a la sangre.

Para la utilización de estas sustancias por el organismo, la sangre, como en un fértil riego, se lleva esas sustancias por todo el cuerpo, donde son utilizadas para producir calor, para compensar el desgaste del cuerpo y para que éste pueda crecer durante la infancia y la pubertad.

¿Pero qué alimentos debemos ingerir por ser los más adecuados para el fin que se persigue?

Una alimentación sana es una alimentación variada, pues es preciso que cada individuo ingiera una cantidad determinada de sustancias básicas para mantener su equilibrio alimenticio. Y es precisamente, el caso que ninguna de esas sustancias por sí

solas, reúnen los elementos necesarios para una perfecta nutrición, ni el abuso de cada una de ellas es recomendable, pues acarrear trastornos, a veces muy difíciles de reparar.

Por lo tanto, aparte de una necesaria alimentación variada, esta diversidad ha de ser equilibrada. Hoy se muere de comer demasiado bien; es decir, de alimentarse mal. Estos males son: la diabetes (demasiado azúcar); urea (demasiada carne); colesteroles (demasiadas grasas). Otras veces se muere de tuberculosis, la enfermedad de los poco alimentados. Tanto agota el comer demasiado, como el comer poco. El organismo tanto se fatiga en eliminar los desechos, como viviendo de sus reservas en caso de baja alimentación.

Comer bien, en contra de lo que vulgarmente se entiende, no es comer mucho, ni consumir los productos más caros y exquisitos que ofrece el mercado, sino consumir la justa proporción de alimentos que aporten al cuerpo humano los nutrientes esenciales para su normal conservación y

## FUENTE DE SALUD

**Un desayuno a base de pan aumenta notablemente la facultad de atención y memoria entre los alumnos.**

**Recientes estudios llevados a cabo por médicos y fisiólogos suecos, se ha demostrado que el consumo de pan, inmediatamente después de un duro ejercicio físico, triplica el rendimiento muscular. Además, las vitaminas**

**contenidas en el pan conservan la estabilidad y la salud de los centros nerviosos.**

**En relación con la alimentación de las personas mayores, los médicos coinciden en señalar que, como consecuencia de una escasa renta, una parte de este segmento de la sociedad se ven obligados a adquirir alimentos de bajo costo; y si a esto le**

**añadimos los problemas de una correcta masticación bucal y digestión, factores que determinan una mala nutrición. Pero también existen personas mayores de excelente apetito y buena digestión que consagran a la comida toda la atención que, en otros tiempos, dedicaban a otros placeres; estas personas se nutren mal, no por carencia sino por exceso. En ambos casos,**

**se producen desvíos metabólicos que favorecen la decadencia del organismo. Y la ingesta de pan es un excelente correctivo. Debemos recordar siempre que el pan no es un complemento alimenticio de la dieta; son los demás productos los que complementan al pan. El pan es un alimento que mantiene a la persona más años de vida en calidad.**

## Calidad de Vida LOS PODERES NUTRICIONALES DEL PAN

desarrollo. El pan no sólo satisface nuestra hambre y es el mejor alimento, sino que también fortalece y preserva nuestros dientes.

La dietética moderna suele dividir los alimentos en siete grandes grupos: 1) Leche y quesos; 2) Carne, pescados y huevos; 3) Patatas, legumbres y frutos secos; 4) Verduras y hortalizas; 5) Frutas; 6) Pan, pastas alimenticias, arroz y azúcar, y 7) Grasas, aceite de oliva, mantequilla y margarina.

Si cada día consumimos un alimento de cada uno de los siete que figuran en esta tabla, nuestra alimentación será completa, sana y perfecta.

### VALOR NUTRITIVO DEL PAN

El pan contiene: a) aproximadamente un 55 % de glicógeno, que se presenta en forma de almidón; siendo el almidón un glicógeno de absorción lenta, durante la digestión se va transformando lentamente en glucosa; b) aproximadamente un 7 % de proteína vegetal, como las legumbres secas; esas proteínas vegetales son necesas-

rias en una alimentación equilibrada, ya que se completan con las de origen animal; c) sal mineral; d) vitaminas B1, B2 y PP, y e) aproximadamente 700 calorías en 300 gramos, que es la mitad del consumo diario por persona.

El pan, por lo tanto, constituye una fuente de hidratos de carbono en forma de almidón, y contiene un porcentaje considerable de proteínas; además, su contenido en grasa es pequeño. Por todo ello, el pan merece ser considerado como un alimento casi completo, porque además del factor energético de los hidratos de carbono, es un excelente integrador de proteínas de origen animal.

El pan integral es algo más completo que el pan blanco, siendo más rico en: proteínas (7,7 %); en sal mineral; en calorías (750, en 300 gramos de pan); además, el pan integral, al contener la cáscara del grano, lo convierte en un alimento que acelera la digestión; en cuanto a los disturbios digestivos con pan integral éste se presenta como mejorador de enfermedades intestinales.



**El amasado de las piezas, a mano, como es tradicional.**

### Alimento casi completo

Según especialistas en dietética y nutrición de Europa y América, el pan es un elemento energético y vitamínico que aporta al organismo minerales y que influye de forma positiva en nuestra salud en los siguientes aspectos:

- 1.-Es energía natural para la vida y el trabajo de nuestras células.
- 2.-Sus vitaminas posibilitan el funcionamiento normal de las células nerviosas (neuronas).
- 3.-Favorece el metabolismo de los glúcidos, lípidos y proteínas.
- 4.-Estimula la formación de anticuerpos y glóbulos rojos.
- 5.-Permite el funcionamiento normal de la visión.
- 6.-Participa en la formación de anticuerpos y hemoglobina.
- 7.-Favorece la síntesis de ADN y ARN.
- 8.-Estimula el crecimiento.

Todas estas cualidades del pan pueden ser incrementadas si el pan se enriquece con ingredientes como la leche, la manteca, otros cereales, azúcar, huevos, e incluso carne o pescado.

De las calorías que necesite una persona de tipo medio, de las cuales, un 55 % se habrían de aportar por hidratos de carbono. Comer 250 gramos de pan al día proporciona al organismo una tercera parte de los hidratos de carbono necesarios.

El pan requiere un proceso de fermentación, sin superar las cuatro horas, que varía según la especialidad. La temperatura, el tipo de harina y el porcentaje de agua son algunos de los elementos que proporcionan una diferenciación del producto artesanal.

## EL LUGAR DEL PAN EN LA ALIMENTACIÓN

Presente en todas las mesas, el pan es un factor de equilibrio nutritivo. Realmente, es absorbido simultáneamente con los demás alimentos que lo complementan y son por él mismo completados. Como hemos dicho antes, es un glicógeno de absorción lenta, que precisa de varias horas para desprender los azúcares que contiene y la energía que dispensa.

Variando de individuo por individuo, las necesidades diarias de consumo de pan, las cifras estabilizadas para cada ración alimentaria deben ser el resultado medio por persona.

Son conocidísimas las estadísticas del consumo diario, por persona, en todos los pueblos, comarcas y regiones; este consumo, puede representar tan grandes diferencias de pueblo a pueblo que ninguno podría servir de base para obtener la media diaria por persona. Entre tanto, para conocer el valor del pan blanco en la alimentación del ser humano, es fácil observar que los pueblos mayores consumidores de pan son los más vigorosos y longevos.

## COMER PAN PARA VIVIR MÁS Y MEJOR

Según los más recientes estudios desarrollados por eminentes nutricionistas, entre los cuales el Dr. Jean Mayer, de la Universidad de Harvard, y la Dra. Hellen H. Semrow, directora de Nutrición del "AIB" (*American Institute of Baking*), de Chicago, considerada unánimemente como la mayor autoridad mundial del pan, el más fuerte enemigo de la arterioesclerosis y demás enfermedades del corazón, es el pan. En los siguientes siete consejos está la clave de una larga, saludable y feliz vida:



Presente en todas las mesas, el pan es un factor de equilibrio nutritivo.

- a) Mantener una dieta en grasas en torno al 30% de calorías diarias necesarias, y un 2/3 de esta ración debe ser 2/3 en grasas no saturadas.
- b) Comer poco azúcar.
- c) Aumentar el consumo de aminoácidos ricos en carbohidratos, tales como: PAN, cereales, frutas, vegetales.
- d) Controlar el peso.
- e) Hacer ejercicio al día.
- f) Evitar preocupaciones.
- g) Olvidarse del tabaco.

Todo esto es verdad; también es cierto que el consumo de pan beneficia la salud que la mantiene firme hasta una edad avanzada.

El colesterol se dispara cuando la ingesta nutricional es baja en cereales; es importante recordar en este

sentido que la harina contiene 70 % de almidones (carbohidratos). Las enfermedades del corazón ocupan la primera posición en las estadísticas de muertes en los EE.UU., y la arterioesclerosis es responsable del 75 % de las mismas. Para reducir esta preocupante amenaza, ya están aconsejando a comer más PAN en vez de carnes y alimentos ricos en azúcar y grasas saturadas.

Mayer reduce el índice de colesterol ingerido, y grasas que serán fuente de colesterol. La reducción del índice de colesterol en la sangre por la ingestión de almidones, tipo hidratos de carbono, es positiva y comprobada. La harina de trigo contiene 70 por ciento de almidones, tipo carbohidratos. "Coma más pan, reduzca su índice de colesterol y VIVA MÁS".

# En Unión

## ¡AÚPA TUNA!

Texto y fotos: Sebastián Romero Márquez

**E**l único requisito que se exige –y eso es una condición indispensable– para formar parte de la Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid es haber sido tuno, de rondalla. Y si no que se lo pregunten a Julián López, uno de los hermanos “Los Gemelos” que acompañó con su guitarra a Nati Mistral, María Dolores Pradera y Raphael, entre otros cantantes y que ahora es compo-

**S**us edades –muchas de ellas avanzadas– no son ningún obstáculo. Lluva, truene o haga calor, día tras día y semana tras semana, ensayan en el Colegio Mayor de Nuestra Señora de África. Son los componentes de la Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid, una agrupación musical de veteranos compuesta por un grupo de antiguos tunos. Sesenta y Más estuvo con ellos en uno de sus ensayos y nos contaron cómo fueron sus comienzos.

nente de orquesta tan especial. “Profesionalmente ya no me dedico a tocar la guitarra, pero sigo en la brecha actuando en orquestas sin ánimo de lucro, como es la Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense”, dice Julián.

– ¿Y usted también fue tuno, Julián?

Yo formé parte de una tuna hace muchos años, cuando no había más que una en Madrid, que era la del Distrito. De esto hace ya más de sesenta años. Tenía entonces yo unos diecisiete años. Empecé a estudiar en la universidad, y me licencié en Ciencias Exactas. Después se fueron complicando las cosas. Mi hermano y yo, **Los Gemelos** –ese fue el nombre artístico que adoptamos–, decidimos independizarnos por nuestra cuenta. Al principio actuábamos con Nati Mistral,



La Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid la integran antiguos tunos amantes de la música.

hasta que conocimos a María Dolores Pradera que nos escuchó cantar y tocar en un programa de radio. También estuvimos un tiempo trabajando en la Voz de Madrid, con Bobby Deglané. Luego actuamos en el Festival de Benidorm, y una vez acompañamos a Gila. Era la primera vez, y yo creo que fue la única, que cantó en público y en su vida. Ya te puedes imaginar cómo era la canción y qué cantaría Gila. De esto hace ya más de cincuenta años. Y mientras actuaba, seguía trabajando en el Ministerio de Obras Públicas, que ahora se llama Fomento. Estuve cuarenta años allí. Cuando hacía las giras por América, pedía permiso sin sueldo para poder acompañar a María Dolores Pradera. Por supuesto que como músico ganaba más dinero.

**– Y ahora toca la guitarra por amor a la música.**

Sí. Porque aquí pagan poco, dice Julián con una sonrisa. De vez en cuando nos dan una propina. Pero esto lo hacemos todos por amor al arte, porque no sería posible de otra manera.



La diversión es uno de los fines que persiguen estos músicos.



Concierto de la Orquesta en el Teatro Monumental de Madrid.

**– ¿Y en la tuna no hay ninguna mujer?**

Aquí todavía no ha llegado la igualdad de sexos. Hubo una vez que se constituyó una tuna de mujeres, que no tunantas (se ríe). Pero el tema no cuajo.

#### MÚSICOS CON SOLERA

**Uno de los miembros de la Orquesta de Pulso y Púa es Juan Álamo, con sus 94 años es el de mayor edad y fue maestro de profesión. El día del ensayo en el Colegio Mayor de Nuestra Señora de África, Juan no se encontraba presente por encontrarse algo mal de salud. Juan perteneció a la primera tuna que se fundó en Madrid en los tiempos de la República. Se dice de él que rondó, en sus años mozos, a Miguel de Unamuno cuando fue Rector de la Universidad de Salamanca y, en el año 1934, al**

**entonces presidente de la República, Niceto Alcalá Zamora. El más joven de esta orquesta tiene 32 años. En esta tuna de veteranos nos encontramos personas que han ejercido diversas profesiones como médicos, ingenieros, arquitectos, veterinarios, economistas, maestros de escuela y farmacéuticos; y de diversas edades, pero todos unidos por su amor a la música y su condición de tunos.**

**– Julio Martínez León es otro componente de la rondalla, y toca la bandurria. Es natural de Madrid. ¿Cuántos años fue tuno?**

¿De tuno bueno o de tuno malo?, pregunta a su vez. Es una broma. Durante seis años fui tuno, corrían los años sesenta. Pertenecí a la tuna de la Facultad de Económicas. Después lo dejé, aunque nunca perdí el contacto con mis compañeros de la tuna. Al año nos veíamos por lo menos una vez, siempre para comer todos juntos. Hasta que entré en contacto con la Orquesta de Pulso y Púa, y aquí estoy. Son quince años los que llevo ya.

**– Desde que empezó como tuno hasta ahora ¿han cambiado mucho cosas?**

La característica fundamental de nuestra orquesta, es la versatilidad de nuestro repertorio. Fundamentalmente, tocamos música clásica, aunque a veces, las menos, tocamos canciones de la tuna. Somos más serios.

## En Unión ¡AÚPA TUNA!

### – ¿Y van vestidos de tunos?

A nuestra edad no creo que seamos muy atractivos luciendo nuestros cuerpos con los tradicionales trajes de tuno. Cuando actuamos en público vestimos de gala, esto es, con un traje o esmoquin de color negro.

**Los miembros de esta orquesta tienen numerosos sucesos o anécdotas que contar de sus años de tunos, muchas de ellas relacionadas con los años de tuno. Carmelo Briñón Pérez, vicepresidente de la Asociación de Antiguos Tunos de la Universidad Complutense, cuenta que en un viaje que hicieron a Niza, arrojó su capa a los pies de una señorita muy bella que pasaba por la calle. La señorita era una de las presentadoras más importantes de la televisión de Mónaco, se interesó por ellos, y fueron invitados a un programa de televisión en Montecarlo. Después rondaron a Grace Kelly, que se iba a casar con el príncipe Rainiero de Mónaco. “Eso fue algo que nunca olvidaré y esta es la anécdota más importante de los años que fui tuno” dice emocionado Carmelo.**



Los componentes de la Orquesta no se pierden los ensayos.

## Virtuosos de la música

La Asociación de Antiguos Tunos se constituyó en abril de 1982, con la firma de dieciocho promotores con el objetivo de conservar las mejores tradiciones universitarias y promover la música interpretada por instrumentos españoles de pulso y púa. En 1990 la primitiva Orquesta de la Asociación de Antiguos Tunos fue “adoptada” por la Complutense como orquesta propia. En la actualidad la orquesta está formada por más de setenta profesionales universitarios, virtuosos todos ellos en tocar la bandurria, laúd, guitarra, guitarrotos y una percusión elemental. La mayoría de los maestros acompañan con su voz. Las canciones de su variado y amplio repertorio está compuesto, además de las típicas canciones de estudiantina, por algunos de los grandes compositores españoles y latino americanos como Isaac Albéniz, Alonso, Bretón, Caballero, Manuel de Falla, Giménez, Granados, Javaloyes, Lope, Lucena, Padilla, Pérez Choví, Serrano, Tárrega y Soutullo. Entre los extranjeros, Juan Sebastián Bach, Beethoven, Boccherini, Amadeus Mozart,

Rossini, Strauss, Shubert y Vivaldi.

El último concierto donde actuaron fue el día 24 de diciembre de 2007, en el Teatro Monumental de Madrid. Fue su concierto 376 y, como la mayoría, benéfico. Y cómo nos comenta Fernando Álvarez, presidente de esta especial estudiantina donde casi todos peinan canas, fue muy especial, ya que la Orquesta de Pulso y Púa

de la Universidad Complutense cumplía veinticinco años desde que se fundó.

La orquesta ha intervenido en muchos conciertos celebrados en España, Austria (dos giras), Francia, Italia, Portugal, República Checa, México y Perú, subiendo a escenarios tan importantes como los Auditorios Nacionales de Madrid y México D. F., Festival de Hellbrun-Salzburg, etc.

Han protagonizado tres programas Concierto de Televisión Española, y realizado grabaciones con renombrados intérpretes como Alfredo Kraus, María Dolores Pradera, Nati Mistral, Olga Ramos y Concha Velasco.

Recientemente ha grabado su séptimo disco, Caminos sin fronteras, en el se recogen dieciocho temas relacionados con los países en que han actuado.

La Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid (Asociación de Antiguos Tunos de la Universidad de Madrid) es una organización sin ánimo de lucro y no cobran por sus conciertos, siempre y cuando el motivo o la causa lo requieran. Admiten donativos, que sirven para sufragar algunos gastos de administración.

Esta orquesta de veteranos tunos nació de un idea romántica que tiene su origen en la Asociación de Antiguos Tunos de la Universidad de Madrid. Por eso el principio porque cual se rige es divertirse y hacer que se diviertan las personas que asistan a sus conciertos.

– **¿Qué ocurrió después?**

Como las cosas en la vida, todo tiene su fin. Hubo un paréntesis, aunque nunca perdí la relación con mis compañeros. Después de muchos años, empecé a tocar de nuevo el laúd los domingos en los oficios religiosos, en la parroquia de mi barrio. Hasta que acudí a Congreso en el que estaba invitada la Orquesta de Pulso y Púa. Me interesé por lo que estaban haciendo, y ya llevo en la orquesta desde el año 1987.

– **¿Y se siguen considerando tunos?**

De tunos no tenemos ya nada, sólo queda el recuerdo. Pero aunque pasen muchos años nunca se deja de ser tuno.

## UN IDEAL ROMÁNTICO

**Como dice el presidente de la Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid, Fernando Álvarez, la orquesta nació de un ideal romántico que tiene su origen en la Asociación de Antiguos Tunos de la Universidad de Madrid. Estamos ante una agrupación musical que ha ganado prestigio a medida que ha ido dándose a conocer en todo el mundo. Es una entidad sin ánimo de lucro que se rige por el deseo de convertir en una actividad cultural lo que, en principio, nació como un divertimento.**

**Fernando Álvarez explica que “la Orquesta de Pulso y Púa no cobra nada por actuar, pero hay excepciones. Depende del lugar donde vamos a actuar. Lo que sí admitimos es un donativo, que nos sirve para el mantenimiento administrativo de la orquesta. Además tenemos es una subvención de la Universidad Complutense”.**

– **En los estatutos de la orquesta está escriturado que lo fundamental es que uno se divierta. ¿Se consigue esta premisa?**



**Todas las profesiones y todas las edades se reúnen en la Orquesta.**

Ese es nuestro objetivo fundamental, divertirnos, y después que lo pase bien el público que asiste a los conciertos donde actuamos. Porque haber sido tuno marca mucho la diferencia, y a pesar de la edad, nunca se deja de ser tuno. Uno deja de ser tuno, cuando ya no puede tocar.

– **La Orquesta ha vivido multitud de anécdotas y experiencias desde su creación. ¿Cuáles son las más significativas?**

Anécdotas que contar hay muchas, dice Carmelo Briones, y de muy diversa consideración. Las hay tristes y muy alegres. Por ejemplo, tenemos un compañero, Carrero, que era un maestro tocando el laúd, y le dio un infarto del que aún sigue convaleciente. Aunque tiene mucha minusvalía se ha podido incorporar a la orquesta haciendo un gran esfuerzo, ahora toca el triángulo. Pero el caso más significativo y, sobre todo por su trascendencia, fue el que ocurrió en la ciudad de Toro, en la provincia de Zamora. Estábamos en una recepción, junto al alcalde del pueblo, cuando un compañero nuestro sufrió un infarto. Como había en esos momentos varios médicos y enfermeras allí presentes, pudieron salvarle la vida. Estuvo hospitalizado un tiempo en Zamora, hasta que le dieron el alta y pudo de nuevo reincorporarse a la orquesta. Él consideró que había vuelto a nacer en

Toro, por lo que se compró allí una casa para cuando se jubilara. Cuando se jubiló, le rendimos un homenaje de despedida. Se marchó de Madrid un viernes, y el lunes siguiente, se lo encontró su mujer muerto tirado en el patio de su casa en Toro. Es una historia muy trágica, pero a la vez bonita. Otra anécdota, fue la que nos sucedió en Roma. Conocimos a Paloma Gómez Borrero, quien se interesó por nosotros. Nos acompañó todo el tiempo que estuvimos en Roma. Paloma intentó conseguirnos una audiencia con el Papa Juan Pablo II, pero fue imposible que nos recibiera. Pero desde el balcón que se asomaba el Papa todos los domingos nos nombró con estas palabras: “Quiero mandar mis bendiciones y un saludo fraternal a los miembros de la Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid que se encuentra hoy entre nosotros”.

## Información:

**Orquesta de Pulso y Púa de la Universidad Complutense de Madrid**  
**Presidente: Fernando Álvarez Álvarez.**  
**Calle Pez Austral 10, 7 A;**  
**28007 Madrid.**  
**Teléfonos: 91 574 26 41 y 650 567 535**  
**Correo electrónico:**  
**falvarez@telefonica.net.**

# Informe

**Texto:** Miguel Núñez Bello  
**Fotos:** Archivo

**L**a primera información escrita sobre el carácter hereditario del cáncer la encontramos en los grabados romanos de familias con tumores de mama. A partir de 1700 los datos que aparecen son más científicos y desde 1960 se trabaja con más conocimientos moleculares para conocer qué genes están alterados. Desde entonces, historias convertidas en verdades y mentiras, leyendas con más o menos fundamento y opiniones controvertidas, se han ido sumando a la sombra alargada que nos produce el cáncer.



**Entre el 5 y el 10% de los tumores que se diagnóstican al año, son hereditarios**

## LA HERENCIA DEL CÁNCER

**S**in embargo, el trabajo del oncólogo Henry Lynch en Estados Unidos junto a familias muy amplias con cáncer de colon, abrió un camino definitivo en el estudio de esta enferme-

dad. Con las muestras de sangre posteriores, se consiguió identificar los genes que tenían alterados todos estos miembros. El uso de esta técnica ha ayudado a elaborar informes como el apoyado y estudiado por oncólogos españoles, que destaca el componente

hereditario del cáncer hasta en un 10% de los tumores que se diagnostican cada año.

Para el doctor Pedro Pérez Segura, responsable de la Unidad de Consejo Genético en Cáncer del Hospital Madrid Norte, este dato "es bastante



## El estudio genético de las personas con riesgo de tener cáncer permite proponer medidas preventivas específicas

real porque está apoyado por varios países y es un índice estable desde hace tiempo. Lo ideal sería que nadie tuviese antecedentes en la familia, pero como no es el caso, conocer el historial familiar puede evitar el no padecer un tumor mediante la prevención”.

Lo que la población debe de asumir es que existen unos criterios de sospecha ante los que un paciente puede intuir que padece un tumor cuyo origen es hereditario, como pueden ser: la alta incidencia en la familia, la afectación de al menos dos generaciones, la edad de diagnóstico inferior a la habitual – si son personas sin antecedentes familiares un posible tumor

puede aparecer, como media, entre los 55 y 65 años, si fuese hereditario, la media baja hasta los 40 – y la afectación bilateral cuando se trata de órganos pares “como es el caso de las mamas o los riñones. El hecho de que aparezca una mujer joven con un cáncer de mama bilateral indica que tiene una predisposición mayor que el resto, pero lo mismo sucede con un tumor renal bilateral”, añade este afamado oncólogo que asegura que todos los cánceres tienen un componente hereditario, lo que ocurre es que la mama y el colon al ser los más corrientes son los de mayor riesgo hereditario”.

### HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

- Hay estudios que aseguran que mujeres con la misma alteración, tienen distinto riesgo dependiendo de la vida que lleven.
- Las mujeres en edad adolescente y portadoras de mutaciones no es aconsejable que tengan grandes pérdidas y ganancias de peso (4 kilos), porque conlleva alteraciones en el metabolismo hormonal.
- Es aconsejable hacer ejercicio de manera frecuente.
- No fumar.
- El tema de los anticonceptivos en la mujer no está muy claro si influye a la hora de padecer o no cáncer de mama, pero sin embargo solemos recomendar que si es por no quedarse embarazada, es mejor que utilice otros métodos.



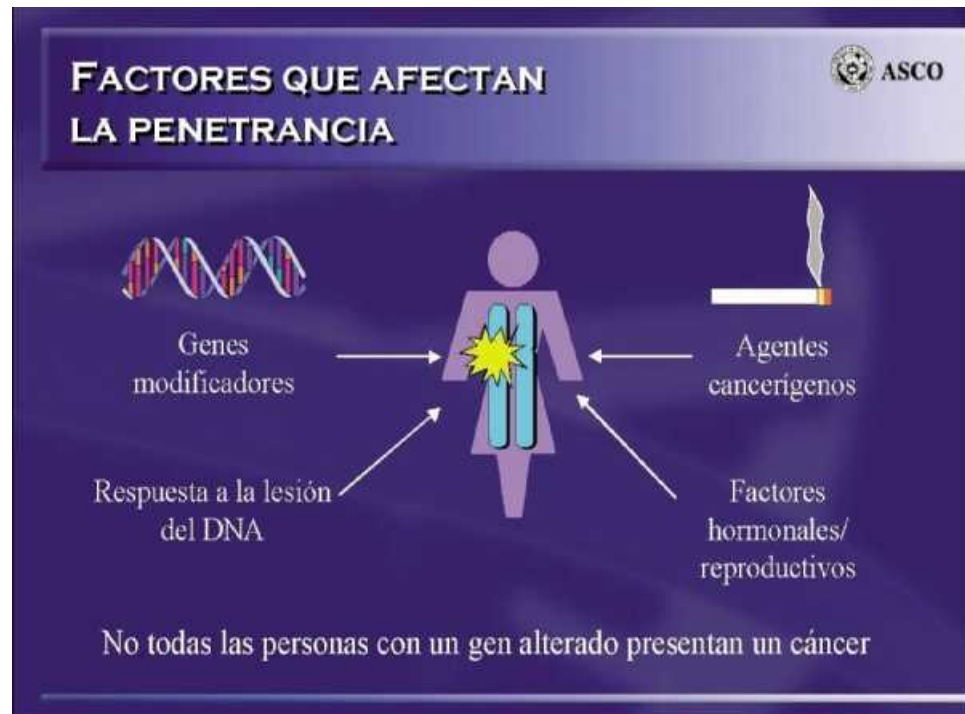
Las mamografías anuales desde los 40 años son vitales para prevenir posibles tumores.

## Informe LA HERENCIA DEL CÁNCER

### CONSEJO GENÉTICO

El paciente debe de saber que existen unas consultas de consejo genético en las que se informa de la posibilidad de padecer un cáncer, de transmitirlo a las siguientes generaciones, de las medidas preventivas y terapéuticas que se pueden realizar. “En estas consulta se asesora a las personas que acuden a nosotros, ya sea por voluntad propia o aconsejados por médicos, sobre el riesgo de padecer cáncer y transmitirlo a la descendencia, es importante que sepan que hay medidas para prevenirlo”, comenta Pérez Segura, que añade también, “que el test genético es una herramienta que se utiliza en función del cuadro hereditario y que consiste en una extracción de sangre para recoger el material genético y localizar así los genes que sabemos que pueden estar implicados en familias con esa situación y comprobamos si su estructura y funcionamiento son los correctos. Si existe alguna mutación o fallo en esos genes que haga que su función no sea la idónea, puede ser la causa de que esa familia esté padeciendo esos tumores”. El resultado de este test desde que se hace la extracción hasta que se comunica al paciente, puede variar entre 1 y 4 meses y dependiendo de los genes implicados. La paciencia por tanto, se convierte en una virtud que depende del paciente y un consejo del que no se olvidan los especialistas. Si las sospechas de padecer un cáncer hereditario de mama se confirman, por ejemplo, los oncólogos aconsejan seguir unas pautas.

A Pedro Pérez se le atribuye una frase tan cierta como contundente sobre que todos los tumores son genéticos en el sentido de que todos provienen de problemas genéticos “registrados” en las células. “El cáncer es la degeneración de células normales. El problema está en las mutaciones del material genético de una célula normal y del órgano que sea. Lo que conlleva es a



una multiplicación desorganizada y rápida de células aberrantes y ocurre en todos los cánceres al 100%, sin embargo los fallos genéticos se transmiten a otras generaciones en un 5%-10% y que son los hereditarios... en 1 de cada 5 casos de cáncer familiar se desconocen los genes implicados”, sentencia Pedro.

En muchos casos los oncólogos se convierten en verdaderos psicólogos para informar, y analizar con sosiego el posible tratamiento de un cáncer diagnosticado como hereditario. No todo el mundo asume esta enfermedad, cada vez más tratable e identificable, por ello es importante diferenciar “dos tipos de pacientes, el que acude voluntariamente porque está preocupado por el ambiente en el que vive y en este caso, la consulta le resulta muy eficaz. El otro paciente es el que nunca se había planteado que pudiese tener una enfermedad hereditaria, y es el caso de un chico de 20 años con un cáncer de colón, por ejemplo, no es normal y la ansiedad que se produce en esta persona es evidente. En general la experiencia que existe en todo el mundo es que las Uni-

dades de Consejo Genético al dar una información más correcta, los pacientes no tienen unos niveles mayores de ansiedad por acudir a la consulta”

Hasta llegar a la Unidad de Consejo Genético en Cáncer del grupo Hospital Madrid, Pedro Pérez ha pasado por el hospital clínico San Carlos, entre otros, ha compartido experiencias, tertulias, debates, pero aún recuerda un caso familiar de “una persona mayor que acudió a la consulta sin creer mucho ni en la medicina ni en nosotros, nos costó mucho animarle a que se hiciese un seguimiento, al final lo hizo, y evitó pasar por el quirófano seis meses después con un tumor muy desarrollado y con pocas posibilidades de curación”.

### TRASTORNO DE MAMA

Juan Manuel San Román es uno de los mejores especialistas de trastornos de mama en el Mundo. Del pequeño museo de diplomas y condecoraciones que cuelga de su despacho en la Fundación Jiménez Díaz de Madrid, destaca el doctorado que consiguió con la calificación de sobresaliente Cum Lau-

## ESTILOS DE VIDA

La alimentación y la forma de vida influyen. Es más normal padecer cáncer de mama en las grandes ciudades antes que en el campo. Si una familia de Japón se trasladase a Estados Unidos a vivir, la madre y el padre tendrían el mismo porcentaje de riesgo de contraer cáncer que si estuviesen en su país de origen, pero en cambio sus hijos estarían a medias entre Japón y Estados Unidos y sus nietos tendrían los porcentajes americanos. Todo ello se debería al cambio experimentado en la forma de vida. El doctor San Román tiene muy claro que los porcentajes entre una mujer negra y una blanca son iguales, aunque superiores a las de una mujer oriental.

**Pedro Pérez es de la misma opinión. “La incidencia de cáncer de mama es menor en Japón y China que en Estados Unidos o Europa, pero si hablamos de cáncer de cuello uterino o de estómago, los niveles llegan a superarse en Asia, aunque el porcentaje de que sea hereditario baja notablemente. Los estilos de vida son importantes por los factores externos”. Ya lo saben, a cuidarse y a vivir.**

de en 1970. Ha sido vicepresidente de la Asociación Española de Senología y Patología Mamaria, miembro de la asociación médica argentina y profesor de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y Autónoma.

Cada día su consulta se llena de mujeres que llegan preocupadas por la percepción de que el cáncer de mama en un porcentaje muy elevado es here-



ditario ¿Es cierto? Su respuesta no deja lugar a la duda. “No, al revés, es en un porcentaje muy bajo. Hay un 10% de los cánceres de mama que terminan siendo hereditarios, de ese porcentaje, hoy se conocen dos mutaciones muy concretas, y esas personas sí tienen un riesgo más acusado”.

El perfil de la mujer que puede padecer cáncer de mama es variable, en España en la actualidad, 1 de cada 10 mujeres a lo largo de su vida padecerá un carcinoma de mama. En Estados Unidos por ejemplo ha llegado a estar el porcentaje en 1 de cada 8, aunque no ha aumentado. Hay factores que evidentemente pueden influir, pero en principio, cualquier mujer lo puede padecer.

Los porcentajes más bajos aunque están en los países africanos y asiáticos, han subido por esa occidentalización que se está produciendo.

El doctor San Román coincide en que lo más importante es “que la mujer se pueda diagnosticar precoz-

mente y que se controle acudiendo al ginecólogo o a un especialista en patología mamaria. Las mamografías anuales desde los 40 años son vitales para prevenir posibles tumores”.

Al cáncer se le puede hacer frente de muchas maneras, desde los fármacos, cada vez más aconsejables y efectivos, hasta la forma de vida. Este experto en cáncer de mama tiene muy claro que “depende de las lesiones que se hayan creado con la cirugía. La persona a la que se le haya hecho una mastectomía (en este caso es fundamental que exista una reconstrucción mamaria, porque es casi tan importante en la mujer como el quitarle el cáncer) o un tratamiento conservador, puede hacer una vida normal. En la actualidad hoy se conservan un 70% de las mamas de un cáncer, y en el 30% restante que haya que hacer una mastectomía siempre se puede y se debe reconstruir. Un tumor inicial se cura en un 90%, el problema es que somos muy dejados.

## Informe LA HERENCIA DEL CÁNCER

### RESONANCIA MAGNÉTICA O MAMOGRAFÍA

Para mujeres portadoras de mutaciones que predisponen a padecer cáncer de mama, la resonancia magnética es el mejor método de detección precoz de tumores, más precisa que la mamografía, los ultrasonidos o las exploraciones clínicas de la mama.

Desde que hace más de diez años se analizaran las mutaciones en los genes BRCA1 y BRCA2 –los primeros asociados al cáncer de seno que se identificaron. Se cree que las formas mutadas de estos genes son responsables de la mitad de los casos de cáncer hereditario de seno, especialmente de los que se presentan en mujeres jóvenes. Ambos genes son supresores de tumores. Los científicos buscan el mejor modo de proteger a estas mujeres, cuyas probabilidades de desarrollar esta enfermedad a lo largo de su vida son hasta 30 veces superiores al resto de sus congéneres en el caso del BRCA1 y entre 10 y 16 en el caso de portadoras de mutaciones en el BRCA2.

Para muchas de ellas la opción de someterse a una mastectomía radical de ambas mamas es inaceptable, lo que les obliga, por otro lado, a una vigilancia intensiva que durará toda su vida.

El doctor San Román es partidario, si es posible, “de no quitar la mama de entrada. Depende siempre de las características del tumor. En principio soy partidario de un tratamiento conservador y que oncológicamente sea aconsejable”. Un paciente que llega a su consulta puede perfectamente dudar en qué casos es mejor que se reciba una quimioterapia y después se extirpe lo que quede de tumor”. Efectivamente, eso es lo que llamamos neoadyuvancia, que se inició en los carcinomas avanzados de mama con la intención de un tratamiento más precoz de las posibles metástasis. Lo

## Cuando el estrés es incontrolable, los tumores crecen con más rapidez y pueden malignizarse

que se ha conseguido en muchos casos con la neoadyuvancia es que se reduzca el tamaño del tumor y se evite en muchos casos el extirpar la mama”. Aunque este tratamiento parecía casi desconocido hace unos años, “es casi imprescindible en un 90% de los casos, son muy pocas las mujeres que se libran de un tratamiento así, su beneficio puede conseguir conservar la mama. Cuando antes dábamos quimioterapia-adyuvancia en pacientes ya intervenidos y recuperados, no sabíamos si ese tratamiento era eficaz. Ahora la damos cuando el tumor –analizado y diagnosticado– persiste en la mujer y somos capaces de observar como el tumor se puede reducir”.

### MUTACIONES

Sobre la resonancia magnética, muchos oncólogos son de la opinión de que sin nuevos ensayos controlados y aleatorios, no se puede recomendar la aplicación de la resonancia magnética de forma generalizada para el diagnóstico precoz de mujeres con un riesgo inferior al de pacientes portadoras de mutaciones –cualquier cambio en el ADN de una célula. Las mutaciones pueden ser causadas por errores durante la multiplicación de las células o por la exposición a sustancias del ambiente que dañan el ADN. Las mutaciones pueden ser nocivas, beneficiosas o no tener ningún efecto. Si se presentan en las células que producen los óvulos o los espermatozoides, pueden heredarse; si las mutaciones se presentan en otros tipos de células, no se heredan. Ciertas mutaciones pue-

den llevar a padecer de cáncer u otras enfermedades.

### PSICOLOGÍA FRENTE AL CÁNCER

María Victoria Cerezo es psicóloga especialista en mujeres que han sido operadas de cáncer de mama. Trabaja en ASAMMA, la asociación de mujeres operadas de cáncer, que a su vez depende de FECMA, que es la coordinadora a nivel nacional. Su trabajo parte de una realidad evidente, y son “los trastornos psicológicos y físicos que su diagnóstico y tratamiento conllevan, al margen de los costes económicos que suponen”.

Etiológicamente, el cáncer se relaciona con multitud de factores: genéticos, hormonales y de reproducción; infecciosos; de exposición a agentes ambientales o productos carcinógenos y radiaciones, como la solar; dependientes del comportamiento, como el tabaquismo o la dieta y psicosocioemocionales. María Victoria asegura que “en lo que respecta a la herencia genética de estos tumores, se ha demostrado que sólo entre un 5% y un 10% de los casos son debidos a alteraciones genéticas, por tanto, cabe cuestionar si la mayoría de los factores de riesgo son de herencia denominada “ambiental”, considerando ésta como lo que aprendemos culturalmente, estilo de vida o personalidad”.

### NIVELES DE ESTRÉS

Muchas investigaciones han mostrado que las personas que están sometidas a niveles importantes de estrés tienen más probabilidad de enfermar o, en caso de que ya estén enfermas, tie-



**Todos los cánceres tienen un componente hereditario, el de mama y colon son los de mayor riesgo.**

nen peor pronóstico. Uno de los consejos que María Victoria no olvida en cada consulta es que “El estrés es una respuesta del organismo ante una situación que amenaza nuestro bienestar, lo que resulta en un principio adaptativo si es puntual. Lo que quiere decir que cuando una persona está sometida a un estrés elevado, su cuerpo se debilita y queda más indefenso ante agresiones externas”. El estrés puede aumentar comportamientos que guardan mayor relación con la probabilidad de enfermar (tabaquismo, consumo de alcohol, dieta poco saludable...).

“El estrés elimina las células NK (Natural Killers), cuyo objetivo principal es combatir y destruir a las células cancerígenas que circulan por la sangre; además, el estrés sostenido provoca por un lado cambios hormonales que

favorecen el proceso de angiogénesis y de crecimiento de células cancerígenas, y por otro lado, aumenta la liberación de glucosa en sangre, sustancia de la que se nutren dichas células”, añade esta psicóloga.

Para muchos profesionales, cuando el estrés es incontrolable, los tumores crecen con más rapidez y tienen más probabilidad de malignizarse. Es de destacar, en este sentido, que en las mujeres con cáncer de mama es frecuente encontrar acontecimientos vitales muy estresantes de contenido emocional, como puede ser la muerte de algún ser querido o la vivencia de algún evento vital con gran sentimiento de indefensión.

Un estudio reciente de María Victoria con 40 mujeres, confirmaba que en las mujeres con cáncer de mama que han

asistido a la intervención psicológica ha sido muy frecuente encontrar acontecimientos vitales muy estresantes de contenido emocional, como puede ser la muerte de algún ser querido o la vivencia de algún evento vital con gran sentimiento de indefensión de estas mujeres, exactamente el 85% de ellas ha sufrido un fuerte estresor en su vida, siendo el 55% la muerte de uno o varios familiares de forma traumática e inesperada.

Mejorar el bienestar personal de estas personas conlleva una mejor salud física y anímica, un objetivo de cualquier gabinete psicológico en el tratamiento de personas que tienen algún tipo de tumor. Los psicólogos lo tienen muy claro, “mantener hábitos saludables en todos los niveles y realizar actividades en las que el cuidado interior sea la base de nuestra vida diaria”

# Mayores Hoy

La primera maestra gitana de España galardonada con la medalla de oro al mérito en el trabajo

## ADELINA JIMÉNEZ

**E**n diciembre pasado, el Consejo de Ministros aprobó la concesión de 34 Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo. El listado propuesto por el ministro Jesús Caldera era variopinto y se acercaba más que nunca a la paridad de géneros (47 por ciento de mujeres). Los nombres mediáticos saltaban a la vista: Amparo Baró, Forges, Rafael Azcona, Fernando Guillén, Jesús de Polanco... Otros, anónimos para el gran público, sólo tuvieron resonancia social en las patrias chicas de los galardonados. Entre estos últimos, el de una mujer, Adelina Jiménez, fue marcado en negrita por los periodistas por una circunstancia que era llamativa desde el punto de vista de la "singularidad", lo que se sale de lo corriente. En todos los campos y actividades de la vida siempre hay un pionero, un "primero" en hacer o conseguir algo, en abrir camino, y Adelina atesora el mérito de ser la primera maestra gitana de España.

Si bien se mira, culminar la carrera de magisterio no es noticia de portada. Sin embargo, la conjunción en una misma persona de las condiciones de mujer y gitana, más el halo inherente de la ruptura de la "tradi-

**Texto:** F. J. Porquet  
**Fotos:** F. J. Porquet y MTAS

**En todos los campos y actividades de la vida siempre hay un pionero, un "primero" en hacer o conseguir algo, en abrir camino, y Adelina Jiménez atesora el mérito de ser la primera maestra gitana de España, al que hay que añadir el galardón de la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo.**



ción de siglos" que encierra a los miembros de esta etnia en menesteres alejados de los libros y las universidades –al menos, así era medio siglo atrás–, llamó la atención. Cosas de esta vida cargada de tópicos y sambenitos. Cuando conoció la noticia de la Medalla, Adelina resumió sus sentimientos en dos frases: "Estoy muy contenta y emocionada. Dedico este honor al pueblo gitano y a los que luchan por la igualdad de mujeres y hombres".

### SIN RECURSOS

Adelina nació en Ayerbe, un pueblo de la provincia de Huesca cercano a la capital, y se crió con su abuela, que disponía de pocos recursos económicos. Cursó los estudios primarios con solvencia, y al terminar, cuando el entorno social y económico la encaminaba a un trabajo manual, tuvo la suerte de quedar bajo el amparo de Carmelo Coiduras, un empresario de la localidad que se erigió en su mecenas. "Para mí era como mi tío. Me ofreció trabajo de modista, y le dije que no, que yo quería ser maestra. Le convencí y se ofreció a pagarme los estudios con la condición de que le presentase buenas notas. Y cumplí", recuerda con comedido orgullo la docente retirada.

**"Ha habido ratos de lágrimas, pero estoy muy satisfecha"**

Consiguió el título en la Escuela de Magisterio de Huesca, estuvo un año en prácticas en la “escuela aneja” y, fiel a su promesa de no defraudar al protector, aprobó las oposiciones. Su primer destino fue Olsón, una aldea de la comarca altoaragonesa de Sobrarbe, tierra particularmente espartana en aquellos años, de parca economía agropecuaria, crudos inviernos y mínima densidad demográfica, y que ha reverdecido en las últimas décadas merced al turismo. Allí permaneció tres años. “Algún fin de semana que me iba a Huesca, a la vuelta me venían a buscar en burro al mesón de Ligüerre de Cinca, que está en la carretera de Barbastro a Aínsa, y lo curioso es que la única que le tenía miedo al animal era yo, que soy gitana. Los lugareños se reían. Cuando me fui cerraron la escuela. Había pocos niños. Aquello era bastante duro y solitario”.

#### TODAS LAS MATERIAS

A la aldea de Sobrarbe le siguieron el colegio “General Solans” de Albalate de Cinca, localidad de más de un millar de habitantes y bien comunicada (no era preciso utilizar caballerías para enlazar con el autobús de turno), donde estuvo diez años, y el colegio “Aragón” de Monzón (20 años). Esta última ciudad es la capital de la comarca del Cinca Medio y gran foco industrial de la provincia. En la raya de los 15.000 habitantes en el último tercio del siglo pasado, a ojos de Adelina tenía visos de “gran urbe” comparada con Olsón.

La maestra gitana, al igual que sus compañeros, impartía todas las materias, y donde se encontraba más a gusto era en clase de Lengua y Literatura. “Siempre me ha gustado leer”, apunta. En el devenir cotidiano no faltaron los “roces” con algunos colegas de profesión de poca



**Jesús Caldera entrega a Adelina Jiménez la medalla de Oro al Mérito en el Trabajo**

altura de miras y padres “escépticos” y sobrados de prejuicios, si bien hay que señalar que fueron los menos. Dice Adelina: “Yo tenía que demostrar constantemente mi valía, mi profesionalidad, porque dudaban, pero no ante los niños, que están limpios de manías y enseguida te aceptan tal

como eres si les das buen trato y cariño, sino ante algún compañero y algún padre. Lo mejor de todo es que al final siempre nos hacíamos amigos. Ha habido ratos de lágrimas, para qué lo voy a callar, pero el balance general es bueno. Estoy satisfecha. Ahora hay más maestras

## Mayores Hoy ADELINA JIMÉNEZ



gitanas. Vamos avanzando. Despacio, pero avanzamos”.

A modo de reflexión general, Adelina apunta que el pueblo gitano tiene muchas cosas que aportar a la sociedad paya, “no sólo cante y baile”, y sentencia que el machismo se alimenta del ambiente, el entorno familiar y la falta de educación. “Admito que entre mi gente está muy arraigado, pero sólo hay que mirar la televisión y los sustos que te dan los telediarios para entender que el problema afecta a toda la sociedad. El camino es la educación de ellos y de ellas. Abrir camino cuesta, no es fácil. Las personas no son payas o gitanas, sino buenas o malas. Así lo veo yo”.

### DIGNIDAD

En enero, en la ceremonia de imposición de las Medallas a las dos aragonesas galardonadas (Adelina y la bailadora María de Ávila), Jesús Caldera dijo: “Reconocemos dos vidas de trabajo a favor de la educación, el arte y el bienestar de la sociedad, y, en el caso de Adelina, la dignidad del pueblo gitano”. La maestra confiesa que se ruborizó cuando el ministro la definió como “una persona de gran categoría moral e intelectual, emprendedora y competente, de mirada abierta a la innovación y convencida de que la educación tiene una importancia decisiva porque da la libertad”. Las últimas

palabras no fueron menos emotivas: “Forma parte de la historia por derecho propio, ya que fue la primera gitana española en alcanzar el título de magisterio, y también del alma de las mujeres españolas que después de haber conseguido el derecho al voto padecieron más de cuarenta años sin poder ejercerlo”.

Para Adelina Jiménez, la dignidad se cimienta en la igualdad de oportunidades, la no discriminación por razón de sexo o raza y, sobre todo, en el diálogo. Tiene fijación con el diálogo. Aborrece a las personas que no dejan hablar o no escuchan, y más todavía a quienes provocan miedo en terceros y les hacen callar. En su opinión, la plena integración del pueblo gitano requiere dos esfuerzos: uno de la sociedad paya “para entender una cultura secular que en muchos aspectos le es ajena, distante”, y otro, igual de importante si no más, de los propios gitanos. Y no se calla: “Hay cierto machismo entre mi gente, incluso fundamentalismo en personas cerradas, que hay que desarraigar como sea. La igualdad de hombres y mujeres es la primera meta, y el camino está en la escuela, en la educación”.

### CHARLAS

La maestra se retiró hace unos años y ahora lleva una vida tranquila. Pequeños problemas de salud le impiden multiplicar su actividad en la calle. No obstante, colabora con la Asociación Española de Integración Gitana de Monzón, “que anda un tanto apagada”, y la Fundación Secretariado Gitano de Huesca, “que está muy viva”. Le gusta aconsejar a los jóvenes y animarles a dar el salto a estudios superiores. “No hay muchos casos, la verdad, pero siem-





pre aparece un chico o una chica con inquietudes, y eso me emociona y anima a perseverar. El problema es que, muchas veces, el chaval choca con la incomprensión de sus padres. Esto es así. En general, ayudamos a encontrar trabajo o le facilitamos a alguien la consecución del carné de conducir. También gestionamos becas. A mí me llaman para dar charlas en las jornadas culturales y explicar mi experiencia en el campo de la educación”.

La mirada de Adelina es dulce, mezcla de ingenuidad y sinceridad, de satisfacción y esperanza. Los vecinos de Monzón la han felicitado por la Medalla (“te he visto en la televisión, enhorabuena”, le dice Chema, el camarero que le sirve un cortado a media tarde en la cafetería que hay frente a su casa) y el aluvión de llamadas de los periodistas la ha dejado “aturdida”. Hubiera preferido una rueda de prensa “para todos” al rosario de entrevistas al teléfono. No le van las

aglomeraciones, ni los fastos. En muchos momentos de la conversación, habla como una niña aplicada que recita la lección memorizada y comprendida. Nunca se pierde en recovecos. Sólo cuenta lo que sabe. Tiene 60 años y le queda el buen sabor de boca de miles de horas compartidas con los niños. Ya ha olvidado las lágrimas que le provocó alguien que, con toda seguridad, había leído y luchado menos que ella. Ayerbe y Olsón quedan lejos. Adelina quería ser maestra, no modista, y cumplió con su parte. En el reverso de la Medalla de Oro, bien podría leerse: “El mérito de haber luchado por un sueño”. En ocasiones, la utopía está a la vuelta de la esquina. De ello saben mucho los pioneros y rebeldes. Como Adelina Jiménez.

**“Dedico este honor al pueblo gitano  
y a los que luchan por la igualdad  
de mujeres y hombres”**

# CulturaArte

Un artista maldito en el París de comienzos del XX

## Modigliani y su tiempo

**Texto:** Araceli del Moral

**M**odigliani fue un artista abierto a los principales movimientos de la vanguardia parisiense anterior a la Primera Guerra Mundial pero, a su vez, se mantuvo siempre independiente de todos ellos. Por fin, el genial artista tiene una exposición como merece en nuestro país. En ella se aborda el conjunto de la obra de Amedeo Modigliani, desde su llegada a París en 1906 hasta su prematura muerte a los 35 años.

Pese a tratarse de una exposición centrada en un único artista, forman parte de ella tanto sus obras más representativas –sobre todo pinturas, pero también esculturas y dibujos– como las de los artistas que formaron parte de su entorno artístico y vital. De este modo, se divide en dos grandes apartados, dedicados a la relación del artista italiano con sus maestros y con sus amigos.

Sus inconfundibles retratos, desnudos, esculturas, dibujos e, incluso, paisajes, expuestos junto a escogidos ejemplos de artistas como Gauguin, Cézanne, Picasso, Brancusi o Derain, permiten no sólo mostrar influencias, descubrir similitudes o destacar paralelismos, sino también presentarla al público con una luz nueva, en el entorno en el que fue creada, y poner de manifiesto su fuerte personalidad, sofisticada y elegante.

### UNA OBRA PERSONALÍSIMA

La obra de Modigliani es únicamente retratística; además de los pocos



*Madame Zborowska, 1918.*

desnudos, sustancialmente relacionables con los retratos, son excepción los cuatro únicos paisajes pintados durante la estancia del artista en Niza y Cagnes.

En pocos retratos aparecen naturalezas muertas, sobre una mesa en la que se apoya el personaje, un modesto plato con fruta o una botella con un vaso,

un frutero sobre una artesa, o un florero encima de un armario al fondo. Tres son los retratos de pareja y dos de las maternidades. Pocas veces las personas retratadas aparecen en un ambiente determinado. Modigliani las representa preferentemente con una ruptura de pared, en el centro o a los lados, o también con una puerta al fondo; en pie o sentadas, con los brazos abandonados o las manos entrelazadas.

A finales de 1909, inicia una etapa de intensos estudios de dibujos para una identificación que apunta a la actividad escultórica que desarrollará durante dos años. Algunos críticos afirman que su expresión escultórica se fundamenta en una reminiscencia de arte negro. Otros, sin embargo, encuentran en su obra reminiscencias góticas, de arcaísmo griego. A través de la escultura, Modigliani se libera de todo residuo académico, dando un gran ejemplo de independencia expresiva que le llevará después, gradualmente, a su inconfundible lenguaje pictórico de sinuosos alargamientos de rostros y cuerpo, de humanas órbitas vacías, de coherentes deformaciones o, mejor dicho, estilizaciones.

La existencia de Modigliani, por su brevedad, no permitió al artista consolidarse como retratista; de ahí que hayan sido pocas las obras hechas por encargo. Por si fuera poco, su ya corta actividad artística comprende los cuatro años de la Gran Guerra, que no eran los más adecuados para encargos de esa índole.

Modigliani no nos ha dejado escritos acerca de su ideario artístico ni de su arte; a nadie se confió.

#### UNA VIDA CORTA PERO INTENSA

Amadeo Clemente Modigliani nace en Livorno el 12 de julio de 1884, cuarto y último hijo del matrimonio compuesto por Falminio y Eugenia, ambos judíos sefarditas. En julio del mismo año sobreviene la bancarrota de los negocios familiares, coincidiendo

## Con trazo seguro, representa rostros alargados, inclinados sobre cuellos cilíndricos a manera de columnas

con una crisis generalizada en toda Italia y la familia se ve obligada a trasladarse a una casa más modesta.

Durante su infancia, Amedeo frecuenta a su abuelo Isaac que le recita poemas, le habla de filosofía y le cuenta historias sobre las obras de arte contempladas en sus viajes por Europa.

En 1895 sufre su primer ataque de pleuresía que, junto con la infección pulmonar que contrajo en 1900, marcarían el rumbo de una existencia corta y plagada de enfermedades. En 1902 Modigliani se inscribe en la "Escuela Libre del Desnudo" de Florencia, donde asiste a las clases de Fattori; y en 1903 ingresa en el Instituto de Bellas Artes de Venecia, ciudad en la que traba amistad con el pintor chileno Manuel Ortiz de Zárate, recién llegado de París, que le habla de Toulouse-Lautrec, Gauguin, Van Gogh y Cézanne, lo que suscita en él un fuerte deseo de marchar a la capital francesa. En Venecia, Modigliani frecuenta igle-



**Cabeza (1911-1912). Escultura de piedra caliza, 89,2 x 14 x 35,2 cm.**

sias y museos en los que estudia la técnica pictórica de los primitivos italianos, con especial atención a los maestros sieneses del siglo XIV y a Carpaccio y Giovanni Bellini.

En 1906 se traslada a París, instalándose en Montmartre; conoce a Picasso y al grupo de artistas y escritores que rodean al pintor malagueño: Apollinaire, André Derain, Max Jacob, Maurice de Vlaminck o Kees van Dongen, entre otros. En 1907 participa en el Salón d'Automne, donde contempla con admiración la obra de Paul Cézanne. A raíz de las obras expuestas en el Salón establece contacto con Paul Alexandre, que se convertirá en su mecenas y amigo. Ambos frecuentan el Musée Ethnographique del Louvre, el Trocadero, así como tiendas de souvenirs y antigüedades en busca de arte primitivo. Su familiarización con el arte negro será fundamental en la gestación de su obra escultórica.

En 1909 se traslada a Montparnasse donde conoce a Brancusi, quien le reafirma en la necesidad de retornar a la talla directa y le sirve de guía en el terreno práctico. Entre ese año y 1915 se dedicará fundamentalmente a la escultura, aunque sin dejar totalmente de pintar. Con el comienzo de la Primera Guerra Mundial en 1914 llega el fin de los años felices: Braque, Derain y Paul Alexandre, entre otros, son movilizados y él mismo, aunque sin éxito, intenta unirse a la Legión Extranjera.

Ese mismo año, conoce a Beatrice Hastings con la que inicia una relación tormentosa y frecuenta el círculo intelectual formado por Archipenko, Jean Cocteau, Juan Gris, Lipchitz, Picasso, Erik Satie y Max Jacob. Este último le presenta al marchante Paul Guillaume, figura que supondrá un apoyo fundamental en una época en la que, a cau-

## Un artista maldito en el París de comienzos del XX

sa de la guerra, habían disminuido los compradores de arte y no volvería a recibir ayuda económica de su familia.

En marzo de 1916 la Modern Gallery de Nueva York expone dos de sus esculturas, junto con piezas de Brancusi, dando a conocer su obra al público americano, al tiempo que eleva a ambos artistas a la categoría de referentes de la nueva generación de escultores estadounidenses. En julio del mismo año se celebra en París la exposición L'Art Moderne en France, que supone el encuentro entre Modigliani y el poeta y marchante polaco Léopold Zborowska. Éste, impresionado por la obra del italiano, conseguirá el permiso de Guillaume para representarle.

### AMOR EMPAPADO EN ALCOHOL

A comienzo de 1917 Modigliani conoce a Jeanne Hébuterne, una joven de diecinueve años, de carácter introspectivo y estudiante de pintura, con la que inicia una relación. En diciembre de ese mismo año se celebra en la Galerie Berthe Weill la única exposición monográfica, pero sería clausurada, pocos días después de su apertura, por ultraje al pudor público.

Desde comienzos de 1918, la salud del artista comienza a empeorar de manera preocupante, tanto que Zborowska impone el traslado del artista al clima suave de la Costa Azul. La estancia mediterránea se caracteriza por la reanudación de una intensa actividad creativa. También cambian los temas de los cuadros, ante la dificultad de encontrar modelos profesionales.

En la rica zona veraniega, alejada de la guerra, retrata niños, muchachas y hombres y mujeres burgueses y cuatro Paisajes, los únicos que nos han llegado de su repertorio. El 29 de noviembre de 1918 nace en Niza Giovanna



*Cariátide, 1913-1914.*

Modigliani, hija natural de Amedeo y de Jeanne Hébuterne.

Modigliani regresa a París en mayo de 1919 donde empeorará su ya quebrantada salud. Ingresado en estado inconsciente en el hospital de la Caridad, morirá el 24 de enero de 1920 de meningitis tuberculosa. Pocos días después, Jeanne, embarazada de ocho meses, se suicidará.

### EL PARÍS DE LAS VANGUARDIAS

Al poco tiempo de llegar a París, en enero de 1906, Modigliani se apuntó en la Académie Colarossi y visitó las principales galerías de la época, donde pudo contemplar obras de Gauguin, Van Gogh, Toulouse-Lautrec, Cézanne, Matisse y el joven Picasso. Al entrar en contacto con el ambiente artístico de la capital, no sólo comprendió la inutilidad de su formación académica, sino que chocó con la negación del arte del pasado por parte de la vanguardia emergente.

Los primeros años de Modigliani en la capital francesa coincidieron con algunas de las retrospectivas que habrían de cambiar el curso del arte

contemporáneo, como las organizadas por el Salón d'Automne en homenaje a Gauguin y Cézanne en 1906 y 1907, respectivamente. En la obra de Cézanne, en particular, Modigliani vio ratificado su interés por los maestros antiguos sin renunciar a un lenguaje plenamente moderno.

Desde antes de su llegada a París, Modigliani había expresado su intención de ser escultor. El ejemplo del arte africano fue un revulsivo en este sentido, y ya en 1908 realizó sus primeros estudios de cabezas y cariátides, inspirados en máscaras africanas. En 1909 Modigliani se trasladó a Montparnasse, barrio que por entonces empezaba a desbancar a Montmartre como centro de la vida artística parisiense. Allí conoció al escultor rumano Constantin Brancusi, quien le animó a emprender la talla directa en piedra. Durante cinco años aproximadamente, Modigliani abandonó casi por completo la pintura y se dedicó a esculpir, primero empleando materiales duros como el mármol y luego piedras más blandas con la arenisca, a las que intentó dotar de un aspecto masivo e intemporal. Su labor como escultor habría de resultar fundamental para la conformación de su estilo pictórico maduro.

### PINTOR DE UN SOLO TRAZO

Al comienzo de la Primera Guerra Mundial, a la dificultad de Modigliani por dar salida en el mercado a sus esculturas se unió la paralización de la construcción de edificios y la consiguiente imposibilidad de hacerse con bloques de piedra para esculpir. Por otra parte, su frágil salud era cada vez más sensible a la irritación que el polvo de la piedra causaba en sus pulmones. Cuando, aquel mismo verano de 1914, el escritor Max Jacob le presentó al marchante



**El Joven Campesino, 1919.**

Paul Guillaume, Modigliani todavía no había abandonado del todo la escultura. No obstante, se declaró pintor y con ello determinó su posterior dedicación al retrato. Los retratos conforman el grueso de la producción artística de Modigliani. Además de constituir su principal medio de subsistencia, a través de ellos el pintor italiano se asoma a la gran variedad

## MODIGLIANI Y SU TIEMPO

Hasta el 18 de mayo de 2008, en Madrid:

Museo Thyssen-Bornemisza  
Paseo del Prado, 8

De martes a domingo:  
10,00 – 19,00 h.

Exposición temporal: 5 euros  
Reducida: 3,5 euros para mayores  
de 65 años y estudiantes.

Fundación Caja Madrid  
Plaza de San Martín, 1

De martes a domingo:  
10,00 – 20,00 h.

Entrada libre.



**Autorretrato, 1919.**

racial y cultural del París del segundo lustro de los años diez. Durante su estancia en Cagnes y Niza, entre 1918 y 1919, también pintó a campesinos y gente del pueblo.

Sus primeros retratos de 1914 son todavía deudores de la paleta FAUVE. Dan paso a un periodo en el que predomina el ejemplo de la ordenación plástica cubista. Desde 1917 encontramos ya el estilo maduro del artista italiano, caracterizado por la síntesis entre línea y volumen plástico. A diferencia de otros artistas del siglo XX como Derain, Picasso o Gris, Modigliani mantuvo siempre en sus retratos el equilibrio entre la arquitectura formal de la obra y la fidelidad a la fisonomía individual del modelo presentado.

## LOS DESNUDOS

Modigliani abordó el tema del desnudo femenino desde sus primeros años en París. Sus primeras obras están todavía dotadas de un acusado compo-

nente expresivo, acorde con la concepción simbolista del cuerpo femenino como fuente de pecado. Más adelante, sus desnudos se fueron desembarazando de todo contenido moralista para abrazar la sensualidad mediterránea.

En 1917, coincidiendo con la madurez de su obra, Modigliani emprendió a requerimiento de su amigo y nuevo marchante, Léopold Zborowski, su popular serie de desnudos recostados. Pensaban satisfacer con ella la demanda de los coleccionistas más audaces. Sin embargo, las cerca de treinta obras pintadas entre 1917 y 1919 no recibieron la acogida esperada. Modigliani recurrió en ellas al ejemplo del arte del pasado –desde la Venus de Giorgione hasta la Maja desnuda de Goya–, aplinando el cuerpo femenino a la manera iniciada por Ingres y culminada por Picasso. Pero por encima de todo fue su carga erótica, acorde con la libertad sexual de Montparnasse de los años diez, la que escandalizó a cuantos las contemplaron.

# MayorGuía

Coordinadora: Araceli del Moral

## SERVICIOS

### Curados de cáncer: podemos ayudarte, puedes ayudar

La Fundación Grupo IMO ha puesto en marcha un programa pionero de apoyo entre curados de cáncer y recién diagnosticados. Se pretende fomentar la comunicación entre afectados de cáncer, poniendo en valor su experiencia vital, así como consejos y pautas útiles para afrontar los nuevos retos en su incorporación a una nueva etapa en sus vidas después de haber superado un cáncer. En el marco del programa se ha puesto en marcha un portal web, en el que se recogen y publican los testimonios de personas curadas.

[www.curadosdecancer.com](http://www.curadosdecancer.com)

### Un sello contra los malos tratos

Un sello de correos con un valor postal de 0,31€ y una tirada ilimitada reproduce el número 016, servicio telefónico confidencial y gratuito, creado por el Gobierno de España para atender casos de violencia de género, con servicio de 24 horas del día, todos los días del año. La llamada de atención a la sociedad en su conjunto aparece impreso en el sello bajo la inscripción: **“Si sabes de malos tratos no lo consientas llama al 016”**



## CURSOS

### Enfrentarse al Parkinson



El curso, dirigido a profesionales, cuidadores, familiares de afectados, voluntarios y toda persona interesada en este tema, se desarrollará en formato de talleres con unos métodos activos y participativos.

Los talleres serán conducidos por expertos profesionales en neurología, psicología, fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional y musicoterapia que han trabajado o trabajan con enfermos de Parkinson.

#### **HABILIDADES PRÁCTICAS PARA ENFRENTARSE A LA ENFERMEDAD DE PARKINSON**

**Lugar: La Casa Encendida**

**Ronda de Valencia 2**

**28012 Madrid**

**Metro: Atocha.**

**Duración 10 horas**

**Del 7 al 11 de abril de 17,00 a**

**19,00 h. Precio 6 €**

**Información de cursos y talleres:**

**902 430 322 de 11 a 15 y de 17 a 20,30 h.**

[www.lacasaencendida.com](http://www.lacasaencendida.com)

## EXPOSICIONES

### Muestra audiovisual



Del 18 de abril al 3 de mayo se va a celebrar la II Muestra Audiovisual Histórico de Segorbe. El certamen dedicará esta su segunda edición a la Guerra de la Independencia y Napoleón. Se proyectarán largometrajes de ficción, series de televisión y documentales.

La proyección de los dos primeros capítulos de la serie de TVE “Los desastres de la guerra” iniciarán la muestra, el día 18, y servirán para rendir un homenaje al acto Sancho Gracia.

El sábado 25 de abril se rendirá un homenaje a Aurora Bautista con la proyección de la película “Agustina de Aragón”.

#### **II MUESTRA AUDIOVISUAL DE SEGORBE**

**En los cines de Segorbe del 18 de abril al 3 de mayo**

## Nuevo espacio social y cultural

**E**n el paseo del Prado de Madrid, abierta por los cuatros lados, se ha abierto una nueva plaza pública. Dos fuentes ornamentales bañan la plaza: una de ellas, alargada, forma una cascada de 33 metros



de longitud y la otra está formada por un salto de agua de 4 metros de altura. Un jardín de 24 metros de altura en un plano vertical y 460 metros cuadrados que albergan 15.000 plantas de 250 especies diferentes.

Dos grandes salas de exposiciones, un auditorio, talleres educativos, debates de actualidad, jornadas sociales.

Es el nuevo centro social y cultural de la Obra Social "la Caixa", CaixaForum Madrid. Un espacio abierto que ha iniciado su actividad llenando de figuras gigantes el paseo del Prado y la nueva plaza CaixaForum.

El visitante podrá disfrutar, gratuitamente, tanto del continente como del contenido. El nuevo espacio inicia su andadura con el programa Arte en la Calle. Gigantescas figuras del escultor polaco Igor Mitoraj se muestran al viandante.

**CaixaForum Madrid**  
**Paseo del Prado, 36**

**De lunes a domingo de 10,00 a 20,00 h**

**Metro y tren de cercanías: Atocha.**

## Compromiso y cultura

**R**enau se incorpora a la cultura visual española desde mediados de los años veinte. Lo hace como diseñador gráfico, realizando carteles y portadas de libros y revistas, a través de los cuales conecta con los rasgos básicos del diseño moderno internacional.

La exposición muestra más de dos centenares de piezas representativas del combativo cartelista republicano que llegaría a ser nombrado Director General de Bellas Artes, responsable del Pabellón Español de la Exposición Universal de París de 1937.



**JOSEP RENAU 1907-1982.**

**Compromiso y cultura**

**Museo de Arte Contemporáneo**

**Conde Duque, 9 – Madrid**

**Metro Argüelles y Ventura Rodríguez**

**De 10 a 14 y de 17,30 a 21 h.**

**Entrada libre y gratuita.**

# MayorGuía

Coordinadora: Araceli del Moral

## CONCURSO

### Premio de novela corta

Organizado por la Casa de Castilla-La Mancha en Madrid y patrocinado por Caja Castilla La Mancha. Podrán optar al premio todos los escritores que lo deseen. Los trabajos serán originales e inéditos y no habrán sido premiados en ningún otro certamen literario.

La extensión no podrá superar los 150 folios escritos en castellano, debiéndose presentar en cuerpo 12, a una sola cara, a doble espacio y por cuadruplicado.

No podrá presentarse más que un trabajo por autor.

La cuantía cuantía del premio será 3.000 euros netos.

**XVIII PREMIO DE NOVELA CORTA 2007/2008**

**C/de la Paz, 4 – 28012 Madrid – Tefno.: 91 522 72 78**

**El plazo de admisión finaliza el 31 de mayo de 2008.**

### Relatos cortos

Con motivo de la conmemoración de los primeros 20 años de las Aulas de tercera Edad de El Astillero, se ha convocado un Certamen Nacional de Relatos Cortos en el que podrán tomar parte cualquier persona mayor de 50 años.

Los trabajos versarán sobre la nueva imagen de la persona mayor en la sociedad española.

Los trabajos tendrán una extensión mínima de un folio y máxima de tres. Sólo se podrá presentar un trabajo por persona.

**CERTAMEN NACIONAL DE RELATOS CORTOS.**

**La nueva imagen de la persona mayor.**

**Apartado de Correos 19**

**39610 El Astillero (Cantabria)**

**NOTA: Colabora el Excmo. Ayuntamiento de El Astillero.**

## LIBROS

### Un mundo sin fin



Muchos ciudadanos nos hemos aficionado a la lectura gracias a las habilidades narrativas de Ken Follet en Los pilares de la Tierra. Desde su publicación en 1989, millones de lectores

hemos esperado ansiosamente una nueva novela de este excepcional escritor.

Este momento ha llegado con Un mundo sin fin, una novela ambientada en la misma ciudad de Kingsbridge, pero dos siglos después de la construcción de su majestuoso templo gótico. La catedral y el priorato vuelven a formar la base de esta magnífica historia de amor y de odio, de ambición y de venganza, con el fondo amenazador de la Peste Negra que aniquiló a la mitad de la población europea.

Intriga, asesinatos, hambruna, plagas y guerras. Un retrato admirable del mundo medieval y una novela extraordinaria que aporta una nueva dimensión a la ficción histórica.

Los lectores de nuevo vamos a poder disfrutar de las cualidades narrativas de Ken Follett con las que nos traslada a un mundo de imágenes impresas y de sentimientos a flor de piel.

**UN MUNDO SIN FIN.**

**AUTOR: KEN FOLLETT.**

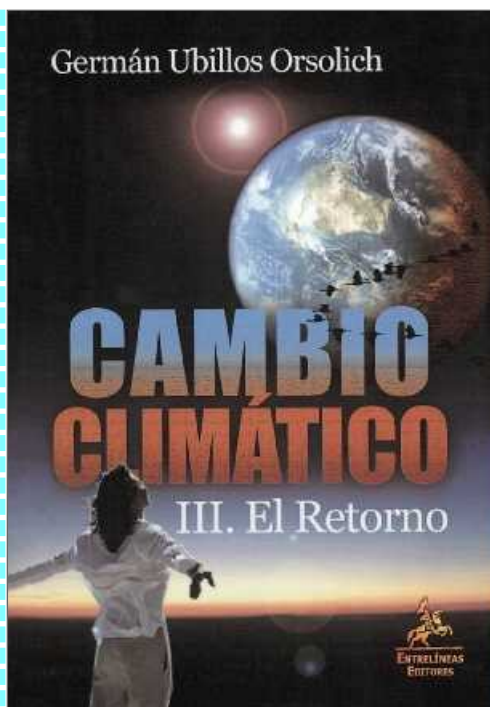
**EDITORIAL: PLAZA Y JANÉS.**

**MADRID 2008.**

### Cambio climático

En esta apasionante nueva entrega de nuestro colaborador Germán Ubillos encontramos las claves para entender las consecuencias que el cambio climático ha provocado en la Tierra y sus habitantes. La humanidad y la entereza del presidente Foster alternarán con las





más terroríficas escenas de ciencia-ficción en las que insectos mutantes inyectados con un elemento radioactivo devorarán a aquellos que se les acerquen. La novela planea así entre la realidad y la ficción más terrible que, por qué no, podría llegar a ser real. Un juego literario apasionante y una lectura inolvidable.

**CAMBIO CLIMÁTICO III. EL RETORNO.**  
**AUTOR: GERMÁN UBILLOS ORSOLICH.**  
**EDITORIAL: ENTRELÍNEAS EDITORES.**  
**MADRID 2008.**

## TEATRO

### La tragedia del Rey Lear

El Centro Dramático Nacional pone en escena la obra de William Shakespeare, una tragedia universal, enciclo-

pedia del teatro que contiene todos los géneros y estilos. Las pasiones más altas y las más bajas, las formas más luminosas del amor y las más oscuras del egoísmo, todos nuestros deseos y todas nuestros miedos quedan en ella reflejadas. Pero también es una enciclopedia del teatro: contiene todos los géneros y estilos.

#### EL REY LEAR

- **En Madrid hasta el 13 de abril.**  
**Teatro Valle-Inclán**  
**Plaza de Lavapiés, s/n**  
**Metro Latina**
- **Sevilla, del 1 al 3 de mayo.**  
**Teatro Lope de Vega**
- **Málaga, del 9 al 11 de mayo.**  
**Teatro Cervantes**

## MÚSICA

### Nuevo disco de Hevia

Hacia cuatro años que Hevia no publicaba un álbum con nuevos temas. Fue en 2003 cuando editó *Étnico ma non troppo*, un disco que continuaba el éxito conseguido con sus dos trabajos anteriores:



- **Barcelona, del 22 de mayo al 8 de junio.** **Teatre Nacional de Catalunya**
- **San Sebastián, los días 14 y 15 de mayo.** **Teatro Victoria Eugenia**
- **Bilbao, del 27 al 29 de junio.** **Teatro Arriaga.**

Al otro lado y, sobre todo, Tierra de nadie, con el que el músico asturiano se convirtió en uno de los fenómenos más importantes de la música española al vender más de dos millones de álbumes en todo el mundo, editándose en más de 40 países y consiguiendo discos de Oro y Platino en lugares tan dispares como Italia, Hungría, Nueva Zelanda, Bélgica y Portugal, entre otros muchos otros. Hevia se ha convertido en una figura internacional, revolucionando con su gaita la música popular y situándola en un lugar impensable hasta ese momento.

**OBSESIÓN**  
**EMI Music Spain**

# Opinión

FRANCISCO RUIZ DE LA CUESTA / ASOCIACIÓN DE MÉDICOS ESCRITORES DE ESPAÑA

## Siempre nos quedará París

**A**cabo de dar un paseo por las calles y plazas de París. Me fui en metro hasta la Bastilla y desde allí, andando, hasta la plaza de los Voges, recordando a Victor Hugo, visitando su casa museo, en el número seis; la perfecta urbanización del recinto, sus alrededores, su arbolado, sus pájaros, sus tiendas... Recordaba pisadas de la historia pasada, los duelos de los mosqueteros.

Estuve en el "Hotel de los Inválidos"; visité la iglesia de San Luiz con todas las banderas que Francia había conquistado; ví la tumba de Napoleón, el gran museo del ejército, el más importante del mundo; paseé por las galerías del primer piso donde hay numerosísimas lápidas que recuerdan a todos los caídos por Francia. Y sufrí mucho, recordando tanta guerra, tantos hombres muertos, tanta juventud en su mejor momento destrozada por la metralla, la balloneta o la pólvora. Toda la fastuosidad de Napoleón, todo su poderío, toda su egolatría. ¿Para qué? Es un museo. Aquí está la cama donde murió el emperador; sus raídos y sombríos pañuelos, calzoncillos, camisa, almohada, pantalones, cuartillas... Una inmensa tristeza toda esta historia pasada. Estas figuras me producen enorme pena. Todos rodeados por las guerras, la sangre, la muerte... ¿Soy el que ve las cosas así de oscuras?

Acabo de recordar que se escribió que "siempre ocurren las cosas para bien, aunque a nosotros, al principio, nos duelan y nos fastidien un poco".

El París de la historia pasada, de la guillotina de Maria Antonieta, de Napoleón, Petain, de tantas muertes y destrozos me rodea en esta tarde de paseo interior.

Traigo hoy a París el corazón al viento, las manos al viento de la historia, tantos proyectos

de mejorar el mundo. Tenemos que prepararnos, calladamente, con paciencia, escuchando, visitando estos museos del arte y de la historia, observando mucho, sin apenas hablar.

He vuelto a París después de veinte años. He visto como quiere la gente falsamente, como se hieren en el amor como vacían las toneladas de ilusiones almacenadas con tanto cariño. Hoy he paseado con la muerte de Francia y París a mi lado, la he sentido, la he tocado.

Hay que luchar por los soñadores; sigue habiendo gente que maltrata las ilusiones y rompen el mejor amor. Hay que gritar al mundo para señalar injusticias, tantas guerras y victorias inútiles, tantos personajes famosos cargados de muertes y teñidos de sangre.

Escribiré muchas historias de niños que esperan en un mundo siempre en paz; en los arcos por donde los turistas de todas las razas y continentes saquen fotos y se miren alegres; el toque de las campanas; la mirada de los perros... Te escribiré de ilusiones, proyectos mejorativos, sueños y caras bonitas. Que nuestra amistad sea noble, limpia y que nos sirva para algo, en esta Europa unida. Es bueno estar dispuestos a darnos a los demás.

Cuando todo falle, y veamos que el mundo se enfrenta a problemas y conflictos, hay que pensar en París. Recuerdo esa frase de la mítica película "Casablanca" siempre nos quedará París... Para pensar, pasear como esta tarde por la plaza de los Voges o por los jardines de Luxemburgo, donde un artista japonés, con un pequeño caballete, en un lienzo, pinta la fuente, palacio, flores y árboles de estos bellos jardines, en una placidez cargada de poesía, quietud, resonancias ancestrales... "Siempre nos quedará París, porque en los ojos del alma queremos un mundo mejor.

# Centro de Referencia Estatal de San Andrés del Rabanedo (León)

## SOLICITUD DE PLAZA

### En régimen de Residencia:

**Para personas mayores de 16 años con graves discapacidades físicas o sensoriales que se encuentran en situación de dependencia.**

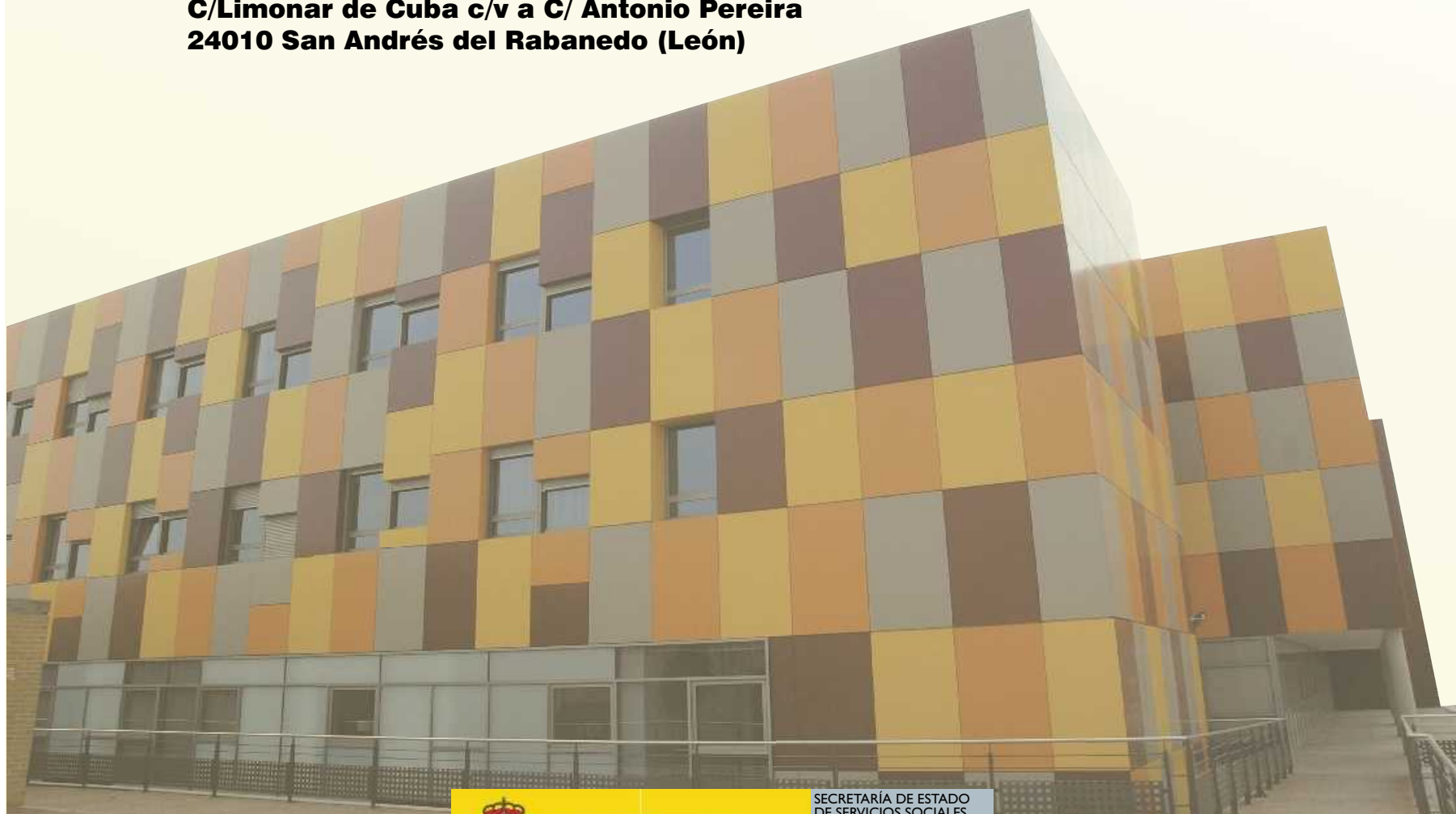
### En régimen de Centro de Día:

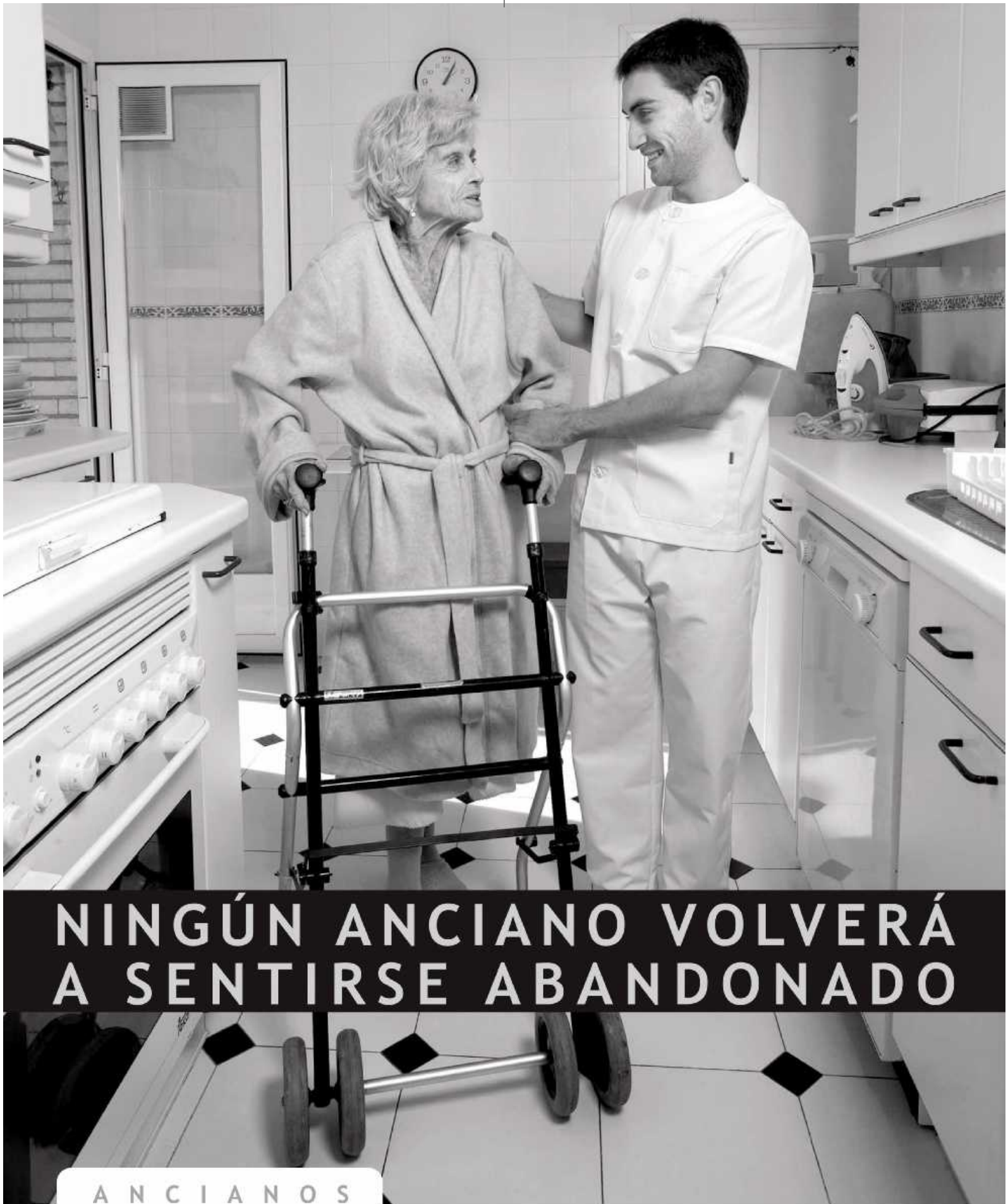
**Para personas mayores de 16 años con graves discapacidades físicas o sensoriales que se encuentran en situación de dependencia.**

- **Servicio de asistencia personal, de salud, manutención y alojamiento.**
- **Rehabilitación médico-funcional, entrenamiento en la autonomía personal y rehabilitación psicosocial y de integración sociolaboral**

### SOLICITUDES:

- **Internet página Web [WWW.seg-social.es/imserso](http://WWW.seg-social.es/imserso)**
- **Teléfono de Información: 987 84 33 00**
- **Fax: 91 363 86 53**
- **En el propio Centro:  
C/Limonar de Cuba c/v a C/ Antonio Pereira  
24010 San Andrés del Rabanedo (León)**





# NINGÚN ANCIANO VOLVERÁ A SENTIRSE ABANDONADO

A N C I A N O S

## AYUDAS A LA DEPENDENCIA. UN DERECHO PARA TODOS.

Las Ayudas a la Dependencia garantizan a las personas dependientes y a sus cuidadores la ayuda que necesitan: teleasistencia, ayuda a domicilio, centro de día, plaza residencial, servicios de promoción de la autonomía personal o prestaciones económicas.

Infórmate en tu Comunidad Autónoma  
o en el 900 40 60 80

