

Sesenta

y más

PUBLICACIÓN DEL
MINISTERIO DE TRABAJO
Y ASUNTOS SOCIALES.
SECRETARÍA GENERAL
DE ASUNTOS SOCIALES.

NÚMERO 223 / 2004

IMSSERSO



La Noticia

El ministro de Trabajo y
Asuntos Sociales clausuró
el Año Europeo de las
Personas con Discapacidad

Entrevista

Julia Uceda,
Premio Nacional
de Poesía 2003

Informe

Mujeres
cuidadoras





CONSEJO EDITORIAL

Antonio Lis Darder, Adolfo Gallego Torres, José Carlos Baura, Ernesto García Iriarte, Manolo Domínguez, Francisco Cánovas Sánchez, Angeles Aguado, Amparo de Rus e Inés González.

DIRECTORA

Inés González.

REDACTORES

José L. González Cañete, Araceli del Moral y Milagros Juárez.

MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

PORTADA

Stock Photos.

ADMINISTRACIÓN

M^a Dolores del Real Ballesteros y Concha Largo Rodríguez.

COLABORADORES

Juan Manuel Villa, Reina González Rubio, Rosa López Moraleta, Santiago Fernández del Vado, Manuel Penella y Jesús Ávila.

CONSEJO DE REDACCIÓN

Inés González, José L. González Cañete y Araceli del Moral.

EDITA

Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMERSO).
Avda. de la Ilustración s/n.,
c/ Ginzo de Limia, 58.
28029 Madrid.

DIRECCIONES DE INTERNET

<http://www.seg-social.es/imerso>.
<http://www.imersomayores.csic.es>

REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración s/n.,
c/v a Ginzo de Limia, 58.
28029 Madrid Tel.: 91-363 86 28.

PUBLICIDAD

RECORD. Tel.: 91-428 03 07.

DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.
NIP0: 209-04-004-6.
ISSN: 1132-2012.
TIRADA: 71.000 ejemplares.

IMPRIME

Altair Quebecor
Ctra. N-IV a Seseña, Km. 2,700
45223 Seseña - Toledo.
Tel.: 91 895 79 15.

Número 223 / Enero 2004

- 6 LA NOTICIA**
Clausura del Año Europeo de la Discapacidad.
- 10 REPORTAJE**
El libro de la vida.
- 16 ENTREVISTA**
Julia Uceda, Premio Nacional de Poesía 2003.
- 20 A FONDO**
Revalorización de pensiones.
- 24 EN UNIÓN**
Eduardo Samper, Presidente de la Asociación del Voluntariado de Arganzuela-Casa del Reloj (Madrid).
- 28 ACTUALIDAD**
- 31 CUADERNOS**
Jornadas sobre Tecnología de la Rehabilitación y Autonomía Personal. IV Simposio Internacional del cáncer en el anciano. Accesibilidad para las personas con discapacidad sensorial.
- 40 EL IMERSO EN MARCHA**
- 42 CALIDAD DE VIDA**
Medicinas alternativas.
- 46 INFORME**
Mujeres cuidadoras.
- 52 A TONO**
- 54 MAYORES HOY**
María Estevadeordal, artista de vocación y profesión.
- 58 CULTURA**
Museo Picasso de Málaga
- 62 MAYOR GUÍA**
- 66 OPINIÓN**



10-15 Reportaje



20-23 A Fondo



42-45 Calidad de vida

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.

TÉLFONOS DEL IMERSO PARA CUALQUIER INFORMACIÓN. CENTRALITA: 91 363 88 88 INFORMACIÓN: 91 363 89 16/17/09

En el último año y medio, más del 95 por ciento de las medidas anunciadas por el Titular de Trabajo y Asuntos Sociales en el Congreso están ya en marcha. Con este dato tan positivo comparecía, Eduardo Zaplana, el pasado 7 de enero ante los medios de comunicación para presentar el balance de su gestión al frente del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

COMPROMISOS CUMPLIDOS DEL MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES

Un balance que arroja también los siguientes datos: En esta segunda Legislatura, se han creado casi dos millones de puestos de trabajo y se han realizado más de cinco millones de contratos indefinidos, con lo que se ha seguido avanzando hacia el objetivo del pleno empleo y de calidad. Esta favorable situación ha desembocado en que la afiliación a la Seguridad Social crezca en más de 1.7 millones de afiliados ocupados.

Además, la Seguridad Social ha presentado superávit financiero en todos los ejercicios presupuestarios. Asimismo, se ha creado el Fondo de Reserva, que cuenta en la actualidad con 12.000 millones de euros. También se han logrado varios acuerdos con los agentes sociales y se han aprobado normas con gran consenso social.

En política de mayores se han puesto en marcha medidas de gran calado social como el programa de ayuda a las amas de casa con mayores a su cargo. Un programa que ha contado con la colaboración de las Comunidades Autónomas y al que el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales ha aportado 12 millones de euros.

También se ha elaborado el Plan de Acción para Personas Mayores 2003-2007 que fue

aprobado por el Consejo de Ministros el 19 de agosto de 2003 y que va a suponer un impulso importante en las medidas adoptadas para este colectivo.

Por otro lado, se va a seguir incrementando la oferta de plazas de mayores en residencias y centros de día. El programa Alzheimer y otras demencias, cofinanciado con las Comunidades Autónomas, mediante acuerdo en Conferencia Sectorial, ha incorporado en 2003 la creación de plazas residenciales y de día con una aportación del Ministerio de 4 millones de euros.

El Plan Gerontológico, por su parte, se ha incrementado este año en el capítulo 7 para la creación de nuevas plazas en 5 millones de euros, que supone un porcentaje de un 44,77 por ciento sobre 2002. Asimismo, en plazas residenciales concertadas por el IMSERSO, para el 2004 el presupuesto crece un 10,32 por ciento con el objeto de atender un mayor número de usuarios. También se va a construir una residencia de Alzheimer mediante un convenio con la Comunidad Valenciana, con un presupuesto previsto de 1,5 millones de euros.

Se ha mejorado el Programa de Turismo para Mayores que, en la temporada 2003-2004, ha incrementado su número de plazas hasta 600.000, prestando atención especial a Galicia con el fin de contribuir a la recuperación turística de las zonas afectadas por el accidente del Prestige. El Programa de Termalismo también aumentará el número de plazas en un total de 27.000, lo que supone un incremento del 29,03 por ciento. Además, el IMSERSO iniciará en el 2004 un nuevo programa de talasoterapia complementario al programa de termalismo.

Todas estas medidas junto a otras, también de índole social (dirigidas a promover la no discriminación en colectivos de discapacitados, mayores, mujer...) han hecho de esta segunda legislatura, un período con importante predominio en materia de protección social.

Cartas



¿Estorbamos los viejos?



Cuando una persona se jubila pasa a la categoría de los viejos, para algunos, no todos, un grupo de parásitos que viven sin trabajar, chupando el dinero de los que tienen la desgracia de hacerlo para tirar adelante una familia. Nadie recuerda que los viejos de hoy, cuando les tocó trabajar, también contribuyeron en el mantenimiento de los viejos de ayer.

El estereotipo de un viejo es el de una persona decadente, que precisa ser aparcada para no molestar y no ver su imagen desagradable y que mientras vegeta y no incordia, no pasa nada, pero cuando empieza a ser dependiente o pedir mejores pensiones, o servicios socio sanitarios públicos, o simplemente quiere ejercer como ciudadano responsable que apuesta por el cambio social, enton-

ces la cosa ya es diferente, pasa a ser un ciudadano marginado con el que la administración no cuenta, o solamente lo hace en los periodos electorales por su importancia numérica. La sociedad actual no está preparada para asumir el gran reto del siglo XXI, el de unas personas mayores rejuvenecidas y longevas, que denuncian su aparcamiento infantil, reclamando que este aparcamiento, cuando sea necesario por cuestiones de dependencia, sea público y de calidad. En una sociedad envejecida conseguir una vejez digna y respetada requiere un gran esfuerzo, capaz de producir un cambio cultural que deje de considerar a los mayores como un estorbo para reconocer que pueden y deben continuar siendo útiles y necesarios.

Este reconocimiento supone conseguir espacios de libertad, que no podemos ni debemos mendigar, sino conquistar. Solamente mediante una rebelión de los mayores, el cambio cultural que supone pasar de grupo parasitario a grupo útil y necesario, será posible. No podemos esperar que otros defiendan nuestros intereses y nuestras libertades, esto debemos hacerlo nosotros mismos, los mayores. Pero lo hemos de hacer con sentido del humor y con el apoyo de la juventud, que debería ser nuestra gran aliada. El eslogan “Los mayores unidos más que nunca decisivos” podría sernos muy útil para nuestra imprescindible y necesaria rebelión.

Joseph Aracil
(*Premià del Mar*)



“Dar más preferencia a los coches que a los peatones”



Hay muchas aceras estrechas que obligan a caminar en fila india porque no caben las personas. Por otra parte, en todas las cocheras hay unos desniveles inclinados por los que no se puede circular, obligando a meterse en la calzada con el correspondiente riesgo de ser atropellados por algún coche, dándose el caso de que en una misma calle te encuentras con varias cocheras con estos desniveles.

Como se puede comprobar, se está dando más preferencia a los coches que a los peatones. Esto, unido a la falta de civismo de algunos conducto-

res que al tener que salirse de la acera te pitan, y no digamos de algunos jóvenes que se sitúan en la acera no dejando pasar a las personas mayores y obligándolas a salirse a la calzada. Desde que empezaron a ser un colectivo mayoritario las personas mayores, los políticos de los diferentes partidos, comenzaron a manipularlos con promesas de aumento de pensiones, viajes a precio reducido, etc.

Quiero decir que está bien que se preocupen de la llamada tercera edad, pero sin utilizarla, pues se trata de derechos que tienen, que han

tenido y que deben seguir teniendo. Hago esta aclaración porque no se dan esas mismas facilidades en cuanto a la circulación se refiere como peatones más necesitados, normalmente hay que ir acompañado por lo que las aceras deben reunir estas condiciones. Ahora, nunca es tarde se están superando barreras para la mejor circulación de los minusválidos que van en carritos, bueno es que se tenga en cuenta.

Marcelo Rosado Rojas
(*Ronda*)

La Noticia

CLAUSURA DEL AÑO EUROPEO DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

La celebración del Año Europeo de las Personas con Discapacidad se cerró mediante un acto en el que se destacó el éxito de este Año en cuanto al cumplimiento de objetivos que benefician a las personas con discapacidad, pero que también benefician a todos los ciudadanos. El ministro de Trabajo y Asuntos Sociales y Portavoz del Gobierno, Eduardo Zaplana expresó su satisfacción por el balance “enormemente positivo” del Año Europeo que establece “un antes y un después para todas las personas con discapacidad y sus familias”.



En el centro de la imagen, Eduardo Zaplana, ministro de Trabajo y portavoz del Gobierno, a su derecha, Lucía Figar, secretaria general de Asuntos Sociales y Antonio Lis Darder, director general del IMSERSO.

Texto: Juan Manuel Villa / Fotos: MTAS

La clausura se realizó en un ambiente festivo en el que los protagonistas fueron las personas discapacitadas y su esfuerzo por conseguir una integración plena en la sociedad. Así, el acto estuvo presidido por Eduardo Zaplana, la secretaria general de Asuntos Sociales, Lucía Figar, el director general del IMSERSO, Antonio Lis, el presidente del CERMI, Mario García, y el presidente de la Fundación ONCE, Carlos Rubén Fernández.

Durante sus intervenciones tanto el presidente del CERMI, en el que se enmarcan las asociaciones de personas discapacitadas, como el de la Fundación ONCE, en la que también participan importantes asociaciones que representan a diversos colectivos de personas discapacitadas, pusieron de relieve el avance conseguido este año en la sensibilización de la sociedad sobre las necesidades y las capacidades de las personas con discapacidad al tiempo que se avanzaba en la eliminación de estereotipos y perjuicios. Asimismo, Mario García y Carlos Rubén Fernández subrayaron la importancia de las medidas legislativas establecidas por el Gobierno durante el Año Europeo



en beneficio de las personas con discapacidad.

Por otro lado, Eduardo Zaplana incidió en la oportunidad que ha supuesto este año para que las personas con discapacidad expresaran con “mayor fuerza” sus reivindicaciones mientras la sociedad se ha acercado a las necesidades de este colectivo. Además, subrayó que durante este año el trabajo conjunto entre el Gobierno y las asociaciones ha dejado “frutos duraderos” que sentarán las bases de “un futuro mejor”. De esta manera, recordó la aprobación de la Ley de Protección Patrimonial de las Personas con Discapacidad “que, dijo, permite disponer



Eduardo Zaplana estuvo acompañado por Lucía Figar, Antonio Lis, Mario García y Carlos Rubén Fernández.

de instrumentos que garantizan la cobertura en el futuro las necesidades económicas de las personas con disca-

derechos y establece compromisos concretos para incrementar y alcanzar la plena accesibilidad.

garantizar mejor la igualdad de trato de las personas con discapacidad en el acceso al empleo y en las condiciones de trabajo.

Asimismo destacó los trabajos que se están desarrollando para afrontar el reto de la dependencia, mediante la constitución de una Comisión de Expertos, y que permitirá trasladar al Gobierno propuestas que lleven a una adecuada atención de las situaciones de dependencia.

Otras iniciativas que se han desarrollado a lo largo de este Año Europeo de las Personas con Discapacidad han sido la aprobación del II Plan de Acción para las Personas con Discapacidad 2003-2007, del I Plan de Accesibilidad 2003-2012, el incremento del tres al cinco por ciento de la reserva de puestos de traba-

La Ley de Protección Patrimonial de las Personas con Discapacidad permite disponer de instrumentos que garantizan la cobertura, en el futuro, de las necesidades económicas de las personas con discapacidad

pacidad”, y la Ley de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal que supone una mayor garantía de igualdad de

Zaplana también aludió a la reforma de la legislación laboral, aprovechando la Ley de Acompañamiento de los Presupuestos Generales del Estado, para

jo para personas con discapacidad en las ofertas de empleo público, o la regulación mediante Real Decreto de la jubilación anticipada para este colectivo.

INTEGRACIÓN SOCIAL

La clausura del Año Europeo de las Personas con Discapacidad puso de relieve el avance producido en cuanto a integración social y a igualdad de oportunidades para este colectivo. Por otro lado, las necesidades y expectativas de las personas con discapacidad se han dado a conocer a la sociedad española de modo que el objetivo de sensibilización que se establecía con la celebración del Año Europeo se ha visto cumplido en gran medida. Así, Zaplana calificó de “muy notables” los avances conseguidos.

Sin embargo, otro de los mensajes destacados durante el acto de clausura es el de la necesidad de seguir trabajando para resolver los problemas que afectan a los discapacitados. De esta forma se expresó la idea de que este Año Europeo de las Personas con Discapacidad no sea



ción social de las personas con discapacidad”.

En el mismo sentido se expresaron Mario García y Carlos Rubén Fernández, destacando el presidente del CERMI que “no hay que caer en

mejor”. También Mario García manifestó el deseo de que las personas con discapacidad alcancen “la plena ciudadanía y poder, así, aportar todo el potencial que tenemos a la sociedad”.

Eduardo Zaplana concluyó su intervención manifestando que las personas con discapacidad “cuentan con el apoyo y la solidaridad de la sociedad” y que es necesario que participen activamente en la construcción de la sociedad del futuro con la que “queremos construir un mundo más justo y solidario”.

La fiesta de clausura del Año Europeo de las Personas con Discapacidad terminó con una representación teatral simbólica y colorista en la que con la imagen de Don Quijote se representaba los ideales solidarios triunfantes, pese a la oposición de los dragones de la intolerancia y la exclusión, en la consecución de una sociedad sin barreras, abierta y solidaria.

Las personas con discapacidad cuentan con el apoyo y la solidaridad de la sociedad

“un paréntesis”. El ministro de Trabajo y Asuntos Sociales y Portavoz del Gobierno manifestó en este sentido que “hemos definido bien el camino a seguir en el futuro, hay marcada una senda muy ambiciosa para seguir trabajando y desarrollando en los próximos años los instrumentos que se han puesto en marcha este año y otros que iremos diseñando”, además de incidir en que “nuestra meta es la plena integra-

trionfalismos” y hay que seguir resolviendo “muchos problemas y necesidades acuciantes que tienen las personas con discapacidad”. Por otro lado, el presidente de la Fundación ONCE manifestó que “queda mucho por hacer” y expresó el deseo de que este Año Europeo marque el inicio “de una nueva etapa” en la que las personas con discapacidad “podamos aportar nuestro granito de arena para construir un futuro

Reportaje

Las personas mayores se sitúan en una posición de integrar su vida haciendo un repaso

El libro de LA VIDA

Texto y fotos: Reina G. Rubio

En las estanterías de las bibliotecas se acomodan libros donde personas notables han dejado escrito acontecimientos que han vivido. No es necesario ser un personaje importante para poseer una biografía que merezca ser contada porque cualquier vida posee los ingredientes necesarios que la hacen única. Y la vejez es, sin lugar a dudas, la mejor etapa para recordar a las personas que nos rodean quienes somos.

Nos gusta escuchar esas pequeñas historias domésticas que marcaron la vida de cualquier miembro de nuestra familia generación tras generación, pero al final, esas viejas historias se pierden en la memoria de alguno de sus miembros y nunca más se vuelven a escuchar porque muy poca gente deja escrito como ha sido su existencia.

Creemos que una vida es igual a cualquier otra, pero cada vida es distinta, y sólo una vez repasada, casi al final de ella, las personas se percatan de lo valiosa que ha sido; y es que en su memoria se guardan tiempos que han existido y que nunca más volverán. Por eso en el Centro Gerontológico Aspalidko han dado la oportunidad, a los residentes que así lo han deseado, de dejar constancia por escrito de la crónica de su pequeña historia particular. Libros, sencillamente encuadernados con una espiral, pero con páginas llenas de recuerdos acompañados por fotografías transmiten a las futuras generaciones de esos mayores quiénes y cómo eran sus abuelos.



Los mayores de hoy fueron los jóvenes de ayer.

El artífice de esta idea fue el psicólogo del centro Juan Luis Santamaría, “revisando las actividades que se hacían en las residencias vimos que una de las partes era realizar un libro sobre su vida. Es un programa de psicoestimulación que se aplicaba a personas con deterioro cognitivo pero a nosotros nos pareció interesante aplicarlo a todo tipo de personas. La fórmula de revisión de vida se

ha realizado mucho en Estados Unidos pero yo pensé que debíamos sacarle más partido, porque trabajamos con personas sin deterioro cognitivo y al trabajar la reminiscencia por un lado se fortalecen las funciones cognitivas y a la vez revisamos un poquito las teorías del desarrollo psicológico de la vida y ahí se podía aportar mucho porque normalmente la psicología evolutiva siempre se ha que-

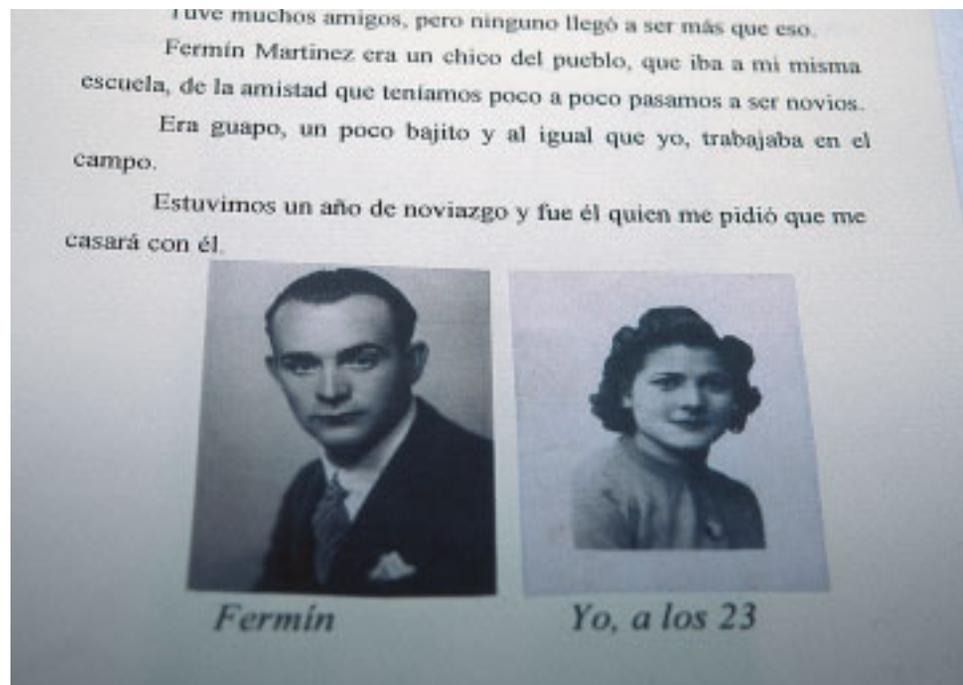
dado en la vejez y vemos que los mayores tienen muchas posibilidades incluso de aprendizaje”.

REVISIÓN DE VIDA

Tal como lo plantean los programas de psicoestimulación esa revisión de vida se puede hacer de manera muy positiva aún con personas con un deterioro cognitivo leve, “una persona con un Alzheimer en etapa intermedia puede trabajar muy bien –apunta Juan Luis– porque nosotros la función que trabajamos es la memoria remota, la reminiscencia, y ayudamos a mantener esas funciones. En personas con enfermedades neurodegenerativas no lo aplicamos tanto pero sería muy interesante hacerlo extensible a personas con deterioro cognitivo leve ya que partimos de la idea de hacer las memorias de la vida. Se piensa que sólo lo hacen personas de un alto nivel cultural pero nosotros ayudamos a personas que con un nivel cultural medio, o incluso bajo, pueden favorecerse de una actividad que casi tiene un aspecto natural y que además queda como un legado muy interesante para las familias. Además hay algunos mayores que después de terminar el libro se han animado y de una manera personal están escribiendo sus memorias para dejarlas a las próximas generaciones de su familia”.

Todas las personas, en cualquier etapa de nuestra vida, intentamos ver como va nuestra existencia en diferentes aspectos: laboral, profesional, familiar, etc. y todo ello con un objetivo de cambio, “esto en los mayores tiene mucha más importancia –comenta el psicólogo– porque hay más pasado y están en una época en que se tienen que cerrar muchos asuntos, hay muy poco futuro por delante y mucha necesidad de trascendencia”.

Juan Luis ha detectado una gran satisfacción al realizar esta actividad,



Fragmento de uno de los libros.

“porque además el resultado es un producto tangible que pueden utilizar tanto en trabajos posteriores como con sus familias. Hay que destacar el vínculo que adquieren con la persona que monitoriza el trabajo y es evidente que a medida que les hacemos trabajar la memoria remota y van ordenando sus recuerdos el hecho de que aparezca toda su vida de una forma cronológica ya es un éxito. Antes se decía que la inteligencia se desarrollaba hasta los catorce años y no más; hoy en día las nuevas teorías nos dicen que se puede estar aprendiendo y tener un aprendizaje cualitativo, el más emocional de la vida, y eso es algo muy importante porque en la vida no solo hay que aprender a hacer una raíz cuadrada sino muchas cosas más y, a día de hoy, los mayores han demostrado que pueden aprender”.

EL VALOR DE UNA REVISIÓN

Todas las vidas tienen sus momentos muy duros, enfrentarse a ellos al escribir la biografía produce diferentes reacciones, “las personas mayores –señala Juan Luis– se sitúan en una posición de

integrar su vida haciendo un repaso y ver como ha sido de aceptable o desesperarse. Es cierto que algunas personas al llegar a cierta edad arrastran problemas familiares difíciles o situaciones que han estado mal; en este momento del trabajo es el monitor el que debe utilizar el respeto, el contacto, la relación y las técnicas de psicoterapia”.

El valor terapéutico de una revisión de vida es rescatar el dolor y buscar una dimensión positiva,” cuando nos encontramos que puede aparecer una situación de mucho dolor –apunta el psicólogo– y en esa persona se produce un mecanismo de defensa como la negación, nosotros se lo respetamos, pero siempre teniendo en cuenta que, a veces, se pueden verbalizar aspectos importantes para poder cerrarlos. De hecho, al contrastar con la familia aparecen informaciones que parecen desajustadas, pero lo importante es lo que el mayor dice porque al fin y al cabo la vida es lo que uno recuerda y cómo lo recuerda y para nosotros lo importante es la emoción, positiva o negativa, del mayor”.

Muchas familias se sorprenden de lo que el mayor ha realizado y se emocio-

Reportaje EL LIBRO DE LA VIDA

nan cuando ven el libro porque en todas las vidas hay acontecimientos que asombran. Juan Luis destaca algunos de esos episodios, “situaciones estresantes como una guerra o relaciones amorosas maravillosas, te das cuenta que esas personas han tenido una vida intensa. Unos de los casos que más me llamó la atención fue el de un hombre que estuvo en un campo de concentración y vivió situaciones límite pero aunque pudo rehacer su vida, aún le quedan secuelas postraumáticas por las noches, es impresionante”.

LA REALIDAD MATERIAL

Para que todos esos recuerdos desordenados cobren vida de una manera cronológica y ordenada el papel de monitor es fundamental. El responsable de todos ellos es Álvaro Mosquera, educador Social, “primero hacemos una selección de mayores y hablamos con ellos para explicarles que vamos a hacer y cómo lo vamos hacer. Nuestra función es ayudarles a recordar y les aseguramos que es algo íntimo. Cuando acceden a realizar esa actividad fijamos un día y

una hora concreta porque así ellos perciben que es algo serio y no una actividad que dejamos para cuando tenemos un hueco. Cada sesión va de cuarenta y cinco minutos a una hora, la realizamos en la intimidad de su habitación y con un diálogo abierto en el que continuamente hay vueltas al pasado y recapitulaciones. En finalizar el libro tardamos entre diez y doce sesiones”.

El monitor hace una primera sesión con el mayor y se comienza con el desarrollo, “hay algunos a los que le sacas un tema y no se avanza porque ellos se

JULIO HERRERO, 84 AÑOS

De aspecto juvenil y estupenda memoria Julio entró en la residencia, junto a su esposa, hace un par de años, “mi señora padecía Alzheimer en primer grado pero otra enfermedad se la llevo cuando apenas llevábamos unos días aquí y yo decidí quedarme”.

Su habitación, individual, es espaciosa. Decorada con sencillez y comodidad en ella destacan las fotografías familiares que acompañan a Julio, desde las paredes; encima de la cómoda o en la mesilla de noche sus seres queridos están junto a él, sobre todo su esposa a la que sigue teniendo presente todos los días.

Su mujer nació en un pueblo de la provincia de Valladolid, Cubillas de Santa Marta, Julio nació en Paredes de Nava, allí estuvo hasta el año 1936 que estalló la guerra. Su familia y él eran labradores, “pero la situación tan difícil que se vivía nos obligó a trasladarnos a Venta de Baños donde yo tenía un tío que trabajaba en la RENFE y que ayudó a mi padre a colocarse en una fábrica hasta que ésta cerró”. Al quedarse el padre sin trabajo Julio y él comenzaron a trabajar en el negocio de las pieles, “nosotros comprábamos las pieles y era un negocio a comisión, entonces nos pagaban treinta céntimos, de los de antes, por un kilo”.

Conoció a la que más tarde sería su mujer



Julio herrero, en su habitación, junto al libro y diversas fotografías.

y al casarse se fueron a vivir al pueblo de ella, “allí yo seguía con lo de las pieles, también hacía de cartero, tuvimos una cantina donde vendíamos de todo. Ibamos tirando pero tampoco daba para mucho” y como otra mucha gente cogieron el camino de la emigración que les llevo hasta Bilbao. “Es terrible el cambio que ha dado la vida desde mi niñez hasta ahora, el salto que ha dado la vida ha sido grandísimo, no nos hemos quedado en un término medio y creo que si nos hubiéramos quedado en ese término medio hubiera sido mejor para todos”.

Uno de los aspectos que más ha marcado su vida ha sido la guerra, “por eso nos tuvimos que ir del pueblo a Venta de Baños y luego en

la guerra estuve en el ejército pero no fui al frente porque dormía en casa y todo”.

El libro de su vida está destinado a su hijo y su nieto, “el nieto todavía no lo ha leído porque estoy escribiendo mis memorias, un capítulo se lo dedico a su abuela y empiezo así: ‘Siempre me dije, creo que cuando nos conocimos El me la indicó’ y sigo con lo que es el cariño, lo que hemos vivido entre los dos, el amor que ha habido y también el dolor porque nos ha tocado mucho. Incluso hemos criado a una niña a la hemos querido como una hija, tanto que siempre, con el consentimiento de sus padres, la hemos llamado hija”. Y esa niña, hoy una mujer, sonríe desde una foto de su boda, una foto puesta con todo mimo sobre la cómoda.

traban, comienzan a recordar las cosas sin un orden saltando de un tema a otro o bien recreándose demasiado en un aspecto concreto, y en el lado opuesto te encuentras con otros que son demasiado escuetos y tienes que intentar dialogar más con ellos, pero ahí está la función de la persona que les ayuda en este trabajo”.

Los datos que van a configurar las páginas del libro se hacen transcribiendo lo que el mayor recuerda, “lo ideal sería ir con una grabadora, –comenta Álvaro– pero a

“Al trabajar la reminiscencia se facilitan las funciones cognitivas”

veces eso asusta un poco al mayor. Para que no se sientan violentados vamos tomando notas, si vemos que se atascan preguntamos pero es sólo una pista para que ellos continúen. Los datos que hemos recogido en la sesión los pasamos a orde-

nador y se los leemos al mayor, unas veces añaden cosas, otras arreglan algo pero sobre todo les interesa que quede bonito”.

Las fotos que acompañan al texto son elegidas por el mayor, “algunas fotos son las que ellos conser-

BIRINA RODIÑO, 83 AÑOS

Saca el libro con el orgullo de quien enseña un trabajo bien hecho. En esas páginas se cuenta la vida de una mujer que nació en un pueblo de aquella España que ya sólo existe en la memoria de nuestros mayores, que tuvo que marcharse de su tierra, para tener un futuro mejor, que trabajó duro, que crió un hijo y que, a pesar de todo, ha llegado a una espléndida vejez llena de buenos recuerdos. El rostro de esta mujer

emana serenidad y ternura, “nacé en un pueblecito cerca de Villarcayo, provincia de Burgos, al casarme decidí que aquello no tenía futuro porque en aquellos años se me quedaba pequeño así que hice las maletas y vinimos para Bilbao”.

Al principio se quedó extrañada cuando le propusieron que realizara un libro contando su vida, “pero luego hablé con una compañera y me dijo que ella también lo estaba haciendo y luego otra que también y la verdad es que por los comentarios que se oyen en la residencia ha gustado mucho”.

Al realizar este libro Birina se ha dado cuenta de lo que ha cambiado la vida, “en aquellos tiempos simplemente venir de un pueblecito a la ciudad era ya un gran cambio, yo sólo tuve que criar un hijo pero se trabajaba muy duro, la vida de ahora es muy distinta a la que nosotras vivimos. Al hacer este libro me he dado cuenta que la historia de mi vida esta muy bien, he vuelto a recordar todas las cosas bonitas que he vivido y de ellas las que me han gustado han sido las cosas del pueblo, todo lo que se trabajaba y la vida tan distinta que se vivía”.

Entre las páginas del libro destacan numerosas fotografías de su pueblo, de su marido, de una Birina joven y sonriente, de una pareja feliz el día de su boda, ella con el tradicional traje negro que llevaban entonces las novias, “es mi hijo quien ha seleccionado las fotos que a él más le han gustado, un día me vino con todas las fotos, algunas ni sé de donde las ha sacado porque ni yo me acordaba de ellas” y es que aunque Birina tiene un nieto y una nieta este libro es el legado que ella va a dejar a su hijo, “y luego si él se lo quiere dejar algún día a mis nietos yo contenta”.

A pesar de recordar con nostalgia el pasado la vida para Birina ha cambiado para mejor, “a veces me parece mentira tantos adelantos, antes en el pueblo íbamos a lavar al lavadero y los jóvenes ya no saben lo que es un lavadero”.



Birina muestra con orgullo su libro.

Reportaje EL LIBRO DE LA VIDA

van en la residencia y en otras ocasiones las tienen sus familiares, si es así nos ponemos en contacto con ellos para que nos las dejen y además les pedimos que hagan un pequeño árbol genealógico que incluimos en el libro”. Una vez obtenida la foto la escanean y colocan en la página correspondiente, “si, por ejemplo, hablan de su boda en esa página va la foto de su boda. Intentamos que la letra también sea bonita y legible, que la portada quede lucida y las hojas de este libro no son simples folios sino



Juan Luis y Álvaro intercambian impresiones sobre uno de los libros.

GREGORIO MUÑOZ, 85 AÑOS

Leva dos años viviendo en la residencia, tiene problemas de movilidad y sus piernas han pasado por dos operaciones complicadas pero su mente sigue estando fresca y lozana. Buen conversador y sin ninguna dificultad para entablar una charla a Gregorio le gusta hablar de su vida, una vida intensa con miles de anécdotas con las que deleitar a todo aquel que quiera escucharle. Por eso cuando le propusieron hacer un libro donde narrara su propia vida a él, excelente lector, le encantó la idea de dejar por escrito cómo había transcurrido su existencia, “yo leo mucho, en mi casa tenía veintiocho tomos encuadernados de Seleccionados y tenía otro libro que se ha perdido que trataba sobre la vida de los gitanos en la India que me gustaba mucho y aquí en la residencia, a pesar de mi glaucoma en un ojo, leo todos los días el periódico. Así que cuando me propusieron la idea del libro, me pareció excelente porque además yo tengo recuerdos desde que tenía tres años, pero me he dado cuenta que me he dejado muchas cosas, así que voy a volver a escribir otro libro más amplio para meter todas esas cosas que me he dejado en éste”.

Nació en Baracaldo, en la misma casa donde se instaló la primera central de teléfonos que tuvo el municipio, y estudio en el Colegio de Los



El libro de Gregorio lo tiene su hija, ahora prepara sus memorias.

Hermanos, un colegio que se construyó en el año 1917 y llegó a tener seiscientos alumnos. Le ha gustado recordar su vida y destaca un momento, “cuando vine licenciado de la guerra donde estuve con la república y ese fue un día de mucha alegría; lo que pasa es que me quedé con pena al no poder bajar en Córdoba y ver la mezquita, pero con el miedo de perder el tren y no poder llegar a Bilbao me quedé con las ganas, y lo que son las cosas aún hoy no he logrado verla y me gustaría mucho pero aunque he trabajado duro en casa no ha sobrado el dinero”.

Empleado de una tienda de muebles trabajar la madera siempre le ha gustado, “ya de chaval cogía un trozo de madera y con una

cuchilla de zapatero hacía un bote, pero lo malo es que sé cómo se hacía la quilla, todo se me iba para la derecha, o para la izquierda pero nunca flotaba derecho. Incluso mi hermano y yo hicimos una jaula para un canario que se nos metió en casa por la ventana, pero lo mismo que vino también se fue”.

El libro ya no está en sus manos, “yo lo tenía en mi habitación pero en cuanto lo vio mi hija se enamoró de él y se lo llevó, lo debe estar leyendo porque ella también es aficionada a la lectura, pero qué voy a hacer, es la hija”

Recordar no ha sido nada difícil para Gregorio, “tengo muy buena memoria y además me ha ayudado una chica joven que lo hacía muy bien”.

papel acartonado de tal manera que quede un libro con cuerpo”.

El resultado final es mucho más que un libro, “el resultado como herramienta de trabajo es muy positivo –dice Álvaro Mosquera– porque se demuestra que con el apoyo necesario se hacen maravillas pero también es importante ver como hijos se han sorprendido del trabajo que ha hecho su padre e, incluso, han llegado a conocerle mejor porque existían cosas de su vida que no les había contado”.

Cualquier persona mayor puede hacer este tipo de libro en su propio

Realizar este libro junto a un nieto sería ideal, porque el nieto diviniza la figura del abuelo y quiere saber cosas sobre él

hogar, “hacerlo con un nieto sería maravilloso –aconseja Juan Luis– ya que la generación abuelos-nietos esta más libre de conflictos porque han tenido menos roces y el nieto, al tener la figura del abuelo más divinizada, le interesa saber más cosas sobre él”.

Y es que éste no es un libro cualquiera porque, además de ayudar a cerrar la vida de una forma positiva, la biografía del mayor permanecerá para siempre, no sólo en la memoria de sus descendientes, sino en un lugar de honor en las estanterías de la biblioteca familiar.

GARBIÑE ZABALLA, 68 AÑOS

Ella dice que no sabe expresarse muy bien pero esa afirmación es desmentida por un libro lleno de recuerdos hermosos. Un libro que refleja la vida de esta mujer, y que dejará para sus dos hijas, esas hijas que son el motor de su vida y a las que debe los recuerdos más hermosos de su vida, “cuando eran pequeñas, cuando hicieron la Primera Comunión, cuando se casaron... esos han sido los momentos que he recordado con más ilusión porque tengo unas hijas que son unos cielos, ya cuando eran chavaliñas les dije que no sólo quería ser madre sino también amiga para que cuando fueran mayores tuvieran confianza en contarme sus problemas y así ha sido. Además se han casado con chicos buenos y me han dado dos nietas”.

Han sido esas hijas las encargadas de recopilar las fotografías que ilustran el libro, “les dije que miraran en el álbum y me las trajeron. A ellas les hacia también mucha ilusión que escribiera la historia y además se lo dedico a ellas, para mis hijas con cariño de vuestra amatxu (mama), os dedico toda mi vida” y les gusto mucho”.

Garbiñe nació en el seno de una familia trabajadora, en un barrio de Bilbao, junto a la Basílica de Begoña, un barrio que poco tiene que ver con lo que es ahora. “Antes estaba lleno de txakolis (bares al aire libre), ponían una rama de lau-

rel y se abría un txakoli, ponían otra un poco más allá y se abría otro... y allí se iba a beber Txakoli (vino tradicional vasco) y a merendar bacalao con pimientos o al pil-pil o morros, o tortilla; cada uno lo que quería”.

Eran ocho hermanos y el dinero que había era para cosas de primera necesidad, por eso los juguetes que tenía Garbiñe de pequeña se los daba la familia donde trabajaba su madre lavando ropa, “cuando iba a entregar la ropa le daban un paquetito, eran los juguetes viejos de sus hijos y aunque el ojo de la muñeca bailase a nosotros nos hacía más ilusión que a los niños de ahora los que les compran en las tiendas”.

La vida ha cambiado mucho, “entonces era más triste, distinta completamente a la de la ahora. Mi padre trabajaba en una fábrica, y al salir iba a otro sitio a meter horas para ganar un poco más. Entonces las mujeres, todo lo más, aprendíamos a coser, mi hermana era pantalonera, yo costurera, otras bordadoras o te ibas a servir”.

La vida ha cambiado tanto que su nieta de seis años ya estudia inglés, “y los sábados a catecismo, es demasiado para una criatura tan pequeña”. El libro se cierra con un día en su vida, una vida que transcurre plácidamente en la residencia desde hace cinco años “aquí me quiere todo el mundo y yo les quiero mucho a ellos”.



Garbiñe Zaballa ha dedicado el libro a sus hijas.

Entrevista

JULIA UCEDA

“La poesía abre puertas a los sentimientos”

Texto: Santiago Fernández del Vado / Fotos: Carlos Carballeira

— ¿Qué ha supuesto para usted recibir el premio, que es la primera vez en la historia de la democracia que se otorga a una mujer (en 1967 había recaído en Carmen Conde)?

Una sorpresa y, sobre todo, un gran orgullo y satisfacción. Estoy muy agradecida y espero pronto no ser la única mujer que lo reciba. Ahora me saluda por la calle gente conocida y desconocida. No es que mi obra fuera absolutamente ignorada en España, pero era más conocida por un público especializado en literatura y poesía.

— El lema del Congreso Internacional de la Lengua que en noviembre se celebró en Valladolid fue el de ‘Poesía necesaria’, nombre tomado de unos versos de Gabriel Celaya. ¿Cree que la poesía sigue siendo necesaria en esta época marcada por la tecnología y por las prisas?

Sin duda, como lo son la música, el reposo, la serenidad para pensar... En la poesía el lector debe tratar de reconocer sus propios sentimientos, decirse: “esto lo sentía yo”. La poesía está para abrir puertas a los sentimientos de los demás, que muchas veces están reprimidos. Lo que pasa es que, a diferencia de la novela policíaca, por ejemplo, no es un género de mayorías, pero ayuda a reflexionar.

— Muchos lectores, de manera espontánea, envían sus propias poesías a la



JULIA UCEDA,
PREMIO NACIONAL
DE POESÍA 2003

Julia Uceda obtuvo el pasado 7 de noviembre, a los 77 años, el Premio Nacional de Literatura en la modalidad de Poesía, que concede el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Lo mereció por su antología ‘En el viento, hacia el mar’, que reúne poemas escritos desde 1959. Es, por lo tanto, el premio a su obra completa, al trabajo de toda una vida dedicada de lleno a la literatura.

redacción de ‘*Sesenta y Más*’. ¿Existe en las personas mayores una especial inclinación a escribirlas?

Estoy casi segura de que esa inclinación no depende de la edad, sino que puede surgir en cualquier momento en que una persona disponga de reposo y tranquilidad. Porque los sentimientos los tenemos todos. Se debe dotar de medios a las personas que, por su nivel económico, no disponen de ellos, ayudándoles a estimular su vocación mediante un taller de escritura, por ejemplo.

— ¿Tiene cabida en su creación poética el mundo de las personas mayores, lo que ahora se llama “la tercera edad”?

Le va a parecer raro lo que le voy a decir, pero para mí no existe la tercera edad, ni la cuarta. Depende de la mente. Una persona joven puede ser muy pasiva y una mayor muy movida. El escritor y, en general, cualquier artista, mientras no sufra una enfermedad grave que le incapacite mentalmente, puede funcionar muy bien a cualquier edad.

— Pero sí existen unas preocupaciones específicas de las personas mayores, como la enfermedad, el paso del tiempo, la soledad...

El paso del tiempo, la enfermedad, la soledad, lo padecemos todos. Sabemos que no vamos a durar una eternidad. Todo eso se piensa desde el momento

en que, de joven, se conoce el tema de la muerte; cuando uno sabe que algún día le puede tocar a él, la vida cambia. Pero la vejez no es una enfermedad a menos que se esté enfermo. Los huesos ya no están tan firmes, pero no por eso hay que apartarse del mundo.

— **El tiempo añade madurez y sabiduría.**

Sí, pero además las personas mayores deben preocuparse por tratar de adquirir más cultura. Y cuando dejen de trabajar deben familiarizarse con Internet si no lo han hecho antes, para no quedarse fuera de cosas que les pueden interesar: un museo que no han visitado, la biografía de alguien que quisieron conocer... No deben permitir que les aparten de la vida.

— **¿Se tiene la edad de la mente?**

Desde luego. A mí no me gusta que una persona mayor diga “en mi tiempo...”; su tiempo también es el de ahora. Si el Papa, a su edad y con problemas de salud, puede continuar dirigiendo nada menos que la Iglesia Católica... En Madrid hay una gran poetisa, Concha Lagos, que está en una residencia; ha tenido una vida muy activa, durante la posguerra llevó una editorial; está allí por otras circunstancias más que por su estado. Las personas que viven en las residencias de mayores no deben aceptar estar fuera del mundo, es bueno que tengan a su disposición un móvil y un ordenador; en muchas bibliotecas de pueblo hay diez o quince ordenadores. Y que se les enseñe a manejarlos. Que no vayan del dormitorio al desayuno, del desayuno a la comida, de la comida a la tele...

— **¿Qué opina de las residencias?**

Me parece terrible que cualquier persona vaya a parar a una residencia. Yo me crié con abuelas y aprendí mucho de ellas; sólo con el tiempo te das cuenta de la importancia que tiene el haber pasado la infancia en compañía de una persona mayor. Comprendo que



“La poesía sigue siendo necesaria, como lo son la música, el reposo o la serenidad para pensar”



hay enfermedades que no pueden atenderse en casa, pero en muchos casos lo que ocurre es que a personas mayores que se han desvelado por sus hijos éstos los pasan sin necesidad a una residencia. Es monstruoso. La vida está instituida de una manera que me

parece disparatada: al niño pequeño, con apenas unos meses, se les lleva a la guardería; más adelante va al colegio; después, si tiene suerte, trabaja; prejubilación, jubilación y, por último, a un centro donde los mayores no ven más que enfermedades.

“Yo me crié con abuelas y aprendí mucho de ellas; con el tiempo te das cuenta de la importancia que tiene el haber pasado la infancia con una persona mayor”

— **¿Cuál es el principal valor que encuentra en esta edad?**

Que ayudan mucho y transmiten sus experiencias, sus conocimientos. Me apena profundamente que se está perdiendo la tradición de canciones folklóricas. ¿Por qué? Porque no hay abuelas que las cuenten. Yo daría lo que fuera por conservar un libro de recetas de mi abuela. Está Carlos Arguiñano, gracias a la globalización, pero eso no significa nada. La abuela puede haber sido marquesa o lavandera, pero la tradición es la misma.

— **¿Usted se ha adaptado a las nuevas tecnologías?**

Sí, trabajo con Internet, con línea ADSL... Para mí el tiempo lo es todo.

“ESCRIBO CUANDO ME VIENE EL AIRE”

Doctorada en Filosofía y Letras en la Universidad de Sevilla, su ciudad natal, con una tesis sobre el poeta santanderino José Luis Hidalgo, Julia Uceda dictó clases en esta universidad de 1960 a 1964, y ganó una cátedra de Lengua y Literatura de Enseñanza Media. En los siguientes años, entre 1965 y 1973, fue profesora visitante de la *Michigan State University* (Estados Unidos). Uceda ha considerado muy positiva su experiencia en este país, en la época final del régimen de Franco, pues le permitió “vivir sin censura: leía lo que quería, compraba los libros que quería y daba las clases como quería”.

Tras una breve estancia en España marchó a Irlanda, en donde vivió dos años, como profesora de la *University College* de Dublín, antes de asentarse definitivamente en Galicia en 1976. Esos dos años que permaneció en Irlanda, en el pueblecito de Ardee, en medio de un bosque y a pocos kilómetros de la capital del país, marcaron su gusto por las leyendas y los mitos celtas y le ayudaron a “comprender mejor a Galicia, su naturaleza cerrada y sus lugares míticos”. En 1980 obtuvo una cátedra de Escuelas Universitarias en La Coruña. Casada con un médico, sin hijos y ya jubilada, reside en Ferrol, donde codirige la colección de poesía ‘*Esquíu*’ y coordina la revista crítica ‘*La barca de Ioto*’.

La escritora sevillana ha alternado la creación poética y la docencia con una intensa labor crítica, que se ha materializado en numerosos ensayos y artículos que han aparecido en publicaciones especializadas españolas y americanas. Deliberadamente alejada del ámbito editorial y de los círculos poéticos, la personalidad de Julia Uceda está marcada por la independencia. Escribe llevada por un impulso poético que no es ni mucho menos permanente: “escribo cuando me viene el aire y jamás he estado obsesionada por escribir”, ha afirmado.

Su poesía es más conocida en el extranjero que en España, y sus obras se han traducido al inglés, portugués, chino y hebreo. Es miembro correspondiente de la Real Academia Sevillana de las Buenas Letras. Entre sus poemarios están ‘*Mariposa en cenizas*’ (1959), ‘*Extraña juventud*’ (1962), ‘*Sin mucha esperanza*’ (1966), ‘*Poemas de Cherry Lane*’ (1968), ‘*Campanas de Sansueña*’ (1977), ‘*Viejas voces secretas de la noche*’ (1981) y ‘*Del camino de humo*’ (1994).

Todos ellos forman parte de la antología que ha premiado el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, junto a algunas composiciones inéditas que la autora incorporó y que quizás algún día den lugar a un nuevo libro.

Prefiere trabajar por la noche -“necesito silencio para oír al poema cómo viene”, ha dicho- y cuando se encuentra predispuesta, nunca preparar un libro. También ha explicado que sus poemas no suelen tener una elaboración intelectual profunda, ni una meticulosa corrección gramatical y sintáctica, sino que “lo principal es la idea” y “que diga lo que quiero decir con las palabras precisas”.



Tuve que escribir un libro en un año y, si no llego a comprarme el ordenador, no hubiera podido hacerlo.

— **Tras vivir muchos años fuera de España, ¿qué le llamó más la atención a su regreso?**

Nada en especial. España era algo distinta de cuando me fui; algo, pero tampoco mucho. Creo que necesitamos aprender mucho todavía de otros países. Se están perdiendo muchas tradiciones, pero hay cosas que deben conservarse. La vida es muy superficial y frívola, a los jóvenes les están confundiendo mucho, el nivel de enseñanza está bajando, no están siguiendo el buen camino. Algunos jóvenes son muy trabajadores, pero tiene que luchar contra un ambiente que favorece la diversión.

— **¿Ha cambiado su vida tras la concesión del premio?**

No. Seguiré viviendo en Ferrol, rodeada de la naturaleza, porque no me gusta vivir en ciudades muy grandes. Prefiero volverme a casa, a la tranquilidad del campo. Además, Internet me acerca a cualquier documento, y no necesito peregrinar por las bibliotecas. Y seguiré trabajando muchísimo. Estoy preparando unas conferencias; continuo con la colección de poesía ‘*Esquíu*’; voy a ir a Sevilla a presentar mi último libro...

A Fondo



EL GOBIERNO DESTINA 2.827 MILLONES DE EUROS PARA LA REVALORIZACIÓN Y MEJORA DE LAS PENSIONES

Texto: MTAS / Fotos: Stock photos

El Consejo de Ministros ha aprobado en su reunión de hoy, a propuesta del titular de Trabajo y Asuntos Sociales y Portavoz del Gobierno, Eduardo Zaplana, el Real Decreto de revalorización de las pensiones del Sistema de la Seguridad Social para este año 2004. En total, el Gobierno destinará 2.827 millones de euros a la revalorización de las pensiones, en los que están incluidos los correspondientes al Real Decreto de Mejora de las Pensiones de Viudedad, aprobado en el Consejo de Ministros del pasado 26 de diciembre de 2003.

El Real Decreto contempla una subida general del 2 por ciento para todas las pensiones, igual a la inflación prevista, y una subida por encima de la revalorización general y del Índice de Precios al Consumo para las pensiones de viudedad, y las pensiones mínimas de jubilación para menores de 65 años, viudedad de menores de 65 años, orfandad, favor de familiares y de las pensiones del SOVI (seguro obligatorio de vejez e invalidez).

Además, el Real Decreto aprobado garantiza el mantenimiento íntegro del poder adquisitivo de todas las pensiones, contributivas y no contributivas, compensando a los pensionistas por la desviación de los

precios en 2003, con una subida adicional del 0,8 por ciento, que queda consolidada en la base de la pensión.

Esta compensación se realizará a través de una paga que se abonará a todos los pensionistas a lo largo de este mes de enero.

Todos los pensionistas, contributivos y no contributivos (8,3 millones en total) se beneficiarán de esta subida adicional y verán, por lo tanto, incrementadas sus pensiones en un 2,8 por ciento a partir de este mes.

Además de la revalorización general de las pensiones, la norma recoge incrementos superiores para determinadas pensiones, concretamente para las pensiones mínimas de jubilación y viudedad para beneficiarios con menos de sesenta y cinco años, para las pensiones de orfandad y a favor de familiares y pensiones del SOVI (seguro obligatorio de vejez e invalidez).

SUBIDA ADICIONAL PARA LAS PENSIONES MÍNIMAS MÁS BAJAS

Las pensiones mínimas de jubilación de menores de 65 años, con o sin cónyuge a cargo, las pensiones de viudedad de menores de 65 años, las pensiones mínimas de orfandad y las pensiones mínimas a favor de familiares tendrán una subida del 5,8 por ciento en 2004.

Este incremento se deriva del 2 por ciento de revalorización de acuerdo con la inflación prevista para 2004, de la consolidación de la desviación de los precios en 2003 (0,8 por ciento) y de una mejora adicional del 3 por ciento.

Las pensiones mínimas de viudedad de menores de 65 años se beneficiarán también de la subida que se producirá a causa del cambio de la

CUANTÍAS MÍNIMAS DE LAS PENSIONES PARA EL AÑO 2004

CLASE DE PENSIÓN	TITULARES		TITULARES	
	Con cónyuge a cargo euros/mes	Sin cónyuge a cargo euros/mes	Con cónyuge a cargo euros/año	Sin cónyuge a cargo euros/año
JUBILACIÓN				
Titular con 65 años	484,89	411,76	6.788,46	5.764,64
Titular menor de 65 años	453,16	383,66	6.344,24	5.371,24
INCAPACIDAD PERMANENTE				
Gran invalidez	727,34	617,64	10.182,76	8.646,96
Absoluta	484,89	411,76	6.788,46	5.764,64
Total: Titular con 65 años	484,89	411,76	6.788,46	5.764,64
Parcial del régimen de Accidente de Trabajo: Titular con 65 años	484,89	411,76	6.788,46	5.764,64
VIUEDAD				
Titular con 65 años		411,76		5.764,64
Titular menor de 65 años:				
– De 60 a 64 años		383,66		5.371,24
– < de 60 años		306,15		4.286,10
– < de 60 años con cargas familiares		383,66		5.371,24
ORFANDAD				
Por beneficiario		124,46		1.742,44
En la Orfandad absoluta, el mínimo se incrementará en 4.286,10 euros/año distribuidas en su caso, entre los beneficiarios				
EN FAVOR FAMILIARES				
Por beneficiario		124,46		1.742,44
Si no existe viuda ni huérfano pensionistas:				
– Un solo beneficiario con 65 años		320,44		4.486,16
– Un solo beneficiario menor 65 años		301,71		4.223,94
– Varios beneficiarios: El mínimo asignado a cada uno se incrementará en el importe que resulte de prorratear 2.543,66 euros/año entre el número de beneficiarios				
PENSIÓN S.O.V.I.		CUANTÍA MENSUAL		CUANTÍA ANUAL
Vejez, Invalidez y Viudedad		299,67		4.195,38
PENSIÓN NO CONTRIBUTIVA		CUANTÍA MENSUAL		CUANTÍA ANUAL
Jubilación e Invalidez, un beneficiario		276,30		3.868,20

base reguladora, por lo que estos perceptores podrán ver incrementada su pensión más de un 14 por ciento.

INCREMENTO DE LAS PENSIONES DEL SOVI

Finalmente, los pensionistas que reciben una pensión del antiguo

A Fondo

Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez (SOVI) verán incrementada su prestación en 2004 en un 4,8 por ciento.

Esta subida corresponde a la revalorización anual para 2004 (2 por ciento), a una mejora adicional del 2 por ciento y a la consolidación por la desviación de los precios en 2003 (0,8 por ciento).

INCREMENTOS EN TRES AÑOS

El Acuerdo de pensiones tiene entre sus principales objetivos mantener la estabilidad económico-financiera del sistema de la Seguridad Social, reforzar el principio de contributividad y equidad y potenciar el principio de solidaridad, mejorando especialmente las pensiones que más lo necesitan.

Con la subida que se aplica en 2004, el acuerdo de pensiones ha permitido que, en tres años, las pensiones de viudedad tengan un crecimiento acumulado superior al 15,50 por ciento.

Además, teniendo en cuenta también el incremento de las pensiones mínimas del 2004, en estos tres años la cuantía de las pensiones mínimas de jubilación y viudedad de menores de 65 años ha aumentado un 15,5 por ciento y las pensiones SOVI un 12,2 por ciento.

El límite de la pensión pública, una vez revalorizada, se eleva a 2.086,10 euros mensuales (29.205,40 euros en cómputo anual).

UNA PAGA PARA COMPENSAR LA DESVIACIÓN DEL IPC

Los pensionistas del sistema de la Seguridad Social recibirán hoy en sus cuentas la paga única que les compensa por la desviación que

IMPORTE MENSUAL DE LAS CUANTÍAS MÍNIMAS DE LAS PENSIONES 1996-2003

JUBILACIÓN	1996 euros/mes	2004 euros/mes	Incremento 2004/2003 %	Incremento Acumulado 2004/1996 %
> = 65 años con cónyuge a cargo	377,86	484,89	2,80	28,33
> = 65 años sin cónyuge a cargo	321,15	411,76	2,80	28,21
< 65 años con cónyuge a cargo	330,71	453,16	5,82	37,03
< 65 años sin cónyuge	280,28	383,66	5,83	36,88
IPC			2,00	23,73

VIUEDAD	1996 euros/mes	2004 euros/mes	Incremento 2004/2003 %	Incremento Acumulado 2004/1996 %
> = 65 años	321,15	411,76	2,80	28,21
De 60 a 64 años	280,28	383,66	5,83	36,88
Menor de 60 años	213,84	306,15	5,82	43,17
Menor de 60 años con cargas familiares	213,84	383,66	5,83	79,41
IPC			2,00	23,73

OTRAS PENSIONES	1996 euros/mes	2004 euros/mes	Incremento 2004/2003 %	Incremento Acumulado 2004/1996 %
ORFANDAD Y FAVOR FAMILIARES	94,96	124,46	5,83	31,07
SOVI	229,62	299,67	4,82	30,51
IPC			2,00	23,73

han experimentado los precios en 2003. De ella se beneficiarán más

de ocho millones de pensionistas (más de 7,8 millones de percepto-

res de pensiones contributivas y cerca de medio millón de beneficiarios de pensiones no contributivas).

El Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales destinará un total de 943 millones de euros para compensar a los pensionistas de la Seguridad Social por el incremento adicional que han experimentado los precios durante el pasado año, un 0,8 por ciento, asegurando así el mantenimiento del poder adquisitivo de todas las pensiones.

De esta cifra, 476 millones se dedicarán al abono de esta paga

con independencia del abono ordinario de su pensión mensual de enero, que estará, además, ya actualizada. También recibirán esta paga única los beneficiarios de las prestaciones familiares por hijos mayores de 18 años que tengan una minusvalía igual o superior al 65 por ciento.

El Índice de Precios al Consumo (IPC) en el período de noviembre de 2002 a noviembre de 2003, que es el que se toma como base de cálculo para la revalorización de las pensiones, se situó en el 2,8 por ciento, superior en 0,8 puntos al 2

ción, actualmente de 623,97 euros, pasará a ser de 641,44 euros este mes.

REVALORIZACIÓN POR LEY

La Ley de Pensiones de 1997 garantiza el mantenimiento del poder adquisitivo de todas las pensiones de acuerdo con la evolución de los precios según la inflación, tomando como referencia el Índice de Precios al Consumo interanual noviembre/noviembre.

Según esta Ley, las pensiones de la Seguridad Social serán revalori-

Todos los pensionistas, contributivos y no contributivos, verán incrementadas sus pensiones en un 2,8 por ciento en 2004

compensatoria y otros 467 millones a la consolidación de esta desviación en la base de la pensión. La paga de atrasos se imputará al Presupuesto del año 2003, sin que se modifiquen ninguna de las previsiones presupuestarias realizadas para este ejercicio, y su consolidación en la base de la pensión al Presupuesto de 2004.

Por sexto año consecutivo el abono de este pago único se ha realizado en el mes de enero, dos meses antes del plazo máximo establecido en la Ley de Consolidación y Racionalización de la Seguridad Social de 1997.

ACTUALIZACIÓN DE PENSIONES

Los pensionistas van a comenzar a percibir en sus cuentas, por tanto, la cantidad que les corresponda

por ciento de inflación prevista que se tomó como referencia para la subida de las pensiones el 1 de enero de 2003.

Por ejemplo, para una pensión de 600 euros, el importe de esta paga sería de 66 euros (11.000 pesetas).

Además, esta subida adicional quedará consolidada en la base de la pensión para revalorizaciones futuras. Así, en la nómina de este mes de enero que incluye la revalorización aprobada para 2004, los pensionistas verán ya incrementadas sus pensiones un 2,8 por ciento, 0,8 puntos por la consolidación de la subida adicional del 2003 y un 2 por ciento por la revalorización anual según el objetivo de inflación para el año 2004.

Así, siguiendo el ejemplo antes citado, la pensión media de jubila-

zadas al comienzo de cada año en función del Índice de Precios al Consumo previsto y si el IPC final noviembre/noviembre fuese superior, se procederá a su actualización.

INCREMENTO DE LAS PENSIONES MÍNIMAS

A la paga única por la desviación de inflación y al incremento de la revalorización de pensiones hay que sumar las subidas adicionales que recibirán más del 33 por ciento de los pensionistas el año, para la mejora de las pensiones más bajas y las de viudedad que derivan del Acuerdo para la Mejora y el Desarrollo del Sistema de Protección Social suscrito el 9 de abril de 2001 entre el Gobierno, CC.OO y CEOE-CEPYME.

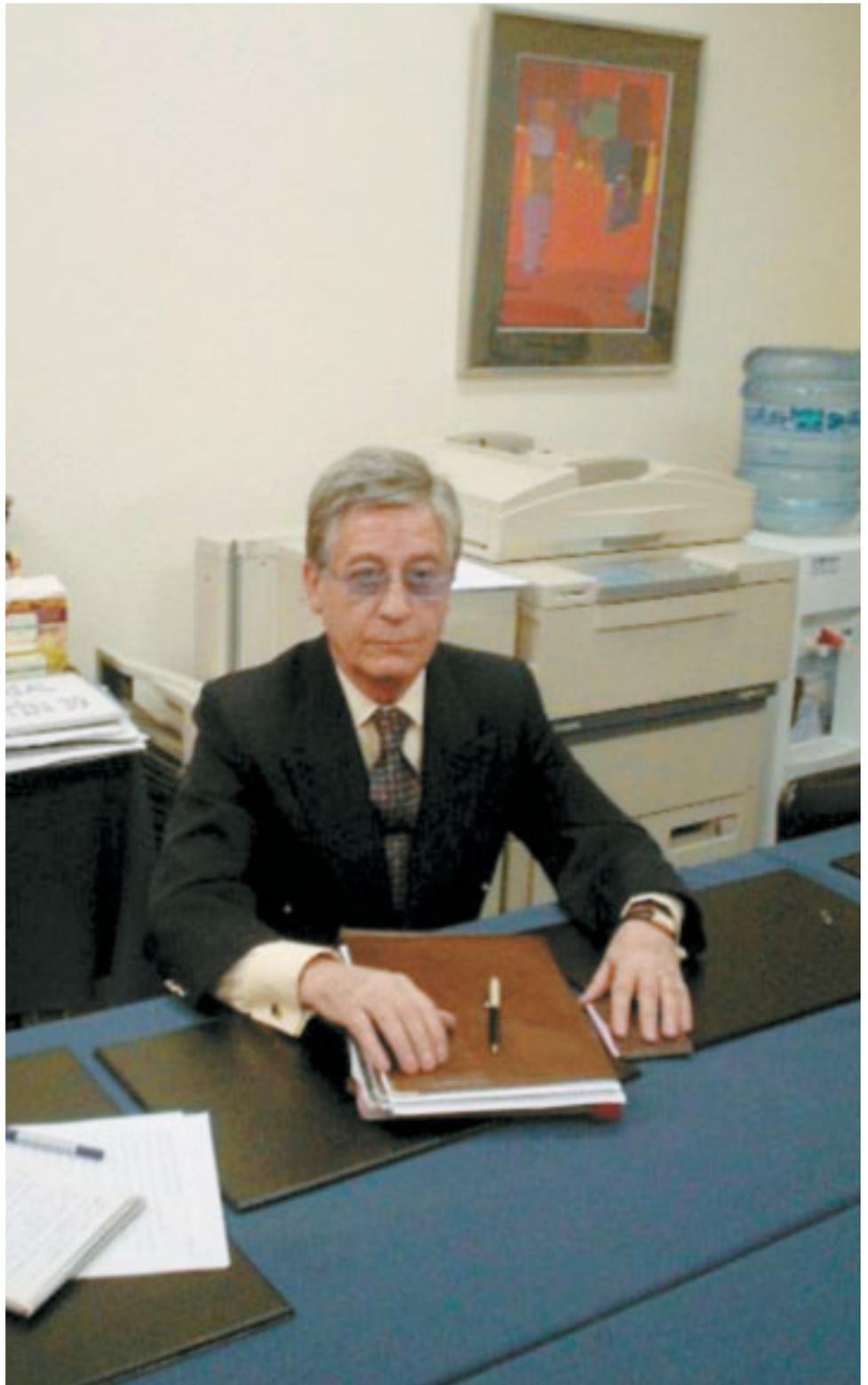
En Unión

Asociación de
Voluntariado
Arganzuela Casa
del Reloj (Madrid)

Eduardo Samper

La Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj es una pequeña entidad de personas mayores que desarrolla su actividad a favor de otras personas mayores en el distrito madrileño de Arganzuela. Este distrito de Madrid cuenta con una población mayor de 65 años de más de veinticinco mil personas, lo que supone cerca del 18 por ciento del total de la población de este distrito.

Texto / Fotos: Juan Manuel Villa



“Es necesario incrementar la solidaridad mediante el voluntariado para atender las situaciones de soledad y aislamiento”

La Asociación trabaja, mediante su acción de voluntariado, para paliar uno de los grandes problemas de muchas personas mayores en las grandes ciudades como es el de la soledad y el aislamiento, acentuado por la situación de dependencia.

Eduardo Samper es el presidente de esta Asociación de Voluntariado que nace hace diez años como fruto del interés y preocupación de un grupo de personas por la situación que vivían las personas mayores. Samper explica que “la inquietud de este grupo de personas por ayudar mediante el voluntariado a los mayores con necesidades se plasmó con la creación de esta entidad”.

Las actividades de la asociación se dirigen de forma plena a la atención de personas mayores necesitadas. Los treinta y cinco voluntarios de esta entidad desarrollan acciones de acompañamiento en el domicilio, en consultas médicas u hospitales; salidas y paseos; y de gestión de documentos. Eduardo Samper comenta que “nosotros ayudamos, en general, a personas mayores con problemas de aislamiento, soledad y con problemas de movilidad”.

Los voluntarios de la Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj tienen entre los 55 y los 84 años y para desarrollar su labor Samper explica que su principal motivación es “tratar en la medida de lo posible las necesidades sociales que se plantean en la sociedad actual”.

En relación a estas necesidades, y dentro del ámbito de actuación de esta entidad, Eduardo Samper manifiesta que, desde la asociación, se entiende que la problemática que afecta a la persona mayor se puede considerar de dos formas. Una sería la



Casa del Reloj, sede de la Junta Municipal del Distrito de Arganzuela.

que se puede paliar de una manera material, y explica que en este caso se encontrarían recursos como los de teleasistencia, plazas residenciales, o centros de día para mayores. Otro caso es el de la soledad de la persona mayor que Eduardo Samper cree que “es fundamentalmente lo que más nos debe preocupar”.

De esta manera, el presidente de la Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj considera que cuando se habla de asistencia al mayor ésta se relaciona con la falta de residencias, centros de día o teleasisten-

cia. “Todo esto, dice, es necesario pero no se considera la parte esencial de una persona que es la parte interna, el interior de la misma”. Así, Samper hace referencia a los sentimientos, inquietudes y necesidades emocionales de las personas mayores.

SOLEDAD Y AISLAMIENTO

Inciendo en esta cuestión Eduardo Samper considera que, cuando existen recursos, las necesidades materiales de las personas mayores se pueden atender y explica que “si veinte mil

personas pueden optar a un programa de teleasistencia el problema se soluciona con una dotación presupuestaria que financie el programa”. Por otro lado, Samper destaca el problema de la persona mayor que vive sola y está sola y afirma que “lo más preocupante es el aislamiento en el que se encuentran muchas personas mayores”. Como ejemplo este voluntario comenta que algunos mayores tienen problemas de movilidad que dentro del domicilio son pequeños pero no existe contacto con vecinos o amigos y apenas tienen familiares, de forma que se produce un aislamiento que es necesario combatir.

La problemática de la soledad de las personas mayores que se subraya desde la Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj, se matiza de esta manera entre la posibilidad de ayuda mediante recursos materiales y la necesidad de paliar socialmente el aislamiento de muchas de estas personas. El presidente de la entidad explica que el colectivo de mayores es muy heterogéneo y tiene necesidades distintas en función de esa diversidad y por ello “no todas las personas son receptivas a las soluciones que se proponen a través de los recursos asistenciales”. De esta manera Samper afirma que “es necesario incrementar la solidaridad mediante el voluntariado para atender las situaciones, en crecimiento, de soledad y aislamiento”.

Eduardo Samper anima a todos los mayores a que participen en las acciones de voluntariado por la “gran satisfacción personal que proporciona ayudar a los demás”. Por otro lado, este voluntario jubilado considera que actuar solidariamente proporciona un ejemplo a seguir y afirma que lo que los voluntarios “hacen hoy con determinadas personas mañana se lo pueden hacer a ellos también”. Con ello la solidaridad que se practica genera solidaridad.



“El mayor problema que sufre una persona mayor es el de vivir sola y estar sola”

Acerca de las acciones que los voluntarios desarrollan Samper destaca que la parte más satisfactoria es la forma en la que el voluntario es recibido y como las personas que reciben la ayuda la agradecen de verdad. El presidente de esta asociación expresa esto diciendo que “simplemente les miras a los ojos y se ve ese agradecimiento. Las personas

que viven solas están pensando que alguien que no las conoce, que no sabían de su existencia, está allí y está haciendo algo por ellas”.

COORDINACIÓN

La Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj con su

ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIADO ARGANZUELA CASA DEL RELOJ

La asociación de voluntariado es una entidad legalmente constituida, sin ánimo de lucro cuyo ámbito de actuación es el Distrito Municipal de Arganzuela en Madrid. Esta organización inicia sus actividades en 1993. Durante el año 2003 realizó 497 actividades con un total de horas dedicadas de 2.550 lo que indica el grado de implicación de los voluntarios en su labor de ayuda a personas mayores en situación de soledad, aislamiento y dependencia.

ACTIVIDADES:

Acompañamiento:

- En el domicilio
- A hospitales
- A consultas médicas
- A juzgados
- Paseos

TRAMITACIÓN DE DOCUMENTACIÓN PARA:

- Teleasistencia
- Servicio de Atención Domiciliaria
- Residencias
- Centro de Día

CUIDADO DE NIÑOS MIENTRAS LOS PADRES ACUDEN A TALLERES.

INFORMACIÓN:

Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj. Apartado de Correos 17046. 28080 Madrid.

Teléfono: 616 139 962.

reuniones de la Junta:

Lunes de 11 a 13 horas en la Junta Municipal de Arganzuela (Casa del Reloj) sala 29, Paseo de la Chopera 10.

treintena de voluntarios y una dedicación plena a la labor de ayuda a las personas mayores en soledad del distrito de Arganzuela desarrolla sus objetivos coordinándose con los servicios sociales del distrito. Siendo la Junta Municipal del Distrito (Casa del Reloj) el lugar donde se realizan las reuniones de la asociación.

Así, la asociación no detecta directamente los casos sobre los que podría actuar, y no se ocupa de atender solicitudes de atención pero mantiene una fuerte interrelación con los Servicios Sociales del distrito. “Actuamos, dice Samper, con los Servicios Sociales y todas las acciones que realizamos como voluntarios se hacen a través de estos Servicios Sociales”. La forma de trabajar de esta pequeña asociación se basa en las propuestas de acciones de voluntariado que realizan los Servicios Sociales del distrito de Arganzuela, Samper explica que “de esta manera nos comunican qué personas pueden precisar nuestra ayuda y que es lo que necesitan en cuanto a realizar un acompañamiento, para llevarla a una

consulta médica, a un hospital o a dar un paseo”. Con todo ello se desarrolla una importante colaboración entre los Servicios Sociales y esta asociación que ejemplifica la cooperación entre las Administraciones Públicas y la sociedad civil a la hora de afrontar las necesidades sociales.

Desde la asociación se coordina la actuación de los voluntarios con las personas que necesitan su ayuda. Por otro lado, los voluntarios se reúnen mensualmente para exponer y comentar todas las actividades, al tiempo que se presentan los nuevos casos de ayuda para solicitar voluntarios que los atiendan. Además la Junta Directiva de la asociación se reúne semanalmente para mantener coordinadas todas las acciones.

En la actualidad, los casos que atiende la Asociación de Voluntariado Arganzuela Casa del Reloj se encuentran equilibrados en relación al número de voluntarios. Las personas a las que se ayuda suelen tener importantes problemas de dependencia y los voluntarios son informados de las características de los casos que van a llevar. Eduardo Samper destaca que los voluntarios

de la asociación “dedican el tiempo que pueden a las actividades dentro de un sentido de la responsabilidad y de compromiso” y alude a la importancia de crear empatía entre el voluntario y la persona a la que ayuda para poder desarrollar una labor positiva.

Eduardo Samper opina que la situación de las personas mayores ha evolucionado de una forma muy positiva dentro de los recursos y medios existentes pero subraya que “el problema es que la progresión del número de personas mayores es muy importante. El incremento de personas mayores es algo muy positivo en sí mismo pero lleva también a un déficit en cuanto a la prestación de servicios y ayudas que necesita.

Entre los proyectos que se plantea la asociación se encuentra el de desarrollar una atención específica a las personas mayores que viven en soledad mediante contactos telefónicos y visitas semanales. Eduardo Samper, por otro lado, expresa su deseo de que se promuevan este tipo de asociaciones en todos los distritos de Madrid para desarrollar acciones solidarias desde y para los mayores.

El Gobierno concede 27 Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo

El Consejo de Ministros, a propuesta del ministro de Trabajo y Asuntos Sociales y Portavoz del Gobierno, Eduardo Zaplana, acordó la concesión de 27 Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo que constituyen un reconocimiento a la dilatada labor desarrollada en distintos ámbitos laborales y de investigación.

Los galardonados pertenecientes al mundo universitario son:

José Barea Tejero, doctor en Ciencias Económicas y Empresariales, y experto en Servicios Públicos, especialmente en Sanidad, Pensiones y Seguridad Social; Manuel Clavero Arévalo, abogado y catedrático de Derecho Administrativo que fue ministro de Cultura durante la primera legislatura constitucional; Eduardo Primo Yúfera, licenciado en Ciencias Químicas.

El mundo artístico y cultural ha quedado representado con los premios otorgados a los actores Manuel Alexandre Abarca y Agustín González Martínez; el poeta y defensor de la lengua valenciana, Xavier Casp Vercher; el escritor y periodista Victoriano Crémer Alonso; el músico y director de orquesta Rafael Frühbeck de Burgos y el conocido

realizador y productor de televisión Valerio Lazarov.

Los galardonados procedentes del mundo de la medicina son Santiago Dexeus Trías de Bes y Jorge Torregrosa Ruiz.

Del mundo empresarial los premios han recaído en: José María Entrecanales Azcárate; José Ferrer Sala; Ceferino Nogueira Rodríguez; Rafael del Pino Moreno; Pere Antoni Serra Bauzá; Francisco Ros Casares, y Begoña Zunzunegui Pérezaña. Junto a éstos también han sido premiados los hosteleros Vicente Castelló Pérez y Miguel Pérez Mejías.

OTROS PREMIADOS

Junto a estos galardonados, de reconocido prestigio, se destaca el premio otorgado a la actividad laboral de los siguientes trabajadores:

Pascual Arnal López, albañil, comienza a trabajar a los 7 años, en plena posguerra, cuidando ganado. Desarrolla su trayectoria laboral trabajando como albañil.

Julián Fuentes González, funcionario, destinado en el Senado en servicios generales, desde 1979 ha prestado sus servicios en Presidencia del Gobierno.

Rogelio Gómez Gómez, trabajador autónomo, con sólo siete años comenzó a

ayudar en la tienda de ultramarinos de su padre, en la que continuó como chico de reparto y dependiente. Su tenaz voluntad y espíritu de sacrificio le llevó a compatibilizar su trabajo con los estudios de bachillerato. Con 24 años tuvo que hacerse cargo del negocio familiar que, con un carácter emprendedor encomiable ha transformado el negocio de hostelería.

Antonio Millán Moya, comisionado del CERMI Estatal desde octubre de este año, ha desarrollado toda su labor profesional en el ámbito de la discapacidad. Fundador y participante activo en diversas sociedades y asociaciones de parapléjicos y grandes inválidos de Granada, su ciudad natal, entre 1978 y 1981. Posteriormente, ha sido director gerente de Fundosa; director de Formación y Empleo de la Fundación ONCE y secretario general del CERMI.

José Moltó Calatayud, agente comercial, es presidente del Consejo Valenciano de Agentes Comerciales de Valencia, Vocal del Consejo General y Patrono de la Fundación de Agentes Comerciales de España. Comenzó a trabajar, a la edad de 15 años, con su padre en la agricultura y en un almacén de abonos que regentaba. Posteriormente, tra-

baja como taxista y encargado de un garaje. Más tarde, es contratado como encargado general de un almacén de géneros de punto, lo que le lleva a conocer el mundo de la venta y a desempeñar la profesión de agente comercial, al principio en diversas empresas y después como autónomo.

Desde 1975, lucha incansablemente por prestigiar y dignificar la profesión de agente comercial, consiguiendo grandes logros sociales para sus compañeros.

José María Posada Alonso, empleado público. Desde 1979, se encuentra destinado en la Presidencia del Gobierno, como contratado laboral fijo, en funciones de camarero. En enero de 2004, cumplirá 25 años de trabajo en el Palacio de La Moncloa.

José Antonio Sánchez Araujo, periodista, nació en Alcalá de Guadaíra (Sevilla) en 1944. Incansable cronista deportivo, ha retransmitido innumerables partidos de fútbol de los dos equipos sevillanos, con la Cadena SER, entre otras emisoras. Su entrega y profesionalidad han sido ejemplares, conociéndosele en los medios de locutores deportivos como "el maestro". Elegido en 2002 pregonero de la Semana Santa de Sevilla.

Las personas con discapacidad podrán jubilarse anticipadamente sin merma de su pensión

Durante el acto de clausura del Año Europeo de la Discapacidad el Ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Eduardo Zaplana, informó del contenido del Real Decreto por el que se establecen coeficientes reductores de la edad de jubilación a favor de los trabajadores que acrediten un grado importante de minusvalía.

La medida va a suponer que los trabajadores por cuenta ajena con un grado de minusvalía igual o superior al 65 por ciento podrán adelantar significativamente la edad de acceso a la pensión de jubilación, sin reducción de la pensión, ya que el período de adelanto se les computa como cotizado a la Seguridad Social.

Esta norma permite que, debido a la especial penosidad que puede suponer la actividad laboral para las personas con discapacidad, puedan jubilarse anticipadamente, percibiendo la misma pensión que si continuasen trabajando has-

ta la edad legal de 65 años.

El Real Decreto establece que la edad ordinaria de jubilación, establecida en 65 años, se reducirá en un período equivalente al que resulte de aplicar al tiempo efectivamente trabajado los siguientes coeficientes: 0,25 para trabajadores con minusvalía igual o superior al 65 por ciento y 0,50 en el caso de que el trabajador necesite la ayuda de otra persona para la realización de los actos esenciales de la vida.

De esta manera, un trabajador discapacitado, con un grado de minusvalía del 65 por ciento, que haya cotizado a la Seguridad Social 20 años, podrá jubilarse a los 60 años de edad y se le computarán como cotizados 25 años. Si, además de tener ese grado de minusvalía reconocido, necesita la ayuda de otra persona para realizar los actos esenciales de la vida, con esos 20 años cotizados podría jubilarse a los 55 años y se le computa-

rían como cotizados 30 años.

En el primer caso, con coeficiente 0,25, por cada cuatro años trabajados se reduce en uno la edad legal de jubilación. En el segundo, con coeficiente 0,50, por cada dos años trabajados se reduce en uno la edad legal y de jubilación.

Además, el tiempo en que se reduzca la edad de jubilación se considera como cotizado a efectos del cálculo de la pensión, siempre y cuando se haya cotizado al menos el período mínimo exigido –15 años– para percibir una pensión de jubilación.

Por ejemplo, si un trabajador con minusvalía igual o superior al 65 por ciento ha cotizado 8 años en el Régimen General y 15 años en el Régimen Especial de Autónomos, RETA. Los ocho años cotizados en el General le permiten reducir en dos años la edad de jubilación, es decir, puede jubilarse a los 63 años, y se le consideran como cotizados 25.

Récord histórico de afiliación a la Seguridad Social



El número de afiliados cotizantes al Sistema de la Seguridad Social alcanzó en noviembre el récord histórico de 16.866.901, tras crecer en 128.596 con respecto al mes anterior. Este incremento es el segundo mayor registrado en un mes de noviembre en la historia de este registro, que se inició en 1985.

Cada día del mes de noviembre se han incorporado al Sistema de la Seguridad Social una media de 4.287 afiliados cotizantes, elevándose a 678.511 el crecimiento en lo que va de año.

La tasa de crecimiento interanual desde noviembre de 2002 a noviembre de 2003 se sitúa en el 3,04 por ciento para el conjunto del Sistema, con un incremento de 497.872 afiliados y en el 3,44 por ciento para el Régimen General, 422.503 afiliados más.

El Régimen General concentra la mayor parte del crecimiento, con 123.597 ocupados más y alcanza la cifra también récord de 12.708.665.

El Régimen Especial de Autónomos se sitúa también en récord histórico al aumentar en 5.963 afiliados y alcanza la cifra total de 2.767.137 trabajadores.

Zaplana presentó el balance del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales

Eduardo Zaplana, acompañado de los altos cargos de su departamento, presentó a los medios de comunicación, el balance del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Un balance muy positivo ya que, año y medio después, se han cumplido el 95 por ciento de las aproximadamente 50 iniciativas puestas en marcha.

En la legislatura que acaba, se ha seguido avanzando hacia el objetivo del pleno empleo, de empleo más estable, seguro y de calidad. A falta de conocer la EPA el último trimestre, los casi dos millones de puestos de trabajo creados desde el año 2000, teniendo en cuenta el período que va desde el cuarto trimestre de 1999 al tercer trimestre de 2003 según la EPA, los más de cinco millones de contratos indefinidos realizados y los casi dos millones de afiliados más a la Seguridad Social así lo confirman.

Además, se ha continuado trabajando en el objetivo de garantizar la estabilidad y viabilidad del sistema de Seguridad Social. La situación actual del sistema dista mucho de la que



se encontró el Gobierno del PP cuando llegó al poder en 1996.

Se ha logrado consolidar y sanear el Sistema (de hecho, en todos los ejercicios de la actual Legislatura la Seguridad Social ha logrado superávit) se ha garantizado el poder adquisitivo de los pensionistas, se han mejorado las pensiones más bajas (algunas han subido en estas dos Legislaturas hasta casi un 70 por ciento), se han garantizado las pensiones para el futuro (creándose en el año 2000 un fondo de reserva que en apenas tres años cuenta ya con 12.000 millones de euros, el doble de lo previsto para finales de 2004) y se han reforzado los principios de solidarios y equidad del sistema.

Esta segunda Legislatura ha asistido también a la renovación por parte de todas las fuer-

zas políticas parlamentarias del Pacto de Toledo, que sentará las bases para actualizaciones futuras en materia de protección social.

Al mismo tiempo, se han emprendido reformas legislativas que han modernizado el sistema de protección social español, colocándolo incluso, en algunos aspectos, en la vanguardia de Europa. Muchas de estas reformas durante la presente Legislatura han derivado del desarrollo del último acuerdo de pensiones firmado con las organizaciones empresariales y CC.OO., que ha dado lugar, por ejemplo, al nuevo sistema de jubilación gradual y flexible.

En la actual Legislatura se ha avanzado también en la mejora de la gestión en todos los ámbitos y en la eficiencia y lucha contra el fraude. El número de inspec-

tores ha aumentado de forma importante, lo que ha permitido emprender nuevos planes de actuación preferente, entre ellos algunos tan novedosos como el plan para luchar contra la discriminación salarial entre mujeres y hombres, que ya ha empezado a dar sus frutos.

Pero, sobre todo, la segunda Legislatura se ha caracterizado por un predominio de lo social. Se han incrementado de forma importante las partidas presupuestarias para todo lo social y se han aprobado importantes leyes y planes de actuación en todos los ámbitos (igualdad de la mujer, personas con discapacidad, personas mayores, etc...).

Toda la Legislatura ha sido intensa en acuerdo sociales, leyes aprobadas, desarrollos reglamentarios de importantes normas aprobadas en la primera Legislatura o planes de actuación. En concreto, se han aprobado un total de 66 normas referidas a todos los ámbitos (empleo, seguridad social y asuntos sociales) y una docena de planes de actuación. Los dos últimos años han sido especialmente intensos en la puesta en marcha de medidas.

AÑO X / Nº 1 / ENERO 2004

EN ESTE NÚMERO

JORNADAS SOBRE LA TECNOLOGÍA DE LA REHABILITACIÓN Y AUTONOMÍA PERSONAL

- Tecnologías de apoyo.
- Ayuda política y económica.
- Los distintos usuarios de las tecnologías.
- Por un diseño universal.
- El papel de las Instituciones y de la administración.
- Entrevista a Luis Cayo, director técnico del CERMI.

IV SIMPOSIO INTERNACIONAL DEL CÁNCER EN EL ANCIANO

- Prevención y Diagnóstico.
- Fomentar las campañas informativas.
- Cómo abordar el cáncer en el anciano de forma diferente.
- Distintas valoraciones de la enfermedad.
- Intervención del Dr. Gumersindo Pérez Manga.

ACCESIBILIDAD EN LA COMUNICACIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD SENSORIAL

- Accesibilidad a las tecnologías de la información y las comunicaciones.
- Innovaciones técnico-sanitarias para personas con discapacidad.
- Telecomunicaciones en medios audiovisuales.
- Desarrollos de terminales fijos y móviles.



Inauguración de las Jornadas, de izquierda a derecha Sagrario Loza, consejera de Servicios Sociales del Gobierno de La Rioja, Pedro Sanz, presidente del Gobierno de La Rioja y Luis Cayo, director técnico del CERMI.

Organizadas por el IMSERSO junto al Gobierno de La Rioja Jornadas sobre la Tecnología de la Rehabilitación y Autonomía Personal

Texto y Fotos: Reina G. Rubio

En el Salón de Actos de Ibercaja en Logroño se celebraron unas jornadas para dar a conocer la tecnología de la rehabilitación como un instrumento poderoso para la autonomía personal de las personas mayores con discapacidad y donde intervinieron prestigiosos expertos en diseño accesible.

En la Europa ampliada serán alrededor de cincuenta millones de ciudadanos los que sufran algún tipo de discapacidad. En nuestro país, y a veinticinco años de proclamarse la Constitución Española como marco de normas de convivencia, la aplicación de esos artículos deben llegar a toda la población, y esto establece que las personas con algún tipo de discapacidad tienen que tener, por derecho, todo lo que les lleve a integrarse en la sociedad.

La autonomía personal es tan vital e importante que se deben poner todos los instrumentos necesarios para que se pueda llevar a cabo. No aprovechar las nuevas tecnologías como medio de rehabilitación, para tener acceso al mundo social y laboral, sería un error. Por lo tanto, estas nuevas tecnologías se deben ir configurando como parte de los derechos sociales de los ciudadanos con carencias o problemas.

Tecnologías de apoyo

Las tecnologías de apoyo evitan, neutralizan, compensan o mitigan las limitaciones funcionales de las personas para acceder a su entorno y utilizan productos para mejorar la calidad de vida. Aplican nuevos materiales como el "composite" o nuevos diseños, pero son cosas cotidianas que se pueden fabricar de una manera individualizada, como por ejemplo una prótesis o una silla de ruedas o bien puede ser un producto fabricado en serie como unas muletas o un simple bastón.

Son un área de conocimiento multidisciplinar que se ocupa de la adecuación de los productos y entorno. Pueden ser disgregadas en numerosos campos: ayudas técnicas para la valoración, tratamiento y rehabilitación; para la movilidad; ayudas técnicas para personas con deficiencia visual o audi-



Carlos Rojas medico del centro del IMSERSO de Lardero, **Inmaculada Gómez** Directora del Centro de Recuperación de Minusválidos Físicos del IMSERSO en Madrid.

tiva; accesibilidad a la información, accesibilidad urbanística o al transporte y ayudas para las actividades de la vida diaria, mobiliario adaptado o accesibilidad al puesto de trabajo.

Por lo tanto, estas ayudas técnicas, además de proporcionar independencia al usuario, se convierten en una oportunidad de mercado debido sobre todo al crecimiento en la demanda, el apoyo institucional, progresos del I+D (investigación y desarrollo) y la capacidad de las empresas para asimilar las nuevas tecnologías.

Ayuda política y económica

Para que puedan desarrollarse adecuadamente hay que conocer la necesidad, contar con apoyo, tanto económico como político, disponer de conocimientos y tecnologías y, lo que es muy importante, disponer de científicos y técnicos.

Debemos darnos cuenta de que las nuevas tecnologías están asociadas al Primer Mundo, ya que Estados Unidos, Canadá, Europa y Japón absorben el 85% por ciento del mercado.

Una persona de más de sesenta y cinco años tiene un consumo per

capita sanitario tres veces mayor que una persona más joven, por lo tanto, según se produce el envejecimiento de la población estos serán productos más demandados y es muy importante adaptar esas tecnologías a la población mayor.

La medicina consigue que cada vez sea mayor la esperanza de vida de la población, sin embargo esa mayor longevidad produce una merma en las habilidades físicas y en la capacidad de movimiento, expresión, visión, oído, etc. Por eso es importante incluir entre las personas con discapacidad a una gran parte de la población de las personas mayores.

Los usuarios de las tecnologías

Las personas con algún tipo de discapacidad han sido considerados, hasta hace muy poco tiempo, sujetos pasivos, y en muy pocas ocasiones se les ha visto como agentes activos.

Bien es cierto que la discapacidad no es un hecho individual, porque también afecta a la familia, además de ser una manifestación más de la diversidad humana. Las singularidades que presentan las personas que la padecen

las convierten en usuarios potenciales de los procesos de investigación y desarrollo de las nuevas tecnologías para atenuar esa deficiencia.

Antes, una persona discapacitada era un mero paciente, este concepto ha sido superado, por lo tanto la persona con algún tipo de discapacidad deja de ser un paciente para convertirse en cliente y usuario, con los derechos añadidos que le da su posición de cliente.

Por lo tanto, hay que trazar unos principios fundamentales en torno a la investigación y la innovación como un valor social que no puede dejarse sólo en manos de las autoridades y a una investigación dispuesta en las coordenadas del usuario.

De manera individual o desde las asociaciones se deben establecer indicadores, y el diseño debe incorporar protocolos de los usuarios a los que va destinado.

Por un diseño universal

Dentro del diseño se tendría que definir el concepto de diseño universal, que sería la aplicación de la ergonomía considerando a todas las personas en su conjunto, pudiéndose llegar a establecer unos principios del diseño, fácilmente ennumerables: a) uso equitativo, flexible, intuitivo y sencillo; b) información perceptible, tolerancia de errores y bajo esfuerzo físico.

A la hora de hacer diseño habría que poner más énfasis en diseñar contemplando las necesidades de las personas discapacitadas y mayores. Esto no supone más que abrir los productos destinados al público en general hacia aquellos consumidores con un grado de habilidad no tan diestro.

El papel de las Instituciones

La política social es un importante observatorio para determinar las oportu-

Luis Cayo

Director técnico del CERMI

“Las tecnologías de apoyo se deben convertir en derechos sociales.”

¿Qué significado tiene la palabra Tecnología para una persona con discapacidad?

Es cierto que se habla mucho de tecnologías, de sus posibilidades, de sus oportunidades pero es difícil concretar en la vida práctica en qué nos pueden ayudar, pero hay que verlas como una posibilidad para mejorar las condiciones concretas de una persona con discapacidad, bien sea congénita o adquirida, y significa posibilidad de tener una relación con el entorno mucho más positiva, posibilidad de elegir, independencia, autonomía y calidad de vida.

¿El envejecimiento de la población ha hecho avanzar a la tecnología?

Ha hecho que nos demos cuenta de una realidad que estaba ya ahí. Existe una población con discapacidad no asociada a la edad y que numéricamente es importante, el nueve por ciento de la población, pero el hecho del envejecimiento de las sociedades post industriales está aumentando considerablemente este fenómeno y esto hace que políticos y sociedad en su conjunto vayan tomando consideración de ese número de personas y significa atención, políticas dirigidas a ellos pero también, y desde la perspectiva de las empresas significan partes de mercado que no están cubiertos y por lo tanto clientes.

¿Deben incorporar el diseño?

Sí, y además un diseño para todos y universal que significa que las cosas se realicen del modo que satisfagan al



mayor número de usuarios posibles. Que no se hagan como hasta ahora pensando en el patrón de persona típico. Hay otra cuestión, es que no satisfaga todas las necesidades porque tanto la discapacidad como la edad avanzada pueden presentar mucha casuística, en ese caso habrá que hacer diseños concretos.

¿Las nuevas tecnologías son usadas normalmente en la vida cotidiana?

En la sociedad moderna estamos rodeados de elementos tecnológicos, televisión, frigorífico, teléfono móvil, etc pero la relación de la persona con el dispositivo no debe ser sofisticada, debe ser accesible para todos y no tener que ser ingenieros para relacionarnos con las nuevas tecnologías.

¿Y económicamente son caras?

Siempre hablamos de accesibilidad material; que yo pueda coger un ascensor, que pueda ver las teclas de un teléfono móvil, etc. Pero eso se puede quedar en una mera cuestión retórica si no hay una accesibilidad económica, por eso es importante que se hable de la accesibilidad económica y por eso las tecnologías de apoyo se deben convertir en derechos sociales.

¿Está la sociedad concienciada hacia el problema de la dependencia?

En las cosas materiales entran los pequeños egoísmos, pero por ejemplo las Comunidades de Vecinos van a estar obligadas a hacer obras de accesibilidad y va a ser tan importante como la seguridad. Pero no sólo hay que tener leyes y vigilar que se cumplan sino que la mentalización de derechos es muy importante.

tunidades y, también, las amenazas, de los diferentes mercados. La Comisión Europea y sus estados miembros han potenciado el despliegue de estos mercados, al dictar normas en defensa de la igualdad de oportunidades y dar apoyo económico para que esto se pueda llevar a cabo.

Entre la integración social y la disponibilidad de ayudas se produce un nexo, por lo que ambos fenómenos se ayudan mutuamente, de tal manera que la mejora de uno conlleva la mejora del otro. La suma de la no discriminación más las ayudas técnicas dan como resultado la participación.

Las ayudas técnicas son importantes, y un audífono o una silla de ruedas son fundamentales, pero hay que conseguir diseñar para todos productos que no discriminen a nadie. Así, se puede hacer una telefonía móvil, autobuses, cajeros automáticos, etc. accesibles para todos.

El lugar de las administraciones

En este punto el papel de la Administración no es único, pero sí muy importante, ya que debe asegurar la no discriminación y proporcionar un acceso positivo para la plena integración. Como ejemplo de esto, el CEAPAT (Centro Estatal de Autonomía Personal y ayudas Técnicas), dependiente del IMSERSO, puso como condición fundamental que no financiaría ningún proyecto de Investigación y Desarrollo si no había una participación firmada de los usuarios y la empresa de I+D, porque desde el IMSERSO se entendía que dentro del concepto de “Diseño para Todos”, el usuario debe estar desde el principio de la idea y asegurar un uso provechoso de las ideas técnicas y favorecer de esta manera un mercado, aún no fuerte, pero si emergente. Además, vivimos en una sociedad de redes y la colaboración entre la Universidad, la



Cristina Rodríguez Porrero, directora del CEAPAT y Javier C. Roldan del Centro del IMSERSO en la Rioja.

industria y los centros de Investigación y Desarrollo es fundamental.

La administración pública es capaz de reorientar el mercado y puede exigir que en todos los actos públicos exista accesibilidad para todos, como por ejemplo usar en un acto la estenografía computerizada para personas sordas. Además, las nuevas tecnologías deben maximizar los beneficios y asegurar que sean para todos, no desventajas para algunos, por lo tanto uno de los retos de las Instituciones es hacer posible tecnologías accesibles y facilitadoras.

El libro Verde de la Unión Europea define a la innovación tecnológica como: producir, asimilar y explotar con éxito una necesidad en la esfera económica y social, de forma que aporte soluciones inéditas a los problemas y permita así responder a las necesidades de las personas y la sociedad. Por lo tanto, la capacidad tecnológica de un país consiste en generar, difundir y absorber los conocimientos, pero si la tecnología tiene un lugar de honor en el campo de la atención socio-sanitaria, ésta no es

solamente autonomía personal sino que se debe ir más allá, hacia conceptos como formación y empleo.

CONCLUSIONES

- Es urgente que la situación española mejore, existen oportunidades en un mercado emergente.
- Apoyo coordinado de todos los agentes: aumento del gasto e inversión y coordinación de las actuaciones de las diferentes administraciones.
- Transparencia y cultura técnica en el mercado. Importancia del usuario como cliente.
- Importancia de la regulación de la accesibilidad de servicios y entorno: modelos de discriminación positiva y negativa e importancia de la actividad normativa e inspectora.
- Apoyar I+D+i, dinamizar proyectos y apoyar la internacionalización de las empresas.
- Importancia de los proyectos europeos y de cooperación tecnológica.
- Apoyar la formación, que es la gran asignatura pendiente.

Organizado por Nova Sidonia con la colaboración de la Sociedad Española de Oncología Médica, la SEGG y la Sociedad Internacional de Oncología Geriátrica

IV Simposio Internacional del Cáncer en el anciano

Texto: Carmen Sanz
Fotos: Óscar G. Vallejo

Oncólogos y geriatras de todo el mundo se reunieron en Madrid en unas jornadas en colaboración con la SEGG para debatir las últimas novedades en torno al cáncer, para dar a conocer los avances terapéuticos sobre esta enfermedad.

Hoy por hoy el cáncer es, junto con las dolencias cardiovasculares, la enfermedad que cuenta con una mayor incidencia en el grupo de personas mayores de 65 años. El progresivo envejecimiento de la población, derivado de un aumento en la esperanza de vida, está provocando un incremento en el número de tumores de próstata, pulmón, colon-recto, vejiga urinaria y estómago, en el caso de los hombres; y de mama, colon-recto, estómago y cuerpo uterino, en el de las mujeres.

Expertos oncólogos y geriatras de todo el mundo se reunieron en Madrid durante el “IV Simposio Internacional Cáncer en el Anciano”, que dio a conocer los nuevos avances y descubrimientos que se han realizado en este campo, a la vez que se debatía sobre la situación, tanto clínica como social, de los pacientes.

Prevención y Diagnóstico

Según los expertos, la lucha contra la enfermedad pasa por dos acciones



De izquierda a derecha los doctores Carbonell Collar, Antón Torres, Ruipérez Cantera, Gil Gregorio y Salvá Casanova en la mesa de inauguración del Simposio.

fundamentales: prevención y diagnóstico precoz. La primera de ellas se basa en aplicar y mantener una serie de medidas saludables a lo largo de toda la vida, como son seguir una buena alimentación, o disminuir el consumo de alcohol y tabaco.

El doctor Gumersindo Pérez Manga, coordinador científico del Simposio, explicó que una alimentación de tipo mediterráneo (rica en verduras, frutas y legumbres), es la más indicada para prevenir el cáncer en general, y en particular los que afectan al aparato digestivo. En cuanto al consumo de alcohol su abuso aumenta el riesgo de padecer cáncer de esófago, cabeza, cuello e hígado.

Por otro lado, el diagnóstico precoz es fundamental a la hora de que el cáncer no se desarrolle, incrementando las posibilidades de curación del paciente. En este sentido,

el doctor Pérez Manga, destacó que “se tiende a olvidar que la prevención y el diagnóstico precoz en las personas mayores tiene mucha importancia para atender de forma adecuada a este colectivo. Por ejemplo, en el caso de las mujeres, la máxima incidencia de cáncer de mama se encuentra en personas de más de 65 años y por lo tanto se deben hacer una mamografía anualmente”.

Fomentar las campañas informativas

El doctor Isidoro Ruipérez, presidente de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología, habló sobre las campañas actuales de prevención, considerando que “el límite de detección precoz del cáncer en 60 ó 65 años hoy no tiene sentido, porque se puede decir que

a los 70 ó 75 años una persona es joven y tiene una buena expectativa de vida. Las personas mayores no deben estar por ello excluidas en ninguna campaña de prevención y detección de tumores”.

Dentro del grupo de expertos llegados de otros países, destacó la presencia del doctor Lodovico Balducci, oncólogo de la Universidad de Tampa (EEUU), que acentuó la importancia que tiene la edad en el caso de las personas con cáncer, ya que el descenso de los recursos sociales y personales (desprestigio social y personal que muchas veces va ligado a la edad) pueden complicar el acceso de las personas mayores a unos cuidados adecuados.



Gurmersion Pérez Manga, coordinador científico del IV Simposio.

Los especialistas allí reunidos también trataron cuestiones como la valoración que los médicos deben realizar a la hora de elegir un tratamiento contra el cáncer en un paciente anciano, ya que, por ejemplo, utilizar la quimioterapia en una persona que supera los 95 años sería contraproducente por la toxicidad, y habría que optar por otro tipo de tratamientos de soporte o paliativos.



El Dr. Lodovico Balducci, experto oncólogo de la universidad de Tampa (EEUU), y el escritor José Luis Sampedro.

“El Cáncer en el anciano hay que abordarlo de manera diferente, ya que existe una evidencia clara de que es distinto al cáncer en general”.

Gurmersion Pérez Manga, coordinador científico del Simposio.

Abordar la enfermedad de forma diferente

Ya en la sesión de clausura, el coordinador científico del Simposio puso de manifiesto la necesidad de abordar esta enfermedad en el anciano de una forma diferente, “ya que existe una evidencia clara de que el cáncer en el anciano es distinto al cáncer en general”, afirmando que es necesario estrechar la relación entre los geriatras y los oncólogos para conseguir mejores resultados, y augurando que a medio plazo se conseguirán más ensayos

clínicos dirigidos específicamente a este grupo de población.

El broche final del encuentro corrió a cargo del escritor José Luis Sampedro, que expuso su visión particular sobre el tema del envejecimiento. Una visión, por otra parte activa y dinámica como es él y su literatura.

Con sus palabras de despedida se puso fin a este Congreso, con la promesa de que el año que viene Madrid volverá a ser la sede del encuentro que, como novedad, se presentará conjuntamente con el I Simposio Iberoamericano sobre esta materia.

Jornadas de Accesibilidad en la Comunicación para Personas con Discapacidad Sensorial, últimas del “Año Europeo” en el IMSERSO

La accesibilidad ya es un derecho exigible



Con estas Jornadas se cerraron los actos celebrados por el IMSERSO por el Año Europeo.

Texto: Rosa López Moraleda

Fotos: Fernando Bosch

Las nuevas tecnologías son avances reales cuando sirven para todos, según conclusiones de las Jornadas sobre Accesibilidad en la Comunicación para Personas con Discapacidad Sensorial, sirviendo de colofón del Año Europeo en el IMSERSO. Un objetivo por cumplir: tecnología para comunicar y para todos. Y otro ya cumplido: la accesibilidad en España es ya un derecho exigible, con la legislación recientemente aprobada en el Parlamento.

Madrid._ La comunicación como medio del que se sirve la sociedad para obtener la información fue el eje de todas las intervenciones en las Jornadas de Accesibilidad en la Comunicación para Personas con Discapacidad Sensorial, con las que se cerraron los actos organizados por el IMSERSO al concluir el pasado Año Internacio-

nal de la Discapacidad, cita celebrada en Madrid los pasados días 16 y 17 de diciembre y que reunió a máximos expertos en la materia.

Para hacer un recorrido por lo que hasta la fecha han significado las distintas técnicas de información desde sus inicios, Enrique Varela Couceiro, Responsable de Nuevas Tecnologías de la Fundación ONCE, recordó que “la información ha estado siempre presente en la historia de la Humanidad”. “Pero ha levantado barreras que han afectado a las personas con discapacidades varias y, últimamente, a muchas más personas que, de forma oficial, no son consideradas como tales”.

Así, recordó también durante su recorrido, cuando se inventó el “tam.tam” en tiempos inmemoriales no se tuvo en cuenta a las personas sordas, como al usar señales de humo no se tuvieron en cuenta a las personas con discapacidad visual o, al diseñar edificios tampoco –incluso en la actualidad– se piensa en ningún momento a quienes tienen o padecen problemas de

movilidad”. Dicho todo esto, la conclusión es clara: “con el avance de las nuevas tecnologías, cada vez hay más barreras y para más personas”.

El fuego, ciertamente, significó en su día una Nueva Tecnología (NT) e, incluso, una Técnica de Información de la Comunicación, como de hecho tecnologías antiguas que hoy nos parecen muy simples supusieron en su tiempo enormes “revoluciones”. Como ahora, la posesión de las tecnologías avanzadas significan poder y “las tecnologías no suponen verdaderamente avances hasta que no están en manos de todos”, se concluyó en las Jornadas.

VIDA Y DIVERSIDAD

Al excluirse la discapacidad, como de hecho ocurre, en las Nuevas Tecnologías, se puede afirmar que cada vez más esas técnicas suponen verdaderas barreras para la integración de estas personas. Ahora, más que nunca, el conjunto de personas que constituyen las oficialmente consideradas con discapacidad quedan mucho más lejos del uso correcto de las NT que en cualquier otro tiempo pasado.

De ahí, que en el transcurso de las Jornadas se hiciera mucho hincapié en la importancia de aunar esfuerzos para avanzar en eliminar barreras, muy especialmente en la comunicación, incluyéndose obviamente las Administraciones Públicas y la iniciativa privada, ésta última de similar trascendencia para la consecución de avances como los hasta ahora logrados.

Lo más importante, a tenor de lo expuesto en las Jornadas, es esto: LA VIDA Y LA DIVERSIDAD. “Toda vida

tiene un gran valor y todo ser humano debe disponer de las oportunidades y alternativas necesarias, para que pueda decidir sobre los asuntos que afectan a su vida”. La discapacidad es un hecho inherente al ser humano y la debemos entender como una manifestación más de la diversidad, según una de las conclusiones.

Para José María García, Jefe de Área de Discapacidad del IMSERSO y uno de los participantes que despertó más interés en las Jornadas, este año, 2003 y Año Internacional de la Discapacidad, se ha logrado algo importante: “la accesibilidad, hoy en España, ya es un derecho exigible”.

Y para ello, García hizo repaso de los tres iniciativas aprobadas en el Parlamento con las que España ha cerrado dicho Año Internacional: la Ley de Igualdad de Oportunidades (LION-DAU), el I Plan Nacional de Accesibilidad (2004-2012) y el II Plan de Acción en favor de las Personas con Discapacidad, iniciativas en las que hizo descansar su anterior afirmación.

Destacar también las intervenciones, en la apertura de las Jornadas, de Emilio Ferreiro, Vicepresidente de la CNSE (Confederación Nacional de Sordos de España) o del Director General Adjunto de Servicios Sociales de las ONCE, Vicente Rúa Martínez, junto a José Carlos Baura Ortega, Subdirector General del IMSERSO, corriendo a su cargo centrar los debates y mesas redondas que posteriormente se celebraron.

Todas las intervenciones habidas en las Jornadas sirvieron para dar repaso y exponer, según el caso, cuantos avances tecnológicos se han producido y producen en el mundo, en torno a la comunicación e información para personas con discapacidades sensoriales. Así, por ejemplo, fueron muy ilustrativas las exposiciones de Juan Martínez Sanjosé, de la Fundación Widex, con Audioprótesis o sistemas



Todas las intervenciones despertaron interés en el auditorio, en su mayoría expertos.

Un contrasentido: con el avance de las nuevas tecnologías, cada vez hay más barreras y para más personas.

de última generación que permiten paliar los problemas de audición, cada día más perfectos, y las de Joan Zamora (AICE) con Implantes Cocleares, María Jesús Vicente con Ayudas Técnicas para Baja Visión, y Javier Cervera Paz (Universidad de Navarra) en Otorrinolaringología.

La segunda y última de las Jornadas no fue menos destacable, al contar con la presencia e intervenciones respectivas de máximos expertos en materia de diseños y terminales fijos y móviles accesibles en el mercado nacional español. Daniel Tapias (Telefonía Móviles), Ignacio de Benito (DCI Iberia), Igor López Díaz (DSPG Telecom) y Santiago Aguilera (Universidad Politécnica de Madrid) formaron el plantel de la mesa redonda prevista al efecto.

En cuanto a la Mesa que bajo el epígrafe “Servicios de Atención al Ciudadano” presentó Ester López Martín-Berdinos, Jefa del Área de

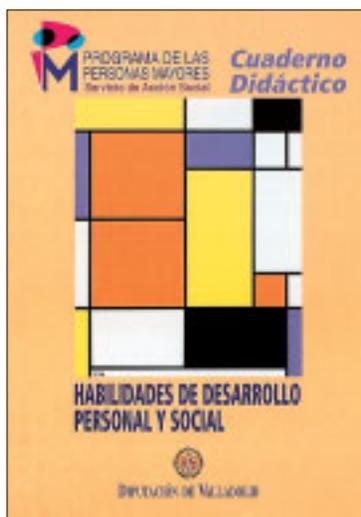
Formación del IMSERSO, Nicolas Suárez Domínguez fue quien explicó el funcionamiento y cada día más empleado “Centro de Intermediación”, por el que personas sordas ya pueden comunicarse vía telefónica, según mecanismos y avances tecnológicos de última generación, similares ya en España a cuantos están en marcha en los países más avanzados del mundo.

ACCESIBILIDAD E INTERNET

Cristina Rodríguez Porrero, Directora del CEAPAT, moderaría la última de las mesas redondas de las Jornadas, que tuvo como tema de exposición la Accesibilidad a Internet; un avance de gigante en cuanto a la comunicación global, pero que hoy por hoy representa un obstáculo mayor, si cabe, para las personas con discapacidad sensorial u otras no oficialmente admitidas como tales.

Coordina:

Araceli del Moral
Hernández



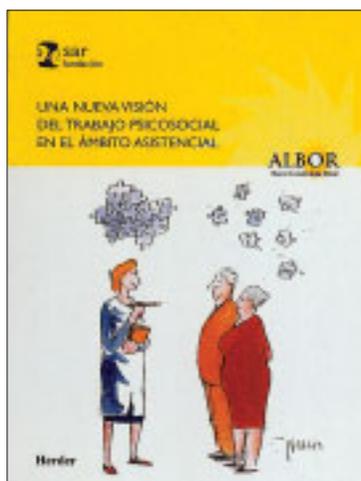
**Cuaderno Didáctico.
Habilidades de Desarrollo
Personal y Social.**

Edita: Diputación de Valladolid.
Servicio de Acción Social

Cuaderno-Agenda para mejorar

Cómo mantener el optimismo, contar chistes, comunicar tus sentimientos, encontrar los placeres de la vida cotidiana, afrontar las diferentes situaciones vitales, el trato y cuidados de las personas dependientes, el cuidado del entorno... todo estas son tareas que debemos cumplir día a día. El Programa de las Personas Mayores del Servicio de Acción Social de la diputación de Valladolid ha elaborado

esta publicación que cumple el objetivo de constituir un cuaderno didáctico que puede ser utilizado como instrumento que ayude a confeccionar el diario personal, desde la creatividad y originalidad de cada lector, al tiempo que facilita una reflexión sobre su personalidad y estrategias de modificación de la conducta encaminadas para un mejor desarrollo personal y social.



Una nueva visión del Trabajo Psicosocial en el ámbito asistencial.

Autor: Fundación SAR
Edita: Herder Editorial
Teléfono: 93 476 26 26
Fax: 93 207 34 48
Herder@herdereditorial/
www.herdereditorial.com

El día a día del Trabajo Psicosocial

La Fundación SAR en esta publicación presenta la recopilación del material utilizado en el programa de formación para profesionales destinado a diplomados en Trabajo Social, que impartió entre los años 2001-2002. El libro introduce nuevas formas de aproximarse a las personas, desde el respeto a sus creencias y preferencias,

encontrando puntos de apoyo para trabajar con ellas en sus sentimientos y emociones, en sus alianzas familiares y en sus recuerdos. En él se abre al profesional un mundo nuevo de comunicación a través de nuevos lenguajes "que se aprenden escuchando y entendiendo lo que se escucha".

Calidad de Vida

Día a día crece el número de personas que recurre a las diversas posibilidades terapéuticas que ofrecen las medicinas paralelas.

En un debate que tuvo lugar en el Parlamento Inglés, gran parte de Sus Señorías se mostró favorable a las terapias alternativas. Hasta su Alteza Real, el Príncipe de Gales, manifestó ante la British Medical Association que “En manos expertas, pueden ofrecer un alivio considerable, si no la esperanza a un número creciente de personas”.

Quienes defienden las terapias alternativas, denuncian los resultados a veces insuficientes de la medicina oficial, así como el elevado número de efectos secundarios indeseables que ésta puede acarrear. Por su parte, los detractores opinan que los beneficios atribuidos a estas terapias carecen de todo fundamento científico; además, casi siempre son ejercidas por personas desprovistas del título de médico.

A pesar de que en nuestro país ninguna de estas técnicas está reconocida oficialmente, según una encuesta llevada a cabo hace unos años, durante los últimos doce meses, el 6% de los españoles mayores de 15 años ha recurrido a alguna de ellas.

LA HOMEOPATÍA

Casi olvidada desde la Guerra Civil, poco a poco la homeopatía está recuperando el lugar que ocupaba en



MEDICINAS ALT

nuestro país antes de ese suceso. De sus épocas de esplendor, sólo queda una placa insertada en los vetustos muros que pertenecían al hospital homeopático, el cual se hallaba en la madrileña Glorieta de Quevedo.

Creada por Hahnemann, la homeopatía se basa en el principio de las similitudes que ya sostenía Hipócrates: “Sólo lo semejante a la enfermedad es capaz de curar a fondo esa misma enfermedad”. Afectado por el paludismo, observó que este proceso producía los mismos síntomas que la intoxicación por quinina, sustancia con la que se había curado. Ni lerdo ni perezoso, ingirió una fuerte dosis; así logró reproducir los síntomas de la enfermedad. Entusiasmado con su descubrimiento, estudió otros principios activos que figuraban en la farmacopea y llegó a comprobar que, cuanto menor era la cantidad de medicamento empleada, mayor era su poder curativo.

Durante la primera entrevista, el enfermo es sometido a un interrogatorio exhaustivo. Todos los datos son importantes: desde la postura que adopta al dormir, hasta los hábitos alimenticios o los olores corporales.

Para hacer sus recetas, el homeópata consulta un voluminoso tomo llamado Materia Médica, cuyos “repertorios” le indicarán los síntomas similares a la enfermedad que cada sustancia ha producido en voluntarios sanos. Entre éstos, deberá elegir la que considera más semejante y útil para el tratamiento de cada paciente en particular.

Diluido hasta llegar a dosis infinitesimales, el medicamento homeopático ya no actúa como una droga,

LAS PRECAUCIONES

Si va a someterse a un tratamiento de acupuntura, conviene que siga las siguientes recomendaciones:

- *No ingiera una comida copiosa inmediatamente antes o después de la sesión de acupuntura.*
- *No se exceda en el ejercicio físico o en actividades sexuales.*
- *No beba alcohol durante las seis horas previas o posteriores al tratamiento.*
- *Continúe tomando cualquier medicamento que le haya prescrito su médico, en la forma que fue recetada.*
- *Absténgase del alcohol, especialmente durante la semana previa al tratamiento; su uso podría interferir seriamente con la efectividad de la acupuntura.*

sino que estimula ciertos puntos del organismo llamados “sensoreceptores”, en los que tiene lugar una respuesta cuya acción es contraria a la similar.

LA ACUPUNTURA

Desde hace más de cinco mil años, los chinos curan las enfermedades mediante finísimas agujas que aplican en los 770 puntos que se encuentran a lo largo de los meridianos.

Introducida por los jesuitas que se hallaban en la Misión de Pekín, se conoció en Europa en el siglo XVII. En París, el padre del famoso

músico Héctor Berlioz la aplicó por primera vez en 1812. Según la revista *Le Quotidien de Médecin*, en Francia uno de cada cinco médicos la utiliza.

Esta técnica se basa en el principio de los opuestos –Ying y Yang– que rige los fenómenos del Universo, al que no escapa el ser humano. No conformes con desterrar los síntomas, mediante la acupuntura los médicos chinos tratan al paciente como una totalidad cuyo equilibrio intentan restablecer.

Basada en este mismo principio, la digitopuntura consiste en el masaje digital de determinados puntos corporales. Bastan dos o tres minutos para aliviar dolores, tensiones musculares, o restablecer el equilibrio energético.

Quienes la practican, aseguran que mediante esta técnica es posible tratar los dolores de cabeza, garganta y oídos, la ansiedad y las tensiones musculares, el insomnio y la depresión. También la recomiendan en casos de molestias menstruales, cistitis y úlceras de estómago.

LAS TERAPIAS CON HIERBAS

Desde las épocas más remotas, los vegetales han constituido una fuente inagotable de elementos terapéuticos. No sólo los utiliza la medicina naturalista, sino que constituyen la base de la actual farmacopea. Este método curativo se basa en la utilización de los principios activos de las plantas medicinales, tanto tónicos, digestivos y circulatorios, como diuréticos y laxantes.

Desde la época de Hipócrates se conocen las virtudes curativas del colchico en el tratamiento del dolor gotoso. En cuanto a los efectos la adormidera –de la que se extraen los potentes analgésicos derivados del opio–, ya fueron descritos por Homero. Por su parte, en el papiro de Ebers consta que fueron los egipcios

ERNATIVAS

quienes por primera vez utilizaron el moho del pan a la manera de antibiótico; con él curaban las infecciones intestinales y las heridas purulentas.

Fue el alemán Rawolf quien llamó la atención de los médicos de su época acerca de las propiedades sedantes y antihipertensivas de una planta que en su honor se ha bautizado con el nombre de *Rawolfia Serpentina*. Proveniente de la fitoterapia hindú, todavía hoy, este medicamento es ampliamente utilizado por la medicina tradicional. Hasta el principio activo de la centenaria aspirina se extrae de las hojas del sauce, una planta que también los naturistas utilizan para tratar el dolor de cabeza.

Las hierbas medicinales constituyen una importante alternativa para aquellas personas que desean tratar sus dolencias menores de forma natural. Mientras la valeriana produce efectos sedantes, la menta y el anís se utilizan como carminativos y la manzanilla como antiespasmódico. Sin embargo, es preciso ser muy cautelosos, pues algunas poseen propiedades peligrosas para la salud. Tal es el caso de la cumarina que, utilizada racionalmente por la medicina ortodoxa, ha salvado muchas vidas. Gracias a sus propiedades anticoagulantes, se indica en la prevención de las trombosis.

Famoso como estimulante, antiespasmódico y antireumático, se ha comprobado que el sasafrás tiene efectos cancerígenos en animales de laboratorio. Por lo tanto, su utilización ha sido prohibida por la Food and Drug Administration, el organismo norteamericano que regula el consumo de medicamentos. Lo mismo ocurre con el cálamo aromático—una planta medicinal utilizada desde los tiempos bíblicos— y con el

tusílogo, cuyas flores se emplean en la preparación de tisanas para combatir la tos. En cuanto al poleo, contiene un 2% de un aceite volátil que puede producir graves lesiones hepáticas. Por último, cabe recordar que muchas tisanas adelgazantes hacen perder peso debido exclusivamente a sus efectos o diuréticos y laxantes. Al impedir la absorción de los nutrientes, pueden llevar a la anemia.

LA AROMATERAPIA

La aromaterapia ejerce sus efectos saludables gracias a la introducción en el organismo de los aceites esenciales que contienen la energía vital de las plantas.

A pesar de que era conocida desde 2.000 años antes de Cristo, el primer tratado de esta especialidad fue escrito por Gatterfosse, un químico que durante la Primera Guerra Mundial la utilizaba para acelerar la curación de los soldados heridos en el campo de batalla. Parece que Mozart también conocía las propiedades de los aceites esenciales pues se sabe que con ellos se curó una herida de la mano.

Se ha demostrado que un gran número de sustancias medicamentosas pueden penetrar en el organismo a través de la piel. Estas sustancias no son una excepción; las mismas son utilizadas en el Shiatsu, una técnica de masaje corporal, y en reflexología. Ambos métodos tienen la propiedad de reorientar la energía y combatir los bloqueos de los distintos órganos. Además, la aromaterapia se emplea para aliviar las tensiones musculares, el dolor de cabeza, la artrosis cervical y otras molestias articulares, así como los trastornos de la regla, la ansiedad y la depresión.

LA CROMOTERAPIA

A pesar de que en la Edad Media se envolvía a los enfermos de viruela en mantas de color rojo, sólo la vacunación logró barrer este flagelo del Planeta. Si bien la medicina utiliza las radiaciones infrarrojas y ultravioletas, poco se sabe acerca de los fundamentos científicos de la cromoterapia, o la curación por los colores. En cambio, se ha descubierto que la secreción de melatonina, una sustancia segregada por la glándula pineal que previene la depresión, depende de la acción de los rayos luminosos. Por otra parte, tanto la luz solar como la artificial fluorescente, se utilizan para tratar la ictericia del recién nacido; este proceso se caracteriza por una coloración amarillenta de la piel.

No cabe duda que determinados colores inciden positivamente sobre el estado de ánimo. Por eso, los

LAS INDICACIONES

La acupuntura está indicada cuando no hay lesiones orgánicas en los siguientes casos:

- *Para adelgazar sin esfuerzo.*
- *Deshabitación al tabaco.*
- *Dolores articulares y musculares.*
- *Estrés.*
- *Dolores cervicales, vértigo y contracturas.*
- *Dolores dorsales y lumbares.*
- *Ciática y neuralgias.*
- *Jaquecas y cefaleas.*
- *Rinitis alérgica.*
- *Alteraciones digestivas: colon irritable, estreñimiento, etc.*
- *Hipertensión.*
- *Impotencia y eyaculación precoz.*
- *Dismenorrea.*



LA MOXIBUSTIÓN, UNA AYUDA EFICAZ

El tratamiento llamado moxibustión consiste en la aplicación de calor en acupuntos específicos con el fin de regular el flujo de energía corporal, así como tratar ciertas dolencias como la tortícolis, problemas de espalda o la fatiga.

El calor se obtiene quemando una moxa –hojas secas de artemisa, altamisa o hierba de San Juan–, aplicándolas directa o indirectamente a la piel. Esta nunca resulta quemada. En el método directo se forma un cono de moxa sobre la piel, se enciende y se deja quemar lentamente; el cono se retira cuando la piel se calienta. También pueden colocarse trozos de moxa en el extremo de las agujas de acupuntura, de forma que el calor no sólo calienta la piel, sino que también mediante la aguja alcanza uno de los meridianos.

En el método indirecto, que es el más frecuente, se mantienen unos palitos de moxa encendidos cerca de la piel. Los conos de moxa también pueden utilizarse indirectamente haciéndose quemar sobre una rodaja de jengibre o de ajo.

adeptos a la cromoterapia utilizan filtros de distintos colores para tratar diversos dolores, enfermedades de la piel, disturbios estomacales, neuralgias y reumatismos. Sin embargo, a la hora de elegir una terapia alternativa, será necesario tener en cuenta que tampoco en esta materia todo es del color del cristal con que se mira.

USO DE ESTAS MEDICINAS

Los resultados de estudios del uso de la medicina complementaria o alternativa han sido inconsistentes. Un estudio, a gran escala, publicado en el número de noviembre de 1998 del *Journal of the American Medical Association* encontró que el uso de la medicina complementaria o alternativa entre el público en general llegaba en 1997 al 42,1 por ciento. Sin embargo, un análisis de datos posterior, de 1999, indicaba que sólo el 28,9 por ciento de los adultos en Estados Unidos (18 años de edad y más) habían usado, al menos una vez, la medicina complementaria o alternativa durante el año anterior. Un resultado éste, publicado en la prestigiosa revista *Medical Care* en 2002.

Varias encuestas, también, se han llevado a cabo en un número reducido

de 4 pacientes sobre el aludido uso. Uno de ellos, publicado en la revista *Cáncer*, indicaba que que el 37 por ciento de los 46 pacientes con cáncer de próstata entrevistados habían usado al menos una o dos veces la medicina complementaria o alternativa, como parte de su tratamiento para el cáncer. Estas terapias incluyeron remedios herbarios o vitaminas y dietas especiales.

Un estudio posterior, de mayor tamaño, sobre el uso de la medicina complementaria y alternativa realizado entre pacientes con diferentes tipos de cáncer fue publicado, también en Estados Unidos, revelando en este caso que el 69 por ciento de los pacientes encuestados habían usado al menos una terapia de medicina complementaria alternativa, como parte de su tratamiento.

CONSULTAR ANTES

Los pacientes, en todo caso, y de manera especial los de cáncer, que usan o están usando alguna terapia complementaria o alternativa a la medicina tradicional u oficial, deberán en todo caso consultar esta decisión con su médico o enfermera, como harían con cualquier otra forma de terapia.

Algunas terapias complementarias y alternativas pueden interferir con el tratamiento estándar e, incluso, llegar a ser dañinas cuando se usan conjuntamente con el tratamiento médico convencional. También es una buena recomendación, la de informarse antes de la terapia en cuestión que se desea iniciar, incluyendo de los resultados de estudios científicos y lo que se dice de ella, más allá de lo que unos pocos –posiblemente poco serios– pueden llegar a afirmar o asegurar.

Texto y Fotos: Reina G. Rubio

Si el cuidado tuviera rostro éste sería mayoritariamente femenino. Son ellas, cuidadoras formales e informales, quienes atienden a niños, enfermos y personas mayores. A las mujeres hay que reconocerles la aportación social que realizan, incluso todavía hoy con su masiva incorporación al mercado de trabajo, a través del cuidado a personas y el coste que deben pagar en sus oportunidades personales, laborales, sociales y económicas.



Proporcionar cuidado es regalar amor

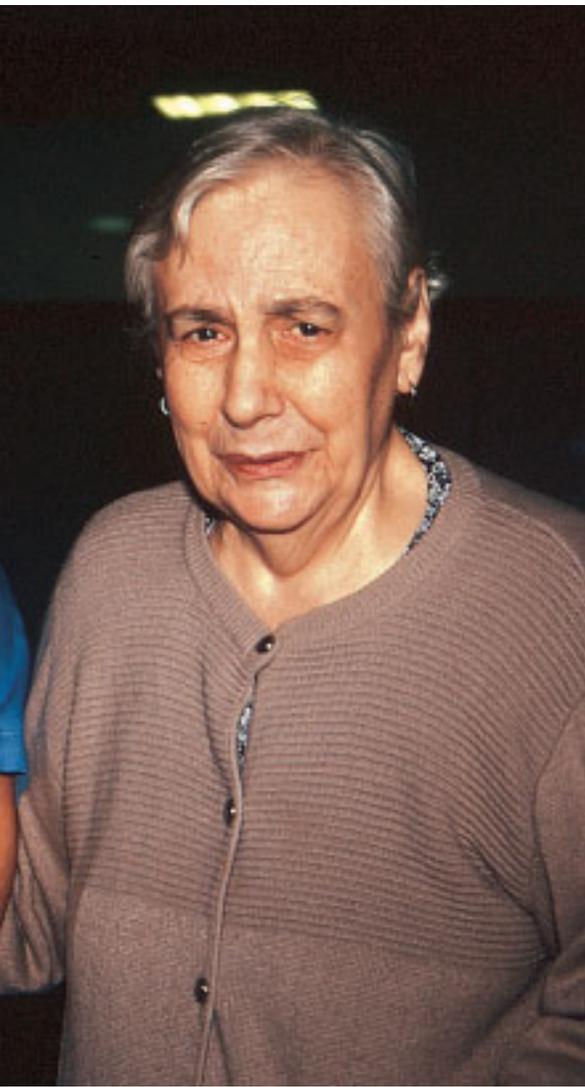
MUJERES CUIDADORAS: los cuidados, todavía, tienen rostro femenino

Cuidar es en el momento actual un verbo muy importante, y las sociedades contemporáneas, como ya ocurriera en el pasado, lo asignan como condición natural al género femenino, de esta forma son las mujeres quienes cuidan vitalmente a los otros: niños, familia, personas mayores, enfermos; cuidan de su desa-

rollo, de su progreso, de su bienestar, de su vida y hasta de su muerte. Proporcionar cuidado es dar una serie de actitudes al otro como son amor, abnegación, cariño, caridad o compasión; valores que no son sinónimo de dinero y éxito que son los que la sociedad considera como culminantes para el triunfo social de una persona. Pero las mujeres, a través de proporcionar ese cuidado, están demostrando la solida-

ridad femenina hacia las carencias de los demás.

El cuidado es una realidad social sujeta a un cambio continuo, y su tratamiento tiene relación tanto con el Estado del Bienestar como con el ámbito doméstico, por lo tanto es un binomio entre lo público y lo privado. Hasta ahora había sido la mujer, dentro del ámbito privado, quien se hacía cargo del cuidado y era la mujer porque a esta se le



Las mujeres, a través de proporcionar cuidado, están demostrando la solidaridad femenina hacia las carencias de los demás

de ese núcleo familiar sobre todo en las mujeres, por lo tanto la mujer está contribuyendo al mantenimiento del bienestar social. Un estudio realizado por la Universidad Complutense de Madrid revela que, en el caso del cuidado informal, los hombres dedican una media de once minutos al día para cuidar a los mayores mientras que en el caso de las mujeres son veintidós los minutos que dedican cada día al cuidado de sus mayores.

Este desigual reparto en las tareas de cuidados se debe a diferentes factores: edad y ciclo de la familia, situación laboral de la mujer, incompatibilidad entre el rol familiar y laboral, persistencia de estereotipos de género o educación recibida. Los hombres alejan de su mente las incompatibilidades entre el rol familiar y laboral y deciden que esto es así debido a los horarios laborales, pero esto no se sostiene ya que la mujer, tenga trabajo a tiempo parcial o a jornada completa, dedica más horas que el hombre al cuidado.

La definición del trabajo es diferente para hombres y mujeres; mientras que para ellos el trabajo asalariado es un derecho, y una obligación, el no remunerado es voluntario; sin embargo para ellas el trabajo asalariado es un derecho que pueden ejercer de forma voluntaria y el no remunerado es una obligación.

El estereotipo de género que cree que las mujeres están dotadas de una manera natural por cualidades como la sensibilidad y la efectividad mientras que el hombre es independencia y raciocinio hacen de la mujer la cuidadora ideal, y si ésta no lo hace nace dentro de ella un sentimiento de cul-

pa. Además, en el cuidado de mayores el hombre queda relevado de la higiene personal del mayor, sobre todo si es una mujer, ya que si lo hace un hombre la mujer mayor piensa que pierde intimidad.

Cuando se habla de repartir el cuidado entre la unidad familiar es a la propia mujer a quien le cuesta mucho dejar las cosas sin hacer por su propia resistencia al conflicto; pero existen unas estrategias de conciliación como son un reparto equitativo del cuidado, trabajo a tiempo parcial tanto para hombres como para mujeres, red formal de apoyo o bien la red informal de apoyo que es la que están utilizando muchas mujeres o delegar en el servicio doméstico, aunque esto está reservado a personas con un nivel económico, es decir, las clases medias y altas que han encontrado, en gran cantidad de ocasiones, en mujeres emigrantes jóvenes la solución para su situación.

COSTES PSICOSOCIALES DEL CUIDADO

Sí viéramos en un iceberg la atención a la salud de los servicios sociales formales serían sólo la punta, con un 12 por ciento, mientras que los cuidados del sistema informal representan un ochenta y ocho por ciento. El envejecimiento de la población, las enfermedades crónicas, la reforma psiquiátrica o la hospitalización en el domicilio han hecho de los cuidados informales algo fundamental.

Un estudio realizado por la Escuela Andaluza de Salud pública de Granada, pero con datos extrapolables a la totalidad del territorio español, porque a lo largo y ancho del país se repiten los mismos esquemas, indepen-

atribuían cualidades como humildad y sumisión. Los cambios producidos en la sociedad a finales del siglo pasado y la incorporación de la mujer al mundo laboral han hecho que esos cuidados, que antes se proporcionaban en el domicilio, sean transferidos a instituciones, por lo tanto pasan a personas, que bien en el propio domicilio o en centros, están cobrando un salario por cuidar. Sin embargo siguen siendo las mujeres, y de refilón los hombres, las que hacen el seguimiento cuando por ejemplo a un mayor se le lleva a un centro de día o se le interna en una residencia: en el ingreso, en las visitas o cuando hacen falta son las mujeres quienes están presentes mayoritariamente.

DIFERENCIAS DE CUIDADO

En los países del sur de Europa el cuidado recae en la familia, y dentro

Informe MUJERES CUIDADORAS: LOS CUIDADOS, TODAVÍA, TIENEN ROSTRO FEMENINO

dientemente de si esa zona es más industrial o rural, más rica o más pobre, dio como resultado que en el 59,4 por ciento de los hogares andaluces vivía una persona que necesitaba ser cuidada y en el 66 por ciento de los casos lo hacía la familia y solamente en el 31 por ciento eran autocuidado, servicios formales o ayuda contratada.

El rostro de ese cuidado informal es una mujer (91,4%) entre veintiún y cuarenta y nueve años y sin trabajo remunerado (83,9%). Las tareas fundamentales son arreglar la casa, llamar al médico, ir a la farmacia, fregar los platos, hacer la comida, realizar la higiene de la persona cuidada, permitir su movilización y dar apoyo emocional. El 43 por ciento de estas cuidadoras dedican entre nueve y veinte horas de cada día al trabajo de cuidar, por lo tanto es estar disponible permanentemente. Este cuidado informal hace que muchas personas puedan seguir viviendo en su medio habitual.

La vida de más del 60 por ciento de esas mujeres ha cambiado radicalmente, han debido asumir gastos extras, afecta al tiempo para ellas mismas, a su situación laboral y vida social, a su intimidad, a su propia salud e incluso el 20 por ciento han tenido que cambiar de residencia.

Un 35 por ciento de estas mujeres perciben que su salud es mala, el 24 por ciento tienen poca satisfacción de la vida, el 37 por ciento duerme menos de siete horas y el 57 por ciento toma medicamentos.

Por todo ello hay que cuidar a quien cuida. Las cuidadoras necesitan apoyos desde las Instituciones con el desarrollo de las políticas de bienestar para revalorizar el sistema informal de cuidados y una mayor integración entre lo sanitario y lo social. Revindican servicios de apoyo



Al cuidar se produce una empatía entre la persona cuidada y la que la cuida.

como centros de día, residencias temporales, estancias de vacaciones para gente dependiente, alojamiento temporal en familias de acogida o servicios “canguro”. Y, por último, unas prestaciones económicas, como un subsidio para reconocer el valor del trabajo, una compensación económica por el abandono de actividad, ayudas para el alojamiento temporal, una cobertura para gastos generales derivados del cuidado o ventajas fiscales.

Según percepción de las propias cuidadoras las ayudas más útiles serían la visita a domicilio del médico o la enfer-

mera, un hospital de día, ayuda a domicilio, ayuda para realizar las tareas domésticas o una ayuda económica. Ellas quieren seguir cuidando, un 41 por ciento dice que le gustaría un centro donde poder dejar al cuidado unas horas al día pero sólo un siete por ciento quiere dejar allí permanentemente a su familiar.

ABUELAS CUIDADORAS

El Dr. Antonio Guijarro de la Facultad de Medicina de Granada ha realizado un interesante estudio sobre un



Preparar las medicinas es una de las tareas del cuidado.

tema hasta ahora prácticamente ignorado: El Síndrome de la Abuela Esclava. Una de estas abuelas es una mujer adulta con obligaciones de ama de casa, asumidas de forma voluntaria y con agrado durante muchos años, no siempre tiene porqué tener nietos.

El paso del tiempo ha ido deteriorando su fortaleza mientras que incrementa sus obligaciones familiares y ella sigue poniendo toda su voluntad en realizarlas. Pero llega un momento en que, aunque quiere, no puede ya más con esas obligaciones y aparecen diversas enfermedades que no se pueden curar apropiadamente. Por motivos educacionales y psicológicos ella no quiere, o no puede, pedir ayuda y niega que las molestias sean provocadas o agravadas por la carga familiar, aunque en el fondo lo sabe y se lo confiese, casi en secreto, a sus amigas o familiares más íntimos, pero nunca a sus hijos porque teme perder el contacto con los nietos.

Si la familia no le descarga de este exceso de trabajo sus enfermedades no curan y pueden provocar la muerte, a veces por suicidio. Si la familia la descarga adecuadamente dejándola gozar del contacto gratifi-

cante de los nietos, pero asumiendo otras personas las tareas con responsabilidad directa, por ejemplo, la seguridad de los nietos, el pronóstico es muy bueno.

EL CUIDADO EN EUROPA

La profesora Claire Cameron es investigadora en la Universidad de Londres y, junto con Peter Moss, coordina en la actualidad un proyecto financiado por la Unión Europea sobre el trabajo asistencial en Europa que forma parte del V Proyecto Marco e incluye a socios investigadores de Dinamarca, Hungría, Holanda, España, Suecia y Reino Unido. El proyecto tiene como fin la comprensión del trabajo asistencial remunerado en un continente donde cada vez nacen menos niños, un mayor número de mujeres trabaja y la población requiere de asistencia en edades más avanzadas.

El cuidado de la población mayor requiere más apoyo, pero también hay que tener en cuenta otro factor: los mayores cada vez son más independientes y así como el bañado por ejemplo lo consideran un trabajo remunera-

EL CUIDADO

- Son las mujeres quienes cuidan vitalmente a los otros. La sociedad actual asigna como condición natural del género femenino el cuidado.
- El cuidado es una realidad social sujeta a cambio continuo. Las nuevas formas de cuidado se orientan a transferir tareas de cuidado del ambiente doméstico y familiar a instituciones diversas.
- En el momento actual gran parte del trabajo necesario para dar respuestas a las demandas recae directamente en el hogar.
- Las labores de cuidado requieren una preparación necesaria para desarrollar todo aquello que implica el cuidado.
- El “coste” de cuidar es mucho más amplio que sumar las horas dedicadas a determinadas tareas: no se trabaja de cuidadora, se es cuidadora.
- La participación laboral de la mujer exige medidas urgentes para que el trabajo del cuidado se reparta entre la familia, el mercado y el Estado.
- Para la economía tradicional el campo de estudio ha sido el mundo público mercantil, de ahí la invisibilidad para ésta de los procesos económicos no productivos como el cuidado.
- Si la Administración tuviera que satisfacer todas las necesidades de atención de su población debería dedicar una parte mayor de Producto Interior Bruto en ofrecer cuidados con lo que el mantenimiento de las capacidades de la economía se verían sensiblemente resentidas.
- Si no se descarga de trabajo a las “abuelas esclavas” sus enfermedades se agravan y pueden llegar a la muerte.
- Con la presencia de la mujer en el mercado de trabajo los cuidados se han desplazado hacia otro mercado: las mujeres emigrantes jóvenes que cuidan de los mayores.
- El cuidado también es un trabajo gratificante, los aspectos que más compensan aluden a las relaciones humanas.

do, acostarles en la cama por las noches entra dentro de lo familiar.

El trabajo del cuidado reenumerado en Inglaterra y España es un trabajo donde mucha gente tiene un contrato temporal, se realiza a turnos y en muchos casos en el propio hogar de la persona cuidada. En algunos países no se valora de igual forma cuidar a niños que cuidar a personas mayores. Así en Dinamarca un trabajador infantil tiene un sueldo mensual de tres mil euros, si ese mismo trabajador lo hace en cuidados geriátricos gana dos mil setecientos euros.

Las conclusiones de este estudio son que el cuidado es un concepto problemático y se interpreta de manera distinta dentro de cada país. El trabajo asistencial remunerado es una labor desempeñada en su mayoría por mujeres y casi siempre por salarios bajos. Los hombres cuando entran en el trabajo asistencial lo hacen como segunda alternativa y aspiran a pasar a puestos de dirección. Cuando, como ocurre en los países escandinavos, el sector público asume una actitud preponderante y presta atención legal al mercado de trabajo el empleo puede ser de buena calidad. En casos como el Reino Unido donde las prestaciones sociales están dominadas por el mercado privado con regulación estatal y por soluciones particulares el empleo de calidad en el ámbito del trabajo asistencial resulta más difícil de encontrar.

Siempre que se habla de cuidado asistencial de calidad se toma el modelo nórdico como punto de referencia. Katia Repo es profesora en la Universidad de Tampere en Finlandia. En el caso de ese país los servicios de base los proporcionan los gobiernos locales tanto para los niños como para las personas mayores, pero ese principio de universalidad sólo se

ALICIA GARRIDO

Departamento de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid

“El cuidado en España es femenino”

En España, ¿quién cuida a los mayores?

– En primer lugar la familia, y dentro de la familia el perfil de la cuidadora de los mayores es una mujer, casada, de cincuenta años para arriba, a veces pueden ser mayores, y normalmente cuidan a los progenitores o al marido.

¿Es el cuidado en España femenino?

– Sí, en primer lugar a las personas mayores les cuida la hija, en segundo lugar la nuera, en tercer lugar el hijo y por último el yerno.

¿Se les enseña a las niñas desde pequeñas a cuidar?

– Evidentemente, y no sólo por la relación directa con bebés sino a través del juego, a las niñas se las ha socializado desde pequeñas para cuidar y se les da un muñeco para que cuiden. Y cuando esa niña se convierte en abuela debe seguir cuidando.

¿Qué les debemos a esa generación de mujeres?

– La posibilidad de haber accedido al mundo laboral por parte de muchas mujeres. La abuela cuidadora es el ejemplo de la solidaridad y la complacencia femenina, y ha conseguido que sus hijas, sobre todo en determinados extractos socioeconómicos, pudieran acceder al mercado de trabajo sin el coste que supone tener que pagar un servicio doméstico.



El ahorro de ese coste económico ¿qué coste emocional ha supuesto para ellas?

– Estamos asumiendo, todos y todas, que es una obligación de ellas, muchas veces esas mujeres están cansadas pero asumen la responsabilidad de cuidar a unos nietos porque piensan que es su obligación igual que lo fue cuidar a sus hijos, son mujeres que tienen ese espíritu de sacrificio asociado a la maternidad y son a las que se les sigue exigiendo después de haber cumplido una edad lógica para la jubilación.

¿Sigue siendo imposible la jubilación en la mujer?

– No hay cauces legales para que la mujer se jubile y la familia tampoco la deja, el ejemplo más claro es en el seno familiar, el abuelo está jubilado, la abuela no se jubila nunca porque sigue asu-

miendo el cuidado de los niños hasta más allá de una edad razonable. Hay algunas mujeres, en los estudios que hemos realizado nosotras, que perciben que esto es un abuso pero hay otras que consideran que además de una obligación es una relación de intercambio, la abuela cuida a los nietos y a cambio la familia la apoya para acompañarla al médico, comprar medicinas, etc.

¿Cuál es el coste en salud para estas mujeres cuidadoras?

– Tiene un coste altísimo, muchas veces las mujeres cuidadoras son mayores, están cansadas y no pueden asumir ese coste psicológico sobre todo por el estrés que supone para mujeres, que casi han terminado su vida laboral, asumir papeles de nuevo que por el ciclo vital en el que están ya no son fáciles de asumir.

¿Cómo se debe quitar de la cabeza que las mujeres son cuidadoras por naturaleza?

– Sería necesario un cambio de mentalidad pero para que ese cambio se produzca la mujer no puede hacer nada sola sino que tiene que ser un cambio de valores, de la educación de niños y niñas y apoyado por las Instituciones públicas, la publicidad y los medios de comunicación.

¿Está ese cambio cercano?

– Yo lo veo muy lejano, a no ser que se tomen medidas para forzarlo. Lo veo lejano, insisto, si se deja que sea un cambio espontáneo.

aplica en cierto grado en el cuidado geriátrico.

Mientras que existen centros infantiles abiertos 24 horas al día para que los padres que trabajan a turnos puedan dejar allí a los niños, eso no existe en el caso de que se esté cuidando de una persona mayor. Y aunque en Finlandia se pagan muchos impuestos, las familias acudadas pueden llegar a pagar el 60 por ciento de sus ingresos y las autoridades tienen el poder de decidir si un mayor necesita ayuda domiciliaria, y si hay un cuidador informal que se ocupa de él puede que le denieguen este servicio.

CUIDAR ES GRATIFICANTE

De las cien horas que requiere el cuidado de una persona con una enfermedad crónica, ochenta están cubiertas por la red informal que realizan mayoritariamente las mujeres. Pero cuidar también significa controlar, y la persona cuidadora espera unas veces el reconocimiento y otras el control de la situación ya que el cuidado requiere una supervisión constante. Las personas que cuidan no tienen tiempo propio y muchas veces oyen, por parte de la persona a la que cuidan, añorar a personas que no están a su cuidado lo cual puede originar conflictos que desvirtúen la relación. Otras veces existe el resentimiento de la persona mayor que ve cómo necesita ser cuidada y se va haciendo consciente de su propia impotencia.

Pero cuidar también es un trabajo gratificante, los aspectos que más compensan aluden a relaciones humanas que se crean con los niños y con las personas mayores. Lo que nunca debe ser es sinónimo de descuido, por ello para cuidar bien hay

que aplicarse el autocuidado, hay que descubrir el goce y el placer del propio cuidado porque la persona que no se cuida no puede producir empatía en el contacto con los otros y la ética del cuidado es esa empatía de tratar a los otros como si fueran uno mismo.

Poner almohadas, acompañar al baño, preparar comidas o cambiar pañales pueden estar cubiertos mediante un contrato o por los servicios sociales porque es meramente un servicio asistencial, pero existe otro cuidado de calidad que está basado en una interacción serena y afectuosa con la persona objeto de cuidado, hay gratitud, amor, caricias, entrega, reconocimiento y satisfacción del deber cumplido porque o bien cuidamos a las personas que amamos, a las personas que nos cuidaron o bien cuidamos a un ser que requiere nuestra atención.

Todos hemos necesitado de cuidados, al nacer no nos valemos por nosotros mismos, cuando enfermamos necesitamos cuidados, vivimos muchos años y al final de la vida también necesitamos ser cuidados. Esta cara del cuidado ha sido mayoritariamente femenina y esto ha empobrecido a los hombres que no han querido traspasar el umbral del mundo que hay detrás del cuidado. Ha llegado el momento de que toda la sociedad se comprometa en el plano de igualdad y reparta, no sólo los costes, sino también los beneficios del cuidado, porque como dice la profesora María Jesús Izquierdo “Una sociedad que no considera que el cuidado es de hombres y mujeres y que no asigna recursos es una sociedad que, aunque incrementa su capacidad técnica, se hace peligrosa para sí misma”.

Texto: Inés González

Fotos: Archivo

Catarro o gripe

La gripe y el resfriado son enfermedades diferentes y, aunque presentan síntomas similares en sus primeras etapas, sus efectos sobre el organismo son diferentes. A veces lo que en un primer momento parece un resfriado en realidad puede ser una gripe.

En términos generales, los resfriados se manifiestan de forma gradual —a lo largo de entre 24 y 72 horas—, son relativamente inofensivos, suelen curarse por sí mismos y son de corta duración. En cambio, la gripe aparece de forma brusca —el proceso de incubación es sólo de entre 18 y 26 horas—, dura entre una y dos semanas y puede tener complicaciones graves para la salud, como bronquitis o neumonías.

Además, mientras la gripe hace su aparición con la llegada del frío, el resfriado puede aparecer en cualquier época del año, con tres picos de mayor incidencia: en otoño, coincidiendo con el inicio del curso escolar, hacia la mitad del invierno y en la primavera.

La principal diferencia entre ambas afecciones es que son causadas por virus distintos, por lo que la sintomatología también varía. Para saber si hemos cogido una gripe o un resfriado deberemos analizar nuestros síntomas:

SÍNTOMAS	GRIPE	RESFRIADO
Fiebre	SÍ	NO
Dolor muscular	SÍ	NO
Gran cansancio	SÍ	NO
Dolor de cabeza	SÍ	A veces
Mucosidad nasal	NO	SÍ
Estornudos	NO	SÍ
Tos	NO	SÍ
Molestias al tragar	NO	SÍ



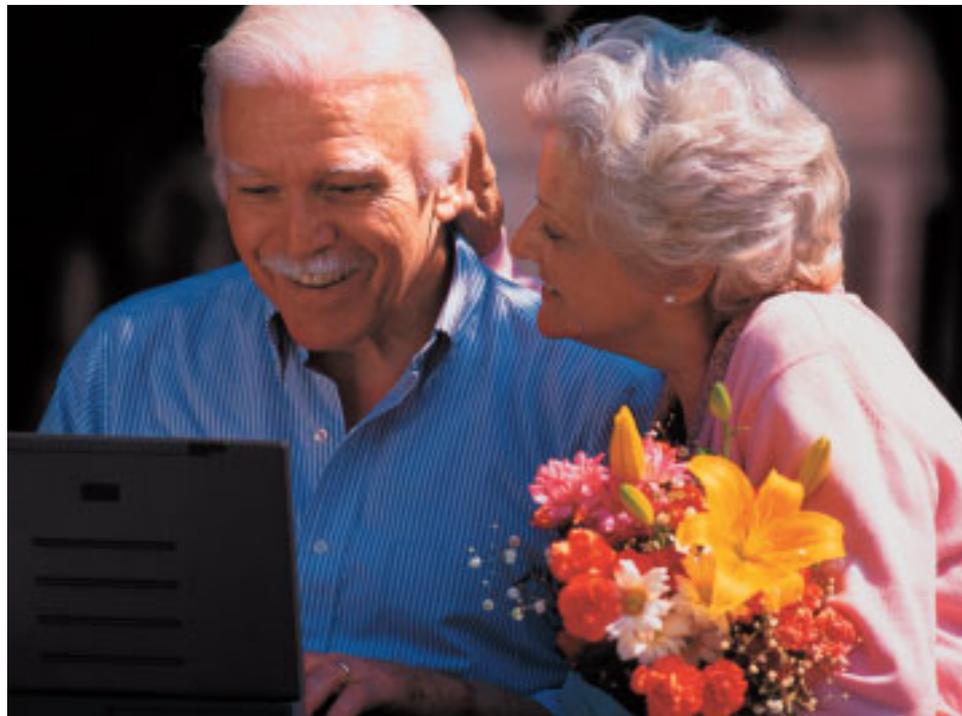
Empezar y acabar bien el día

- Al levantarse beba dos vasos de agua.
- Dese una ducha muy corta con agua caliente para relajarse, seguida de una ducha con agua templada subiendo desde los pies hacia la parte superior del cuerpo, para mejorar la tonicidad y la firmeza.
- Durante el día, haga rodar una pelota de tenis bajo la planta de los pies. En efecto relajante se leerá en su rostro.
- Con la ventana abierta, aprenda a respirar: inspire llenando primero el vientre, luego los pulmones, espire lentamente metiendo el vientre lo más posible.
- Empiece a vivir la noche como un nuevo placer, no como el final del día. Sonría, relájese, verá rápidamente la diferencia.
- Póngase cómodo cuando vuelva a casa con prendas que combinen bienestar y, si es posible, estética.
- Para leer o ver la televisión siéntese con las piernas elevadas, favorece la circulación de retorno y el bienestar es inmediato.

Sólo un 20% de los pacientes con Alzheimer están diagnosticados y tratados

En España existen unos 400.000 pacientes con Alzheimer, aunque sólo un 20% están diagnosticados y tratados. La falta de información sobre la enfermedad y, en algunas ocasiones, la indiferencia de las personas que conviven con los enfermos son las causas principales de este problema. Pero la detección y el tratamiento precoz de la enfermedad de Alzheimer son claves para mantener durante más tiempo la calidad de vida de estos pacientes.

Los principales síntomas de la enfermedad son las dificultades para pensar, recordar y razonar; la disminución de la memoria reciente o inmediata; los cambios en el comportamiento y en la personalidad, con irritabilidad y frecuentes cambios de humor, aislándose de su entorno familiar; la dificultad en la ejecución de gestos espontáneos y movimientos corporales; confusión al realizar las tareas cotidianas; el abandono del cuidado personal; la desorientación en el tiempo y en el espacio y las alteraciones del sueño.



La pérdida de memoria más reciente, como, por ejemplo, olvidarse de citas fijadas, de ir a la peluquería, al médico, o de que había quedado con unos amigos a cenar, no es normal. Cuando una persona no es capaz de resolver problemas muy sencillos, como tener invitados en

casa, programar los viajes y salidas, hacer la maleta o poner bien una mesa, en medio de estos pequeños desastres está la memoria. Esta acumulación de fallos en la vida cotidiana son, según los especialistas, señales que denotan que se debe consultar al médico.

Detectar el cáncer de colón en los mayores de 50 años

La ministra de Sanidad y Consumo, Ana Pastor, ha anunciado que España empezará a realizar pruebas de detección precoz de cáncer de colon a hombres y mujeres con más de 50 años. A partir de esa edad se realizarán análisis para buscar sangre oculta en las heces, una primera señal que obligaría a hacer pruebas más definitivas como la colonoscopia. Este dato lo anunció la ministra de Sanidad y Consumo en Bruselas tras la reunión de los Quince en la que se aprobó un texto con las tres pruebas de detección que se extenderán en toda Europa: mamografía para mujeres de 50 a 74 años; citología a todas las mujeres desde los 20 años y análisis de heces a partir de los 50.

Además, la Sra. Pastor ha presentado a las Comunidades Autónomas el Plan Integral de Cáncer

durante el Consejo Interterritorial de Salud. El objetivo de este plan es que existan los mismos programas de detección precoz de cáncer en todo el territorio y garantiza la misma calidad en la asistencia. El plan establece que todo paciente con sospecha fundada de padecer cáncer tendrá prioridad para confirmar el diagnóstico. También garantiza acceso a atención oncológica de calidad. Y en el caso de padecer tumores de baja frecuencia o que requieran técnicas de alta complejidad serán remitidos a un centro con garantías suficientes. Asimismo se establece que todos los enfermos de cáncer y sus familiares tendrán la atención necesaria para garantizar no sólo la asistencia en la enfermedad sino de las secuelas físicas, del impacto psicológico y socio-laboral.

Mayores Hoy

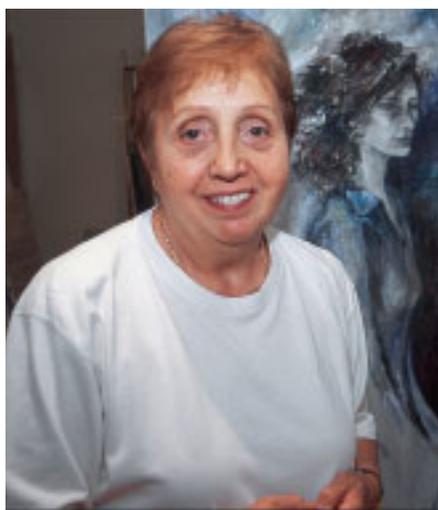
“El color es la plenitud del arte pictórico”

María Estevadeordal

María Estevadeordal siempre ha mostrado un especial cariño por su villa natal –Moià, cuna del tenor Francesc Viñas, de los hermanos grabadores Abadal y del conseller Rafael Casanova, entre otros muchos. En su estudio, ubicado a pocos metros de la iglesia parroquial y del Museo Archivo ubicado en la casa pairal de Rafael Casanova, culmina sus lienzos, que inicia en sus constantes desplazamientos por la geografía catalana y del resto del Estado español. Verla trabajar, frente al caballete, desde los primeras luces de la mañana hasta el atardecer, con pequeños paréntesis de descanso, supone todo un acontecimiento que aconsejamos no se pierdan, porque ella, sin saberlo, ha creado un método particular de transmitir el arte, dentro de la más absoluta modestia.

Tuve el placer de descubrir a María, consecuencia de mi atracción por Moià, gracias a su salutar clima estival, propiciado por su altura (850 m.), entre colinas alfombradas de bosques y un aire fresco y seco. Estamos hablando del año 1975; ella ya disponía de un nombre de prestigio en el mundo del arte, y un fondo de obras de lo más impresionante, pero no había expuesto aún en ninguna sala. Aquel mismo año, conjuntamente con otros tres artis-

María Estevadeordal i Serarols (Moià; Barcelona, 1933), es una artista de vocación y profesión, cuyo espíritu creativo le lleva a analizar el mundo de su entorno que no tarda en reflejarlo en sus obras pictóricas, llenas de vida y de color, en un lenguaje que logra sobrecoger el espíritu del lector del cuadro por su profundidad y belleza. Mujer de enorme sensibilidad y sencillez, María cuenta en su haber con una obra que está viva, porque no cesa de crear nuevos temas, después de una larga andadura por el mundo del arte, en exposiciones nacionales e internacionales, tanto individuales como colectivas. Visitar su estudio en la histórica y monumental villa de Moià, a 50 km. al norte de la ciudad de Barcelona, supone una gran experiencia, en todos los sentidos.



Texto y fotos: Jesús Avila Granados

tas locales, María formaba el cartel de una Exposición Colectiva en Moià, y allí fue donde le hice la primera entrevista. Después, al año siguiente, la Exposición en la Sala Rovira, de Barcelona, donde tuve el honor de hacer la presentación, y donde la artista se proyectaría al éxito; luego, la Sala Canuda, también en la Ciudad Condal, y centenares de exposiciones más... Hoy, veintiocho años después, su obra está en las más prestigiosas salas y pinacotecas de los cinco continentes, y su firma en lo más alto de las cotizaciones del arte figurativo. María Estevadeordal i Serarols, además, también ha ejercitado la dimensión del diseño, y, como dato del mayor interés para nuestros lectores: ella no se cansa de pintar, de transmitir el arte que ve en su entorno, de viajar y de amar la naturaleza. Ha supuesto una enorme satisfacción regresar a su estudio, y ver que ella sigue ahí, frente al caballete, rodeada de sus últimas obras y llena de gratificantes ideas que no tarda en plasmar en sus lienzos, tanto en óleos como en acuarelas. Para comprender mejor la belleza de su obra sólo hace falta profundizar en la nobleza de su mirada, que transmite vida y optimismo. En sus obras, el ser humano no aparece físicamente, pero sí está latente, en forma de humo que sale de una chimenea, de las ropas que cuelgan para secarse, en las luces que iluminan una estancia interior...



¿Cómo surgió en usted el deseo por transmitir obras de arte?

Desde siempre he sentido la necesidad de reflejar el arte, recuerdo que de pequeña, en esta mi querida Moià, ya sentía la fuerza del color, la luz, las formas, la vida que nos rodea en una palabra; pero no fue hasta 1975, cuando se inauguró mi primera exposición, una colectiva en esta villa, en compañía de otros tres artistas locales; algunos de los cuales, lamentablemente, ya no pintan por la edad, o por haber dejado los pinceles por otras actividades.

¿Qué es para usted, el concepto de arte?

El concepto de arte es para mí toda mi vida, después de mi familia –esposo y tres hijos. El arte entró en mi vida desde muy pequeña; aunque no tengo en mi familia ningún antecedente que haya trabajado alguna técnica, sí me enorgullece decir que pertenezco a una familia que siempre ha amado la cultura, en todas sus dimensiones, y recuerdo el haber estado rodeada de libros. Además, en Moià siempre se ha respirado una enriquecedora atmósfera cultural, por sus distinguidos hijos –grabadores, tenores, pintores, políticos, historiadores, escritores, etc.– que, de alguna manera, con sus legados culturales, han ido influyendo en mi sensibilidad por el arte.

¿Cuáles fueron sus maestros en el arte pictórico?

De siempre me he visto atraída por la obra de los impresionistas franceses, especialmente por Paul Cézanne, considerado por buena parte de la crítica como uno de los pintores más grandes de los últimos cien años; también Van Gogh produjo en mí una notable proyección; todos ellos me transmitieron la sensibilidad y el colorido, con unas

naturalezas que desbordan, contempladas con los contrastes bioclimáticos de las cuatro estaciones.

¿A lo largo de su dilatada vida artística ha expuesto en numerosas salas, tanto individuales como colectivas, pero de cuál siente un recuerdo más especial?

Sin duda alguna, de la Sala Rovira, en la barcelonesa Rambla de Catalunya; allí fue donde sentí esa fuerza vital especial para conectar con el público sensible al arte; por cierto, quiero decirlo, el barcelonés es un gran entendido en arte, por tradición; allí, en 1976, a cuya inauguración asistieron los más expertos y críticos de arte del momento, la Diputación de Barcelona adquirió un cuadro mío, que hoy decora una de las suntuosas salas de esa noble institución de la Ciudad Condal.

¿Qué temas le apasionan más?

Los temas acuáticos, tanto en forma de agua salvaje (ríos, mares), como la del agua domesticada (estanques, lagos, fuentes, etc.); el agua –la savia de la Naturaleza, como dijera el gran Leonardo da Vinci– es el elemento aglutinador del microcosmos a escala humana, donde el paisaje se constituye en un escenario capaz de trasladar al ser humano a otras dimensiones.

¿Qué recuerdos tiene de su larga trayectoria en el mundo del arte?

Todos son buenos, porque al dedicarme a la pintura he tenido oportunidad de ampliar la fe en las personas, lo cual se ha reflejado en las formas de transmitir mis temas. Hace 28 años que nos conocemos y, gracias a ti, he tenido ocasión de ver el mundo con la alegría de reflejar las virtudes de nuestro entorno. Creo en las personas, y las penurias de las miserias por las debilidades humanas propiciadas por las envidias, las hipocresías y los

odios, no me interesan; en mi obra procuro reflejar siempre lo positivo de la vida, en todo cuanto debemos creer, lo demás no me interesa.

¿Cuáles serían para usted las virtudes y los defectos del arte pictórico de nuestros días?

Cada uno puede expresar sus sentimientos; no me gusta ser crítica, porque considero que todos debemos tener la oportunidad y libertad de transmitir esos instintos creativos. Sin embargo, el artista tiene la obligación de tener rabia, porque con un sentido de coraje es cuando mejor se logra plasmar la fuerza interior que llevamos dentro. Un crítico de arte, no hace muchos años, llegó a decirme que aún tenía en mi interior un gran caudal de arte por transmitir en mi obra.

¿Cómo ve el momento actual del arte pictórico catalán y del resto del Estado español?

El arte, en general, y a nivel europeo, parece que se desarrolla hacia una concepción abstracta de las formas, pero sin olvidar las raíces de la figuración, porque en la figuración se refleja la vida misma, mejor que en ninguna otra concepción espacial, tanto de la naturaleza animal, floral y geológica que nos rodea, y de la que nosotros, como seres humanos, formamos parte.

¿Entonces, qué significa para usted el color?

El color lo es todo, refleja la luz, el momento concreto del día, también a la persona en su estado de ánimo; la estación del año; es la vida, la alegría, es la plenitud...

¿Y del diseño, cómo se inició en esa línea creativa?

Hace cuarenta años, cuando un célebre fabricante de Barcelona al



ver mis dibujos de diseño no dudó en contactar conmigo para comercializarlos; y después, hace veinte años, en una importante empresa a nivel nacional, bajo el nombre de DISSTEX, como marca, pero sin perder el mío: Estevadeordal, S.L.

¿Qué tipos de diseños desarrolla y para quién va dirigido?

Mis diseños van dirigidos al hogar, como indica mi tarjeta de 'línea hogar', en los cuales predominan los tonos cálidos, ocres, azules, verdes..., nunca busco las tonali-

dades extremas, porque considero que en el hogar hay que transmitir una atmósfera de serenidad y bienestar.

¿Considera que la vida cotidiana está muy relacionada con el diseño que nos rodea?

Totalmente; es preciso que en los hogares las familias procuren generar atmósferas donde impere el equilibrio, en todos los sentidos, ya que de esta forma la juventud que allí se forme crecerá mucho más saludable y feliz.

¿Qué consejos le da a la sociedad general de nuestros días para aprovechar su tiempo libre?

Que se dedique a tareas que les llenen de plenitud; no creo en el aburrimiento, porque no he tenido nunca minutos muertos en mi vida, y, al decir minutos muertos, me refiero a momentos vacíos, sin creatividad; siempre he estado inmersa en la realización de algún proyecto creativo, bien en obra pictórica como en un diseño, cuando no leo un libro.

¿En qué está trabajando actualmente?

En la próxima edición de 'EXPO-HOGAR' de Barcelona, con los diseños de última generación, al tiempo que estudio nuevos temas pictóricos para luego reflejar en mis cuadros; algunos de ellos están relacionados con la basílica de la Sagrada Familia, en cuya fachada del Nacimiento coinciden la fuerza del arquitecto Antoni Gaudí con la sensibilidad del escultor Subirats. Igualmente me apasionan los temas marinos de la Costa Brava, cuyas íntimas y espectaculares calas procuro reflejar en las cuatro estaciones.

María Estevadeordal i Serarols, como he tenido la inmensa satisfacción de comprobar después de algunos años sin tener noticias de ella, sigue al pie del caballete, transmitiendo al mundo su portentosa creatividad artística, en unos lienzos plenos de vida, de luz, color y calor; mientras, en su estudio se respiran las fragancias de la Naturaleza que ella tanto ama, de plantas aromáticas recogidas por las montañas de Moià. Nos despedimos, con el espíritu cargado de belleza y equilibrio, con un hasta pronto, al tiempo que deseamos a esta gran artista los mayores éxitos.

MUSEO PICASSO DE MALAGA

El genial artista del siglo XX vuelve a casa

Texto: José Luis González Cañete / Fotos: Museo Picasso

Más de 200 obras ha logrado reunir este Museo malagueño. Cuadros, esculturas, objetos y dibujos de uno de los grandes artistas del siglo XX, que ahora gracias a uno de sus nietos y nuera, vuelven a la ciudad que le vio nacer, como mejor tributo a su memoria y a su legado artístico. La inauguración del Museo Picasso a finales del pasado año, fue un acontecimiento cultural de primer orden, para una de las ciudades españolas que más han prosperado en los últimos años.

Situado en el Palacio de Buenavista, un edificio del siglo XVI que mezcla elementos renacentistas y mudéjares, el histórico recinto alberga la Colección del Museo, a partir de ahora una de las más importantes del legado Picasso.

El acto de inauguración estuvo presidido por los Reyes de España - es conocida por todos la afición de la Reina a la pintura- acompañados por Manuel Chaves, presidente de la Junta de Andalucía y Christine y Bernard Ruiz Picasso, nuera y nieto del artista, y verdaderos artífices de este Museo al que han donado parte de su patrimonio artístico, que pasa a engrosar las colecciones de la pinacoteca malagueña.

El Museo abre sus puertas con un legado pictórico, digno de la ciudad

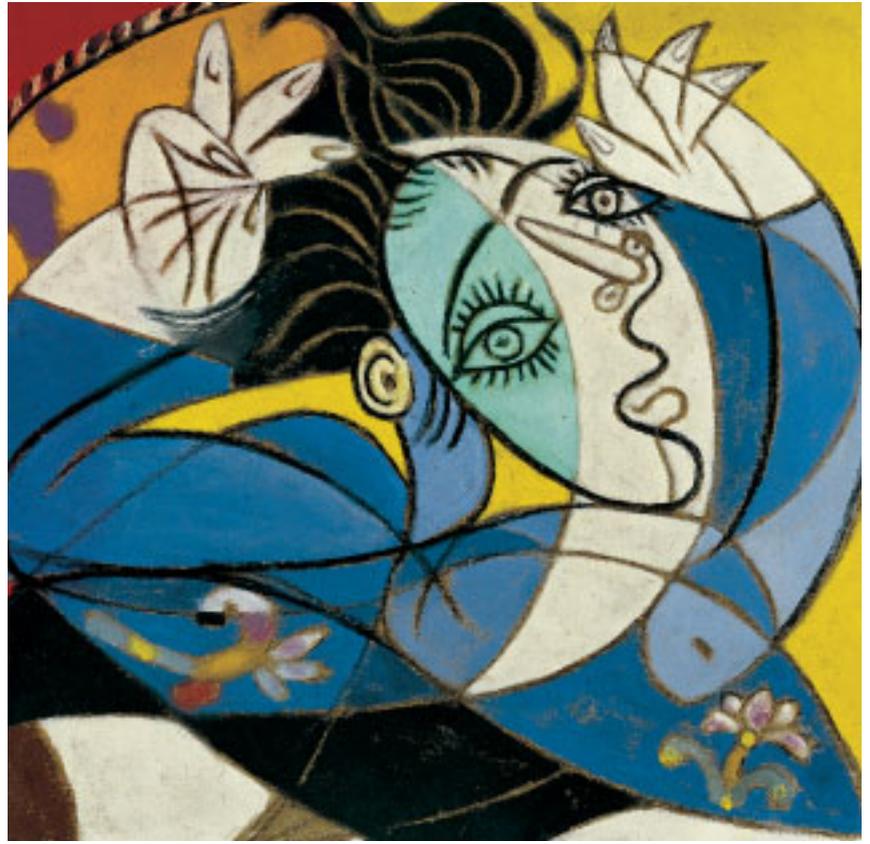


El Palacio de Buenavista acogerá algunas de las obras de Picasso

que vio nacer y crecer al pintor, con un total de 204 obras del artista plástico más decisivo del siglo XX.

Durante el primer año, y como reconocimiento internacional, en el Museo

también se exhibirán otras cuarenta obras de Picasso, fechadas entre 1901 y 1972, cedidas por Bernard Ruiz-Picasso y la Fundación Almine, y Bernard Ruiz-Picasso para el Arte.



El vistoso Museo inauguró también sus Salas destinadas a exposiciones temporales con la primera muestra organizada por el MPM que incluye 87 obras procedentes de los Museos Picasso de Antibes, Barcelona y París, Musée National Centre d'Art Moderne, Georges Pompidou, Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía, Fundación Beyeler y colecciones particulares, que complementan la oferta del nuevo museo malagueño, objeto ya de concurrida visita de muchos amantes de la pintura picasiana, tanto dentro como fuera de nuestro país, que desean hacer un recorrido por los años de su obra, pudiendo así contemplar la evolución de un creador excepcional.

UN PROYECTO HECHO REALIDAD

Los orígenes del Museo Picasso Málaga se remontan a dos grandes

La Colección Permanente va desde sus orígenes de las épocas Azul y Rosa, el movimiento Cubista y la fuerza expresiva de sus últimos años.

exposiciones celebradas en 1992, "Picasso clásico", y en 1994, "Picasso. Primera mirada". Colección Christine Ruiz-Picasso, que tuvieron un gran eco nacional e internacional, y que fueron impulsadas por la Junta de Andalucía y comisariadas por Carmen Giménez, directora actual de este Museo.

A partir de ese momento Christine Ruiz-Picasso, nuera del artista, empezó a considerar la posibilidad de contar con una presencia significativa de la obra de Picasso en Málaga; cuestión esta que mereció el apo-

yo de Bernard Ruiz-Picasso, hijo de Christine y nieto del artista, ambos convencidos de que Picasso tenía una deuda con su ciudad natal, que quisieron saldar, apoyando la búsqueda de un centro permanente donde exponer la obra de Picasso.

La iniciativa fue acogida con entusiasmo por la Junta de Andalucía, que empezó buscando un espacio que reuniera las mejores condiciones para la exhibición de este importante legado cultural, impulsando con ello la ciudad de Málaga, que hoy cuenta ya con uno de los museos más impor-

tantes del país, y para el que se ha contado con una inversión económica cercana a los 66 millones de euros.

DONACIONES DE LA OBRA PICASIANA

El Museo Picasso de Málaga cuenta con una interesante colección permanente que se puede ver ahora en el elegante recinto malagueño, y que es la parte más importante de todo el legado cultural que ha logrado reunir el Museo.

Para la formación de esta Colección Permanente, la nuera de Picasso dona 133 obras, repartidas entre: 14 pinturas al óleo, 9 esculturas, 44 dibujos, 58 grabados, 7 cerámicas y un carné de dibujos de la serie Royan con 36 dibujos más.

Su hijo, y nieto de Picasso, Bernard, dona 22 obras, repartidas entre, 5 pinturas al óleo, 2 dibujos, 10 grabados y 5 cerámicas. Asimismo, se ha acordado que los dos herederos cedan gratuitamente por un período de diez años prorrogable, otras 49 obras: 23 óleos, 2 esculturas, 7 dibujos, 5 grabados y 12 cerámicas. Toda la colección se exhibe en 12 salas del Palacio de Buenavista.

Comienza con el cuadro Mujer con mantilla (óleo sobre lienzo) obra de un Picasso adolescente de 1894, que ya desprende un gran dominio del lenguaje plástico. Después, el visitante puede ver las obras del periodo Azul y Rosa, con toda la influencia de la sociedad parisina, en un Picasso aún joven. El recorrido histórico sigue con el movimiento cubista, del cual Picasso fue su mayor exponente, junto a Georges Braque, dando a luz uno de las vanguardias más innovadoras del arte occidental.

El nuevo estilo cubista desafiaría



la perspectiva renacentista, donde los instrumentos musicales, las botellas y las personas se funden en un espacio paradójico, sin orden o valor

establecido. Picasso recurre a la técnica del collage para convertir sus poéticas visiones en algo concreto, como se observa en alguna de sus

Christine y Bernard Ruiz Picasso, nuera y nieto del pintor son los verdaderos artífices de este Museo al que han donado parte de su patrimonio artístico

UN PALACIO PARA PICASSO

Con la apertura del Museo se cumple uno de los sueños de Pablo Picasso, nacido en Málaga en 1881 y fallecido en Mougins en 1973, que así, regresa con algunas de sus obras más emotivas al paisaje de su infancia, ese período tan decisivo en la vida de un ser humano. Situado en el bello Palacio de Buenavista, el edificio fue declarado Monumento Nacional en 1939, y posteriormente fue adquirido por la Junta de Andalucía como sede del Museo Picasso Málaga.

Todo él resulta un magnífico ejemplo de la arquitectura civil andaluza del siglo XVI, en el que se mezclan los elementos renacentistas y mudéjares. Su estratégica ubicación, junto a la Catedral y en pleno centro histórico de la ciudad malagueña, ofrece un fácil acceso a los visitantes y curiosos.

El edificio y sus dependencias han sido restaurados y acondicionado con todos los requerimientos técnicos que hoy necesita un museo de arte moderno. Contiguamente, anexo, se han diseñado varios edificios que albergaran todos los servicios e instalaciones básicas de un museo vivo: salas de exposiciones temporales, biblioteca y centro de documentación, auditorio, departamento de educación, taller de restauración, librería, tienda y oficinas, entre otras, que unidos al Palacio suman más de 8.300 metros cuadrados de arte y cultura en pleno centro de la ciudad.



obras, revelando ya, la importancia que el collage supuso para el cubismo.

El primer año de vida del Museo, y como regalo para su inauguración, la Colección Permanente cuenta además con otras 40 obras maestras cedidas generosamente por Bernard Ruiz-Picasso y la Fundación Almine y Bernard Ruiz-Picasso para el Arte y que permitirá recorrer más de 70 años de la febril creación de Pablo Picasso, y entre las cuales se encuentra la obra pintada hacia 1901, Casagemas Muerto, un óleo de gran significación para Picasso, ya que es un tributo a la gran amistad que sintió hacia su compañero de bohemia, y otra, del final de su obra fechada en 1972, y titulada Mujer, donde se distingue a una mujer desnuda, que parece estar sentada en una silla, una imagen que desborda sensualidad.

Del resto de estas 40 obras exhibidas solo el primer año, prorrogable, destaca la fuerza del Retrato de

Mateu Fernández de Soto, característico del período Azul; la solidez de Fernand con mantilla, (1906), al captarla como si fuera una matrona clásica; una serie de desnudos a la acuarela y al óleo de 1908 que preludian ya el camino de lo que será su mejor obra cubista: Las señoritas de Aviñón, uno de los grandes hitos del universo picasiano, expuesto en el Museo de Arte Moderno de Nueva York.

UN RECORRIDO POR EL MUSEO

La visita al Museo Picasso ofrece una sorpresa al visitante, ya que durante las obras de acondicionamiento del recinto se descubrieron bajo sus sótanos un formidable sitio arqueológico, con restos de muralla y de torreones fenicios de comienzos del siglo VI a.c. Restos que se han integrado en el recorrido del museo y que recuerda al parisino Museo del Louvre que exhibe los restos del viejo castillo medieval.

SERVICIOS

Programa radiofónico para mayores

Radio Círculo 100.4 F.M. es una emisora de radio nacida con el objetivo de ser eco de toda la vida cultural, la que ocurre dentro del edificio del Círculo de Bellas Artes, en otras instituciones madrileñas, en el resto del país y en el panorama internacional gracias a una red de corresponsales establecida con la colaboración de los distintos centros del Instituto Cervantes repartidos por todo el mundo.

Sus emisiones, en el 100.4 F.M., pueden escucharse a través de Internet desde cualquier parte del mundo accediendo a la página web del Círculo (www.circulobellasartes.com), Los jueves de 12 a 13 horas el programa El Club del Mayor es el foro dedicado a cuantas cuestiones son de interés para las personas mayores. Las noticias de actualidad, cultura, salud, viajes, música de siempre y micrófono abierto para la participación configura su contenido.

Programa EL CLUB DEL MAYOR
Radio Círculo 100.4 F.M



Hagamos del mundo la tierra de todos



En un mundo globalizado, donde las fronteras son un mero elemento geográfico, siguen existiendo enormes barreras que impiden a millones de personas el acceso a los grandes avances de los que se benefician otros muchos millones. Por ello, Manos Unidas dedicará su afán durante el nuevo trienio 2004-2006 en lograr la globalización de la solidaridad, trabajando por la justicia contra la explotación, el hambre y la enfermedad, utilizando el lema: "Hagamos del mundo la tierra de todos".

El inicio de este nuevo trienio comienza con el eslogan "El futuro del mundo, compromiso de todos". Durante doce meses han fijado el objetivo de sensibilizar a la población en la idea de que todos estamos implicados en la construcción de un mundo más justo y humano. Manos Unidas como cada año convoca concursos de carteles, prensa, radio y televisión. El plazo de presentación finaliza en mayo.

Manos Unidas
Barquillo 38-3º - 28004 Madrid
Tel.: 91 308 20 20
Fax 91 308 42 08
www.manosunidas.org
info@manosunidas.org

INTERNET

Hacer y conocer el Camino de Santiago



El Camino de Santiago, también denominado Ruta Jacobea, entró en la historia hace ya doce siglos, cuando en una fecha imprecisa, situada entre los años 820 y 830, se descubrieron los restos mortales del apóstol Santiago en el occidente europeo, en lo que hoy es la ciudad gallega de Santiago de Compostela. En las últimas décadas el Camino de Santiago, que alcanzó su máximo esplendor en los siglos XI y XII, ha recuperado de nuevo protagonismo convirtiéndose en una ruta espiritual y cultural de primer orden. En 1987 fue declarado Primer Itinerario Cultural Europeo, en 1993 Bien Patrimonio de la Humanidad en España e igualmente en 1998 en Francia. Desde el 31 de diciembre y durante todo el año 2004, la ciudad de Santiago de Compostela celebrará el primer Año Jubilar Compostelano de este milenio. Se trata del primer gran acontecimiento socio-cultural del siglo XXI en España. En esta ocasión la tecnología ayuda a los peregrinos y turistas para realizar la ruta jacobea:

recomendaciones, eventos, datos de interés, etc.

XACOBEO 2004

www.xacobeo.es

Tel. de información: 981 57 2004

Biblioteca virtual y adaptada

La Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes desde su nacimiento, en 1999, ha servido cerca de 79 millones de páginas y se ha convertido en el portal de referencia de las letras hispánicas. Aprovechando las múltiples posibilidades de Internet ofrece de modo gratuito un catálogo general que cuenta en estos momentos con cerca de 12.000 títulos digitalizados en diferentes formatos: texto, imagen (más de 500 ediciones facsímiles), vídeo, audio y formatos combinados.

Su colección se compone de obras completas, digitalizadas a partir de documentos impresos y de audiovisuales procedentes del patrimonio cultural y científico de la comunidad de habla hispana, y que están disponibles en la red de forma gratuita. Coincidiendo con el Año Europeo de las Personas con Discapacidad ha reforzado su Biblioteca de Signos, especialmente concebida para personas con discapacidad auditiva. En este portal las obras pueden leerse mediante el lenguaje de signos. Por su parte, la Fonoteca permite que quienes sufran problemas de visión puedan disfrutar con las grabaciones sonoras de la biblioteca.

www.cervantesvirtual.com

CURSOS

Formación en servicios sociales



El IMSERSO en colaboración con el Colegio Oficial de Psicólogos organiza conjuntamente el IV Plan de Formación, febrero-diciembre 2004, que oferta cinco áreas de especialización: Mayores; Personas con Discapacidad; Inmigrantes y refugiados; Dirección, organización y gestión de Centros y Programas de Servicios Sociales y Metodologías, técnicas y estrategias de intervención social.

La formación en el IV Plan permite optar a tres modalidades de certificación: Diploma Técnico Superior en Servicios Sociales (300 horas); Especialista en alguna de las cinco áreas temáticas o certificado de asistencia al Módulo.

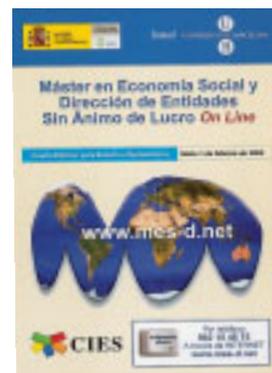
Las clases se iniciarán en febrero.

Información, inscripciones y lugar de celebración: Colegio Oficial de Psicólogos. Departamento de Formación Cuesta de San Vicente, 4-5º planta Tfno.: 91 541.99.99 Ext. 5 Fax 915472284

e-mail: formacion@correo.cop.es

www.copmadrid.org

Curso on line dedicado a economía social



Con el objetivo de contribuir a la profesionalización del sector, el IMSERSO organiza, en colaboración con la Universitat de Barcelona, la cuarta edición para España e Iberoamérica del Máster en Economía Social y Dirección de Entidades Sin Ánimo de Lucro.

El Máster en Economía Social propone una formación integral teórica y aplicada de contenidos, habilidades y valores a los responsables de la gestión empresarial de asociaciones, fundaciones, ONG's, cooperativas, sociedades laborales y empresas en general que se constituyan con un objetivo social, el cual se concreta en la prestación de servicios personales relacionados con las áreas de sanidad, educación, cultura, servicios sociales, etc. La importancia creciente de este sector en términos cualitativos y cuantitativos es una realidad imparable en empleo y creación de riqueza.

El Máster está dirigido a licenciados, diplomados y profesionales que trabajan o quieren traba-

jar en Entidades sin Ánimo de Lucro: fundaciones, asociaciones, ONG's, cooperativas y entidades similares.

El contenido del programa de estudios desarrolla las siguientes áreas: análisis económico, marco jurídico, organización de recursos humanos, gestión empresarial, responsabilidad social corporativa, comunicación y entorno socio-político.

Además, existe un módulo preliminar de introducción a la utilización de las herramientas multimedia para el aprovechamiento óptimo de la metodología de formación a distancia y otro dedicado al proyecto final. Éste último es el proyecto de estudio y aplicación de técnicas de gestión empresarial al funcionamiento de una entidad previamente escogida por el alumno.

Información: 902.15.45.75 y www.mes-d.net

Documentación y Matrículas:

Alexis Romero

Grupo CIES

C/Rosellón, 416-1º-3ª

08025 Barcelona

e-mail: info@mes-d.net

Conferencias de UMER

La Universidad de Mayores Experiencia Reciproca, UMER, reanuda en febrero sus conferencias de los lunes a las 18 horas en la sede de los Servicios Centrales del IMSERSO, Avda. de la Ilustración con vuelta a Ginzó de Limia, 58 (Metro Barrio del

Pilar o Cardenal Herrera Oria)

El impacto de la globalización en el mundo actual; la problemática ambiental contemporánea y cómo era la vida en Atapuerca, serán los temas presentados durante los lunes del mes de febrero.

Además, organizan visitas guiadas y gratuitas al Museo del Ejército y la Imprenta Artesanal Municipal. Para mayor información de actividades:

UMER

TFNO.: Y Fax 91 523 15 15

Tfno secretaria: 91 3213 26 56

LIBROS

La cara oculta de la inteligencia



La cara oculta de la Inteligencia nos invita a reflexionar sobre la falta de atención prestada a esta extraordinaria herramienta que nos permite realizar las proezas más insospechadas y, lo que es aún peor, sobre el mal uso que hemos hecho de la inteligencia, lo que en muchas ocasiones ha ocasionado y sigue ocasionando graves prejuicios a nuestro entorno y a nuestro mundo interior. Jaime Smith Semprún, fun-

dador de la Alianza para la Depresión y autor de "El dolor del alma", título publicado por esta misma editorial que ha alcanzado siete ediciones, expone de forma clara y amena los conocimientos fundamentales sobre todo aquello que tiene una relación directa con nuestro cerebro: las características, tipos y trastornos de la personalidad, las enfermedades mentales, la creatividad, etc. Asimismo, nos habla de emociones, el sentido del humor, el amor, la sexualidad, e invita a cultivar la inteligencia emocional de cada uno, para contribuir a mejorar notablemente nuestro grado de felicidad, todo ello mediante una escritura amena.

La Cara Oculta de la Inteligencia.

Autor: Jaime Smith Semprún.

Alianza Editorial, S.A., Madrid 2003

200 Consejos para superar el cáncer con una sonrisa



Este libro propone una emotiva reflexión sobre las circunstancias imprevisibles de la vida. Transmite que debemos luchar sin fronteras ante cualquier enferme-

dad. Por encima de un diagnóstico desfavorable de un médico, está nuestra voluntad de vivir. Estos consejos no sólo son para los que han pasado por un cáncer; son para todos, porque nadie está libre de que, por distintos motivos de la vida, pierda los deseos de vivir. Siempre hay alguien o algo por lo que merece la pena seguir viviendo con una Sonrisa.

200 Consejos para superar el cáncer con una sonrisa.

Autora. M^o Carmen Pascual Tabasco. Entrelíneas Editores Madrid 2003

MÚSICA

Así son los colores de su voz



A Rosario no le falta raza, talento ni experiencia. La hija menor de la “Faraona” vuelve al panorama musical con un disco, menos comercial que el anterior, pero con más “sentimiento” y mejores canciones. “Mil Colores” es su título, y una de las mejores melodías junto con los tanguillos dedicados a su madre. El resto, incursiones en la Bossa Nova, fusión de la rumba con ritmos calientes y un dúo

excepcional con Antonio Carmo-
na, de los Ketama con el que
interpreta “Atado a esa Mujer”,
uno de los mejores temas del
álbum. Un disco suave, bien
medido en la voz tierna de Rosa-
rio, a ratos muy rítmicos, y a
ratos, tremendamente suave.
Rosario tiene color en la voz, fuer-
za en los temas lentos y mucha
juerga en la rumba, que sabe can-
tar como nadie.

Mil colores. Rosario. BMG

Como modernizar la copla



El género de la Copla ahora se moderniza con la publicación del CD “TATUAJE II”. Un intento de modernizar el género, poniendo en la voz de cantantes actuales, coplas y tonadillas, en su mayoría compuesta por el genial trío Quintero, León y Quiroga. Así, en la voz de David Bisbal se puede escuchar la “Triniá”, en la de Diego Torres, “La Zarzamora” en la de Lolita “Callejuela sin Salida” y en la de Chenoa “El Beso”. Un buen trabajo musical producido por José A. Romero y Pancho Varona que han aportado al disco

frescura, modernidad y un nuevo estilo para interpretar un género que con discos así no morirá nunca, porque ahora también llega a las nuevas generaciones.

Tatuaje II. Varios BMG

TEATRO

Una historia para todos los públicos

El Jorobado de Notre Dame es un texto clásico que la factoría Disney inmortalizó en el cine para dibujos animados. Ahora el Grupo “La Bicicleta”, caracterizado por sus imaginativos montajes, lo sube a escena, recreándolo a su modo y manera con canciones, textos y diálogos, alejados del montaje americano. Por allí desfilan Frodo, la zíngara, Esmeralda, y sobre todo, Quasimodo, muy bien interpretado por Enrique Lestón en un papel al que imprime ternura, buena voz y presencia que hace muy creíble su personaje, logrando entre todos una representación imaginativa y muy divertida, para abuelos y nietos. Ejemplos como este son la verdadera alternativa al teatro convencional de mucho dinero y poca imaginación.

**El Jorobado de Notre Dame
Sala San Pol**

**Pza. San Pol de Mar, 1 MADRID
Tfno: 91 541 90 89 y 91 547 94 22**

Casitas de alquiler

Desde la cima de monte Abantos, en los años cincuenta, por la noche, se divisaba Madrid en el horizonte como una fina luciérnaga de luz, entre la cumbre y esa línea luminosa, la oscuridad más absoluta, allí veraneábamos, en el Escorial.

Las viviendas eran de alquiler, viviendas para la clase media más bien modesta, casas de pueblo de tejas rojas alquiladas por sus propietarios a los que veníamos desde la capital para pasar tres meses del veraneo de antaño. Nuestras padres iban y venían a la ciudad solamente los fines de semana y en tren. Nadie tenía coche, nosotros montábamos en bicicleta, hacíamos tortilla de patatas en el monte o chocolatada en el bosque de La Herrería. No había discotecas, bailábamos en los jardines de las casas alquiladas, en sus pisos, eran los guateques que durante el verano se repetían con mucha frecuencia. De aquellos guateques surgieron las ilusionadas parejas después matrimonios, de los que muchos años después serían jefes del Gobierno, muchos de ellos impulsores de la España actual y de la Democracia.

Había poco dinero pero mucha ilusión. Las gallinas picoteaban en los corrales un poco de hierba, algunas migajas que las echábamos, se oía cantar a los gallos, la carne de pollo era carísima, inasequible, pero “sabía a pollo”, algo que desconocen las actuales generaciones y que posiblemente jamás conocerán, quizá en el paraíso. También los langostinos que se veían alguna vez al año y la ostras (una

vez en la vida), sabían a langostinos y a ostras, quizá la fama que tienen les venga de aquellos sabores de leyenda. Hoy hay poca diferencia entre un langostino, un muslo de pollo o una ostra.

Desde aquellas casas alquiladas veíamos tormentas monumentales, generalmente una por semana, eran espectáculos para nosotros, los niños, fascinantes... En invierno caían grandes nevadas pero no sólo allí en la sierra, también en la capital, la de mil novecientos cincuenta conservó la nieve en Madrid cerca de un mes.

Los Cinco Latinos, Paul Anka, Elvis, José Luis y su guitarra..., todas esas voces las oímos en las viviendas de alquiler, protegidos del calor sofocante bajo las tejas rojas.

He subido al monte Abantos de noche a mis cincuenta y tantos años, como en el filme “E.T.” la fina línea del horizonte se ha transformado en una luminaria casi compacta que llega hasta mis pies, la contaminación alcanza más allá de donde estoy, un área de ochenta kilómetros de radio desde la Puerta del Sol. Todo son urbanizaciones, viviendas en propiedad construidas en edificios de hormigón y cristal, áreas de césped, piscinas, tenis, carreteras atestadas de modernos automóviles, atascos, discotecas para bailar de noche, masas de adolescentes saliendo de sus casas a la hora que nosotros llegábamos a ellas, para regresar, a su vez, al amanecer; toneladas de alimentos que saben a algodón, todo eso quizá para que nos sintamos orgullosos. Los antiguos caseros han muerto, las gallinas por supuesto, Elvis también, nuestros padres, que venían a vernos el fin de semana en tren, han muerto casi todos, ruge el desarrollo a mis pies; ¿son felices, me pregunto? El silencio de las estrellas parece darme una enigmática contestación.