

Sesenta

y más

PUBLICACIÓN DEL
MINISTERIO DE TRABAJO
Y ASUNTOS SOCIALES.
SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES,
FAMILIAS Y DISCAPACIDAD.

IMERSO



NÚMERO 249 MAYO 2006

La Noticia

El Consejo de Ministros
aprueba el proyecto de
Ley de Dependencia

A Fondo

Dos años de Gobierno
Socialista

Reportaje

"Seniors" en las empresas:
el valor de la experiencia





Asistencia sanitaria en sus viajes por el extranjero

Si es Vd. beneficiario de la Seguridad Social española, en sus desplazamientos temporales por determinados países, continúa su derecho a recibir prestaciones de asistencia sanitaria de carácter inmediato o urgente, en caso de enfermedad imprevista o accidente.

En general, pueden hacer uso de este derecho los trabajadores y pensionistas, así como sus familiares, con derecho a asistencia sanitaria de la Seguridad Social española.

La asistencia sanitaria le será prestada según las normas establecidas en cada país para sus propios beneficiarios.

Una vez en el país de estancia, podrá ponerse en contacto con la institución de Seguridad Social local, que le informará del modo de acceso, en su caso, a las prestaciones sanitarias.

Antes del viaje, deberá proveerse en España de la tarjeta sanitaria europea si su destino es algún país de la Unión Europea, del espacio Económico Europeo o Suiza, o bien del formulario acreditativo de su derecho a la asistencia sanitaria por cuenta de la Seguridad Social española. Dichos documentos deben ser solicitados en los Centros de Atención e Información de las Direcciones Provinciales del Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS).

● INFORMACIÓN

En los 435 Centros de Atención e Información

En la línea telefónica gratuita
900 166 565

En Internet
www.seg-social.es

● PAÍSES DE LA UNIÓN EUROPEA

Alemania, Austria, Bélgica, República Checa, Chipre, Dinamarca, Eslovaquia, Eslovenia, Estonia, Finlandia, Francia, Grecia, Hungría, Irlanda, Italia, Letonia, Lituania, Luxemburgo, Malta, Países Bajos, Polonia, Portugal, Reino Unido y Suecia.

● POR ACUERDO

Suiza

● PAÍSES DEL ESPACIO ECONÓMICO EUROPEO

Islandia, Liechtenstein y Noruega

● PAÍSES VINCULADOS POR CONVENIO BILATERAL

- Andorra, Brasil, Chile y Ecuador (salvo pensionistas).
- Marruecos, Perú y Túnez (sólo para nacionales de esos países).

Sesenta y más Sumario



CONSEJO EDITORIAL

Angel Rodríguez Castedo, Myriam Valle, Pablo Cobo, Angeles Aguado, José M^a García, Juan Manuel Amor, José Carlos Fernández Arahuetes e Inés González.

DIRECTORA

Inés González.

REDACTORES

Juan M. Villa, Rosa López Moraleta y Milagros Juárez.

MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

FOTOGRAFÍA

M^a Angeles Tirado Cubas.

PORTADA

Stock Photos.

ADMINISTRACIÓN

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

COLABORADORES

Araceli del Moral, Ana Fernández y Juan M. Vidal, Juan R. Aguirre y Patricia Pérez Cejuela.

CONSEJO DE REDACCIÓN

Inés González y Juan M. Villa.

EDITA

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

DIRECCIONES DE INTERNET

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

REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración s/n.,
c/v a Ginzo de Limia, 58.
28029 Madrid Tel.: 91-363 86 28.
Fax: 91 363 89 73
revistasimserso@mtas.es

DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.
NIPO: 216-06-001-0.
ISSN: 1132-2012.
TIRADA: 73.000 ejemplares.

IMPRIME

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

Número 249 / Mayo 2006

6 LA NOTICIA

El Gobierno aprueba el proyecto de Ley de Dependencia.

8 REPORTAJE

"Seniors" en las empresas: el valor de la experiencia.

14 ENTREVISTA

Iñaki Gabilondo, director de informativos "Noticias Cuatro".

18 A FONDO

Balance de dos años de Gobierno socialista.

24 A TONO

26 ACTUALIDAD

31 CUADERNOS

Jornada sobre Dependencia y Envejecimiento Activo. X Congreso de la Sociedad Española de Retina y Vítreo. Simposium: Presente y Futuro en el Tratamiento de la Hepatitis Crónica C. Estudio sobre la salud de los españoles.

40 CALIDAD DE VIDA

La osteoporosis se puede prevenir.

44 EN UNIÓN

Asociación de Prejubilados, Jubilados y Pensionistas del BBVA.

48 INFORME

Estudio de la UAM sobre las personas mayores y la atención a la dependencia.

54 MAYORES HOY

José Melón López, "Un lobo de mar".

58 CULTURA

"La cultura es luz", lleva a Galicia una exposición inédita en España, de Diego Rivera.

62 MAYORGUÍA

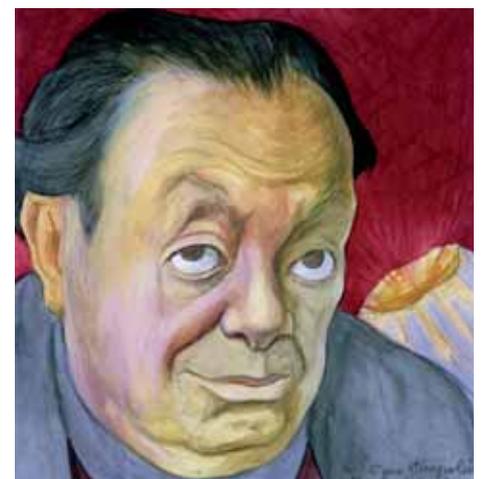
66 OPINIÓN



14-17 Entrevista



40-43 Calidad de vida



58-61 Cultura

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

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

El primer balance de los dos años de Gobierno arroja un resultado positivo para los ciudadanos. La ampliación de los derechos individuales, la atención a los más desfavorecidos y la extensión y consolidación del Estado del Bienestar que pone los cimientos de un nuevo cambio social son algunos de los factores que sustentan esta conclusión.

UNA SOCIEDAD MÁS SOLIDARIA

El Estado del Bienestar, que supuso en su momento un progreso extraordinario, hunde sus raíces en la Ilustración, y establece formas de protección capaces de poner en valor social la dignidad humana y el derecho a la autonomía de los individuos. Es la plasmación de un ejercicio de solidaridad y del valor de nuestras libertades en el desarrollo de la igualdad y establece las seguridades colectivas, capaces de combatir la exclusión social y promover el bienestar de sus ciudadanos.

Los sectores sociales más desfavorecidos han estado, sin duda, en el primer plano de la acción de gobierno. Muy especialmente las personas mayores y los pensionistas con menos ingresos han sido objetivo prioritario. La subida ya consolidada de las pensiones mínimas, y el compromiso de continuar este incremento hasta alcanzar un aumento del 26% en la legislatura, la posibilidad de compatibilizar los ingresos del extinguido SOVI (Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez) con la pensión de viudedad, o el incremento histórico en los programas de vacaciones y de termalismo social demuestran la solidez del avance ya alcanzado.

En el capítulo de mejora de estructuras hay que incluir también la construcción de los nuevos Centros Estatales de Referencia de Alzheimer en Salamanca, de Enfermedades Raras en Burgos y de Atención a Personas con Grave Discapacidad Física en San Andrés de Rabanedo (León); y los que habrán de crearse en Badajoz de Promoción de la Vida Independiente, y en Cáceres de Atención a Personas con Discapacidad Intelectual.

No está todo hecho, queda un buen camino por recorrer, pero los primeros pasos se han traducido en hechos muy favorables. El Gobierno ha tenido muy en cuenta las reivindicaciones de los mayores y ha actuado aplicando medidas de ayuda a nuestro colectivo. Son medidas que se han adoptado en colaboración con el movimiento asociativo de las personas mayores, cuya interlocución se ha apoyado plenamente, mediante la creación del Consejo Estatal de Mayores.

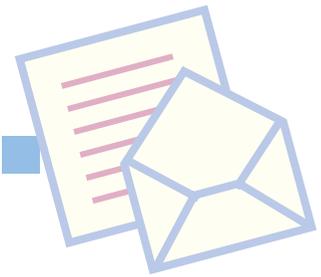
Con todo, la piedra angular de la acción de gobierno en beneficio de los menos privilegiados es la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a Personas en Situación de Dependencia, cuyo proyecto acaba de ser enviado al Parlamento y que entrará en vigor en enero de 2007. La Ley viene a reconocer un nuevo derecho de ciudadanía en España y garantiza el derecho de las personas que no se pueden valer por sí mismas a ser atendidas por el Estado. Derecho que podrá ser exigido administrativamente y jurisdiccionalmente.

La Ley de Dependencia se inspira en tres principios: el carácter universal y público de las prestaciones, el acceso a las mismas en condiciones e igualdad y la participación de todas las administraciones en el ejercicio de las competencias.

El Sistema Nacional de Dependencia (SND), que desarrollará la ley, se constituirá como una red de utilización pública y diversificada, que integre y coordine los centros y servicios, públicos y privados, que estén debidamente acreditados. Se trata de una apuesta firme por una sociedad más justa y equilibrada, la creación del cuarto pilar del Estado del Bienestar, que contribuirá a cambiar el modelo social vigente, que hace recaer en las familias la atención de las personas dependientes, por otro modelo más justo que asuma esa responsabilidad como un compromiso de toda la sociedad. Una revolución solidaria.

Porque gobernar no es un ejercicio neutral, exige priorizar para dar respuesta a problemas y aspiraciones sociales. El Gobierno presidido por José Luís Rodríguez Zapatero sitúa al Estado como garante del desarrollo de los derechos de ciudadanía desde la igualdad, para el bienestar individual y colectivo, combatiendo la exclusión social. Del primer balance se deriva un claro corolario: dos años después, la sociedad española ha avanzado, se beneficia de nuevas estructuras solidarias. Los ciudadanos disfrutan de más derechos y se ha reforzado el Estado del Bienestar

Cartas



Desde Australia con amor

Desde esta lejana y bonita ciudad de Sydney, os recuerdo con afecto y gratitud por el envío que me hacen siempre de esta maravillosa revista de "Sesenta y Más", que ya lleva años de publicación, y que, cada día, es más interesante y amena. Cada día que pasa hay más personas mayores, entre las que me encuentro (aunque trato de no perder el buen humor siguiendo el último consejo de Olga Calabia Lahera (farmacéutica), en la sección "Opinión" del 246 que he recibido). Los artículos que

escriben estas personas en la revista, nos hacen un bien muy importante a los que, como en mi caso, vivimos tan lejos de nuestra querida España. Cualquier cosita, que para otros puede pasar desapercibida, para los que estamos a 25.000 kilómetros ¡todo es estupendo! España sólo hay una y el emigrante la lleva dentro. Yo, en casa y en el club, hablo español. Cuando voy al mercado si quiero comer he de pedirlo en inglés, además el español es lo mío y nada más.

Concepción Rico de Trevin
Sydney (Australia)

Un grupo con mucha marcha

Somos un pequeño grupo de personas formado desde hace algún tiempo, que valoramos la sinceridad y la amistad. Aquellas personas jubiladas que quieran participar en nuestras reuniones y actividades que realizamos, que son muchas como: juegos de

cartas, teatro, cine, excursiones, viajes, baile... Si tienes un nivel medio únete a nosotros. Te esperamos. Llámanos al teléfono: 696833038, preguntar por Gloria, o al 91 404 96 17 preguntar por José Luis.

José Luis González
(Madrid)

Ramas verdes y secas

Bajo el árbol silencioso,
Expectante, el hombre mira,
Como ramas se desprenden
Y otras verdes le cautivan.

Siempre quedará en el árbol
La fuerza de la esperanza
Una flor, una ramita,
Claridades de confianza.

Una ventana en la copa,
Un atisbo en la distancia,
Pasarela que nos lleve
A los lagos y montañas.

Bajo luna o noche oscura
Y en albos de mañanas,
Cada cual medita y sueña
Y con sueños se levanta.

No repares en la flor
Ya marchita y sin sustancia,
Repara en lozana rosa
Y el aroma que te embarga.

Hombre que vas caminando,
No corras tras un ayer,
Mira siempre rama verde
En el árbol del placer.

¡oh jardín de mil colores
y de aromas consistentes,
las flores que permanecen
Son espejos relucientes!

Fdo: José Rey Suárez (Madrid)

La Noticia

EL GOBIERNO

APRUEBA EL PROYECTO

DE LEY DE ATENCIÓN

A LAS PERSONAS

DEPENDIENTES



M^a Teresa Fernández de la Vega y Jesús Caldera en la presentación del proyecto de Ley de Dependencia.

Texto: Juan M. Villa / Foto: MTAS

El Consejo de ministros ha aprobado el proyecto de Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia que será remitido al Congreso para su tramitación parlamentaria. La puesta en marcha de esta ley permitirá la creación del Sistema Nacional de Dependencia (SND).

Este Sistema de protección social constituirá el cuarto pilar del Estado del Bienestar y se suma al Sistema Nacional de Salud, al sistema educativo y el sistema de pensiones, destacó la vicepresidenta del Gobierno, María Teresa Fernández de la Vega. Asimismo la aprobación de la futura Ley en el Parlamento generará un nuevo derecho, universal y de ciudadanía que garantiza la atención y cuidados a las personas en situación de dependencia.

De esta manera, la ley se inspira en principios como el carácter universal y público de las prestaciones, el acceso a estas prestaciones en condiciones de igualdad y la participación de todas las administraciones en el SND en el ejercicio de sus competencias.

“La ley supone una autentica revolución desde el punto de vista social”, subrayó Caldera en la rueda de prensa que siguió al Consejo de Ministros al tiempo que incidió en que el proyecto cuenta con el principio de acuerdo de las comunidades autónomas y con un amplio respaldo de los grupos parlamentarios, que se pretende que sea total en el futuro. “El proyecto es fruto del diálogo social” remarcó Jesús Caldera.

La puesta en marcha de esta ley permitirá atender, en diferentes

fases, a más de 1.125.000 personas dependientes, según los datos recogidos en el Libro Blanco de la Dependencia, esta cifra según las previsiones se incrementará en los próximos años. El Sistema Nacional de Dependencia será el instrumento, según se contempla en el proyecto de Ley, que promoverá la autonomía personal y garantizará la atención y protección a las personas en situación de dependencia en todo el territorio del Estado. La vicepresidenta del Gobierno explicó, en la presentación del proyecto, que la atención a las personas dependientes "es una tarea que debe comenzar por las personas más necesitadas, y a lo largo de los próximos diez años ir alcanzando a todas las personas en situación de dependencia".

Por su parte el ministro de Trabajo y Asuntos sociales, Jesús Caldera, anunció que la ley entrará en vigor el uno de enero de 2007, a partir de esta fecha todos los ciudadanos que lo soliciten serán evaluados para determinar su nivel de dependencia y los servicios o ayudas económicas que necesiten.

El ministro detalló los tres niveles de protección que dispone la ley; así el primero "determina el contenido básico de los derechos en toda España y será financiado íntegramente por el Estado". El segundo "se llevará a cabo con la financiación del Estado y de la comunidad autónoma mediante la suscripción de un convenio", ya que este nivel de protección supone la adaptación a las circunstancias de cada comunidad autónoma. Por último el tercer nivel posibilita que las CC.AA. y las entidades locales amplíen "por propia iniciativa y a cargo de sus presupuestos estos derechos".

¿Cómo funcionará la atención a las personas dependientes?

Tras la entrada en vigor de la ley (uno de enero de 2007)

1.- Valoración de la dependencia.

La persona en situación de dependencia pide su evaluación en el centro específico de su comunidad autónoma.

La valoración se realiza en función de un baremo único en todo el Estado.

2.- Programa individual de atención.

Incluye los servicios que la persona dependiente necesite. El primer año accederán las personas dependientes de mayor grado (unas 200.000 tienen una gran dependencia), se resto se incorporará gradualmente hasta 2015.

Prestación de servicios a través de centros y programas públicos o concertados acreditados: teleasistencia, ayuda a domicilio, centros de día o de noche, o residencias.

Prestaciones económicas: vinculada a la contratación de un servicio, compensación económica por cuidados en el entorno familiar, o prestación de asistencia personalizada.

3.- Atención.

La persona dependiente se beneficia de programas y servicios.

Según la renta o patrimonio, el beneficiario abonará una media de un tercio del coste del servicio.

El Estado aportará en torno a 375 euros por usuario del Sistema Nacional de Dependencia.

¿Quiénes y cuándo?

Tendrán derecho a asistencia todos los españoles que necesiten ayuda para realizar las actividades básicas cotidianas por su discapacidad que hayan vivido en cinco años España, dos de ellos inmediatamente anteriores a la fecha de solicitud. También podrán acceder los inmigrantes que lleven un tiempo trabajando y residiendo en España.

PROYECCIÓN DEL NÚMERO DE PERSONAS DEPENDIENTES PARA LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA POR GRADOS DE NECESIDAD DE CUIDADOS (ESPAÑA, 2005-2020).

	2005	2010	2015	2020
Personas dependientes				
Grado 3 (Gran dependencia)	194.508	223.457	252.345	277.884
Grado 2 (Dependencia severa)	370.603	420.336	472.461	521.065
Grado 1 (Dependencia moderada)	560.080	602.636	648.442	697.277
Total	1.125.190	1.246.429	1.373.248	1.496.226

Libro Blanco a partir de las proyecciones de población del INE

Reportaje

Empresas privadas y organizaciones sociales reconocidas acuden con frecuencia a profesionales con amplia experiencia en el mercado laboral. Buscan en ellos el bagaje y la capacidad resolutiva necesaria en situaciones difíciles.

“Seniors” en las empresas

EL VALOR DE LA EXPERIENCIA

Texto y Fotos: Patricia Pérez-Cejuela y Archivo



En nuestro país la edad de jubilación es de 65 años, aunque la edad media real ronda los 60 años. A ello contribuye la influencia de las prejubilaciones de diversa naturaleza que las empresas aplican a sus empleados. Muchas personas llegan a la edad legal de jubilación en perfectas condiciones físicas y psicológicas y no quieren renunciar a mantenerse activas en su puesto de trabajo. Numerosas empresas europeas han comenzado a darse cuenta del gran potencial vital que estos trabajadores aportan a sus plantillas. Por eso no es extraño encontrar cada vez con mayor frecuencia a personas de más 60 años ocupando puestos de responsabilidad en su entorno laboral. Hemos hablado con algunos de estos “seniors” que representan la voz de la experiencia.

El ensayista estadounidense Elbert Hubbard decía que “una máquina puede hacer el trabajo de cincuenta hombres corrientes. Pero no existe ninguna máquina que pueda hacer el trabajo de un hombre extraordinario”. Alcanzar la madurez es sinónimo de vida y lo que es más importante, de experiencia y serenidad.

La esperanza de vida roza los 80 años en nuestro país, los octogenarios son más de millón y medio, y el número de nonagenarios se aproxima al cuarto de millón. Hoy en día vivimos más y vivimos mejor.

Según el informe Las personas mayores en España (IMSERSO, 2004), la longevidad facilita la reconsideración de los periodos de la vida. La vejez es ahora más importante, estadísticamente hablando, pues a los 65 años a una persona aún le queda un 22 por ciento de su vida por vivir (19,9 por ciento si es varón, 23,6 por ciento si es mujer), es

decir, casi una cuarta parte de su vida total. En este contexto tiene más sentido hablar del envejecimiento activo que implica un cambio en las formas de jubilación, de participación social, de aprendizaje y de actividad. Rocío Fernández-Ballesteros, Catedrática de Evaluación Psicológica en el Departamento de Psicología y de la Salud de la Facultad de Psicología de la U.A.M., señala que “la jubilación ha de ser un derecho no un deber. El Plan Madrid (II Plan Internacional de Acción sobre Envejecimiento de Naciones Unidas) establece en su Dirección Prioritaria I (Envejecimiento y Desarrollo) que los gobiernos deben hacer voluntaria la jubilación con el fin de promover el desarrollo, la participación y eliminar la desigualdad y la discriminación en función de la edad”.

El mundo en el que vivimos nos bombardea a diario con mensajes que vinculan a la juventud con el éxito, la felicidad y la plenitud y, a la vejez con la enfermedad, el deterioro y la pasividad. Falsos mitos que a fuerza de ser repetidos calan en el subconsciente colectivo y distorsionan la imagen de las personas mayores. José María Llorente, ingeniero, economista y antiguo presidente de SECOT (Seniors Españoles para la Cooperación Técnica), señala que “la cultura del mercado tiende a valorar más la juventud y eso es culpa no sólo de la sociedad sino también del colectivo de mayores porque no nos hemos preocupado de darnos a conocer suficientemente en el mercado. Estadísticamente hablando, a una persona cuando se jubila le quedan aún unos 20 años de vida y, en muchos casos estas personas están en perfectas condiciones físicas y mentales. Una de las razones por las que están surgiendo tantas asociaciones de mayores es porque este colectivo quiere tener presencia en la sociedad para dejar oír su voz y poder opinar”. El papel que desempeñan los mayores en la sociedad ha ido cambiando con el paso del tiempo así como la valoración de las distintas edades de la vida. Rocío Fernández-Ballesteros apunta que “a menudo los propios mayores quieren ser jóvenes o que les consideren jóvenes...

Contrariamente, mi sueño consistiría en que ser viejo, ser mayor, fuera valorado positivamente por el propio individuo. Y es que, ¡ser viejo tiene un enorme valor para algunos individuos y ello debería ser extendido! Sentirse sereno, con perspectiva y conocimiento de la vida, entre otras cosas, son condiciones para “paladear”.

MANTENERSE ACTIVO

Es sin duda uno de los retos a los que los mayores se enfrentan una vez llagada la edad de jubilación. SECOT (Seniors Españoles para la Cooperación Técnica), es una Asociación sin ánimo de lucro - declarada de utilidad pública-formada por ejecutivos jubilados que de forma voluntaria y altruista ofrecen su experiencia y conocimientos en gestión empresarial. Son un ejemplo del valor que la veterania y la experiencia puede aportar a la sociedad. José María Llorente explica que “vimos como en otras entidades de EEUU, Francia y Alemania los seniors se organizaban para actuar en la vida social de la nación. Tomando como referencia este tipo de asociaciones se fundó SECOT con los objetivos de dar satisfacción a la gente que había sido profesional, dándoles una salida de forma que pudieran poner su experiencia al servicio de la sociedad y, por otra parte, la labor social de ofrecer a aquellos emprendedores que no disponían de recursos la oportunidad de utilizar los medios y la experiencia de los seniors para montar negocios o redirigir esos negocios”. SECOT se creó en 1989 por iniciativa de El Círculo de Empresarios, el apoyo de El Consejo Superior de Cámaras de Comercio y Acción Social Empresarial. Muchas organizaciones sociales reconocidas han acudido a ellos para solicitar asesoramiento, una práctica cada vez más habitual en el mundo empresarial internacional que “busca el bagaje y la experiencia que da contar con un profesional con una amplia experiencia, una cosa que no se puede compartir porque forma parte de las vivencias de una persona, sus circunstancias y, su vida en definitiva”, comenta José María Llorente. Es el caso de La

Asociación Española contra el Cáncer con “quien hemos trabajado para asesorarles en la parte de situación de la organización y una serie de asesorías de tipo estratégico y de posicionamiento. Actualmente también estamos con la Asociación de la prensa de Madrid (APM) trabajando en la actualización de la organización. La ventaja que tenemos es que al no tener ninguna implicación comercial, intentamos ser lo más ecuánimes posible”, puntualiza José María Llorente.

En este sentido, la actividad de las personas mayores aparece vinculada al compromiso con la vida y con la sociedad que “es una condición del buen envejecer, un criterio que evalúa este hecho. Ser productivo implica que el individuo contribuye en servicios o bienes pero hay que añadir que su contribución puede ser remunerada o no remunerada. En España, una persona que recibe una pensión no puede recibir ninguna otra remuneración por tarea realizada. ¡Ello es terriblemente injusto! Pero, además, las personas mayores realizan múltiples tareas que producen bienes o servicios, lo que sucede es que esas actividades no intervienen en la balanza de pagos ni en el PIB”, afirma Rocío Fernández-Ballesteros.

UN MERCADO EMERGENTE

Cada vez existen más acciones de marketing y publicidad encaminadas al colectivo de personas mayores de 60 años porque, “lo lógico es que en esos años se acumule un mayor volumen de renta, más patrimonio y estas reservas monetarias implican mayor capacidad de consumo. Por eso cada vez se dirigen más productos al sector de los mayores, es un mercado que se está empezando a tener muy en cuenta. Toda buena estrategia de marketing debe intentar estar posicionado en ese sector de mercado porque va a ir para arriba”, asegura José María Llorente. Así lo indica el informe “La banca y los mayores”, realizado por la consultora Gerokom y que refleja que el mercado de los mayores es uno de los más emergentes.



Luisa Santamaría.

**Doctora en Ciencias Políticas y Licenciada en Ciencias de la Información.
Catedrática Emérita.**

“La mayor parte de los profesionales que conozco están deseando jubilarse”

He ejercido el periodismo profesional como redactora en la agencia de noticias EFE, como guionista de TVE y como colaboradora en diversos diarios y revistas españoles como la Agencia Pyresa y El Alcázar. También fui jefa de relaciones públicas del Ministerio de Educación y desde 1977 ejerzo como docente universitaria en el Departamento de Periodismo I de la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad Complutense. Soy profesora de Redacción de Opinión en el Master de Periodismo de ABC, hago la crítica de libros en la revista Cuenta y Razón, soy miembro de la Asociación Internacional de Estudios e Investigaciones sobre la Información (AIERI/IAMCR) y del Instituto Internacional de Prensa (IPI). Recién casada escribí cuentos en diferentes revistas.

Tengo 72 años y llevo de profesora desde el año 1975, cuando me saqué las oposiciones. Lo más interesante de mi labor es que he presidido tribunales

para las tesis doctorales, doy conferencias, acudo a congresos y sobre todo, doy clase una vez a la semana en el doctorado, cosa que me encanta.

Soy de Madrid, nací y vivo aquí. Me quedé viuda a los 30 años y con mis tres hijos pequeños. Al quedarme viuda me puse a estudiar Ciencias Políticas, mientras ejercía de periodista, y me costó mucho porque tenía que estudiar por las noches.

Sin embargo, es una de las cosas de las que más satisfecha estoy, es una carrera que da una cultura muy amplia y la estudié por la satisfacción que me daba, por ir a clase y aprender muchas cosas de unos profesores maravillosos. Allí conocí a mi actual marido con el que me casé hace 10 años. Él también estudiaba Políticas por gusto. Estoy muy contenta con lo que he hecho en mi vida, con mi situación y no me imagino que otra cosa hubiera podido ser. De hecho cuando estudiaba bachillerato mi profesora de literatura me decía “Luisita, tú te tienes que dedicar a escribir”, porque escribía cuentos en el colegio. Siempre lo pensé y cuando terminé el bachillera-

to entré en la escuela de periodismo, me hice periodista y allí conocí a mi primer marido. Los estudios me han servido para conocer a mis maridos.

Creo que las personas que se sientan con capacidad física y psíquica para trabajar deberían seguir haciéndolo pero no es la tendencia general. Personalmente los profesionales que yo conozco están deseando jubilarse, debe ser que tienen un trabajo muy atropellado. He oído mucho decir eso de “tengo muchas ganas de jubilarme para hacer cosas”, pero en mi caso no es así. Me jubilo el año que viene porque se me acaba la posibilidad de ser emérita y lo pienso con horror porque me gusta tener cosas que hacer. No sé qué voy a hacer, supongo que leeré libros y daré paseos.

Oigo en los medios de comunicación que la imagen que se tiene en la sociedad de las personas mayores es muy mala pero, en la realidad no creo que sea así. Tengo tres hijos que no hacen nada sin consultármelo, sin decírmelo y me preguntan de todo. Y veo que a mi hermana y a mucha gente de mi familia le pasa lo mismo.

Tengo 57 años y empecé a trabajar con 22 compaginado los estudios y el trabajo part-time.

Llevo cinco años en el puesto y en este periodo mi labor ha estado principalmente dirigida a impulsar una nueva cultura empresarial y a impulsar en todos los ámbitos de la empresa los valores que hemos fijado como referente. Creo que la principal labor de un directivo es conseguir que sus colaboradores se sientan identificados con los objetivos de la empresa y al mismo tiempo sean capaces de conciliar la vida familiar con la empresarial.

El hecho de que, en algunos países, se haya introducido la posibilidad de jubilaciones anticipadas para intentar resolver la problemática del paro juvenil no ha resultado tan positivo como se pensaba. Ahora se esta valorando lo contrario, alargar la edad del retiro para que las pensiones no carguen en exceso en las arcas del Estado. En mi opinión debería incentivarse la fiscalidad del ahorro dedicado a la jubilación y permitir que cada uno decida cuando "entiende" que ha llegado el momento de iniciar otra etapa en su vida. Naturalmente deberíamos acordar unos tiempos técnicos con las fuerzas sociales para no caer en utopías y permitir a las empresas poder adoptar políticas de cambios generacionales a partir de determinadas edades. El que decide emprender otra etapa de su vida debería tener la posibilidad de escoger si le apetece crear una empresa, trabajar por cuenta ajena, a tiempo completo o parcial, o, por el contrario, trabajar para tener una ocupación no remunerada. Hoy en día existen muchas áreas que no "tienen dueño" y lo mejor sería que estuviesen ocupadas de forma gratuita o remunerada por alguien que pueda aportar experiencia y ganas de transmitir sus conocimientos a muchos jóvenes que no conocen el rumbo a tomar.

Las empresas en realidad acuden a las personas con experiencia.

El hecho de que alguien pueda alcanzar la edad de jubilación en perfectas condiciones de salud y con la experiencia requerida para solventar crisis, que suelen ser

cíclicas, es el binomio perfecto que da lugar, en algunas ocasiones, al empleo de personas "mayores" para puestos de responsabilidad. Me parece una gran oportunidad para aquellos que todavía no se ven identificados con el retiro.

Las formas de trabajar han cambiado porque el entorno ha cambiado. Puede ser que hoy se piense que los conocimientos técnicos e informáticos de un trabajador se valoren por encima de otros, sin embargo mi opinión es que si una empresa quiere tener éxito tendrá que dotarse de personas capaces de prever y afrontar los cambios mejor que sus competidores directos.

La experiencia más que la veteranía puede ser una ventaja cuando alguien se encuentra ante el reto de tomar una decisión. En mi caso puedo considerarme afortunado, a lo largo de los 35 años que llevo trabajando para alguna empresa he tenido la oportunidad de ocuparme de diferentes áreas, la técnica, la comercial y la generalista. Esto te permite muchas veces encontrarte frente a situaciones a las cuales ya te has enfrentado y esto es jugar con ventaja.

Por otro lado, no creo que deba valorarse una persona por ser joven o "mayor". Cada uno tiene su puesto en la sociedad. Estoy convencido que una sociedad moderna, una sociedad que de verdad

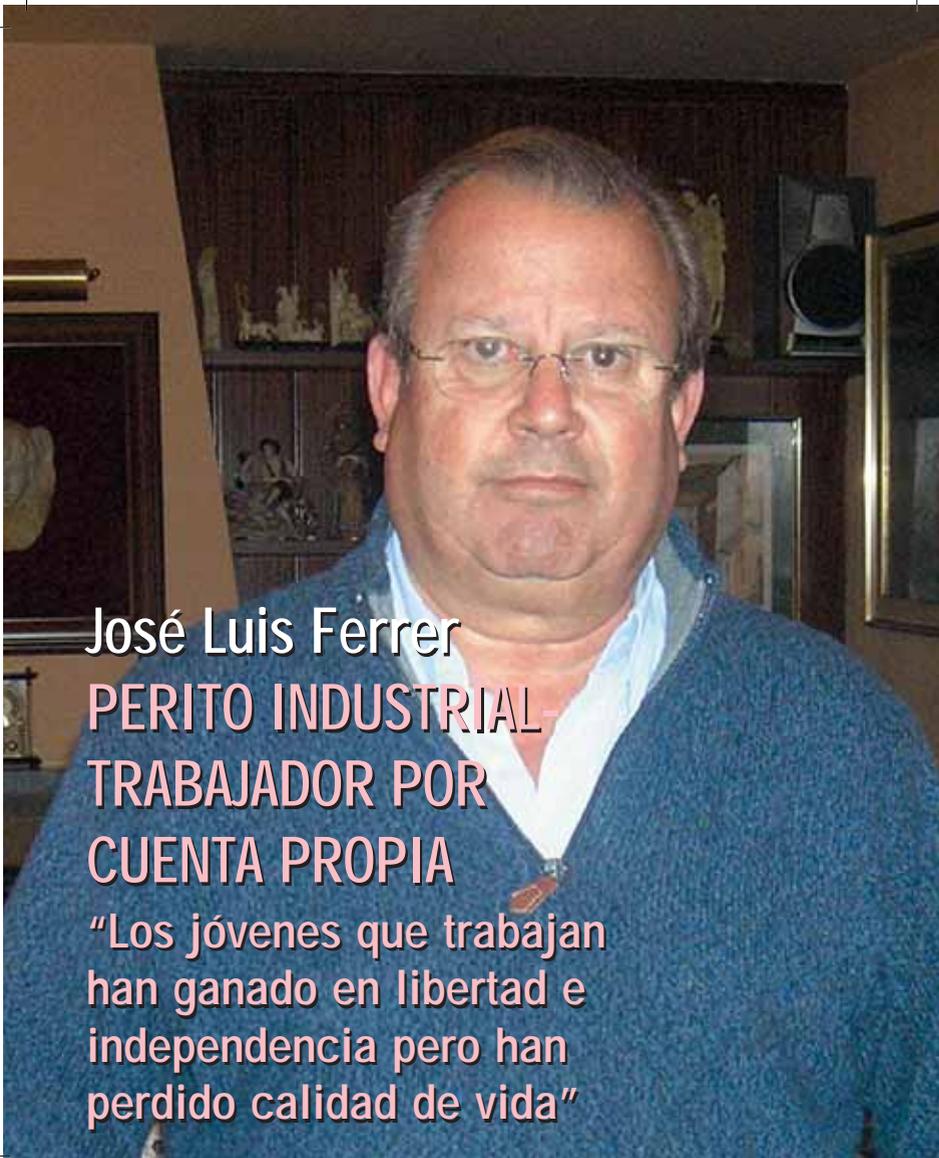
quiera encontrar un desarrollo sostenible deberá ser capaz de encontrar el sitio que corresponda a los "jóvenes" y a los "mayores".

En lo que a mí respeta, en este momento no pienso en perspectivas profesionales futuras diferentes de las que pueda tener en el Grupo Mondial. De todas formas debo confesar que todavía me gustan los retos y este seguirá siendo, por ahora, la única cosa que pueda influenciar mis perspectivas de aquí a cuando decida iniciar una nueva etapa de mi vida.



Claudio Pleviani Consejero Delegado de Mondial Assistance

"La experiencia es una ventaja cuando alguien se encuentra ante el reto de tomar una decisión"



José Luis Ferrer
**PERITO INDUSTRIAL-
 TRABAJADOR POR
 CUENTA PROPIA**
**“Los jóvenes que trabajan
 han ganado en libertad e
 independencia pero han
 perdido calidad de vida”**

Nací en Barcelona, tengo 62 años y soy perito industrial. Actualmente trabajo como comercial de forma autónoma para diversas empresas. Llevo trabajando desde los 18 años. Mi trabajo con las empresas consiste en reunirme con los clientes, ver sus necesidades, en definitiva todo lo que implica un trabajo de comercial que es donde me desenvuelvo ahora.

Estudí la carrera en la Escuela Industrial de Barcelona y en un momento determinado decidí que me independizaba y desde entonces me ha ido muy bien. La verdad es que no tengo intención de jubilarme, me siento bien, tengo una vida tranquila y que me gusta, hago deporte, voy al teatro... Soy viudo y tengo cinco hijos, aunque todos ellos tienen ya su vida.

Actualmente vivo de manera circunstancial con una de mis hijas en Barcelona, con la mayor y su hija de 5 años.

En la vida todo tiene sus ventajas y sus inconvenientes pero las formas de trabajo han cambiado mucho, sobre todo lo observo en las personas jóvenes, han ganado en libertad e independencia pero han perdido en el hecho de que trabajan muchísimas horas y en muchos casos no ven a sus familias lo suficiente. Lo veo por mi hija que tiene una niña pequeña y muchas veces si no fuera por las guarderías o por los abuelos, le sería imposible sacar adelante su vida. Hemos perdido en calidad de vida.

Lo deseable es que en España se tuviera en cuenta a personas mayores para puestos de responsabilidad, pero no ocurre, más bien todo lo contrario y a partir de los 50 años, ¡no te cogen ni en San Pedro, es muy difícil! Espero que con el tiempo cambie pero de momento no es así. Creo que en ese sentido soy un privilegiado.



Nicolás Batalla
**Jefe del Servicio de
 Inspección en la Dirección
 General de Turismo
 Consejería de Economía e
 Innovación Tecnológica de
 la Comunidad de Madrid**

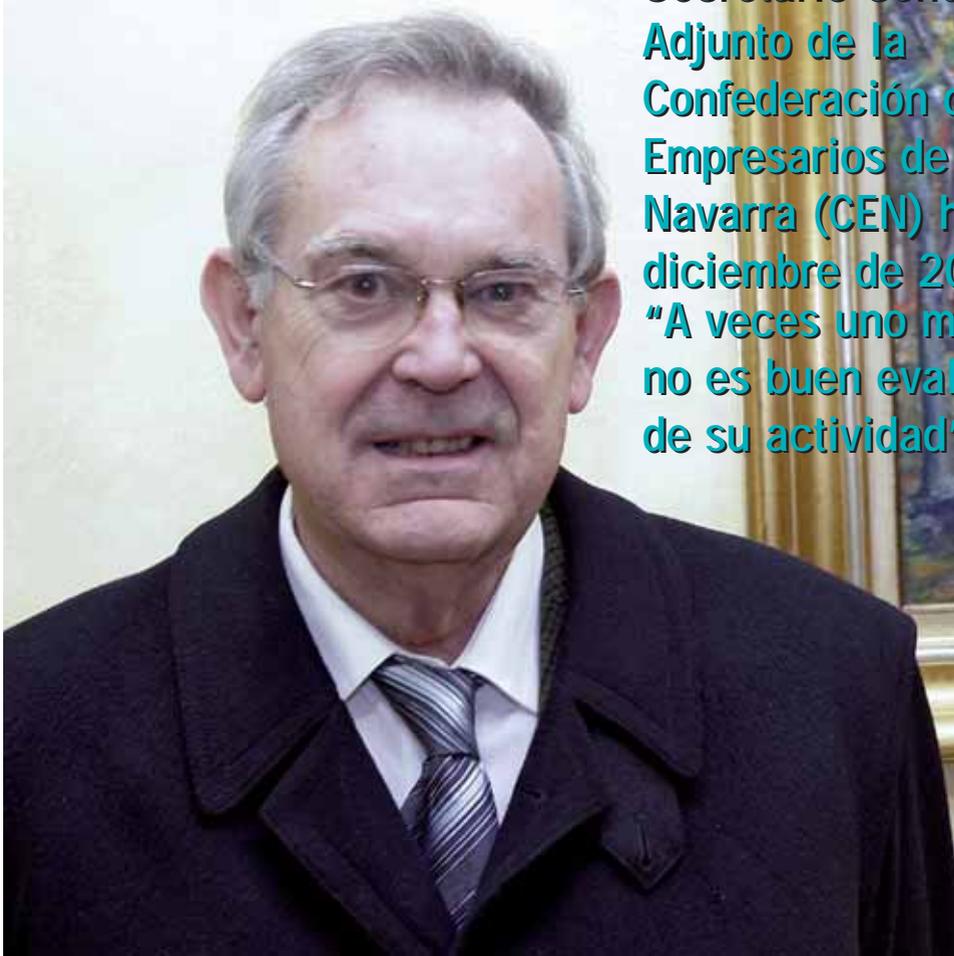
Soy de Valencia de Alcántara (Cáceres), tengo 63 años y llevo 39 años de servicio activo dentro de la Administración, y en este puesto de Jefe del Servicio de Inspección de la Dirección General de Turismo, cinco años.

Entre otras cosas soy licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Licenciado en Ciencias Políticas y Económicas y también estudié Periodismo y Magisterio.

En mi opinión, la edad de jubilación debe fijarse en función de las capacidades físicas, intelectuales, morales y éticas de las personas que la desarrollan. Una persona con una experiencia tiene un poso muy importante que puede ser muy útil pero, también es verdad que cuando uno ha trabajado mucho, jubilarse a los 65 años puede ser una gran satisfacción. Júbilo y jubilación viene de lo mismo. Lo cual no quita que exista mucha gente con gran capacidad, que se conservan perfectamente y pueden estar trabajando hasta edades mayores. Esta cuestión debería darse dentro de un Estado de Derecho libre, de manera que el que quiera jubilarse a los 65 pueda hacerlo y el que quiera a los 70, también.

Muchas personas mayores tenemos el afán de seguir trabajando porque nuestro espíritu es joven. Tengo 63 años pero mi espíritu es de 43 y tengo una ilusión y un empuje enormes. Hay mayores que somos muy jóvenes y jóvenes que son muy mayores porque su espíritu está totalmente adormecido y no saben qué tienen

**Tomás Escriche,
Secretario General
Adjunto de la
Confederación de
Empresarios de
Navarra (CEN) hasta
diciembre de 2005.
"A veces uno mismo
no es buen evaluador
de su actividad".**



que hacer. En este aspecto creo que la sociedad debe tener mecanismos para prevenir y no caer en errores. Falla la educación, los principios, la autoestima y el amor propio del trabajo y su significado, que es lo único que dignifica al hombre. Incluso cuando alguien se jubila, estoy convencido de que todo el mundo sigue trabajando de alguna manera en otras actividades. Ese será mi objetivo, cuando termine intentaré escribir tres libros sobre tres facetas completamente diferentes: la política, la profesional de la Administración y la de la sociedad en la que estamos viviendo, la que nos tocó vivir y la que tendremos que vivir.

Tengo pensado jubilarme a los 65 años pero no para dejar de trabajar sino para seguir trabajando en otros proyectos. Me considero una persona creativa, he creado clubes deportivos de donde han salido profesionales de gran prestigio, he sido profesor durante mucho tiempo en San Cristóbal de la Ángeles porque me fue compatible la enseñanza con el hecho de ser funcionario. En

aquella época compatibilizada la enseñanza con el trabajo de funcionario, trabajaba por la noche en la inspección de prensa, que es lo que conocemos por la censura. Ahí estuve bastante tiempo y nunca censuré ningún periódico, cuando algo llegaba lo enviábamos al juzgado de guardia correspondiente que era el que daba orden para que se pudiera publicar. Siempre he sido un liberal y nunca he censurado nada. Dentro del mundo del deporte, gracias a la educación se ha podido hacer mucho bien a muchos chicos que normalmente estaban en barrios que no ofrecían oportunidades. Entre ellos salieron Rafael Benítez, que hoy es el entrenador del Liverpool, Ricardo Gallego, Corbalán, Raúl González y muchos más.

Creo que en unos diez o veinte años en este país nos empezaremos a dar cuenta de la importancia que tienen los mayores. Ya muchos nietos valoran mucho al abuelo y a la abuela y están con ellos y los tienen en cuenta.

Tengo 69 años y comencé a trabajar a los 24, de manera que mi vida laboral ha durado 45 años. He pasado por cuatro empresas antes de mi último empleo, en el que he permanecido 25 años y en el que me he jubilado recientemente.

En las empresas anteriores mis empleos han sido de nivel directivo, y de gerencia en una de ellas, y mi labor ha tenido un fuerte componente técnico en el ámbito de la ingeniería. Mi trabajo final ha cambiado de signos y ha sido muy variado en una entidad de servicios. Mi labor ha consistido en gestionar fondos públicos de la forma más eficaz y con la mayor productividad y transparencia posible.

Enviar a la inactividad a personas que están en perfectas condiciones laborales es un despilfarro por parte de la sociedad. Creo que éste es un problema fruto del vertiginoso avance tecnológico que ha cogido desprevenidos a los poderes públicos y a los agentes sociales.

La jubilación no debe ser voluntaria, en mi opinión. Es evidente que a medida que la edad avanza, las facultades de una persona van siendo menores, pero en muchas ocasiones es muy valiosa la veteranía. La empresa empleadora debe conjugar esos dos aspectos. A veces uno mismo no es buen evaluador de su actividad.

A lo largo de mi vida laboral he asistido a diferentes escalas de valores dependiendo de la evolución de los medios de producción del valor y de la abundancia de la materia prima y de la demanda del mercado. Por ejemplo, ha habido épocas de mucha demanda en las que se primaba la capacidad de producción y se desarrollaban sofisticadas técnicas de productividad porque el producto estaba vendido. Ahora con mayor competencia, se valora mucho la capacidad de vender puesto que la oferta es mayor que la demanda. De todas formas, siempre se ha valorado mucho la máxima reducción de costes de producción y últimamente se le da muchísima importancia a la calidad.

Entrevista

IÑAKI GABILONDO

“Todo lo que se logra, se hace con mucho trabajo y esfuerzo”.

Su nombre completo es José Ignacio Pedro Alcántara Gabilondo Pujol. Nació el 19 de octubre de 1942 en San Sebastián, en el Bº del Buen Pastor. Hijo de un carnicero del mercado de La Brecha (Donosti), es el segundo de nueve hermanos, dos de ellos también periodistas. Fue al Colegio Hermanos del Sagrado Corazón. Hizo milicias en la Aviación de Zaragoza, donde ya le consideraban “tirador de elite”. Tiene tres hijos de su primera esposa, Maite Egaña, fallecida en julio de 1981. Desde hace años comparte su destino con la periodista Lola Carretero. Lector impenitente, es un “personaje vitalista, lúdico, vehemente, con un toque de hedonismo, utópico y racionalista”, (con erre) como así le definían los hermanos Carmelo y Martín Rivero “IG: Ciudadano en Gran Vía” (Ed. El País Aguilar, 1999).

— **En su largo caminar ¿qué ve cuando mira para atrás?**

Veo un hombre común y muy trabajador, que ha conocido una nutrida gama de las posibilidades que ofrece la vida, para bien y para mal, que ha obtenido muchos más reconocimientos y gratifi-



Director del informativo “Noticias Cuatro”

Su amor por esa radio “mágica, invisible y prodigiosa” de los 50, con la que fantaseaba y en la que quería vivir, ha dado a este país a uno de los comunicadores más respetados de su historia. Su vida profesional, casi íntegra en la Cadena SER, y la Historia reciente de España, caminan paralelas: Tardofranquismo, fin del Régimen, Transición, 23-F, Religión, Tensión política, 11-M...Pese a ello piensa que la vida es más importante que el periodismo. El pasado 13 de febrero el Ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera, le imponía una de las 33 Medallas de Oro al Mérito en el Trabajo, galardón que premia las conductas socialmente ejemplares en el desempeño de los deberes laborales.

caciones de las que habría soñado de pequeño...Así que me doy por informado de en qué consiste esto de la vida.

— **¿Qué primer recuerdo tiene de su San Sebastián natal?**

Siempre la playa. Vivíamos al lado, y era como nuestro “parque”, tanto en verano como en invierno, de hecho nuestra casa estaba llena de arena. Allí jugábamos todo el día a la guerra, a ser soldados, al fútbol...Ya de mayores íbamos a nadar, a ir de novios...Así que el recuerdo fundamental que tengo es la arena de la playa de La Concha.

— **Según su biografía, sentía adoración por su padre, era como un héroe. Descríbale**

Fue una referencia muy fuerte para mí. Era un hombre muy silencioso, trabajador y “apaleado” por la vida. De joven, estaba lleno de ilusión: tenía una gran sensibilidad y un gran instinto para la música. Estaba un poco decepcionado de la vida. Era muy perfeccionista, le gustaba hacerlo todo muy bien y trataba siempre de adivinar. Tenía un gran sentido de la vida, la libertad y el respeto a los demás.

Texto: Juan Manuel Vidal Fotos: MªAngeles Tirado Cubas

— **Ese sentido del trabajo y la tolerancia ¿son valores que aprendió de él?**

Supongo y lo atribuyo al ambiente que había en casa, donde el rasgo fundamental era el sentido del trabajo: la sensación de que nadie regalaba nada, que las cosas sólo se podían obtener con esfuerzo y siendo respetuoso con los demás. Es una especie de decálogo de la bonhomía a la antigua usanza en una familia vasca tópica. Discuto mucho la idea, hoy en vigor, que tiene la gente de creer que todo se hace sin esfuerzo. Los hermanos tenemos interiorizado que “todo lo que se logra, se hace con mucho trabajo y esfuerzo, pues todo es muy difícil y hay que tratar de hacerlo bien”.

— **Define a su madre como una mujer muy religiosa. Háblenos de ella**

Era una mujer de aspecto frágil, tenía la piel muy blanca, los ojos muy azules, dulce, pero con una enorme fortaleza interior, muy resistente, amable, cariñosa, delicada, maravillosa. Vivió toda la vida igual que murió, de una forma muy discreta: se metió una noche en la cama y cuando llegó la mañana ya había muerto. Procuró no molestar nunca, no dar nunca guerra. Trataba de no perturbar...Era una persona muy especial

— **Pese a tales valores religiosos, se declara un agnóstico español**

Como en muchos españoles criados en la doctrina oficial duerme, en el fondo de nuestro corazón, un impreciso sentimiento religioso de lo sagrado y espiritual, recuerdo de la infancia. Pero por mucho que se aleje uno, ese recuerdo pervive. La Iglesia se ha ocupado, y no deja de hacerlo, de que sea imposible no alejarse de aquello...Respeto mucho a la gente que tiene fe y nunca seré anti-nada. Me inspiran mucho respeto los misioneros, los que se entregan a los demás... Esa Iglesia,



más o menos “maldita”, consigue que muchos le tengamos un gran respeto

— **Entonces ¿qué pasó con aquella fe aprendida?**

Fue despedazada a martillazos por la intolerancia de la Iglesia, por sus comportamientos tan parciales y poco ejemplares ¡Claro que en la Iglesia hay mucha gente ejemplar, pero su práctica general me ha ido echando de la misma! Yo lo traduzco así: soy agnóstico, no soy hostil a nada, respeto mucho a los creyentes. Luego le atribuyo a la intolerancia de la Iglesia, a su radicalismo y simpleza, el progresivo desmarque al que hemos sido sometidos todos, al menos en mi generación

— **¿Cómo un chico de Donosti se hace periodista, una profesión siempre denostada?**

Desde que era pequeño me gustaba mucho la radio, me fascinaba, más que el periodismo. Para los que vivimos aquellos años, no había televisión ni nada, todo era la radio. Yo quería “vivir” en la radio. Y estudié periodismo para llegar allí.

— **Los locutores de entonces no estudiaban periodismo, eran “voces” magníficas**

Soy de San Sebastián. Al vivir cerca de Francia íbamos a menudo, a “esponjar la mente”, tener acceso a películas, libros, ver chavalas en bikini, tiendas...Veíamos cómo era una

Entrevista IÑAKI GABILONDO

“sociedad”, y notábamos la diferencia sobre la nuestra y lo rara que era respecto al entorno europeo: no éramos como ellos, éramos más pobres, más de pueblo. Pensábamos que España sería algún día como Francia y todo sería más bonito. En esa línea de parecernos un día a Francia, estaba la radio. En España era preciosa. La de allí era igual, pero además tenía información.

— **Cómo era esa radio “mágica, invisible y prodigiosa” en la que quería vivir**

¡Como la tele para un niño hace años! Este era un país pobre, pequeño, encerrado y autárquico, de vida oscura, que iba del trabajo a casa y vuelta, donde se iba poco al cine. En ese ambiente la radio era una ventana abierta al mundo. Al no haber televisión, oíamos partidos radiados, actuaciones musicales y cantantes, noticias del mundo... Era un lugar con el que fantaseábamos y donde yo quería vivir. Como Radio San Sebastián estaba al lado de mi casa, pasaba mucho por delante. Era como “Disneylandia”: un lugar mágico, una puerta que se abría a todo ese mundo nuevo, era todo.

— **Según Francisco Ayala la patria del escritor es el idioma, ¿y la del periodista?**

Mejor no tener patria, porque si la hubiera, habría una guerra civil. Mejor ser apátrida.

— **Hace suyo el concepto helénico de “orden, proporción y armonía”.**

Es mi inspiración, aunque mi hermano dice que soy más romano que griego. Mi palabra es la armonía, pero como intento. Procuero hacer las cosas con una cierta armonía.

— **Dice que “la verdad está en los matices” ¿tan detallista y meticuloso es?**

Me gusta que se hagan bien las cosas o al menos que se intenten. Luego,

por mucho que lo intentes, nunca salen bien, pero quiero que se produzca a mí alrededor la voluntad de hacer las cosas bien. Me entiendo mal con la gente conformista con cualquier cosa.

— **Hemos hablado colateralmente de la muerte. Habla de ella “con una impudicia que a muchos espanta”. Hábleme de la muerte física**

Parece que hablo de la muerte con especial impudicia a la vista de ese afán de escamoteo que tiene la gente de la



muerte, actuando como si no existiera. No soy nada impúdico. La muerte es un hecho y hablo de ella cuando sale, como hablo de cualquier otro tema. Con la muerte se produce una especie de calambre. Es un hecho de la vida y yo lo he afrontado y comentado siempre con mucha naturalidad. Da cierto escalofrío a quien me rodea cuando sale este tema, pero no tengo nada de original.

— **Y la muerte “profesional” ¿debe ser paulatina y ralentizada o de golpe?**

No me preocupa eso. Para que te preocupe, tienes que entender la profesión como una carrera y nunca lo he hecho así en mi vida, como una especie de monumento que construyes y

viendo qué significa cada paso, si sales mejor por allá... He procurado hacer mi trabajo lo mejor posible. He pasado muchas mejores y peores. Subes, bajas...

— **Así que ¿no se guía por estrategia sobre lo conveniente o no?**

Nunca he hecho ni un solo movimiento resultado de un análisis estratégico de lo que le convenía a mi carrera. No tengo ninguna fe en los pronósticos del ser humano cuando traza nada. Soy de una familia modesta: Sencillamente



quise vivir de mi trabajo, sacar mi vida adelante y si tenía una novia, estar con ella, y si tenía hijos, criarlos, y tener un piso. Nunca he aspirado a nada más.

— **Pero ha vivido las dos caras de esta profesión**

He soportado las malas rachas con enorme estoicismo y he saludado las épocas de mucho éxito con enorme naturalidad y tú lo sabes. Nunca he hecho ninguna alharaca por recibir un premio o estar en el EGM. Creo que éxito y fracaso son dos grandes impostores, dos mentiras y no hay que hacerles mucho caso: Uno es más agradable y otro menos; uno da más gusto y el otro menos. No se puede vivir pensando en eso.

— **Se considera “radical democrático” y lleva la tolerancia por bandera, pese a lo cual muchos le han puesto color ¿Cómo se soporta ese registro?**

Soy de una familia mitad nacionalista y la otra mitad no. En mi familia unos son nacionalistas, otros carlistas, otros comunistas, otros socialistas, unos blancos, otros azules. He sido considerado nacionalista, del PSOE, del Opus, Teresa de Calcuta, un cabrón, todo junto. Hubo una época en que me importaba, pero desde hace una década ya no. Los comentarios alusivos a mi, los oigo como si se refirieran a otro.

— **Hace año y medio le hicieron una entrevista en El País que titularon “No soy nacionalista” ¿por qué cree que resaltaron esa negativa?**

Me sorprendió bastante. Si el periódico creía que eso era lo que había que destacar, es que pensaba que yo sí era nacionalista. Lo que no soy es antinacionalista. He vivido en una familia donde muchos de sus miembros son nacionalistas y sé que no se comen a nadie. Pero me costaba asociar la idea de Nacionalismo = catarata de cosas negativas. Los he defendido cuando creía que estaban siendo criticados con exceso, pero no soy nacionalista. Entonces ¿creían que lo era?

— **Convendrá que le han colgado el “sambenito” de muchas imágenes**

Las imágenes que me atribuyen no me importan nada, salvo una: la que afecta al 11-M. Hay un grupo de ciudadanos que, debido a cosas dichas por ahí, creen de verdad que yo agité a las masas contra las sedes del PP el día 13, un día antes de las elecciones generales, cuando ese día yo no estaba en la radio sino en mi casa ¡Y mira que es buena coartada, pero es igual, no sirvió de nada!

— **¿Es papanatismo hablar del “problema vasco”, tantos años repitiéndose?**

Estoy empachado. Acabo de leer un cuestionario rápido de una revista donde preguntan por los vascos... ¡Todo demasiado!

— **¿Y lo mismo con el Estatuto de Cataluña?**

Y lo mismo con España, el periodismo, la política... Este país tiene demasiado tiempo para cosas improductivas y consume una energía monumental que, si se dedicara a resolver el futuro, a afrontar las realidades de nuestro tiempo, sería mucho mejor, pero hay un afán cainita que cansa. La gente pasa, pero los políticos, los periodistas..., están todo el día montando un “gori-gori”, con miradas tan sumamente divergentes... Es un aburrimiento. España parece resistirse a abandonar el s. XIX, lleno de banderías, sectas, grupos, contragrupos, amigos, odios, sarracenos... Por fortuna la gente ha avanzado, está en el s. XXI y se distancia más de sus representantes políticos y de los medios.

— **La intolerancia ¿se resuelve viajando y contrastando?**

No. Cuando éramos más jóvenes creíamos que la cultura resolvía los problemas de la convivencia y es mentira. La tolerancia se resuelve mirando a los demás con los ojos más limpios, entendiendo al otro como un ser humano, ejercicio que hay que hacer diariamente. No tiene que ver con viajar. Mi padre no fue a la escuela, no podía viajar y sin embargo nunca pudo comprender la intolerancia... ¡Y era nacionalista!

— **¿Fue de su padre de quien adquirió su enorme amor por la música?**

Es cierto, pero nunca sabes por qué unas cosas se pegan y otras no. La educación es criar a los hijos, no moldearles ¡Por eso están los niños así y los padres tan frustrados! No me dio ninguna doctrina para inculcarme nada: me llevaba con él

a la música y me gustó. Los padres no se preocupaban tanto por los hijos: no estaban todo el día mirando qué les pasaba, qué serían de mayores ¡Tonterías!

— **Dicen que es un hombre cómplice de las mujeres**

Cuando estaba en la Universidad, en mi aula todo eran chavalas, menos un compañero y yo. No había colegios mixtos, y chicos y chicas no convivían, hasta que se hacían mayores y salían de novios. Yo tuve la suerte de estar allí conviviendo con chicas y conocerlas como ahora se conocen en la vida normal. Aquello me permitió aprender aspectos muy interesantes y entendí la injusticia clamorosa que significaba la situación de la mujer en la sociedad. En ese sentido me hice cómplice de ellas. Luego en la radio he tenido programa muchos años y la actualidad ha tenido tanto que ver con la evolución de la mujer que yo he estado muy encima del tema.

— **La medalla al mérito laboral que le ha concedido el Mº de Trabajo junto a sus amigos Peridis, Joan Manuel Serrat y otros ¿qué ha supuesto para usted?**

Fue muy sorprendente, porque uno no se da cuenta de que se hace mayor. Yo tengo esa medalla asociada “con que te mueres”. Cuando nos concedieron el premio, llamé a Joan Manuel y le dije “me parece que nos regalan un sudario y un ataúd de nuestra talla. Así que, si te dan uno que no es de la tuya, nos lo cambiamos” y nos reíamos. La verdad es que lo cogí pensando en mi padre. En mi familia tenemos muy metido en la cabeza lo que cuesta todo para salir adelante, que hay que trabajar, que es muy serio y hay que hacerlo bien, pues es una suerte tener trabajo. Me pareció muy raro que me tocara a mí. Lo recogí con mucho gusto y ya entonces lo dije, pero en mi caso solo me ha hecho ver qué mayor me he hecho: ¡Estoy en la edad en que te dan medallas!

A Fondo

El Presidente Zapatero, junto a Caldera y Valcarce, en su visita al Centro de Atención a Dicapacitados Físicos de Leganés, en Madrid.



Balance de dos años de Gobierno

LA LEY DE DEPENDENCIA IMPULSA UN NUEVO SISTEMA DE PROTECCIÓN SOCIAL EN ESPAÑA

Texto y fotos: MTAS

18 Sesenta y más

El Gobierno que preside José Luís Rodríguez Zapatero ha cumplido dos años y alcanza el ecuador de la legislatura. En este tiempo, ha promovido reformas de gran calado y amplia repercusión social, con el objetivo común de mejorar la vida de los ciudadanos, modernizar España y fortalecer las estructuras sociales y económicas del país.

Un conjunto de iniciativas que amplían los derechos de ciudadanía y cimentan un nuevo cambio social, entre las que se incluyen las leyes de Igualdad, de Dependencia y contra la Violencia de Género así como la legalización del matrimonio entre personas del mismo

La Ley de Dependencia resume por sí sola la filosofía del Gobierno. Supone una ampliación de derechos ciudadanos y moderniza y fortalece las estructuras sociales y económicas de España. El nuevo Sistema Nacional de Dependencia, que se configura como cuarto pilar del Estado del Bienestar, tras el Sistema Nacional de Salud, el sistema educativo y el sistema de pensiones, que fueron desarrollados en la década de los ochenta, constituye una auténtica revolución social. Garantiza la atención del Estado a las personas que no pueden valerse por sí mismas, a través de una serie de prestaciones económicas y sociales que en la actualidad sólo alcanzan a unos pocos.

La implantación del Sistema de Dependencia requerirá de una inversión pública de más de 25.000 millones de euros hasta alcanzar su pleno rendimien-

El nuevo Sistema Nacional de Dependencia se configura como cuarto pilar del Estado del Bienestar tras los de Salud, Educación y Pensiones

to y consolidación en 2015. El gasto público en la atención a la dependencia pasará del actual 0,33% del PIB al 1%. El desarrollo de la ley aportará un valor añadido en términos sociales y económicos y abrirá nuevas oportunidades al sector privado socio sanitario y de seguros, ya que se estima que requerirá la creación de 300.000 puestos de trabajo nuevos en los próximos años.

El anteproyecto de Ley de Dependencia viene a demostrar, además, que el esfuerzo de diálogo por parte del Gobierno está dando sus frutos: los agentes sociales, las organizaciones representativas de personas mayores y de personas con discapacidad y las comunidades autónomas ya han expresado su acuerdo con sus principios.

El mismo espíritu de diálogo ha fructificado igualmente en el anteproyecto de Ley de Igualdad entre Mujeres y

Hombres, acordado con las centrales sindicales y las organizaciones de mujeres, que pretende contribuir a hacer de España una sociedad más justa, en la que la vida de hombres y mujeres se desarrolle en condiciones de plena igualdad, mediante un conjunto de medidas laborales, sociales y administrativas.

Ambas leyes vienen a coronar un balance inicial que arroja datos incontables: se han creado 1,7 millones de empleos, la tasa de paro es la más baja desde hace 25 años y se ha reducido en medio millón el número de parados; el Salario Mínimo Interprofesional ha subido en este periodo un 13,6% y las pensiones más bajas han experimentado la mayor subida de la historia (entre un 13,4 y un 16,6 %); se ha legalizado a casi 700.000 inmigrantes que se hallaban en situación irregular y ha sido aprobada una ley contra la violencia de género pionera en Europa.

Las políticas sociales constituyen una de las prioridades del Gobierno como lo prueba el hecho de que absorben la mitad de los presupuestos generales del Estado. En esa dirección se orientaron las primeras medidas: creación de empleo, mejora de las pensiones, aumento del salario mínimo, afianzamiento del sistema de seguridad social.

MAYORES Y DISCAPACITADOS, MEJORES SERVICIOS

En las políticas sociales ocupan un papel destacado las actuaciones dirigidas a mayores y discapacitados. En esta capítulo, los Programas de Vacaciones para Personas Mayores del IMSERSO y de Termalismo Social



A Fondo BALANCE DE DOS AÑOS DE GOBIERNO

han vivido el mayor incremento de la historia: el primero ha crecido en 2006 un 22% (830.000 beneficiarios, 150.000 más) y el segundo un 27% (160.000 beneficiarios). Se ha aumentado un 44% el número de personas que pueden beneficiarse del Programa de Turismo para Discapacitados.

Se trata de programas que, además de mejorar la calidad de vida de las personas mayores y de las personas con discapacidad, favorecen la creación o el mantenimiento del empleo en el sector turístico. En 2006 se estima en 114.000 los empleos relacionados con el Programa.

La reserva del 5% de las plazas que se convoquen en la Administración Pública a las personas con dis-

capacidad; la aplicación de 24 millones de euros a programas para la eliminación de barreras arquitectónicas y virtuales de las ciudades españolas, mediante convenio con la ONCE; la posibilidad de compatibilizar la pensión de invalidez con el trabajo remunerado durante los cuatro años siguientes al inicio de la actividad; la eliminación de la incompatibilidad entre la pensión de orfandad para mayores de 18 años y la asignación por hijo a cargo discapacitado; la cre-

ación de una pensión mínima para mayores de 60 a 64 años con incapacidad total cualificada y el incremento en 2006 de un 5,57% en las prestaciones familiares para hijos con minusvalía mayores de 18 años, son algunas de las medidas adoptadas a favor de este colectivo.

Dos actuaciones igualmente significativas han sido los Proyectos de Ley de reconocimiento de la Lengua de Signos, y de Ley de infracciones y sanciones en materia de igualdad de oportunidades,

Las pensiones más bajas han experimentado la mayor subida de la historia, entre un 13,4 y un 16,6 %

PRINCIPALES MEDIDAS ADOPTADAS DESDE ABRIL 2004 EN EL ÁMBITO DEL MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES

2004

- **1 de junio.** La Seguridad Social empieza a emitir la nueva Tarjeta Sanitaria Europea.
- **4 de junio.** Aprobado el Anteproyecto de Ley Orgánica Integral contra la Violencia Ejercida sobre las Mujeres.
- **11 de junio.** El Gobierno aprueba una dotación adicional de 3.700 millones de euros al Fondo de Reserva de la Seguridad Social y el nuevo Reglamento de Recaudación.
- **30 de junio.** Se crean 80.000 nuevas plazas del programa de vacaciones del IMSERSO para la campaña 2004/2005, que alcanzará las 680.000 plazas.
- **16 de julio.** El Consejo de Ministros aprueba la distribución de 224.718.260 euros para el desarrollo de programas sociales

en las Comunidades Autónomas y Corporaciones Locales en 2004.

- **23 de diciembre.** Aprobada en Consejo de Ministros la revalorización de pensiones para 2005. Suben entre un 3,5 y un 8%.
- **29 de diciembre.** El BOE publica la Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. La Seguridad Social asegura las prestaciones de las mujeres víctimas de violencia de género.
- **30 de diciembre.** El Gobierno impulsa el Sistema Nacional de Atención a las Personas Dependientes, universal y público, que generará alrededor de 300.000 puestos de trabajo. Los Presupuestos Generales del Estado de 2005 incluyen una partida de 50 millones de euros para proyectos del futuro sistema.

2005

- **10 de enero.** Se incrementan en 6.000 el número de plazas del programa de Termalismo Social del IMSERSO para la temporada 2005, hasta un total de 126.000 en 68 balnearios.
- **21 de enero.** El Consejo de Ministros aprueba el proyecto de Ley que reconoce una prestación económica a los "niños de la guerra". Garantiza a 603 beneficiarios ingresos de 6.090 euros al año.
- **4 de febrero.** El Consejo de Ministros aprueba el proyecto de Ley sobre las cláusulas de los convenios referidas a la edad ordinaria de jubilación.
- **18 de febrero.** El Gobierno destina más de 221 millones de euros a las Comunidades Autónomas para programas sociales.



no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad.

En la línea de contribuir a mejorar los servicios sociales de nuestro país, han comenzado ya las obras de los Centros Estatales de Referencia de Alzheimer en Salamanca, de Enfermedades Raras en Burgos y de Atención a Personas con Grave Discapacidad Física de San Andrés del Rabanedo (León), cuyo objetivo es impulsar y coordinar la investigación, la atención especializada y la formación de profesionales sociosanitarios en cada una de sus especialidades. Así mismo, se ha comprometido la construcción en Extremadura de otros dos centros más: el de Promoción de la Vida Independiente en Badajoz y el de Atención a Personas con Discapacidad Intelectual en Cáceres.

- **22 de marzo.** Trabajo licita la redacción del proyecto y la dirección de obra del futuro Centro de Estatal de Referencia de Alzheimer y Otras Demencias que se ubicará en Salamanca.
- **7 de mayo.** El Gobierno crea 635.000 nuevas plazas para el Programa de Vacaciones de Mayores.
- **7 de junio.** Se publica en el BOE la Ley 9/2005 que permite compatibilizar las pensiones del SOVI con las de viudedad del sistema de la Seguridad Social.
- **28 de julio.** La Seguridad Social equipara los derechos de las parejas homosexuales en materia de prestaciones sanitarias.
- **26 de agosto.** El Gobierno destina 50 millones para proyectos piloto de atención a la dependencia.
- **1 de septiembre.** La Seguridad Social reconoce a más de 78.000 pensionistas del SOVI la compatibilidad con la pensión de viudedad.

- **8 de septiembre.** El Gobierno aprueba el III Plan Nacional de Acción para la Inclusión Social 2005-2006.
- **19 de septiembre.** Salamanca acogerá el Centro Estatal de Referencia de Alzheimer y otras dolencias.
- **21 de octubre.** El Gobierno licita la obra del Centro Estatal de Referencia de Enfermedades Raras de Burgos.
- **28 de octubre.** Se convocan los concursos públicos para la adjudicación de la obra de los centros estatales de referencia de Alzheimer y Otras Demencias y de Atención a Personas con Grave Discapacidad Física en Salamanca y San Andrés de Rabanedo, respectivamente.
- **10 de noviembre.** Trabajo propone una reforma de la Seguridad Social que asegura el futuro y reduce las lagunas de protección del sistema.
- **21 de diciembre.** Gobierno y agentes sociales firman el acuerdo

sobre las líneas básicas del Sistema Nacional de Dependencia.

- **23 de diciembre.** El Gobierno informa sobre el anteproyecto de Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a Personas en Situación de Dependencia.

2006

- **13 de enero.** Aprobado el proyecto de ley que reconoce la lengua de signos y los sistemas de apoyo a la comunicación oral.
- **8 de febrero.** Nace el Centro Español de Subtitulado y Audiodescripción (CESyA).
- **9 de febrero.** El Fondo de Reserva de la Seguridad Social duplica su cuantía. Tras sucesivas dotaciones adicionales, de los 15.182,4 millones de euros de febrero de 2004, pasa a 31.207.64 millones.
- **3 de marzo.** El Gobierno aprueba el anteproyecto de Ley Orgánica de Igualdad entre Mujeres y Hombres.

A Fondo BALANCE DE DOS AÑOS DE GOBIERNO

UN MILLÓN DE AFILIADOS MÁS A LA SEGURIDAD SOCIAL

En el ámbito de las pensiones, en 2006, por segundo año consecutivo, 3.116.578 de personas que perciben pensiones mínimas se han beneficiado de una subida de entre un 4,92% y un 8%. El proceso continuará hasta que se alcance el compromiso del 26% de subida en esta legislatura. La subida de las pensiones mínimas en los dos años de Gobierno está entre el 13.4% y el 16.6%, lo que supone el mayor impulso dado a las pensiones más bajas en todo el periodo democrático.

Otra medida en beneficio de las pensiones más bajas ha sido la posibilidad de compatibilizar el extinguido Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez (SOVI) con la pensión de viudedad, de la que se han beneficiado unos cien mil pensionistas. Hay que anotar, asimismo, la elevación en más de un 13% de las pensiones mínimas de viudedad - más de un tercio del total - que ha beneficiado a más de 730.000 pensiones, medidas ambas ampliamente demandadas por las asociaciones de viudas.

La incorporación de un millón de nuevos afiliados a la Seguridad Social, que ha superado los 19,3 millones de personas ocupadas, es un indicativo del buen estado de la economía nacional.

La consolidación financiera del sistema ha permitido aumentar con sucesivas dotaciones en 14.400 millones de euros el Fondo de Reserva de la Seguridad Social. Actualmente supera los 31.200 millones, representa el 3,47% del Producto Interior Bruto y equivale a seis mensualidades de la nómina de pensiones.

En esta situación de bonanza, el Gobierno ha planteado a la mesa de diálogo social una propuesta de reforma de la Seguridad Social que permita asegu-

Las políticas sociales constituyen una de las prioridades del Gobierno.

rar la sostenibilidad futura del sistema y posibilitar el incremento del gasto social y de las políticas de apoyo a las familias en los próximos años.

MÁS DE 19 MILLONES DE OCUPADOS

En materia de empleo, España vive un momento histórico, la cifra de ocupados es la más alta registrada en España (19.300.000 personas); desde abril de 2004 se han creado 3.700 empleos por día. La creación de empleo se ha concentrado sobre todo en las mujeres, cuya ocupación ha crecido en más de 900.000 trabajadoras, con una tasa del 12%, muy por encima de la de los varones (7,1%). La cifra de ocupadas es también la mayor de todos los tiempos.

En cuanto a la tasa de paro (8,7%),

es la más baja desde hace 25 años y, por primera vez, se sitúa por debajo de la media europea. Igualmente, el número de parados se ha reducido en medio millón en este periodo, con una caída del 23%. La tasa de paro femenina ha decrecido en un 25%, y es la más baja desde 1979.

Las políticas activas de empleo han tenido en la formación una herramienta crucial para aumentar la adaptabilidad de los trabajadores, las oportunidades de empleo y la productividad del conjunto de la economía. En los dos primeros presupuestos de este Gobierno, los recursos destinados a formación crecieron por encima del 30%. Con ese mismo criterio, la vigente Ley de Presupuestos dedica más de 6.600 millones a políticas activas.



STOCK PHOTOS

El aumento del Salario Mínimo Interprofesional fue una de las primeras decisiones del Gobierno. Actualmente se sitúa en 540,9 euros y acumula una subida del 13,6% desde 2004 con el objetivo anunciado de alcanzar los 600 euros mensuales al término de la legislatura.

Una actuación prioritaria en la política de empleo es la lucha contra los accidentes de trabajo. A la aprobación, en marzo de 2005, del Plan de actuación para la mejora de la Seguridad y Salud en el Trabajo y la reducción de la siniestralidad laboral, que supuso una mejora en la dotación personal de la Inspección de Trabajo y el reforzamiento de la estructura del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), hay que añadir otras actuaciones acordadas con agentes sociales y Comunidades Autónomas para iniciar una campaña de control en los sectores que cuentan con los mayores índices de siniestralidad laboral y para garantizar el cumplimiento de las normas de prevención de riesgos laborales.

REGLAMENTO DE EXTRANJERÍA, DERECHOS Y DEBERES PARA TODOS

El diálogo y la participación social han marcado la política de inmigración, concretado en el Plan de Choque de Medidas Urgentes en materia de Extranjería destinado a reducir el colapso de expedientes de renovación de permiso de residencia y trabajo de inmigrantes legales; el nuevo Reglamento de Extranjería y, finalmente, la puesta en marcha del proceso de Normalización, pactado con los interlocutores sociales.

El proceso ha supuesto que casi 700.000 inmigrantes que trabajaban en España en situación irregular puedan hacerlo de modo legal, con pleno disfrute de sus derechos, pero también con el cumplimiento de los deberes que como

trabajadores les corresponden. Prueba de lo exitoso del proceso es el espectacular incremento de la afiliación a la Seguridad Social derivada del mismo.

En el capítulo de emigración, el Gobierno ha aumentado en un 45% el presupuesto destinado a pensiones asistenciales, que beneficiará a los mayores emigrantes.

LEY DE VIOLENCIA DE GÉNERO, PIONERA EN EUROPA

El Gobierno abrió la legislatura con la ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, la primera en Europa de sus características. Para el desarrollo de la Ley, el Gobierno creó la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer; implantó protocolos para garantizar la eficacia del sistema de protección derivado del Servicio de Teleasistencia; creó 19 juzgados especializados y 519 compatibles; nombró 50 fiscales delegados y un Fiscal de Sala contra la Violencia sobre la Mujer.

Además, constituyó un fondo de 10 millones de euros para la puesta en práctica de la asistencia social integral; creó el registro central para la protección de las víctimas de violencia doméstica y las unidades de Valoración Integral Forense y estableció ayudas económicas para las víctimas de la violencia de género con especial dificultad para encontrar empleo. La actual Ley de Presupuestos ha incrementado los recursos en un 64%, hasta alcanzar 17 millones de euros.

El impulso al Primer Plan de Acción de Mujer con Discapacidad, que tiene como objetivo remover los obstáculos que ocasionan un fuerte déficit de ciudadanía a las mujeres con discapacidad, a través de medidas que les garanticen el ejercicio y disfrute de sus derechos, constituye la principal actuación que se

ha tomado para afrontar la problemática que soportan las personas que, además de mujeres, padecen algún tipo de discapacidad.

MEJORA DE ESTRUCTURAS

En el plan de mejora de estructuras, la educación ha sido otro de los ejes de actuación prioritaria del Gobierno. En este punto, además de la elaboración de una nueva Ley Orgánica de Educación, se han aumentado en 40.000 las becas y en 21.000 el número de estudiantes que reciben ayudas compensatorias dirigidas a las familias con menos renta.

En materia de salud, el Gobierno ha promovido las leyes del Tabaco y de Reproducción Asistida, ha conseguido que el precio de los medicamentos baje un 6% y ha aprobado una aportación extraordinaria de 3.000 millones de euros para las Comunidades Autónomas que tenían un amplio déficit.

En justicia, se han creado 37 juzgados de lo mercantil, 250 nuevas unidades judiciales y 135 nuevos fiscales.

En vivienda se puso en marcha el Plan de Choque que permitió a 183.000 familias acceder a una vivienda con algún tipo de protección. El Plan de Vivienda 2005-2008 prevé una inversión de casi 7.000 millones de euros para ofrecer a 720.000 familias una vivienda digna y asequible. Paralelamente, el Gobierno ha movilizado más de 7,6 millones de metros cuadrados de suelo de su propiedad para levantar más de 30.000 viviendas protegidas.

Justo cuando se cruzaba el ecuador de la legislatura, el alto el fuego permanente anunciado por la organización terrorista ETA ha venido a poner una nota de esperanza añadida al periodo que se abre. Un tiempo que ha de estar marcado por la cautela, pero que apela a la unidad de todos los partidos en una apuesta por la democracia y la libertad.

A TONO

Texto: Inés González
Fotos: Archivo

Un gesto amoroso QUE TRANQUILIZA

L Un gesto amoroso tranquiliza y puede producir más beneficios que un tubo de pastillas, a esta especie de conclusión ha llegado un grupo de neurocientíficos de las Universidades de Wisconsin y Virginia (EE.UU.). Estos expertos han comprobado que en el momento en que las mujeres notaban la mano de su pareja se liberaban del estrés. La caricia de un extraño también aportaba cierto confort, pero en menor grado. El efecto de este sencillo gesto es



que el cerebro y el cuerpo se relajan. En efecto, una mano amiga relaja las tensiones porque probablemente la compañía de un ser querido nos hace más felices. Una caricia expresada, en un momento dado, a nuestra pareja o ser querido es una

muestra de amor que no debería faltar en ninguna relación humana, porque, sin duda, los beneficios son tanto para el que recibe la caricia como para el que la expresa. Está demostrado que el contacto físico es necesario para el ser humano.

Las nueces, buenas aliadas contra la obesidad

Una dieta rica en frutos secos no sólo ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares sino que también puede ayudar a controlar el peso en personas con obesidad. Uno de los mitos nutricionales más populares ha quedado desmentido: las nueces como parte importante de la dieta mediterránea no sólo no engordan sino que, junto con otros frutos secos, ayudan a mantener el peso e incluso podrían contribuir a reducirlo en personas con obesidad o diabetes tipo 2 (diabetes del adulto). Así se desprende de un estudio realizado por un equipo de dietistas de varios centros de España coordinados por Ana Pérez-Heras y Mercè Serra del Hospital Clínico de



Barcelona. Este trabajo forma parte de los resultados del estudio piloto del estudio PREDIMED de prevención de enfermedades cardiovasculares con dieta mediterránea. El estudio se efectuó durante tres meses a 722 personas de alto riesgo cardiovascular, la mayoría de los cuales tenían sobrepeso, obesidad franca o diabetes tipo 2, y recibió el segundo premio al mejor póster o investigación en el VI Congreso

Internacional de Barcelona sobre la Dieta Mediterránea. Este estudio desmitifica la teoría de que el consumo de grasas saludables, como las de los frutos secos o el aceite de oliva virgen, puede acarrear un aumento de peso. Por el contrario su incorporación a la dieta produce un efecto saciante, con lo que se consigue una reducción en el consumo de grasas animales y azúcares

Decálogo sobre el tratamiento de la tensión arterial

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica que precisa en muchos casos, además de la modificación de determinados hábitos de vida, de una medicación farmacológica. Los buenos resultados del tratamiento dependen de que se realice un adecuado cumplimiento que en ocasiones no resulta del todo fácil para los pacientes. Una completa información sobre el cuadro clínico y unas reglas sencillas son suficientes para conseguir que la medicación no se convierta en un obstáculo insalvable.

- Unos conocimientos completos y adecuados sobre la hipertensión arterial y el tratamiento prescrito contribuirán enormemente al cumplimiento. El uso de hojas de educación sanitaria que le recuerden las técnicas a seguir o una tarjeta donde apunte sus cifras de presión arterial son útiles en este sentido.

refinados, presentes en productos como la bollería, carnes rojas o bebidas azucaradas.

Los resultados del trabajo demuestran que, a pesar de ser altas en grasa, las dietas ricas en frutos secos o aceite de oliva no hacen ganar peso. Además, los participantes con problemas de obesidad que siguieron la dieta rica en frutos secos (30 gramos al día, con 15 gramos de nueces y 15 gramos entre almendras y avellanas) experimentaron en conjunto una pequeña pérdida de peso de alrededor de 1/2 kg, mientras que aquellos sin obesidad no modificaron su peso. Lo mismo ocurrió en los participantes que padecían una diabetes tipo 2. También se observó, aunque en menor medida, una pequeña pérdida de peso en los participantes que consumían dietas ricas en aceite de oliva.



- Si tiene dificultades para recordar el momento de la medicación utilice métodos muy sencillos como relacionar el acto de toma de las pastillas con una actividad muy concreta de la vida diaria, como el lavado de dientes, el momento de apagar el despertador o antes de desayunar.

- Tener en casa un aparato de automedición de la presión arterial ha demostrado que mejora el grado de cumplimiento y motiva al paciente a continuarlo.

- Se aconseja tomar la medicación inmediatamente después de levantarse, aunque sea en ayunas, excepto si su médico le indica otro horario y puede tomar el medicamento con comidas.

- Si el paciente olvida alguna pastilla y se da cuenta antes de finalizar el día, se la puede tomar y al día siguiente se la tomará a la hora habitual.

- Tener pastillas en casa antes de que se le acaben evitará que se salte alguna dosis.

- La aparición de algún efecto molesto debe consultarse con el médico. También, si el paciente cree que el tratamiento es inútil o le surge alguna duda al respecto, el clínico le explicará el porqué de su elección y la modificará si fuera necesario. Bajo ningún concepto debe cambiar de tratamiento por su cuenta. Lo que ha funcionado con un amigo o familiar no tiene porque funcionar con usted. No debe automedicarse.

- Es muy fácil saber si ha olvidado alguna dosis cada mes. Simplemente cuente las pastillas que tiene y los días que han pasado.

- Los fármacos no sustituyen a los hábitos de vida saludables. No abandone la dieta aunque tome la medicación, ni aumente la dosis si va a hacer una comida copiosa.

- Aunque hayan pasado varias semanas desde que comenzó con el tratamiento, la importancia del cumplimiento terapéutico continúa siendo la misma. Aunque las cifras tensionales mejoren, no debe abandonar el tratamiento. La tensión arterial es una enfermedad crónica que requiere de un tratamiento prolongado.

Visita a Iberoamérica del ministro de Trabajo y Asuntos Sociales

Jesús Caldera, titular de la cartera de Trabajo y Asuntos Sociales, ha visitado el pasado mes diversos países Iberoamericanos con el objetivo de trasladar a los emigrantes españoles información sobre la política del Gobierno a favor del colectivo como es el contenido del proyecto de ley de Estatuto de los Ciudadanos Españoles en el Exterior.

Además de establecer contactos con los emigrantes españoles, Caldera mantuvo encuentros con los presidentes de Brasil, Venezuela y Uruguay y con



Entrevista del ministro con el presidente brasileño Lula de Silva

distintos ministros responsables de las áreas que afectan a los españoles re-

sidentes. En estas reuniones se abordaron diversos temas en torno a la situa-

ción actual de los emigrantes españoles en estos países.

Uruguay, Argentina, Venezuela y Brasil fueron las escalas de un viaje en el que los protagonistas fueron los colectivos de emigrantes españoles. De esta manera Jesús Caldera en su visita a Venezuela mantuvo encuentros con los emigrantes en la inauguración del Centro Asturiano en Caracas y en el Centro Dfía de la Hermandad Gallega; en Argentina el Centro de Galicia en Buenos Aires, la Casa de Salamanca, también en la capital argentina, y la ciudad de Mendoza fueron los lugares donde el ministro se reunió con el colectivo.

En Uruguay Caldera visitó el Club de Españoles de Montevideo y fue invitado

Las pensiones asistenciales por ancianidad benefician a 49.583 emigrantes españoles

El número de emigrantes españoles mayores que se benefician de una pensión asistencial por ancianidad asciende a 49.583 personas en el primer trimestre de este año. El ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales ha dedicado a estas pensiones un total de 21.292.334 euros de su presupuesto. El incremento de pensiones asistenciales para emigrantes españoles, concedidas por la Secretaría de Estado

de Inmigración y Emigración a través de la Dirección General de Emigración, ha sido del 65 por ciento respecto al año 2005, año en el que los beneficiarios fueron 33.241.

Las pensiones asistenciales de ancianidad las establece el Gobierno como instrumento de protección que garantiza un mínimo de subsistencia para los emigrantes españoles en edad de jubilación que carecen de recursos económicos.

El mayor número de beneficiarios reside en Venezuela, Argentina, Brasil y Uruguay. Así, estas pensiones beneficiaban a 30.466 españoles residentes en Argentina, 7.791 en Venezuela, 3.985 en Brasil y 3.147 en Uruguay. El ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera visitó recientemente estos países con el fin de informar a los emigrantes españoles sobre la política del Gobierno a favor del colectivo.

al acto de colocación de la primera piedra del futuro Hogar Español en el capital uruguayo. En todos estos encuentros el titular de Trabajo y Asuntos Sociales explicó el contenido del proyecto de ley de Estatuto de los Ciudadanos Españoles en el Exterior, que aprobó el Consejo de ministros el pasado mes de enero, en el que se recogen diversas novedades que desarrollan los derechos de los españoles en el extranjero.



Caldera en una reunión con emigrantes españoles

CONVENIOS Y COOPERACIÓN

En la visita a la capital venezolana, Jesús Caldera firmó un convenio con la Fundación España Salud que permitirá la asistencia sanitaria a los emigrantes españoles residentes en Venezuela que carezcan de recursos econó-

micos con el que se beneficiarán cerca de 10.000 personas durante 2006. El Plan Salud de Venezuela persigue extender la cobertura a la atención primaria sanitaria y a los medicamentos para los beneficiarios de las pensiones asistenciales.

También en Caracas tuvo lugar la reunión del ministro español con el presidente de Venezuela, Hugo Chávez, y con el ministro de Trabajo venezolano, Ricardo Dorado.

La escala en Uruguay llevó al encuentro con diversos

componentes del Gobierno mientras que en Brasil el ministro de Trabajo y Asuntos Sociales se reunió con el presidente brasileño Lula da Silva y con los ministros de Trabajo, Luiz Marinho, y de previsión social, Nelson Machado.

Acuerdo sobre la Ley de la Dependencia



Jesús Caldera, ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, firmó un acuerdo sobre la futura Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia, acompañado por la secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Valcarce, con los representantes de Esquerra Republicana de Catalunya, Joan Tardá, y del grupo parlamentario Izquierda Unida- Iniciativa per Catalunya Verds, Gaspar Llamazares y Carme García

A · c · t · u · a · l · i · d · a · d

Valcarce se reúne con los mayores en Menorca

- La secretaria de Estado y la presidenta del Consell presentaron a los mayores la Ley de Dependencia



Amparo Valcarce, en el centro, junto a la presidenta del Consell

La secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, Amparo Val-

carce, visitó el mes pasado el Centro de Mayores de Alaior (Menorca), un centro emblemático por su calidad en servi-

cios destinados a las personas mayores. Valcarce estuvo acompañada por la presidenta del Consell Insular de Me-

norca, Joana Barceló, la diputada Gracia Muñoz y el alcalde del municipio, Pau Morlá.

La secretaria de Estado mantuvo una reunión con todos los colectivos representativos de las personas mayores de Menorca en el que explicó la futura Ley de Dependencia y aclaró algunas dudas sobre los viajes del Imsero.

En este sentido, las personas mayores agradecieron a Valcarce la ayuda de 55 euros para los gastos de traslado hasta Palma de Mallorca para viajar a la Península, y la secretaria de Estado se comprometió ante los jubilados a buscar las vías para incrementar esta cantidad en los próximos años.

Además, la secretaria de Estado se mostró decidida a seguir aumentando las plazas de origen con salida en la isla de Menorca, sobre todo en los meses de mayo y junio.

Los pensionistas de Menorca disfrutaron en la temporada 2005-2006 del mayor número de plazas de viajes del Imsero de la Historia.



Usuarios del Centro de Mayores de Alaior

Caldera clausuró la temporada de los Viajes del IMSERSO

● El ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera, clausuró el pasado 29 de abril, en Santa Cruz de Tenerife, la temporada 2005-2006 del Programa de Vacaciones para Personas Mayores del IMSERSO, del que han disfrutado 830.000 personas, un 22% más que en la temporada anterior.



Jesús Caldera, en el acto de clausura de la temporada 2005/2006 de Programa de Vacaciones del Imserso. Sesenta y más ofrecerá en su próximo número una amplia información sobre este Programa.

El Programa de Vacaciones para Mayores proporciona la posibilidad de disfrutar, a precio reducido, de estancias (de 8 a 15 días) en zonas turísticas de clima suave (litoral mediterráneo, Baleares y Canarias), cubriendo la denominada temporada baja. Las novedades se centran en estancias de un mes de duración, ampliación de circuitos culturales y servicios que no incluyen transporte.

Asimismo, se realizan Circuitos Culturales en el resto de Comunidades Autónomas y viajes a Portugal y Andorra (por primera vez esta temporada).

Con el Programa de Vacaciones para Mayores se consiguen dos grandes objetivos:

- Mejorar la calidad de vida de las personas mayores.
- Favorecer la creación de empleo en el sector turístico y su entorno.

Las novedades que ha incluido el Gobierno esta temporada, se han centrado en el impulso de los viajes sobre conmemoraciones culturales y turismo cultural, la inclusión de estancias de un mes de duración o los viajes sin inclusión de transporte.

ENCUENTRO CON UN GRUPO DE "NIÑOS DE LA GUERRA"

Con anterioridad a la clausura del Programa de Vacacio-

nes, el ministro de Trabajo y Asuntos Sociales se reunió con un grupo de emigrantes españoles, pertenecientes al colectivo de "Niños de la Guerra", que se encontraba en Tenerife disfrutando del Programa de Vacaciones del IMSERSO.

La Ley 3/2005, de 18 de marzo, reconoce una prestación económica a los ciudadanos de origen español desplazados, durante su minoría de edad, al extranjero entre el 18 de julio de 1936 y el 31 de diciembre de 1939, como consecuencia de la Guerra Civil española y que desarrollaron la mayor parte de su vida fuera del territorio nacional.

Ya se están beneficiando de esta ayuda 1.318 "Ni-

ños de la Guerra" y, este año, otras 1.600 personas recibirán la prestación para la que el Gobierno destinará cerca de 11 millones de euros.

Para el año 2006, la cuantía de la prestación económica ascenderá, en cómputo anual, a la diferencia entre 6.394,56 euros y el importe anual que perciba cada beneficiario, bien en concepto de pensión asistencial por ancianidad, pensión no contributiva, FONAS o SOVI o bien por las rentas o ingresos anuales de que disponga el beneficiario. Cerca de 3.000 menores, partieron entre 1937 y 1938, en cuatro expediciones, rumbo a Leningrado. Estos menores, llamados "Niños de la Guerra", procedían mayoritariamente del País Vasco, Asturias y Santander. La confianza en una pronta victoria del bando republicano en la contienda civil hizo pensar en una corta estancia. Sin embargo, la victoria del general Franco y la implantación de la Dictadura, la Segunda Guerra Mundial y la ruptura de las relaciones entre España y la URSS dilataron su regreso a nuestro país.

Actualidad • IMSERSO

Ciclo de Conferencias en el CEAPAT



Miret Magdalena, el segundo a la derecha, impartió la primera conferencia

El Centro Estatal de Autonomía Personal Ayudas Técnicas (CEAPAT) del IMSERSO ha iniciado la celebración del I Ciclo de Conferencias sobre "Diseño para Todos, Accesibilidad y Empresas" del Aula de Diseño para Todos con la conferencia "Ética y empresa" desarrollada, el

pasado día 20 de abril, por el escritor Enrique Miret Magdalena.

Esta iniciativa del IMSERSO tiene como objetivo mostrar una visión práctica de la importancia de los diseños plenamente accesibles y pensados para todas las personas, y consignar que esto es un logro importante de las

empresas cuando estas apuestan por ser socialmente activas y responsables con la sostenibilidad. El ciclo de conferencias, producto de la colaboración del IMSERSO con la Fundación Telefónica, también supone la posibilidad de recibir, aportar y compartir el conocimiento sobre el "diseño

para todos" con destacadas personalidades, de nivel internacional, en áreas como la social y económica.

Ciclo de Conferencias:

- Ética y Empresa. Enrique Miret Magdalena. **20 de abril.**
- Principios de la Vida Independiente y Mujer. Soledad Arnau. **18 de mayo**
- La economía social. M^a Luisa Leal. **15 de junio.**
- La inversión social. Rosalía Mera. **21 de septiembre.**
- Avances europeos sobre Diseño para Todos en las empresas. Francesc Aragall. **18 de octubre**
- Accesibilidad y compras públicas. Luis Cayo. **23 de noviembre**

Información: CEAPAT.

Tel.: 91 363 48 00.

Fax: 91 778 41 17.

Amparo Valcarce en la clausura de la Asamblea de la UDP



La secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Disca-

pacidad, Amparo Valcarce, asistió a la clausura de la XXXIV Asamblea de la Unión Demo-

crática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP), donde recogió un documento donde esta organización realiza una valoración del proyecto de Ley de la Dependencia

En el documento entregado a la secretaria de Estado la organización valora de forma muy positiva la decisión del Gobierno de implantar

el Sistema Nacional de dependencia, la dotación presupuestaria prevista, el consenso social alcanzado en la futura Ley de la Dependencia, y el carácter universal de la norma. Sin embargo en el texto se advierte que los plazos para que la norma empiece a funcionar en 2007 están muy ajustados.

cuadernos

Sesenta
y más

AÑO XII / Nº 5 / MAYO 2006

EN ESTE NUMERO

Jornada sobre
Dependencia y
Envejecimiento
Activo:

■ Envejecimiento y
dependencia.

X Congreso de la
Sociedad Española
de Retina y Vítreo:

■ Causas de la DMAE.

Presente y futuro en
el tratamiento de la
hepatitis C crónica:

■ Terapia a la carta.

■ El tratamiento del
futuro.

■ La hepatitis C en cifras.



El presidente del CEBS, Miguel Angel Cabra de Luna, y el subdirector general de Planificación, Ordenación y Evaluación del IMSERSO, Pablo Cobos, durante la inauguración de la Jornada.

Jornada sobre Dependencia y Envejecimiento Activo

Debate y reflexión acerca de la futura Ley de la Dependencia como respuesta a las necesidades de las personas en esta situación

Coordina: Juan M. Villa / Fotos: M^a Ángeles Tirado

El Comité Español para el Bienestar Social (CEBS) organizó la Jornada de debate y reflexión en torno el anteproyecto de Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia. La sede central del IMSERSO fue el lugar donde especialistas y profesionales trataron sobre el reto que supone abordar la problemática de la dependencia en España.

cuadernos

El análisis de los aspectos básicos del anteproyecto de ley de dependencia como una importante iniciativa de política social en España y la sensibilización sobre las necesidades y demandas de las personas en situación de dependencia y de sus familias, además de la constatación de la insuficiente cobertura actual de la red de recursos, fueron dos de los aspectos clave en el desarrollo de la Jornada.

La inauguración del acto corrió a cargo del presidente del CEBS, Miguel Angel Cabra de Luna, y del subdirector general de Planificación, Ordenación y Evaluación del IMSERSO, Pablo Cobos. “El CEBS no puede ser ajeno al debate de la ley de Dependencia porque su objetivo es avanzar en el bienestar social” destacó Cabra de Luna durante su intervención.

Así, el presidente del CEBS recordó la labor de esta entidad en pro del desarrollo de los servicios sociales en España y la vocación europea e internacional del Comité Español para el Bienestar Social. Cabra de Luna indicó, en la presentación de la Jornada, que junto al análisis de la iniciativa legislativa del Gobierno el encuentro también serviría para profundizar en el concepto de “envejecimiento activo”. Acerca del debate explicó la necesidad de tratar cuestiones como “qué piensan las personas afectadas, cuál es el papel de las Administraciones, qué labor desarrollarán los profesionales, o cómo se va a financiar el Sistema Nacional de Dependencia”.

Pablo Cobos destacó en primer lugar la importancia de la participación de las Organizaciones no Gubernamentales, como CEBS, en temas como el de la situación de las personas dependientes y la

“Es necesario que exista convergencia entre el apoyo informal que realizan los familiares y los recursos formales”

futura ley de la Dependencia. Además anunció que el proyecto de ley recogerá en el artículo uno el reconocimiento y garantía del derecho, nuevo e histórico, de las personas en situación de dependencia a acceder a una serie de prestaciones y servicios que atiendan sus necesidades. Por último, Cobos señaló que el incremento del gasto social que supone la puesta en marcha del Sistema Nacional de Dependencia permitirá a España llegar a la media europea en este concepto.

Envejecimiento y dependencia

La primera parte de la Jornada permitió abrir el debate y la reflexión sobre la dependencia y su relación con el envejecimiento demográfico. Envejecimiento y Dependencia fue el título de la ponencia marco sobre la que se basó el desarrollo de las posteriores mesas redondas, en las que se estructuró la Jornada. La necesidad y oportunidad de la norma planteada en el anteproyecto, su estructura y contenido y la financiación del Sistema Nacional de Dependencia fueron los puntos tratados.

El papel de las Administraciones Públicas en el desarrollo de la Ley, y en la consiguiente, puesta en marcha del Sistema nacional de Dependencia, constituyó otro de los temas analizados por los profesionales y especialistas. Las Administraciones como gestoras y reguladoras del nuevo derecho fue la idea sobre la que giró el debate al

que contribuyeron, desde sus puntos de vista, los representantes de la Administración General del Estado, de la Comunidades Autónomas y de las Corporaciones Locales.

Mayores activos y personas en situación de dependencia fueron los protagonistas de la mesa redonda en la que se debatió la necesidad de establecer una red de servicios sociales y sanitarios destinados a atender las necesidades de estos colectivos. El objetivo de esta red en el aspecto de la promoción del envejecimiento activo sería el consolidar el acceso de las personas mayores a servicios y programas que redunden en su crecimiento personal y en su participación en todas las esferas sociales, al tiempo que faciliten un envejecimiento saludable que retrase o impida situaciones de dependencia. En el caso de la atención a la dependencia, la red de servicios y programas deberán dar respuesta a las necesidades de las personas dependientes y de sus familias.

De esta manera esta mesa redonda incorporó temas como el de la interconexión del Sistema Nacional de Dependencia con los Servicio Sociales Básicos; la atención a las personas en situación de dependencia menores de 65 años; la atención de los servicios sociales a las personas mayores de 65 años dependientes y el apoyo informal (además de la necesidad de converger los recursos formales y el apoyo informal); y el Sistema Sanitario y su coordinación con el Sistema de atención a la Dependencia.

X Congreso de La Sociedad Española de Retina y Vítreo

Coordina: Inés González

Fotos: M^a Angeles Tirado/S.E.R.V

El aumento de la esperanza de vida en la población española durante las últimas décadas ha conllevado un aumento notable de la prevalencia de las enfermedades relacionadas con el envejecimiento, como la Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE). En la actualidad, se estima que alrededor de 750.000 personas padecen DMAE en España, enfermedad que constituye la causa más importante de ceguera legal en personas mayores de 50 años en los países desarrollados. Las previsiones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sugieren que en las próximas décadas esta enfermedad triplicará su prevalencia como consecuencia del incremento de la longevidad de las sociedades industrializadas. Existen dos tipos de DMAE, la seca o atrófica, que es más frecuente y menos grave, y la forma húmeda o neovascular, que es más grave y la que más rápidamente puede evolucionar hacia la ceguera legal. Mientras que en la forma seca la mácula se va atrofiando lenta y progresivamente y genera una paulatina pérdida de visión, en la forma húmeda aparece un fenómeno de neovascularización. Estos nuevos vasos pueden producir una lesión cicatricial en la mácula, lo que conlleva una pérdida irreversible en la visión central retraining social. Según el profesor José M^a Ruiz Moreno, jefe de la Unidad de Retina del Instituto Oftalmológico de Alicante y profesor de Oftalmología de la Universidad Miguel Hernández de Elche, "los pacientes ven una mancha negra central en el centro de su campo de visión y se ven obliga-



Alrededor de 750.000 personas padecen DMAE en España.

dos a acostumbrarse a mirar de lado. Al tratarse de una enfermedad que puede impedir a los pacientes realizar sus tareas cotidianas, la DMAE puede llegar a originar en los pacientes un retraining social".

"Esta situación", añadió el profesor Ruiz Moreno, "empeora de forma muy importante la calidad de vida de los pacientes, teniendo en cuenta, además, que una persona con DMAE húmeda en un ojo tiene un 25% de posibilidades de desarrollar la enfermedad en el otro ojo en un plazo de 4 años".

Ante este avance, este experto afirmó que "si ya es importante detener la evolución de la enfermedad, permitiendo que las personas con DMAE húmeda no pierdan más visión, conseguir mejorar la función visual de los pacientes supone mejorar, aún más, su calidad de vida".

Causas de la DMAE

El factor de riesgo más importante de la DMAE es la edad, de forma que se

suele presentar en personas mayores de 50 años y el riesgo aumenta por encima de 60-65 años. "Junto con este factor de riesgo", explicó el profesor Ruiz Moreno, "existen otros que aumentan la posibilidad de que la enfermedad se presente, como el hábito tabáquico, que provoca un aumento y aceleración de la oxidación de la retina, así como una disminución de los factores antioxidantes naturales. Además, estudios poblacionales han dado muestra de la influencia de la hipertensión arterial y los factores genéticos en el riesgo de la enfermedad".

Teniendo en cuenta la importancia de aplicar el tratamiento cuanto antes para conseguir la mayor eficacia, los expertos inciden en la importancia de realizar revisiones oftalmológicas periódicas para su detección y de acudir urgentemente al oftalmólogo cuando se presentan signos de alarma que pueden hacer sospechar de la presencia de DMAE.

cuadernos

Presente y futuro en el tratamiento de la hepatitis C crónica



De izquierda a derecha :Dr. Rafael Esteban (H. Vall d'Hebron);Dr. José M^a Sánchez Tapias (H. clinic, Barcelona);Dra. María Buti (H. Vall d'Hebron) y Dr. Raúl Andrade (H. Virgen de la Victoria, Málaga).

Coordina: Inés González

Fotos: M^a Angeles Tirado/S.E.R.V

Hoy en día el abordaje del virus de la hepatitis C exige maximizar la terapia disponible a través de tratamientos más cortos o de mantenimiento; detener la progresión del daño hepático, administrar terapias de gran eficacia antiviral y modular la respuesta inmune, según afirmaron los expertos reunidos en el XXXI Congreso de la Asociación Española para el Estudio del Hígado (AEEH) en Madrid.

La comodidad del paciente y la búsqueda de la máxima respuesta viral hasta la negativización completa del virus C constituye un reto

para los investigadores y clínicos. En este sentido, estudios realizados recientemente han puesto de manifiesto la posibilidad de reducir a la mitad la duración del tratamiento de la hepatitis C con la terapia combinada de peginterferón alfa-2b y ribavirina en pacientes con genotipo 1 y baja carga viral, que han obtenido una respuesta virológica rápida en la cuarta semana de tratamiento.

Como afirmó el doctor José María Sánchez Tapias, Consultor Senior de Hepatología del Hospital Clinic de Barcelona, "la reducción de la duración de la terapia a 24 semanas permite un tratamiento mucho más atractivo para los pacientes, ya que podemos ofrecerles la misma eficacia y muchos menos inconvenientes". El Dr. Sánchez Tapias fue

uno de los participantes en el Simposio "Presente y Futuro en el Tratamiento de la Hepatitis C Crónica" que se celebró en el marco del Congreso de la Asociación Española para el Estudio del Hígado.

Terapia "a la carta"

Por otra parte en estos estudios también se ha comprobado que cuando se alcanza la negativización precoz de la viremia tras cuatro semanas de tratamiento, se puede no sólo predecir el resultado final del mismo, sino además identificar qué pacientes tienen la posibilidad de obtener la curación con tratamientos más cortos.

Esta característica, en opinión del doctor Sánchez Tapias, "permite optimizar e individualizar el trata-

miento, ajustándolo a las necesidades de cada paciente, tanto en la duración como en las dosis, algo especialmente interesante en los casos de infección por genotipo 1". En términos generales, los pacientes "no respondedores" están infectados por el genotipo 1 del virus de la hepatitis C, el más común en Europa y Norteamérica, con el 70% de las infecciones registradas. Además suelen ser personas mayores, con más años de evolución y/o

cirrosis hepática establecida, como explicó la doctora María Buti, especialista del Servicio de Hepatología del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona y moderadora del simposio.

El tratamiento del futuro

Por su parte, el doctor Raúl Andrade, profesor de la Universidad de Málaga y especialista en enfermedades digestivas y hepatología del Hospital Clínico Universitario Vir-

gen de la Victoria de Málaga, analizó en este simposio las vías de tratamiento de los inhibidores de la proteasa. En opinión de los expertos, estas nuevas terapias podrían potenciar la seguridad, eficacia y tolerabilidad de los tratamientos contra el virus C, en un momento en el que se hace necesario desarrollar nuevos fármacos capaces de no generar resistencias y en el que se hace imprescindible abrir nuevas vías de tratamiento para atender a una población de pacientes no respondedores y/o coinfectados por el VIH que va en aumento.

Según el doctor Andrade, "los resultados preliminares de los ensayos realizados con los inhibidores de la proteasa nos ponen de manifiesto un futuro esperanzador del tratamiento de la hepatitis C". "Aunque se trata de resultados preliminares, la aprobación de los inhibidores de la proteasa aportará a los clínicos la posibilidad de tratar a más pacientes de los que se tratan en la actualidad debido a su mejor perfil de seguridad", explicó el doctor Andrade. "Además, para los pacientes será una terapia más cómoda, ya que, frente a los tratamientos actuales de administración subcutánea, los inhibidores de la proteasa son de administración oral".

"En este sentido", añadió este experto, "la mayor eficacia, el mejor perfil de seguridad y una forma de administración más cómoda, mejorará el cumplimiento del tratamiento por parte de los pacientes". Los estudios clínicos desarrollados hasta el momento muestran una gran eficacia y tolerancia, en monoterapia, en combinación con peginterferón alfa-2b con o sin ribavirina añadida en tratamientos de 24 ó 48 semanas.

La hepatitis C en cifras

- El virus de la hepatitis C (VHC) afecta a unos 170 millones de personas en el mundo, de los que cinco millones son europeos. En España, se estima que en torno al 2% de la población general, más de 800.000 personas, está infectada por el VHC.

- La hepatitis C se ha convertido en un problema de salud pública, ya que cada año se registran unos cuatro millones de casos nuevos en todo el mundo. El virus de la hepatitis C es la principal causa de trasplante hepático y es responsable de siete de cada diez casos de hepatitis crónica, del 20% de los casos de cirrosis y del 70% del cáncer de hígado diagnosticado.

- La hepatitis es una inflamación del hígado producida por un virus de gran diversidad en su secuencia y su estructura. Actualmente existen seis grupos genéticos (genotipos) y varios subtipos, establecidos según la evolución del virus C en un área geográfica determinada. Así, el genotipo 1, el más frecuente y

difícil de tratar es europeo, mientras que el genotipo 3 es más frecuente en el sudeste asiático.

- El VHC se transmite por vía parenteral (hemoderivados no inactivados, transfusiones, consumo de drogas por vía intravenosa, tatuajes y piercings). La hepatitis C es conocida como la "enfermedad silenciosa" ya que cursa sin síntomas y los afectados pueden portar el virus durante años e incluso décadas.

- La evolución de la enfermedad está condicionada por el momento y la forma de contagio, el sexo, el genotipo del virus, la presencia de anticuerpos de hepatitis B o de otras enfermedades virales y el abuso del alcohol.

- Los usuarios de drogas intravenosas son una población de alto riesgo para la infección por el virus de la hepatitis C. Los expertos estiman que el 82% de este colectivo está infectado por el VHC, cifra que se eleva hasta el 90% en el caso de los pacientes con VIH.

cuadernos

Según el informe de evolución de los indicadores de salud de la población en los últimos diez años

Las mujeres españolas, las que más años viven de la Unión Europea

Coordina: Rosa López Moraleda

Fotos: M^a Ángeles Tirado

El estado de salud de los españoles es bueno y ha seguido mejorando durante la última década, según el quinto informe sobre los indicadores de salud de la población española, que compara, por primera vez, los datos con los de otros países europeos: la esperanza media de vida de los varones españoles llega a los 76,3 (cuarta más alta de la UE) y la de las españolas alcanza a los 83 años, la más alta de todos los países de la Unión Europea.

Este informe, cuya primera edición se publicó en 1990, fue presentado por el Secretario General de Sanidad, José Martínez Olmos, y el Director General de la Agencia de Calidad del Sistema Nacional de Salud, Alberto Infante. Para su elaboración se han analizado más de 20 millones de registros procedentes de diversas bases de datos, lo que ha dado lugar a casi una centena de indicadores de salud en un total de 460 tablas.

Esta publicación, que se enmarca dentro de las actuaciones del Plan de Calidad para el SNS, ofrece una amplia variedad de datos sobre esperanza de vida, mortalidad y morbilidad, incapacidad y salud percibida, salud materno-infantil y hábitos y estilos de vida relacionados con la salud.

De esta forma, el documento consti-



Las mujeres españolas son las más longevas de la UE y se ha incrementado su esperanza de vida casi 3 años, desde 1990 hasta 2002.

tuye una herramienta de trabajo de gran valor para las autoridades y los profesionales sanitarios, puesto que permite comprobar la evolución de la salud de los españoles y la tendencia que siguen en el tiempo los principales indicadores de salud, lo que facilita la adopción de medidas para la mejora de las políticas sanitarias y la definición de las prioridades sanitarias en beneficio de los ciudadanos.

Tal como afirmó el Secretario General de Sanidad en la presentación, "el informe permite concluir que el estado global de salud de los españoles es bueno, que ha seguido mejorando durante la última década y que sigue siendo globalmente mejor que el de los países de nuestro en-

torno. Sin embargo se perciben amenazas por el lado de algunos hábitos de vida como son el sedentarismo (y su influencia en la aparición de sobrepeso y obesidad) y el exceso de consumo de tabaco, de alcohol y de ciertas drogas. Y también que existen desigualdades de género con respecto a la situación de salud a las que debemos dar pronta respuesta".

Esperanza de vida

El primer indicador analizado en el informe es el relativo a la esperanza de vida al nacer de los españoles, que en 2002 se situaba en los 79,7 años, por encima de la media de la Unión Europea (78,3). Después de Italia y Suecia, España es el país

con una esperanza de vida más alta. De 1990 a 2002, en hombres se ha pasado de los 73,3 a los 76,3 años (la cuarta más alta de la Unión Europea) y en mujeres, de 80,5 a 83 años (la más alta de la UE).

En el conjunto de la Unión, la esperanza de vida se incrementó en 2,7 años en la última década del siglo XX, el mismo aumento que se ha producido en España en este periodo, pasando de 76,9 años en 1990 a 79,7 años en 2002. Los países que han experimentado un mayor incremento en la esperanza de vida al nacer en este periodo han sido República Checa (4 años), Polonia (3,6 años) y Finlandia (3,3 años).

Causas de muerte

Como ha explicado el Secretario General, los datos muestran el perfil epidemiológico clásico de nuestro país, que se corresponde con los países de nuestro entorno socioeconómico, en el que las enfermedades cardiovasculares y el cáncer son las principales causas de muerte.

Enfermedad isquémica del corazón y cerebrovasculares.- España es de los países de la Unión Europea con menores tasas de mortalidad por enfermedad isquémica del corazón (83 por 100.000 habitantes en mujeres y 112 por 100.000 habitantes en hombres) y por enfermedad cerebrovascular (102 por 100.000 habitantes en mujeres y 75 por 100.000 habitantes en hombres). En las últimas décadas se ha observado una tendencia descendente, al igual que en todos los países de nuestro entorno, habiendo disminuido un 8% la mortalidad por enfermedad isquémica y un 40% la producida por enfermedad cerebrovascular.

Cáncer de pulmón.- Con respecto a la mortalidad por cáncer de pulmón,

De 1990 a 2002, la esperanza de vida de los españoles ha aumentado en 2,7 años, alcanzando ya los 79,7, la tercera edad más alta de la Unión Europea

en los últimos años la tendencia entre los hombres ha sido estable o descendente en la mayoría de los países de la Unión, incluido España, mientras que la mortalidad en mujeres ha sido claramente ascendente, como consecuencia de su incorporación tardía al consumo de tabaco. La tasa de mortalidad en mujeres en España, aún siendo de las más bajas de la UE, se incrementó un 30% en la última década.

Cáncer de mama.- En España, al igual que en el resto de países de la Unión Europea, la mortalidad por cáncer de mama entre mujeres ha experimentado un descenso en la última década del siglo XX. Concretamente, entre 1990 y 2002 la mortalidad disminuyó un 14% en España y un 8% en el conjunto de los quince países que formaban parte de la UE antes de 2004. En la actualidad, nuestro país tiene una de las tasas más bajas de mortalidad por este tipo de cáncer (28 por 100.000 habitantes), concretamente un 25% por debajo de la media de la UE.

Diabetes mellitus.- Al igual que en el resto de la UE, la mortalidad por diabetes ha experimentado en las últimas décadas un importante descenso en nuestro país (entre 1990 y 2002 bajó un 25%, situándose la tasa en 24,1 por 100.000 habitantes). Aún así, España sigue presentando una tasa un 10% superior a la media europea.

Cirrosis hepática.- En cuanto a cirrosis hepática y enfermedad crónica del hígado, la mortalidad en España

(12,5 por 100.000 habitantes) es un 25,1% inferior a la media de la UE, y nuestro país es el segundo donde esta tasa experimentó un mayor descenso (un 45% entre 1990 y 2002).

Mortalidad por accidentes de tráfico.- En cuanto a la mortalidad por accidentes de tráfico, y a pesar de que se ha producido un descenso de un 40% entre 1990 y 2002, España presenta todavía una tasa superior a la media de la UE: en 2002 fue un 25,7% superior a esta media. En ese año, la tasa de mortalidad por 100.000 habitantes en España era de 21,7 en hombres y 6,2 en mujeres.

Suicidios.- Con respecto a los suicidios, en España se produjo una tendencia ascendente hasta mediados de los años 80 pero posteriormente se ha producido un descenso y estabilización de los casos, hasta situarse en 2002 en una tasa de 13 fallecimientos por 100.000 habitantes en hombres y de 4 en mujeres. De esta forma, somos el quinto país de la UE con menor mortalidad por esta causa, con una tasa un 40% inferior a la media de la UE. En líneas generales, los países del este de Europa son los que presentan tasas más altas de muerte por suicidio, mientras que los países mediterráneos tienen las cifras más bajas.

Enfermedades

Enfermedades infecciosas susceptibles de vacunación.- En los últimos

cuadernos



El 47% de la población española es sedentaria y no realiza actividades físicas

HÁBITOS DE VIDA RELACIONADOS CON LA SALUD

- **Consumo de tabaco.**- España, con un 28,1% de fumadores diarios, se encuentra en el nivel medio del conjunto de los quince países que formaban parte de la Unión Europea antes del 2004, en los que un 28,5% de la población adulta fumaba diariamente en el año 2002. En nuestro país, el porcentaje de fumadores diarios se redujo en un 4% en la última década.

- **Consumo de alcohol.**- España, con un consumo de 11,2 litros de alcohol puro por persona y año en 2002, ocupó una posición intermedia entre los 25 países que actualmente componen la UE, con una tendencia general en la última década claramente descendente. El consumo per cápita de alcohol descendió en España en un 16% desde el inicio de los años 90.

- **Consumo de otras drogas.**- España es el cuarto país de la UE con mayor porcentaje de consumo de cannabis, anfetaminas y éxtasis, y también el país con el consumo más alto de cocaína. En 1999, entre la población de 15 a 64 años, el 7% declaró haber consumido cannabis durante el último año, el 1,6% cocaína, el 0,7% anfetaminas y 0,8% éxtasis. Por su parte, en 2004, y con respecto a la población de entre 14 y 18 años, un 36,6% declaró haber consumido cannabis durante los últimos doce meses, un 7,2% cocaína, un 3,3% anfetaminas, un 3,1% alucinógenos y un 2,6% éxtasis.

- **Actividad física y sedentarismo.**- España, con un 47% de población sedentaria, ocupa una posición relativamente alta en la frecuencia de inactividad física en los países de la Unión Europea según datos de 2004, ocupando el octavo puesto de entre 25 países. En la UE se aprecia un patrón geográfico norte-sur en cuanto a la frecuencia de inactividad física: Finlandia, con un 4% de población sedentaria, Suecia (7%) y Dinamarca (17%) fueron los países con un menor porcentaje, mientras que Portugal

- **Prevalencia de obesidad.**- España, con un 13,7% de hombres obesos y un 14,3% de mujeres obesas, ocupa una posición intermedia en la frecuencia de este problema de salud en los países de la UE. Al igual que el resto de países, la tendencia en la última década es ascendente. El incremento es mayor en hombres (de 9,4% a 13,7%) que en mujeres (de 10,4% a 14,3%), y se incrementa también con la edad (la población de más de 65 años ha tenido una tendencia a la obesidad superior que los más jóvenes).

años se ha producido en toda la Unión Europea una importante disminución en la incidencia de enfermedades como el sarampión o la rubéola. En España, entre 1991 y 2003 el número de casos de sarampión pasó de 63 a 0,6 casos por 100.000 habitantes, mientras que el número de casos de rubéola pasó de 84 a 0,3 casos por 100.000 habitantes.

Enfermedades infecciosas de transmisión sexual y sida.- Tras descensos continuados de la incidencia de la sífilis hasta el inicio de los años 90, al final de esta década se ha producido un leve repunte, tanto en España como en el resto de la Unión Europea. Lo mismo ha ocurrido con la gonococia. Con respecto al sida, la tasa de incidencia en nuestro país bajó un 75% entre 1995 y 2003, a pesar de lo cual seguimos siendo uno de los países con incidencia más alta de la Unión Europea.

Salud materno-infantil

España, con 4,1 muertes en menores de 1 año por cada 1.000 nacidos vivos, fue junto a Austria el quinto país con menor mortalidad infantil de toda la UE en 2002. Igualmente, la tasa de mortalidad perinatal se situó en España por debajo de la media europea. Ambos indicadores han seguido una tendencia descendente en nuestro país desde los años 90. Por otro lado, Bélgica, Holanda, Alemania, España y Finlandia fueron, por ese orden, los países con una menor tasa de interrupciones voluntarias del embarazo. La tasa de interrupciones voluntarias del embarazo creció entre 1990 y 2002 tanto en España, donde pasó de 92,8 a 184,1 por 1.000 nacidos vivos, como en el conjunto de los países que formaban parte de la UE en 2004, donde pasó de 193,6 a 228,6.

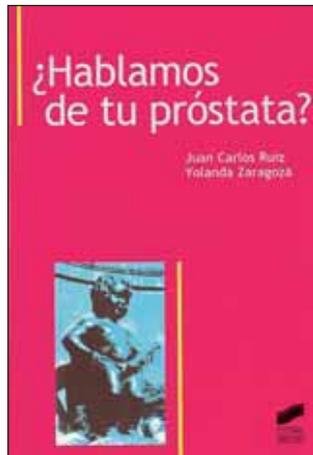
Publicaciones

Coordina:

Araceli del Moral
Hernández

FÉ DE ERRATA

El teléfono de la Editorial Polibea es 91 759 53 72 y no el que aparece en la página 39 del número 247 correspondiente al mes de marzo.



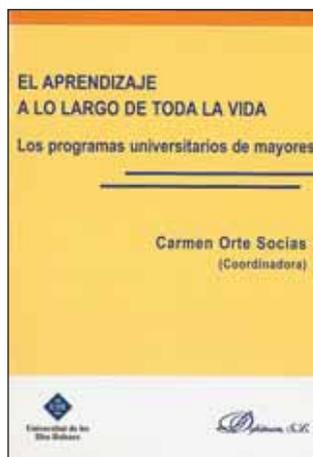
Título: ¿Hablamos de tu próstata?

Autores: Juan Carlos Ruiz y Yolanda Zaragoza
Edita: Síntesis.
201 páginas.
PVP: 12,74 €.

Sobre la glándula varonil

En un lenguaje ameno y conciso, se trata de dar respuesta a todo lo que rodea a la próstata, sus funciones y dolencias, introduciendo incluso las respuestas a aquellas preguntas que son más difíciles de formular en una consulta. Sin términos excesivamente médicos o complicados y con un lenguaje claro y sencillo, los autores proponen al público general aden-

trarse en casos clínicos y en el entorno científico de la próstata de una forma amena y educativa, intercalando anécdotas que pudieron cambiar el mundo y que jamás relacionaríamos con la próstata. Sin duda, se trata de un buen ensayo que da luz prevenir y desdramatizar con respecto a lo que, para muchas personas, es una de sus principales preocupaciones.



El aprendizaje a lo largo de toda la vida.

Los programas universitarios para mayores

Coordinadora: Carmen Orte Socías
Edita: DYKINSON, S.L. - Madrid.
www.dykinson.es

Vivimos para aprender

En España, a partir de la década de los 90 y hasta la actualidad destaca la creación y desarrollo de una topología de productos formativos, destinados al colectivo de personas mayores, caracterizados por la presencia masiva de Programas Universitarios para Mayores generados desde la Universidad. Se trata de ofertas que pretender satisfacer las necesidades formativas

de las personas de más de 50 años, facilitando la posibilidad de dar respuesta a una demanda creciente de formación de nivel superior. El libro, organizado en siete capítulos que abordan cada uno de los aspectos de la gerontología educativa y social, concluye con una propuesta de modelo de evaluación integral de los programas universitarios de mayores.

Calidad de Vida

La osteoporosis (“hueso poroso”) es una enfermedad crónica y progresiva caracterizada por una reducción de la masa ósea y deterioro del hueso, con serias consecuencias para la salud y que cursa sin síntomas hasta que hay una fractura. En España la osteoporosis afecta a 2 millones de mujeres y 750.000 hombres. Pero hay más: las previsiones son que, en nuestro país, una de cada tres mujeres y uno de cada cinco hombres tendrán Osteoporosis y, aunque asociada a la edad y a la menopausia, se puede prevenir.

Aunque asociada a la edad (mujeres y hombres) y a la menopausia



Las dos hermanas gemelas (en la foto), como ejemplo del resultado obtenido por la prevención (derecha) y su ausencia (izquierda) frente a la Osteoporosis.

LA OSTEOPOROSIS SE PUEDE

El coste del tratamiento de las fracturas de origen osteoporótico en los servicios hospitalarios españoles superan los 800 millones de euros anuales y menos del 35% de los pacien-

tes recupera una capacidad funcional similar a la previa. La osteoporosis es de origen multifactorial y entre los factores de riesgos aparecen los genéticos, hormonales, el estilo de vida y nutrición y determinadas patologías. Mejorar la prevención de la osteoporosis, una enfermedad de posibles consecuencias graves físicas y psicológicas en los pacientes, fue el objetivo del Seminario "Años Vitales para invertir en tus huesos", celebrado recientemente en Caldetas (Barcelona), organizado por Roche Farma y GSK. Y al mismo asistieron expertos, como el doctor Santiago Palacios, presidente de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia, Nuria Guañabens, presidenta de la Asociación Española de Investigaciones Óseas y Laura Canals, responsable médico del Área de Osteoporosis de Roche Farma.

La osteoporosis afecta fundamentalmente a las mujeres, aunque también existe en el hombre. Con el incremento progresivo de la edad, la incidencia de fracturas osteoporóticas, inicialmente muy dispar en ambos sexos, tiende a converger. Así, mientras que en la franja de edad comprendida entre los 50 y los 75 años la proporción de osteoporosis en mujeres y hombre es de 6 sobre 1, respectivamente, a partir de los 75 años de



La densitometría es la prueba diagnóstica definitiva de la Osteoporosis.

edad la diferencia se reduce hasta dos mujeres con osteoporosis frente a un hombre.

Se calcula que, en España, el 40% de las mujeres mayores de 50 años sufrirá alguna fractura osteoporótica. Aunque las fracturas de cadera representan en torno al 20% del total de fracturas osteoporóticas, siendo las más frecuentes en la población de edad avanzada, las fracturas vertebrales las duplican en incidencia entre mujeres más jóvenes (a partir de 50) y producen encorvamiento y dolor de espalda.

CAUSAS

Los principales factores de riesgo son la edad, el sexo (más frecuente en las mujeres), la raza, las diferencias geográficas y determinados hábitos de vida, como el consumo de alcohol, el tabaco o la falta de actividad física. El grado de pérdida de masa ósea asociada al tabaquismo es coherente con un aumento del riesgo de fractura de cadera del 40 - 45%.

Entre los 20 y los 30 años la mujer suele alcanzar su masa ósea máxima. A partir de entonces se produce un

descenso lento de la densidad ósea, en torno a un 0,7% al año. Sin embargo, en muchas personas comienza un descenso de la masa ósea desde los 18 años. No obstante, el descenso se acelera tras la menopausia, con una pérdida de entre un 1 y un 1,5% de la masa ósea total al año. Esta pérdida ósea acelerada continúa durante 5 años, después de lo cual se ralentiza. Durante los primeros 20 años, tras el cese de la menstruación, la pérdida ósea relacionada con la posmenopausia provoca una reducción de la masa ósea de hasta un 40%.

CONSECUENCIAS

Durante la posmenopausia los riesgos de fractura se multiplican desde el primer momento.

La mitad de las mujeres mayores de 65 años presentan fracturas por compresión vertebral y cerca de dos tercios no se detectan clínicamente. Cada fractura por compresión completa provoca la pérdida de alrededor de 1 centímetro de talla, por lo que cabe prever que una mujer normal blanca y posmenopáusica puede encoger entre

PREVENIR

Calidad de Vida LA OSTEOPOROSIS SE PUEDE PREVENIR

6 y 7 cm. Y, por supuesto, estos cambios físicos también tienen una repercusión negativa en la imagen corporal y la autoestima.

Las fracturas vertebrales provocan dolor, disminución de la talla y deformaciones posturales (la joroba), con la consiguiente disfunción pulmonar, gastrointestinal y vesical.

Las fracturas vertebrales son el factor predictivo de la aparición de otras deformidades vertebrales o fracturas en otros segmentos esqueléticos. Y las fracturas no vertebrales, especialmente las de cadera, están asociadas a un alto nivel de morbimortalidad. Así, aproximadamente el 20% de las pacientes con fractura de cadera morirán durante el primer año posterior a la fractura, y alrededor del 50% no recuperarán el status funcional que tenían previo a la fractura.

Es difícil valorar el coste total de la osteoporosis, ya que en él se incluyen la asistencia hospitalaria aguda, el absentismo laboral, los cuidados crónicos en domicilio o en residencias, la rehabilitación, los fármacos, etc. Sí se puede, en cambio, determinar el coste directo de las fracturas. Sólo de cadera cada año se producen 60.000 fracturas en España, lo que suponen, según datos de la Fundación Hispana de Osteoporosis (FHOEMO), un gasto de 500 millones de euros anuales y mayor de 800 millones de euros según la SEGG (Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología).

La osteoporosis puede progresar con rapidez después de la primera fractura. Tras una primera fractura vertebral el riesgo de sufrir una 2ª aumenta de 3 a 7 veces el primer año.

DIAGNÓSTICO

La densitometría ósea es una técnica segura e indolora de radiografía

Una de cada tres mujeres y uno de cada cinco hombres tendrán osteoporosis en España.

que compara la densidad ósea con la densidad ósea promedio que una persona del mismo sexo y raza debería haber alcanzado a la edad de 20 a 25 años. Esta prueba se suele recomendar a todas las mujeres a partir de la menopausia o incluso antes si existe antecedentes de fractura. Hay varios tipos de densitometrías óseas que se usan para detectar la pérdida de hueso en diferentes partes del cuerpo. Uno de los métodos más precisos es la absorción radiológica dual (conocida como DXA, las siglas en inglés).

La mitad de las fracturas por osteoporosis aparecen en la fase inicial de la enfermedad, por lo que puede pasar desapercibida en su diagnóstico, según se constató en el congreso nacional (febrero 2006) sobre esta enfermedad.

Por cada descenso de una desviación estándar de la masa ósea (alrededor de 0,1 gr/cm de masa ósea), se produce un aumento del 50 - 100% del riesgo de fracturas. La determinación de una masa ósea más baja en la cadera es incluso más predictiva: una desviación estándar se asocia a prácticamente una triplicación del riesgo de fractura. Todo esto nos lleva a que un tratamiento médico adecuado y precoz, podría evitar entre un 50 y un 60% las fracturas

TRATAMIENTO

La osteoporosis es una enfermedad crónica que necesita tratamiento crónico para proteger al hueso, aunque no presente síntomas. Un tratamiento médico adecuado puede evitar un 50-60% de nuevas fracturas vertebrales.

Lo importante es que la paciente sepa todas las opciones farmacológicas de las que dispone y escoja aquella que le sea más fácil de seguir, la

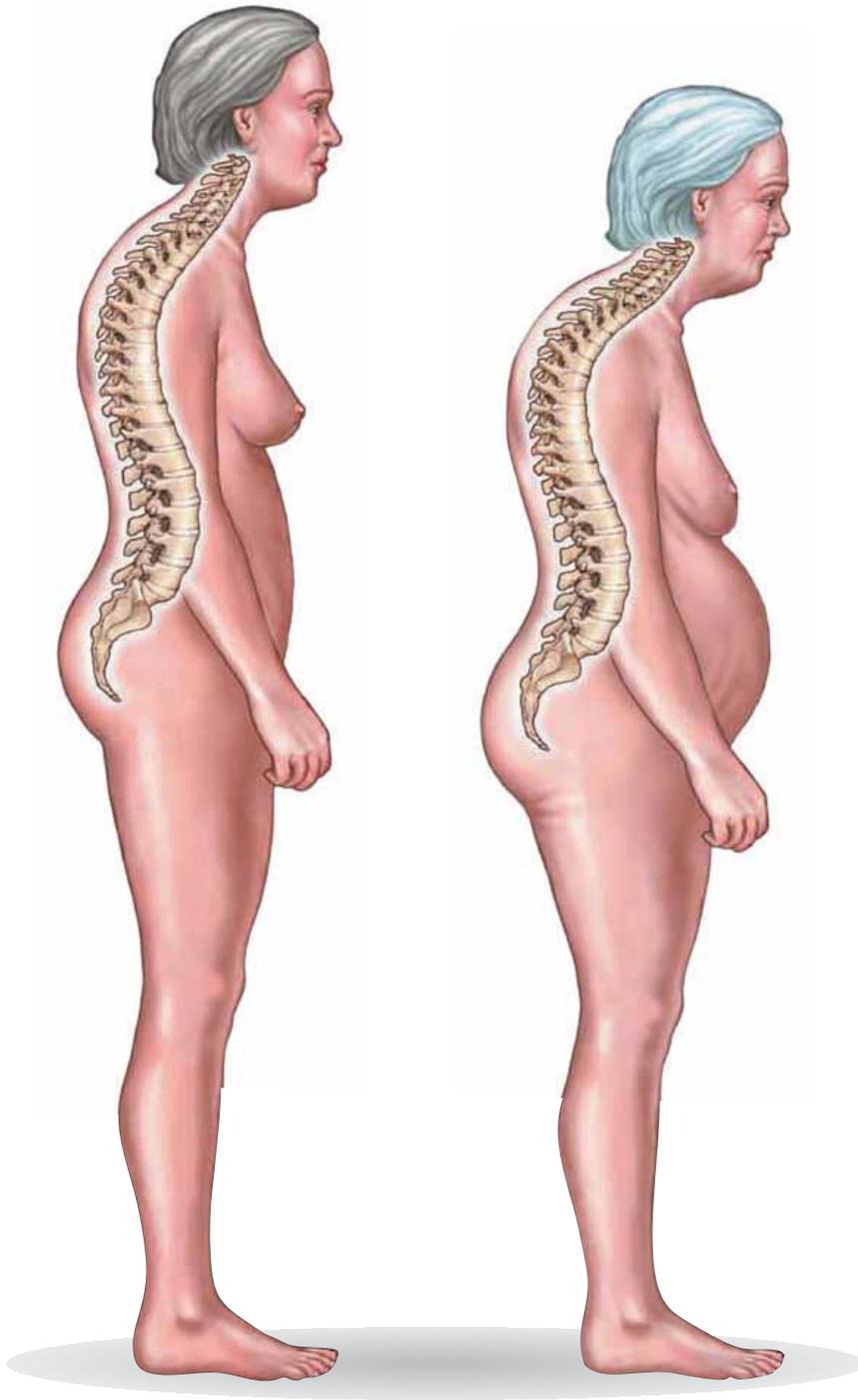


Una mujer blanca normal y postmenopáusica, de más de 65 años, puede encoger entre 6 y 7 centímetros a causa de fracturas por compresión vertebral.

que la ayude a mantenerse en tratamiento, a tener sus huesos protegidos y a sentirse joven por más tiempo.

Prevenir y tratar de mantener los huesos sanos es la pretensión del "DECÁLOGO DE LA OSTEOPOROSIS" del doctor Santiago Palacios, presidente de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM).

"El objetivo es contribuir a que las mujeres puedan disfrutar de huesos fuertes y protegidos durante toda su vida: las jóvenes previniendo la osteoporosis antes de la menopausia y las mayores previniendo las fracturas que puede provocar la osteoporosis postmenopáusica", añade Palacios.



Hábitos de vida saludables y ejercicio físico, los mejores antidotos frente a la osteoporosis.

ACERCA DE LA OSTEOPOROSIS

1. Disfrute de una alimentación variada, rica en calcio y en vitamina D toda la vida, aunque debe aumentar a 1.500 mg al día (4 vasos de leche, dos yogures o una porción de queso curado) a partir de la menopausia.
2. Haga ejercicio físico de forma regular. Una persona inmóvil pierde calcio por la orina. La actividad física durante sólo 30 minutos al día, 3 días a la semana, aumentará el contenido mineral de hueso. Resulta beneficioso caminar a paso ligero, entrenar con pesas, subir escaleras, hacer aeróbic o bailar.
3. Mantenga un estilo de vida saludable. Evite el consumo excesivo de alcohol y café, no fume y tome el sol moderadamente para aumentar la vitamina D.
4. Manténgase siempre erguida. Por ejemplo, siéntase en una silla recta, con los pies en el suelo y con la espalda y el cuello rectos. Si tiene que levantar peso hágalo flexionando las caderas y las rodillas, sin encorvar la espalda.
5. No se resigne al dolor de espalda. El encorvamiento de la espalda y el dolor no son consecuencias propias de la edad como pensaban nuestras madres. La osteoporosis es la causa principal y está en su mano cuidarse para prevenirla.
6. Hagase una revisión. Es esencial intentar evitar la primera fractura. A partir de los 65 años las mujeres deben ser evaluadas para saber si tienen osteoporosis, pero se adelantará la edad si existe algún antecedente de fractura o se presenta, al menos, un factor de riesgo.
7. Cuanto antes inicie el tratamiento, mejor. Un diagnóstico precoz es clave: con un tratamiento médico adecuado puede evitar un 50-60% de nuevas fracturas vertebrales.

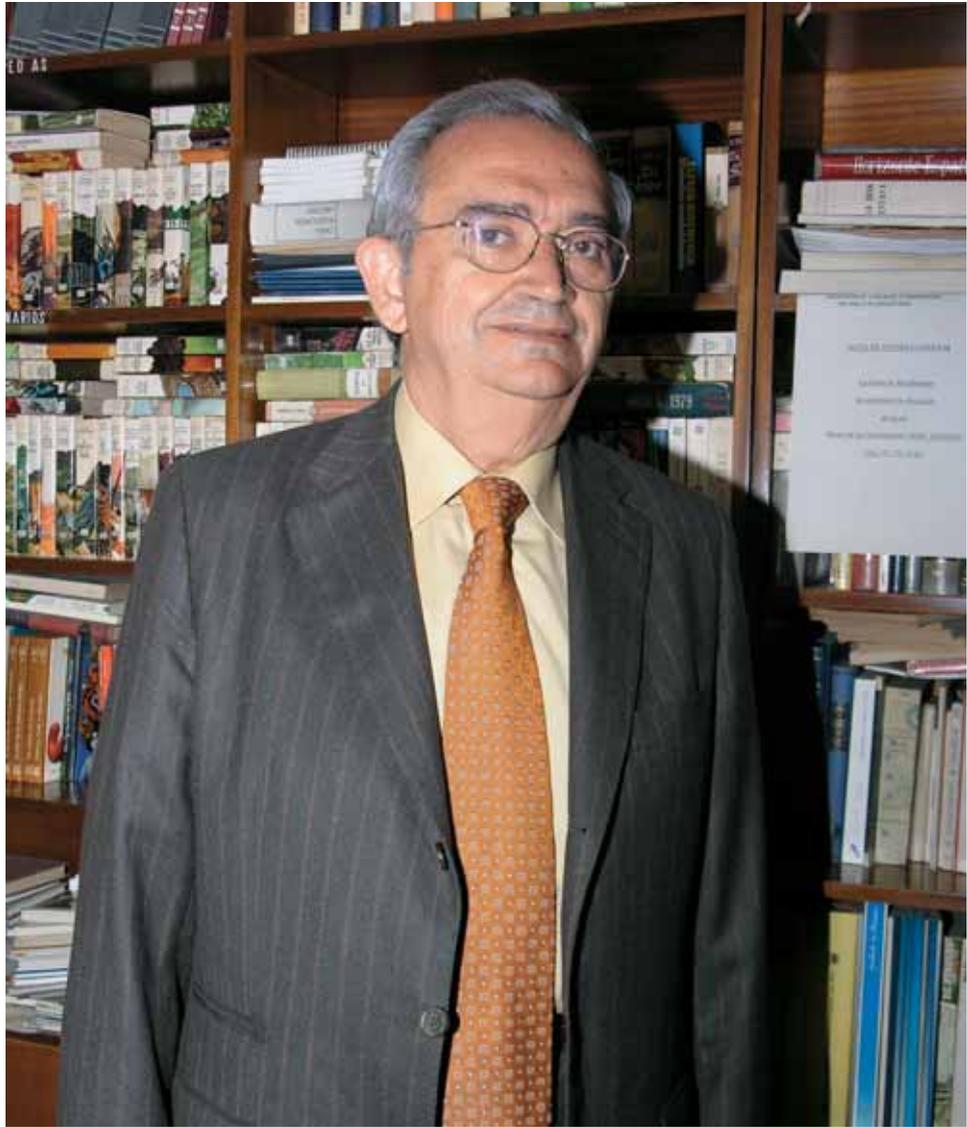
En Unión

La defensa de sus intereses y el fomento del compañerismo marcan la actividad de la asociación

Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y de BBVA

Texto: Juan Manuel Villa
Fotos: M^a Ángeles Tirado y Asoc. Pensionistas de BEX y BBVA

La Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y de BBVA es una entidad de larga trayectoria cuyos principales objetivos son la defensa de los intereses de los antiguos trabajadores de estas entidades bancarias y el fomento de los lazos de compañerismo y amistad de un colectivo que ha compartido multitud experiencias en su vinculación con las entidades bancarias en



José Antonio Morales es el presidente de la Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y de BBVA.

torno a las que se crea la asociación.

El origen de esta entidad se remonta a 1985 cuando un grupo de jubilados del antiguo Banco Exterior de España decidió organizarse. José Antonio Morales, presidente de la asociación explica que en aquella época los socios eran jubilados de más de 65 años. La evolución de las entidades bancarias y de la sociedad ha llevado a que la asociación se haya desarrollado a la par, de mane-

ra que en la actualidad incorpora entre sus socios a jubilados, prejubilados, pensionistas y viudas procedentes de todas las entidades, que tras el proceso de fusiones y absorciones bancarias, han dado lugar al actual BBVA. Asimismo, la paulatina incorporación de la mujer al trabajo en el sector bancario está dando lugar a una presencia cada vez mayor de las mujeres en la asociación.

El primer objetivo de la asociación es el de "conservar y fortalecer

“Las personas que han dedicado 40 años de su vida a una empresa algo merecen de la misma”

los vínculos de amistad y compañerismo entre los asociados”, al tiempo que los estatutos expresan como segundo fin el de promover toda clase de actos sociales, culturales, recreativos y deportivos para potenciar esos vínculos. El presidente de la asociación subraya la importancia de la vinculación afectiva entre personas y entre entidades a la hora de desarrollar de forma conjunta actividades y proyectos que beneficien a todos. Por ello Morales reivindica una mayor vinculación de la empresa con sus jubilados y prejubilados, “ahora hay una menor vinculación y desde la asociación luchamos por defender estos lazos de la empresa con sus jubilados. Porque personas que han dedicado 40 años de su vida trabajando con una empresa algo merece de la misma”. Por otro lado añade que esta desvinculación es general “hay una desvinculación social, dice, que afecta especialmente a las personas mayores”.

ACTIVOS Y REIVINDICATIVOS

La asociación recibe apoyo de la entidad en la que fueron activos trabajadores y sus relaciones son buenas, pero el presidente demanda una mayor implicación de la misma con sus antiguos trabajadores. Morales comenta, en este sentido, que en la última Junta General de Accionistas del BBVA no se mencionó a los jubilados del banco. El presidente de la Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y de BBVA intervino en dicha Junta expresando la preocupación por la pérdida de vínculos manifestada en acciones, que inciden en la pérdida o reducción de derechos sociales de prejubilados y jubilados, como los cierres o intentos de cierres de Residencias (que algunos bancos tienen a disposición de empleados y ex empleados para sus



Miembros de la asociación posan en la sede central.

vacaciones), de las Colaboradoras Médicas (que proporcionan asistencia sanitaria al colectivo), o los Planes de Pensiones con opción a retirar los Fondos en el momento de la jubilación.

José Antonio Morales destacó ante los accionistas del banco que la pérdida de todo vínculo de la empresa con sus jubilados y prejubilados sería un error y argumentó que “la desvinculación no es buena para nadie, y en este sentido sólo quiero recordar que le banco jamás tendrá unas clientes y unos accionistas tan fieles como los jubilados”.

En la actualidad más de cuatro mil socios, repartidos en delegaciones por todo el Estado, participan en los objetivos y actividades de la asociación en toda España desde la entidad se echa de menos la participación de muchos compañeros de las entidades bancarias que se han convertido en el actual BBVA. Morales indica que hay una estimación de unas 30.000 personas prejubiladas y jubiladas que han trabajado en la empresa y anima a las perso-

nas que no están asociadas para que se unan a la asociación “porque para defender nuestros intereses cuantos más seamos mejor, y la asociación sirve para defender la posición de los prejubilados y jubilados ante la empresa y ante otras instituciones. Queremos integrar a todo el colectivo”.

Un ejemplo de la lucha de la asociación por sus asociados se encuentra en la reclamación de devolución de los importes indebidamente pagados a Hacienda que se realizó con motivo de la liquidación de la mutualidad. Los esfuerzos de la entidad permitieron la devolución de unos 1.500 millones de pesetas a los antiguos mutualistas asociados.

Entre las reivindicaciones que se realizan desde la asociación se encuentran que en las jubilaciones anticipadas, que ahora se perciben con un coeficiente reductor de entre el 6 y el 8 por ciento por cada año anticipado, se actualicen al cien por cien de la pensión cuando el pensionista alcance los 65 años; que se igualen al 6 por ciento los diferentes

En Unión ASOCIACIÓN DE JUBILADOS, PREJUBILADOS Y PENSIONISTAS DE BEX Y DE BBVA

descuentos que se realizan por jubilación anticipada; y que se consideren los cobros de los prejubilados como rendimientos irregulares y/o indemnizaciones por despido. Además, se lucha por el mantenimiento de las Colaboradoras Médicas en beneficio de los antiguos trabajadores bancarios.

Programar y desarrollar toda clase de actividades en beneficio de los asociados es otra de las principales labores de la asociación, con el fin de fomentar los vínculos de amistad y compañerismo y contribuir, de esta manera, a un envejecimiento activo.

La estructura de la entidad en delegaciones territoriales lleva a que la organización y realización de actividades se adecúe a los intereses y propuestas de los asociados pertenecientes a las distintas delegaciones. José Antonio Morales indica que desde la asociación se impulsa la participación activa de los socios favoreciendo las proposiciones y la generación de iniciativas por parte de los mismos. De esta manera, el presidente subraya la importancia de “participar y proponer iniciativas que beneficien a todo el colectivo por parte de una persona de cara a la asociación”. Además, Morales indica que “por la misma razón” desde la asociación se participa y se proponen acciones que beneficien a todo el colectivo de pensionistas, jubilados y prejubilados en foros como el de CEO-MA.

Las celebraciones con motivo de San Carlos, patrón del sector bancario, de la Navidad, y otras reuniones periódicas son actos que se realizan en las distintas delegaciones con el fin de fomentar el compañerismo. Las excursiones y viajes por España y fuera de España son otras



La entidad celebró recientemente su Asamblea General.

de las acciones que se programan junto a acciones culturales como son las visitas a museos o la asistencia a conciertos o al teatro.

Dentro de la iniciativa propia de cada delegación en muchas se organizan actividades deportivas como la del senderismo, que en la delegación Centro reúne a más de cuarenta personas cada semana con el ánimo de mantenerse en forma y disfrutar de la naturaleza. Los campeonatos de juegos de mesa es otra de las acciones recreativas que promueve la asociación.

Las conferencias desarrolladas por los propios miembros de la asociación es una de las actividades destacadas. Temas como los testamentos y las herencias han sido divulgados entre los socios por parte de dos letrados miembros de la asociación. La información y orientación a los socios es otro de los activos de esta dinámica entidad. Así, se facilita información y asesoramiento sobre el

Fondo de Pensiones (dos miembros de la asociación forman parte por elección de la Comisión de Control del Fondo), las condiciones bancarias para los jubilados, testamentos y herencias, o tramitación de pensiones.

El presidente de la Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y de BBVA es un jubilado activo que considera que “Tras una vida de trabajo, con la jubilación lo más importante es hacer algo por los demás porque el primer beneficio es el enriquecimiento personal”. Asimismo, destaca que hacer algo por los demás también consiste en participar de las actividades y de la vida asociativa proponiendo y generando iniciativas que beneficien al mayor número de personas.

“No se trata sólo de saber qué beneficios tengo, también se trata de preguntarse qué doy” explica Morales que comprende que hay socios que sólo pagan y otros tam-

ASOCIACIÓN DE JUBILADOS, PREJUBILADOS Y PENSIONISTAS DE BEX Y DE BBVA

La asociación, de ámbito nacional y con delegaciones en toda España, reúne a todas aquellas personas que estuvieron vinculadas laboralmente a estas entidades bancarias. Los principales fines de esta asociación, establecidos en los estatutos se concretan en: Defender los intereses colectivos comunes de todos los asociados ya estén en situación de prejubilación, jubilación o como pensionistas. Participar en la asistencia y promover la colaboración mutua entre los mismos. Conservar y fortalecer los vínculos de amistad y compañerismo entre todos los asociados, para ello se promueven toda clase de acciones de tipo social, cultural, recreativo y deportivo.

ACTIVIDADES

En defensa de los intereses comunes y de ayuda a los asociados:

- Plan de pensiones. Información sobre la Comisión de Control del Plan y colaborar en la resolución de las incidencias, y en las propuestas mediante los representantes de la asociación en la comisión.

- Información sobre convenios y pactos relativos a condiciones laborales o beneficios que afecten a las situaciones de prejubilados, jubilados y pensionistas como pueden ser las condiciones bancarias, las residencias o las ayudas.
- Información y asesoramiento a los familiares en caso de fallecimiento de un asociado.
- Colaboración en la información que afecte a Administración de Recursos Humanos o de Salud Laboral.
- Participación y colaboración con el Consejo Estatal de las Personas Mayores para obtener información de interés y posibles beneficios para los asociados.
- Colaboración y participación en federaciones y confederaciones de asociaciones en beneficio de los asociados.

Para fomentar la amistad y el compañerismo:

- Actos de confraternización: festividad de San Carlos, comidas y

cenas anuales, reuniones periódicas.

- Excursiones y viajes de turismo y culturales (al extranjero, nacionales y locales)
- Visitas a museos, asistencia a representaciones teatrales o conciertos.
- Conferencias.
- Elaboración de un Boletín informativo/revista.
- Actividades recreativas como la programación de campeonatos de juegos de mesa.
- Actividades deportivas como senderismo y otras.

INFORMACIÓN

Asociación de Jubilados, Prejubilados y Pensionistas de BEX y BBVA.

Sede central: C/ Bravo Murillo, 211. 28020 Madrid. Teléfono: 91 450 97 43. Fax: 91 311 18 46. Correo electrónico: jubilbex@terra.es o jubilbbva@terra.es.

bién participan. "En general la gente participa poco en las asociaciones" indica el presidente de la entidad que plantea la necesidad de realizar un mayor esfuerzo para combatir una mentalidad general poco participativa con una mayor comunicación directa con los socios y una mayor información sobre lo que se hace desde una asociación.

PROPUESTAS Y PROYECTOS

La asociación, que ha celebrado recientemente su Asamblea Gene-

ral Ordinaria, quiere seguir creciendo para poder desarrollar con eficacia acciones que redunden en el cumplimiento de sus objetivos por lo que se recuerda a los jubilados y prejubilados del BBVA que desde la asociación se lucha en la defensa de sus intereses como antiguos trabajadores.

La elaboración de un boletín informativo es una de las acciones que la asociación quiere potenciar incrementando su importancia como punto de encuentro de todos los asociados. Aumentar el número de páginas y mejorar su contenido

son los objetivos a alcanzar por lo que desde la asociación se hace un llamamiento a los socios para que colaboren enriqueciendo su contenido.

La edición del "Manual del Jubilado" llevaría a hacer partícipes a todos los socios de información práctica sobre los Estatutos de la Asociación, el Fondo de Pensiones, Salud, Testamentos y Herencias, Tramitación de Pensiones, Condiciones bancarias de BBVA a sus pensionistas, y Consejos prácticos para mayores en su hogar.

Informe

Texto: Juan Manuel Villa.
Fotos: Edad&Vida y Stock Photos

El IMSERSO acogió la presentación del estudio “Las personas mayores en situación de dependencia. Propuesta de un modelo protector mixto y estimación del coste de aseguramiento en España” realizado por la Universidad Autónoma (UAM) de Madrid y ganador del Premio Edad&Vida 2004. El presidente del Instituto Edad&Vida, Higinio Raventós, presentó este trabajo en el que se destaca la necesidad de establecer incentivos fiscales para que el nuevo modelo de atención a la dependencia sea económicamente sostenible.

La realización de este trabajo se inserta en el gran interés y expectación que ha suscitado la iniciativa legislativa del Gobierno que se verá plasmada en la futura Ley de Promoción de la Autonomía Personal y atención a la Dependencia. Los autores del estudio, pertenecientes al Departamento de Economía y Hacienda Pública de la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales de la UAM, han realizado una contribución desde el ámbito



**UN ESTUDIO REALIZADO POR LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MADRID
PROPONE UN MODELO MIXTO DE PROTECCIÓN A LA DEPENDENCIA**

LAS PERSONAS MAYORES Y LA ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA

de la investigación universitaria acerca de la construcción de un Sistema Nacional de Dependencia desde el que atienda el nuevo derecho ciudadano de ser atendido por los poderes públicos en situaciones de dependencia. De esta manera los autores destacan la necesidad de incentivar fiscalmente los instrumentos privados de financiación, que complementarán la financiación pública, para que el futuro Sistema Nacional de atención a la Dependencia sea sostenible.

El estudio de la evolución prevista de gastos e ingresos necesarios para financiar la nueva atención a la dependencia es uno de los temas en los que se centra el trabajo de los investigadores. El factor demográfico y las medidas discrecionales relacionadas con la cobertura de la atención son, en este estudio, los factores que determinarán el gasto del Sistema. Acerca de esto, el informe publicado calcula que el gasto en el año 2060 sería 1,81 veces el de 2004 con el actual modelo asistencial y teniendo en cuenta el previsible incremento de la esperanza de vida. Sin embargo la ampliación de la cobertura de servicios, tal y como la propone este estudio, representaría un incremento de 3,17 veces. En su conjunto, la incidencia de ambos factores llevaría a un aumento del gasto para afrontar la dependencia de 5,7 veces, es decir se pasaría de un coste de 2.646 millones de euros en el año 2004 a más de 15.000 millones en el año 2060.

El estudio tiene en cuenta las previsiones del Instituto Nacional de Estadística en las que se establece que en ese año, 2060, las personas mayores serán el 32 por ciento de la población. Los datos de Eurostat también se reflejan en el estudio para enfatizar que entre 2004 y 2050 España envejecerá más que la media europea (18,7 puntos en España fren-

El modelo de protección mixto tendría como principio aplicar la corresponsabilidad en la financiación de las prestaciones



te a los 13,5 en la Unión Europea) con la consecuencia de una reducción importante de la población potencialmente activa. Otros puntos de interés sobre la importancia de implantar un sistema de atención a la dependencia para afrontar las necesidades de la población española es que en la actualidad una cuarta parte de las personas mayores presenta algún grado de dependencia.

El aumento del gasto incidiría en una mayor carga financiera para la población potencialmente activa, indican los autores del estudio, que se distribuiría a lo largo de varios años. Los cálculos estimados en el informe

muestran que en la actualidad la carga financiera de cada persona entre 16 y 64 años se encontraría en unos 88 euros anuales, mientras que en el año 2060 esta carga ascendería a 672 euros. Sin embargo el estudio también destaca que el gasto social en España es actualmente muy inferior a la media de la OCDE y que el modelo propuesto de atención a la dependencia generará importantes beneficios sociales y económicos.

MODELO DE ATENCIÓN

El modelo de atención a las personas mayores dependientes propuesto



En la imagen, un momento de la presentación del Estudio.

se articularía en tres niveles de protección social de forma que el primer nivel, de carácter asistencial, se financiaría a través de los Presupuestos Generales del Estado. El segundo nivel, contributivo obligatorio, contaría para su financiación con la aportación del usuario o residente en el momento de recibir las prestaciones de acuerdo con su capacidad económica. El tercer nivel de protección, contributivo voluntario, contaría con aportaciones adicionales del usuario, incentivadas fiscalmente, que ampliarían la cobertura básica de prestaciones y servicios.

Entre las novedades que se plasman en el trabajo de investigación se encuentran una comparativa internacional de distintos modelos de atención a la dependencia, la estimación del gasto de dependencia en España por comunidades autónomas, y el análisis de diferentes instrumentos

privados de financiación que deberían incentivarse fiscalmente para promover su desarrollo con una mejora de la capacidad económica de las personas mayores y contribuyendo, así, a una mayor sostenibilidad del futuro sistema de protección.

Respecto a la comparativa internacional el estudio expone que España está todavía muy por debajo de los países de la OCDE en gasto total para

cuidados de dependencia (el 0,6% de España contra el 1,25% de la OCDE). Otro punto es el que incide en que todos los países, aunque con amplias diferencias, ofrecen prestaciones de ayuda a domicilio y residenciales, y ayudas adicionales a las personas dependientes como aparatos técnicos auxiliares, ayudas para la modificación del hogar e incentivos fiscales.

Por otro lado, en todos los países de la OCDE la cobertura de la dependencia se financia con un sistema mixto en las que las aportaciones públicas y privadas permiten asumir el coste, aunque existe un predominio de la aportación pública (representa una media del 80% del gasto total).

El análisis de la situación en la que se encuentra la atención de la dependencia en la actualidad considera, en el informe, la insuficiencia de la oferta de servicios sociales destinados a las personas mayores en situación de dependencia. Asimismo se constata que la legislación española, en este momento, no define ni se refiere de modo particular al término dependencia y no se articulan incentivos fiscales específicos para el colectivo de personas dependientes. Por otro lado el pago de los servicios sociales para estas personas se efectúa con una financiación mixta (impuestos y aportación del usuario en función de sus ingresos).

El factor demográfico y las medidas discrecionales relacionadas con la cobertura de la atención son los factores que determinarán el gasto del Sistema

Sobre la atención a la dependencia a las personas mayores en las Comunidades Autónomas el estudio de los investigadores de la UCM explica que el modelo actual, en España, muestra una enorme disparidad entre los distintos territorios a causa del proceso descentralizador de competencias y del desarrollo diferenciado en cada ámbito geográfico. Las diferencias se encontrarían, de forma importante, tanto en el contenido como en la cobertura y la financiación.

INCREMENTO DE LA ACTIVIDAD ECONÓMICA

El problema de la atención a la personas en situación de dependencia en España, hasta la entrada en vigor de la nueva ley, es asumido como un problema individual del dependiente y de sus familiares según este informe. En el que, a su vez, se propone un modelo mixto de atención en el que se incrementarían las ayudas para las personas en situación de dependencia y estima el coste del sistema de protección en nuestro país.

Para los autores del estudio sobre las personas mayores en situación de dependencia, la universalización de la cobertura de los servicios de atención mejorará el saldo de las finanzas públicas. Esta afirmación se basa en el empleo que se generará destinado a la atención de las personas dependientes y en el incremento de la actividad económica, ambos elementos contribuirían a un aumento de los ingresos a través de los impuestos y de las cotizaciones sociales. Asimismo se alude al previsible ahorro de los gastos sanitarios originados por la, actual, utilización inadecuada de los servicios hospitalarios por parte de las personas dependientes.

El equipo investigador propone un modelo de protección mixto donde el

principio a aplicar sea la corresponsabilidad en la financiación de las prestaciones. Así, se afirma que la participación del sector público es necesaria pero no suficiente, por lo que se considera imprescindible la participación de usuario de las prestaciones a través de sus ahorros acumulados o mediante la contratación de un seguro privado.

De esta manera, el estudio considera necesaria la participación priva-

La universalización de la cobertura de los servicios de atención a la dependencia mejorará el saldo de las finanzas públicas, según el estudio

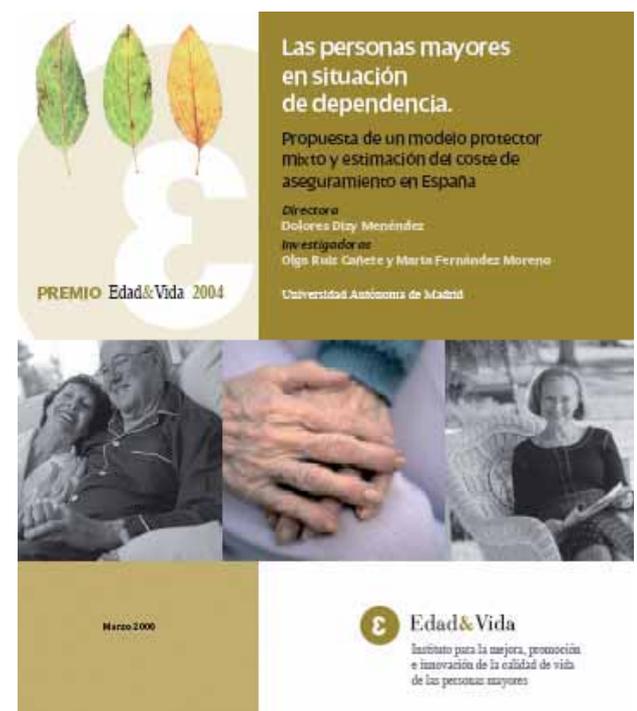
da en la financiación del sistema ya sea a través de sus ahorros acumulados o mediante la contratación de un seguro privado. Para incentivar los instrumentos privados de financiación el estudio subraya la necesidad de promover medidas que incentiven fiscalmente las aportaciones destinadas a financiar la situaciones de dependencia.

Entre las propuestas que se realizan en el estudio a la hora de implantar el Sistema Nacional de atención a la Dependencia está la de que las prestaciones destinadas a la persona dependiente sean de tres tipos: a domicilio (monetaria y en especie; residencial (en especie); y otras ayudas como subvenciones para la adecuación del domicilio o la adquisición de ayudas técnicas. En cuanto a las ayudas monetarias los autores del estudio recomiendan el cheque asistencial con carácter finalista; se trataría de una subvención individual y personalizada directa destinada a

cubrir el servicio de ayuda contratado o al pago del cuidador informal.

FINANCIACIÓN DEL SISTEMA

El coste que supone el desarrollo del SND lleva a los investigadores de la Universidad Autónoma de Madrid a recomendar el establecimiento de un pago individual obligatorio, articulado mediante un impuesto per cápita obligatorio para los residentes en España



con edad superior a los 25-30 años y sin admitir exenciones ni desgravaciones (sería de cuantía fija y de carácter estatal pero cuya gestión y recaudación se cedería a las comunidades autónomas).

Informe LAS PERSONAS MAYORES Y LA ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA

En cuanto a la opción de financiación privada, recomendada en el estudio, sería obligatoria con el fin de socializar y redistribuir los riesgos individuales, se haría o a través de una prima fija satisfecha a un seguro obligatorio para todos los ciudadanos, y se recomienda una edad de entrada en el seguro en torno a los 25-30 años para garantizar la equidad (sistema de reparto) y la solidaridad intergeneracional (modelo de ciclo vital).

Además, la financiación también se produciría por el copago con aportaciones obligatorias del usuario en el momento de percibir las prestaciones de dependencia. Este copago debería ser inversamente proporcional a la capacidad económica del usuario. Sin embargo el estado se encargaría de conceder subvenciones por el importe del pago individual anual a las personas dependientes que carezcan de medios (de renta y patrimonio) suficientes para afrontar el coste de las prestaciones y servicios que necesiten para atender su situación de dependencia.

En cualquier caso los autores del informe proponen la creación de un órgano independiente de carácter regulador cuyo fin sea el garantizar la solvencia del Sistema Nacional de Dependencia.

La relación entre el SND y el tratamiento fiscal es un elemento importante en este estudio en el que se considera que se debería dar el mismo tratamiento fiscal a las situaciones de dependencia que a las derivadas de minusvalía y especialmente en los casos que afectan a las personas mayores en situación de dependencia. Asimismo, la propuesta se extiende a la exención del Impuesto de Bienes Inmuebles para la vivienda habitual de las personas dependientes. De esta manera, se reconocería una menor capacidad adquisitiva por las circuns-



El estudio indica que en la actualidad una cuarta parte de las personas mayores, en España, están en situación de dependencia.

PROPUESTA DE SISTEMA DE FINANCIACIÓN				
NIVEL	FUENTE DE FINANCIACIÓN	REQUISITOS	ACCESO A LA PRESTACIÓN	COBERTURA DE LA PRESTACIÓN
Asistencial	Presupuestos Generales del Estado	Residente mayor de 25-30 años y carecer de recursos (renta y patrimonio)	Dependiente de 65 y más años sin recursos	Bono-cheque o prestación en especie por la totalidad
Contributivo obligatorio	Pagos individuales (impuesto o prima)	Residente mayor de 25-30 años (sin límite de edad)	Dependiente de 65 y más años	Bono-cheque o prestación en especie en función del nivel de dependencia más aportaciones individuales en función de la capacidad económica (copago)
Contributivo voluntario	Pagos individuales (prima)	Residente mayor de 25-30 años (sin límite de edad)	Dependiente de 65 y más años	Bono-cheque complementario a la cobertura obligatoria

tancias personales y familiares y unos mayores gastos asociados.

Por último se aconseja en este informe la implantación de incentivos fiscales para los seguros privados, contributivos y voluntarios de dependencia. Esta opción constituiría el tercer nivel del modelo propuesto y permitiría el fomento de la competencia en la oferta de servicios, en cuanto a cantidad y calidad de las prestaciones por dependencia que no se consideran básicas en el SND. Los incentivos fiscales para estos seguros tendrían como objetivos el de constituir una amplia base de asegurados que permita la adquisición de estos instrumentos de previsión a precios asequibles o el de disminuir la tensión que la financiación de la dependencia ejercerá, en el futuro, en cuentas públicas.

De esta forma los incentivos fiscales, en relación con la atención a la dependencia, fomentarían la suscripción de seguros privados y la conversión líquida de los patrimonios existentes.

El estudio "Las personas mayores en situación de dependencia. Propuesta de un modelo mixto y estimación del coste de aseguramiento en España" es el trabajo ganador del Premio Edad&Vida 2004. El equipo investigador autor del estudio está compuesto por la directora Dolores

Dizy Menéndez y las investigadoras Olga Rúa Cañete y Marta Fernández Moreno de la Universidad Autónoma de Madrid.

Información:

Edad&Vida, Instituto para la mejora, promoción e innovación de la calidad de vida de los mayores.

Tel.: 93 488 27 20.

Web: www.edad-vida.org.

Correo electrónico:

edad-vida@edad-vida.org.

Sería necesaria la creación de un órgano regulador para garantizar la solvencia del SND

RESUMEN DE LOS INCENTIVOS FISCALES PROPUESTOS	
No dependientes	<ul style="list-style-type: none"> • Exención de las cantidades aportadas por las empresas a seguros de dependencia de sus trabajadores, sujeta a límites. • Reducción en la base imponible del IRPF de las cantidades aportadas individualmente a seguros de dependencia, sujeta a límites. • No efectos fiscales derivados del trasvase entre Fondos y Planes de Pensiones y Seguros de Dependencia. • No efectos fiscales de la conversión líquida de patrimonios existentes destinados a financiar la dependencia.
Dependientes	<ul style="list-style-type: none"> • Exención de las rentas y capitales percibidos, destinados a cubrir los costes derivados de la situación de dependencia. • No presunción de rentas de las prestaciones percibidas en especie. • No efectos fiscales de la conversión líquida de patrimonios destinados a financiar la dependencia.
Gestores/prestadores	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de tipos impositivos reducidos del IVA aplicables a la prestación de los servicios sociales dirigidos a dependientes. • Aplicación de tipos impositivos reducidos del IVA aplicables a la construcción de centros residenciales. • Exención o bonificación del ITPAJD que recaiga sobre edificios destinados a servicios sociales de dependencia. • Exención o bonificación del IBI para los centros de atención a dependientes. • Exención o bonificación del Impuesto sobre Construcciones, Instalaciones y Obras que grave hechos imponibles relacionados con la atención de personas dependientes.
Aseguradoras	<ul style="list-style-type: none"> • Exención del Impuesto sobre Primas de Seguros.

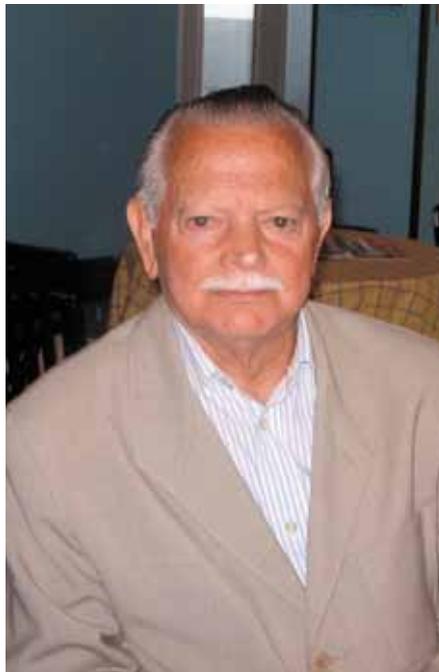
Mayores Hoy

Un “lobo de mar” en A Coruña

José Melón López

La ciudad de A Coruña que le vio nacer hace 89 años, es mudo testigo de su extraordinaria agilidad física a pesar de una dolencia respiratoria, aunque él sólo confiesa que “le molesta un poco una rodilla”. También es testigo de su enorme vitalidad y ganas de vivir, aún en la añoranza que siente por su esposa fallecida hace un año.

Contactamos con él, en un primer momento como ejemplo de vitalidad física y lucidez mental a pesar de edad, pero pronto descubrimos que trabajo, vocación y tenacidad han ido parejos en su vida haciéndole merecedor de un reconocimiento social y humano entre la gente del mar y la sociedad coruñesa en general. Así nos enteramos, por ejemplo, que José Melón fue el primer titulado de la Escuela de Náutica de A Coruña, hoy llamada Escuela Superior de la Marina Civil; que es un activo miembro de la Asociación de Jefes y Oficiales de la Marina Mercante de Galicia o que formó parte de la Expedición Técnica Española enviada a Costa Rica para que este país pusiera en marcha su primer Buque-Escuela en el año 81, colaboración que le valió el reconocimiento expreso por parte del gobierno costarricense.



Texto y fotos: Ana Fernández

José Melón López, fue el primer titulado de la Escuela de Náutica de A Coruña, convirtiéndose después en profesor y adquiriendo una experiencia y bagaje sobre navegación que le supuso un reconocimiento internacional, prestando servicios de asesoramiento en la fundación y puesta en marcha de Buques-escuela, entre ellos el de Costa Rica, del que guarda un gran recuerdo.

Mantenemos un breve encuentro y una breve conversación y sorprende enseguida la coherencia y claridad del mensaje y la fluidez de su vocabulario. Curiosamente, en ningún momento requiere tiempo para pensar las respuestas. Muy correcto en sus modales, habla rápido y apenas gesticula. Las palabras, fechas, nombres fluyen con naturalidad mientras su mirada observa todo con un toque de curiosidad viva.

– Me cuesta creer que estoy ante una persona de 89 años. ¿Qué hace para conservarse tan bien? ¿Cómo es un día habitual en su vida?

Pues no hago nada especial. La verdad es que yo no madrugo porque descanso muy bien gracias a Dios, así que me levanto tarde y después voy a hacer algunos recados y suelo dar un paseo hasta la hora de comer. Después hago una siesta y vuelvo a salir. Eso sí, todos los días tengo un rato de lectura, leo la Biblia y el periódico y alguna revista como Sesenta y Más.

– No cabe duda que A Coruña es una ciudad preciosa y usted disfruta mucho saliendo...

Sí. Me gusta salir, pasear y charlar con la gente. Cuando salgo también aprovecho a veces para tomar algún que otro café con amigos porque me siento bien hablando con ellos.

“Mi pasión por viajar me ha llevado a recorrer medio mundo en barco”

En otras ocasiones doy largos paseos, me gusta especialmente el paseo marítimo de esta ciudad, ¡el mar se siente tan cerca!

– Su observación sobre el mar hace inevitable la pregunta ¿le gusta el mar? Y, de repente se zambulle en sus recuerdos relacionados con el mar, los barcos, los viajes; se nota que ahora sí se siente a gusto hablando de ello.

Trabajé durante muchos años en la Compañía Trasatlántica, los últimos catorce años como inspector, y lo compaginaba como profesor en las Escuelas de Náutica de Coruña y Bilbao. De ahí también viene mi pasión por viajar, porque con el barco recorrí casi medio mundo, estuve en La Habana, Nueva York, los países del Caribe, Italia, Inglaterra etc.

– ¿Cómo empezó esta vinculación suya con el mar?

Desde siempre sentí afición por el mar y quería hacer algo relacionado con él pero, como en aquellos tiempos en Galicia no había escuela de Náutica, me trasladé a Barcelona y allí inicié los estudios. Sólo había escuelas en Bilbao, Barcelona, Cádiz y Tenerife; después abrió la de A Coruña y más tarde la de Santander, que son las que existen actualmente. Regresé de Barcelona en cuanto se fundó al escuela de aquí, aunque como tardó bastante tiempo en tener edificio propio, seguí la carrera en varios locales diferentes, primero en los bajos del Instituto de la Plaza de Pontevedra y después en la calle Herrerías, por la Ciudad Vieja. Tuve que navegar en varios barcos como alumno en prácticas y, por fin, en los años 50 terminé, convirtiéndome en el primer titulado de la Escuela Técnico-Superior de Náutica y Máquinas de



José Melón es un marino que ha contribuido, como docente, a formar profesionales náuticos.

La Coruña y con el tiempo también impartí clases aquí y en la Escuela de Bilbao.

– Desde su experiencia ¿cómo ve el futuro de las Escuelas de Náutica?

Lo veo bien, porque hubo un tiempo en el que tuvo una caída de alumnos, pero recuperó. La verdad es que los maquinistas navales tienen capacidad para adaptarse y trabajar también en tierra, tanto en astilleros como en aspectos eléctricos

o electrónicos y aunque tienen un plan de estudios duro, salen muy bien preparados.

– ¿Guarda algún recuerdo especialmente grato de su tiempo como profesor?

Bueno, tengo muchos pero quizá mi participación en Costa Rica dentro del programa del Plan de Cooperación Internacional sea especialmente gratificante para mí. Estuve allí dos años y medio.

Mayores Hoy JOSÉ MELÓN LÓPEZ

– **¿En qué consistía exactamente el programa?**

Básicamente consistía en una misión técnica que envió España a Costa Rica por requerimiento de este país para recuperar un barco que estaba hundido en sus aguas y después de repararlo y remodelarlo, lo pusimos en marcha como el Buque- Escuela de Costa Rica. También realizábamos una labor de entrenamiento y capacitación de los estudiantes del INA (Instituto Nacional de Aprendizaje) en el campo de la Mecánica Naval, Radioelectrónica etc. De este modo los aspirantes costarricenses hacían prácticas y el gobierno de ese país sacaba adelante su proyecto de formar profesores de náutica pesquera. La misión española la integrábamos en el aspecto técnico de restauración, José Francisco Trigo del Río y yo. Lo que pasó fue que mientras nos centrábamos en esta labor de formar profesionales náuticos, el Instituto Costarricense de Turismo, equivalente al Ministerio de Turismo, también requirió formalmente mis servicios para apoyarles en la construcción y puesta en marcha de la embarcación para el Paradero Turístico Caribe, en el puerto Atlántico de Moín en la provincia de Limón, que formaba parte de una serie de proyectos de mejora en la infraestructura turística.

– **Mientras nos comenta su experiencia en el país caribeño, José Melón nos enseña misivas y documentos**

que avalan sus palabras y ponen de manifiesto el reconocimiento de su trabajo por parte del Gobierno de Costa Rica.

Textualmente el Instituto Costarricense de Turismo expresa "...nuestro agradecimiento por los valiosos servicios de asesoría brindados por esa Institución a través del Sr. José Melón, Experto Naval de la Misión Técnica Española, en los trabajos de reacondicionamiento de la Barcaza Samay, propiedad de este Instituto, que pronto se pondrá en operación ofreciendo el servicio de paseos turísticos por los Canales de Tortuguero..."

Desde la Presidencia Ejecutiva de Costa Rica se dirigen a la Misión Técnica Española "...manifiesto el agradecimiento tanto a Usted como a sus compañeros de labor, los expertos: José Melón López y José Francisco Trigo del Río, como al Gobierno Español, por la colaboración, asesoramiento y orientación en la restauración del Buque y en la capacitación de instructores nacionales en este campo..."

Guardo un buen recuerdo de aquella época, y aún hoy día sigo manteniendo correspondencia con amigos y alumnos de allí.

– **Y dígame ¿utiliza el ordenador para comunicarse con ellos?**

No, sigo el método tradicional. Alguna vez me he puesto delante del ordenador pero confieso que no le hago mucho caso, no me gusta mucho; sin duda alguna prefiero pasar mi tiempo pintando

– **¿Qué tipo de pintura?**

Pinto al óleo. Desde jovencito hacía dibujo artístico, pero hace algunos años que fui a cursos de pintura al óleo y me gusta dedicarle tiempo, incluso he participado en algunas exposiciones que se han hecho aquí en la ciudad. La verdad es que me gusta mucho pintar.

– **Descubrimos entonces su pequeño taller de pintura instalado en una de las habitaciones de la casa, y entre todos los cuadros un tema dominante: los barcos**

Me siento especialmente satisfecho de estas pinturas, sobre todo de Elcano y el Galatea, aunque también pintaba paisajes cuando estaba de vacaciones en Levante o en el Sur; es muy bonita la luz de esa zona. Desde hace un año que murió mi esposa no he vuelto a pintar estos paisajes porque era ella la que me acompañaba en esas temporadas más o menos largas.

– **Dice que le gusta viajar ¿ todavía realiza viajes o ahora ya se siente más sólo e incapaz?**

Sí, sí. Este invierno sin ir más lejos me iré a Tenerife y Gran Canaria unos días solamente, así dejo allí la humedad que tienen los inviernos de Galicia y espero volver "con las pilas cargadas" como dice mi médico.

– **Sonríe tímidamente. ¿Es usted feliz?**

Sí, yo le doy gracias a Dios por todo lo que ha hecho en mi vida y

"Todos los días tengo un rato de lectura, leo la Biblia, el periódico y alguna revista como Sesenta y Más"



La otra foto es de la tripulación del barco Covadonga desde donde ascendió a Inspector de la Compañía Transmediterránea.



El velero "Galatea" pintado por José Melón

todo lo que me da. Me doy cuenta que estoy muy bien tanto física como mentalmente y tengo una familia grande que me rodea y con la que hablo constantemente; ya tengo cinco nietos y cinco biznietos y eso es una bendición. Sólo tengo un dolor que mi fe me

ayuda a llevar y es la soledad que siento por la pérdida de mi esposa Consuelo. Murió hace un año y la compañía de una persona es algo que se echa mucho de menos, sobre todo a ciertas edades. Estuvimos casados durante cincuenta y siete años.

UNA VIDA DEDICADA AL MAR

José Melón López nació en A Coruña el 27 de noviembre de 1916

En 1952 ingresa en la Compañía Transatlántica Española, después de haber navegado ya en la Empresa Nacional Elcano, y navega en los buques Satrustegui, Virginia de Churruca y Covadonga

En 1953 termina en la Escuela de Máquinas de la Marina Civil de A Coruña los estudios que, previamente había iniciado en la Escuela de Barcelona, y se convierte así, en el primer titulado por la escuela coruñesa

En 1959 ya desempeña el cargo de Inspector de Máquinas

En 1963 obtiene el título de jefe de máquinas de la Marina Mercante Española.

Ingresa en la Compañía Transmediterránea y permanece 14 años como inspector

Entre 1980 y 1983 forma parte de la Expedición Técnica Española que permanece en Costa Rica para la recuperación y puesta en marcha del primer Buque-Escuela de la Marina de ese país. También colabora en la formación del personal del buque y compagina durante este tiempo la enseñanza, con la recuperación del Paradero Turístico Caribe.

En 1983, el Instituto Costarricense de Turismo, vuelve a solicitar expresamente sus servicios de asesoramiento y asistencia técnica para llevar a cabo nuevos proyectos de infraestructura turística en sus litorales y algunas riberas de lagos y embalses.

José Melón compagina su trabajo con clases en las Escuelas Superiores de Máquinas de la Marina Civil de Coruña, Bilbao y Tenerife.

Activo miembro de la Asociación de Jefes y Oficiales de Máquinas de la Marina Mercante de Galicia, colabora asiduamente en la publicación Ingeniería de Mantenimiento Marítimo, que edita esta asociación, hasta el final de la década de los 90.

Cultura **A** rte

La Fundación Caixa Galicia busca un efecto Guggenheim con su sede coruñesa

“La cultura es luz”, lleva a Galicia una exposición, inédita en España, de Diego Rivera

Un nuevo edificio se alza en el Cantón Grande de A Coruña, un centro cultural al que los coruñenses reconocen por el slogan “La cultura es luz”. Lo firma el arquitecto británico Nicholas Grimshaw y aspira a ser un hermano lejano de la Torre de Hércules, reclamando para la ciudad un efecto turístico y económico añadido.

Texto: Ana Fernández

FOTOS: Fundación Caixa Galicia y Museo Dolores Olmedo

Es la sede de la Fundación Caixa Galicia en la ciudad herculina y, llega al Cantón como una gigantesca ola de cristal que partiendo de la playa de Riazor, que está a sus espaldas, se detiene ante la bahía del puerto, al que mira de frente.

Pretende alcanzar un efecto cultural y económico semejante al edificio Guggenheim en Bilbao, según afirmó en su inauguración el director de la entidad, José Luis Méndez.

De momento, tanto el conjunto arquitectónico como las exposiciones seleccionadas, están batiendo records de asistencia en el poquísimo tiempo que lleva abierto al público.



Diego Rivera. *Autorretrato*, año 1954. Técnica: lápiz y acuarela sobre papel.

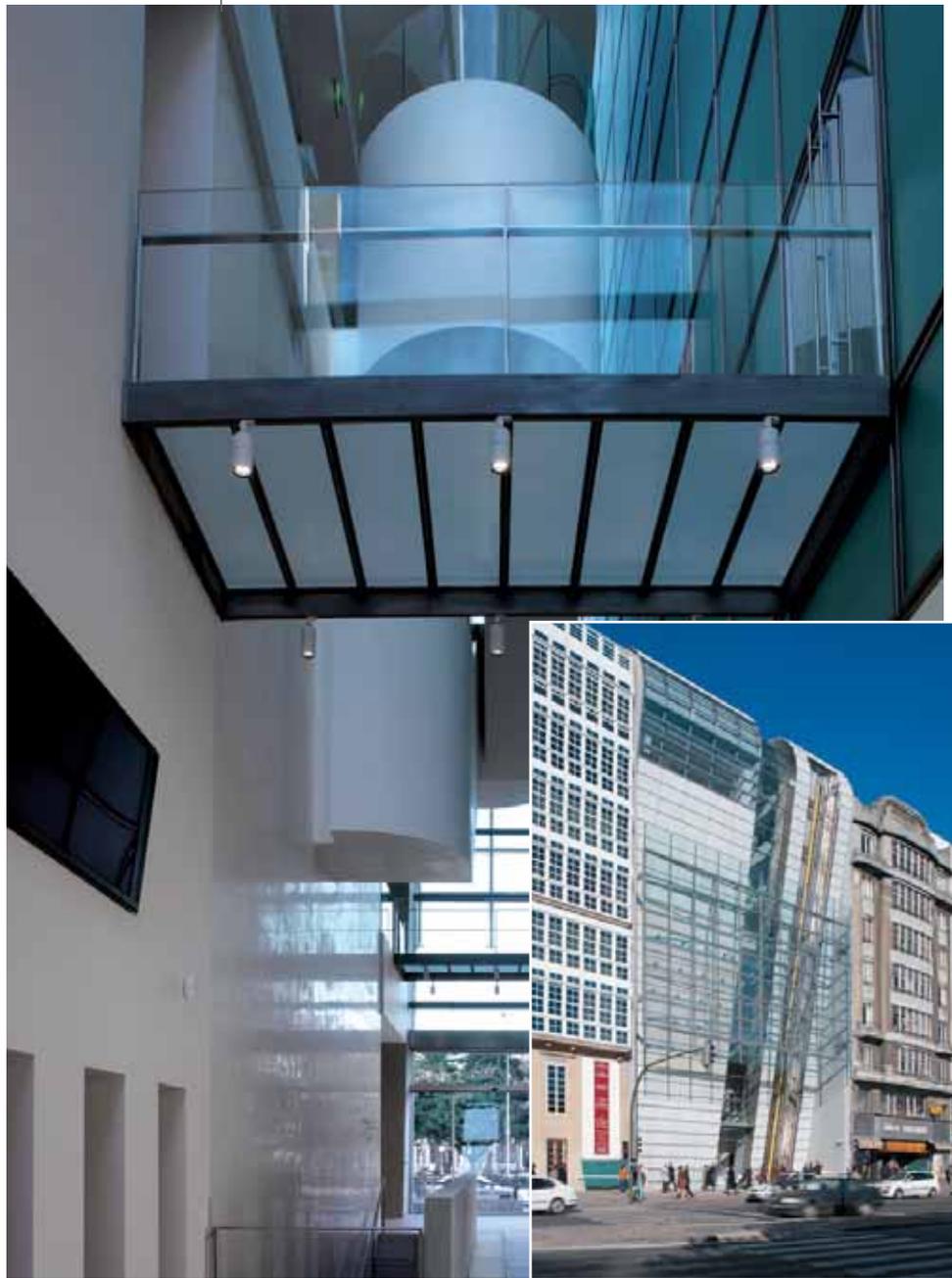
El artista mexicano Diego Rivera, con 43 obras, muchas de las cuales nunca se habían expuesto antes en España, encabeza la muestra que comparte con las esculturas de Cristina Iglesias y Francisco Leiro y otra más, dedicada a las diez obras más significativas de la Colección de Arte Caixa Galicia, albergando desde Picassos a Lugris.

LA CULTURA ES LUZ

El solar sobre el que se ha levantado el nuevo símbolo cultural de Coruña, está ubicado en el Cantón Grande, justo en el istmo que une la Ciudad Antigua con la zona moderna. Pasado y futuro se entremezclan en la construcción, cuyo remate se asemeja a la creta de una ola marina. Desde el principio, Sir Nicholas Grimshaw quiso hacer un edificio "abierto y lleno de luz", por esta razón fusionó en una sola presencia cubierta y fachada, reinterpretando las conocidas Galerías, las balconadas acristaladas de las viviendas tradicionales de la zona portuaria coruñesa. También creó un patio inglés que es el pozo de luz que, bajo la pasarela de entrada lleva la luz natural hasta las plantas situadas bajo la superficie del edificio.

La utilización de paneles de vidrio-mármol-vidrio, permite alumbrar la fachada desde atrás durante la noche, otorgándole un brillo que destaca en la línea de fachadas que configuran el Cantón. De día, la piedra caliza permanece como un elemento antagónico a la sutil presencia en las horas en las que no hay luz solar; de este modo, se retroilumina la fachada, consiguiendo el doble efecto deseado: el mármol sólido y estático durante el día, muda por la noche en un material ligero y frágil.

La relevancia que se le ha otorgado a la iluminación hace que su reclamo fusione cultura y luz hasta en el lenguaje coloquial de los coruñeses que,



Existen en este edificio, cuya fachada ha sido diseñada por Nicholas Grimshaw, cuatro salas de exposiciones adaptadas a las más exigentes normas internacionales.

FICHA TÉCNICA DEL EDIFICIO

Ubicación:

Cantón Grande (A Coruña)

Superficie construida:

7.693 m²

Plantas:

4 sótanos + 4 sótanos +
6 planta

Inclinación de la fachada:

11,5°

Superficie para exposiciones:

1.010 m²

Altura:

34 m

Autor del proyecto:

Nicholas Grimshaw &
Partners Ltd.

reconocen el centro por el slogan "La cultura es luz".

GUIAS MÓVILES

El edificio consta de una planta baja que supone el punto de encuentro con la ciudad, el lugar donde la fachada se abre para invitar a los ciudadanos a recorrer su interior. El espacio central que une el Cantón con la calle de atrás, es un atrio iluminado al que se accede a través de un puente de cristal.

En las plantas primera, segunda y tercera se disponen las salas de exposición.

Cultura *A* rte

“La cultura es luz”, lleva a Galicia una exposición, inédita en España, de Diego Rivera

Las plantas cuarta, quinta y sexta albergan las áreas institucionales de la Fundación. Aquí es donde la cumbre del edificio remata en una ventana curva cuyo perfil semeja una ola.

El primer sótano acoge otra sala de exposiciones para muestras artísticas itinerantes. En el Segundo y tercer sótano se localiza el auditorio y servicios asociados y, en el cuarto sótano, se concentran las instalaciones de energía y mantenimiento del edificio.

La fundación ha optado por un sistema continuo de información y comunicación con los usuarios que consiste en utilizar como base del sistema el propio teléfono móvil de los visitantes, utilizando para ello el estándar de comunicación inalámbrica “bluetooth”.

Para conseguirlo, el edificio cuenta con una serie de antenas emisoras que localizan el teléfono, lo ubican en un punto exacto del edificio y le envían la información específica del espacio en el que se encuentre. La emisión de información es además, bidireccional puesto que permite que el visitante también contacte con la Fundación y que ésta reciba los registros de su visita: qué salas le han gustado más, cuánto tiempo ha permanecido frente a una obra etc.

Las personas con problemas auditivos podrán recibir una valiosa información textual y visual en su Terminal. Del mismo modo, quienes tengan problemas de visión, podrán escuchar en su móvil locuciones con la información de la muestra del espacio en el que se encuentra.

LAS EXPOSICIONES

Un siglo después de la visita de Diego Rivera a A Coruña, su obra llega a la



Cuchillo y fruta frente a la ventana. Año 1917. Técnica: óleo sobre tela.

misma ciudad para inaugurar la sede de la Fundación Caixa Galicia.

Diego Rivera es uno de los máximos exponentes del arte mexicano. Su producción abarca desde el academicismo hasta los vanguardismos de su tiempo como el post-impresionismo, el puntillismo o el cubismo para finalmente encontrar su mayor expresión en la pintura mural.

La exposición viaja por todos estos momentos artísticos a través de una selección de 43 obras, muchas de las cuales es la primera vez que se exponen en España y forman parte del legado del Museo Dolores Olmedo, la colección más importante de arte mejicano.

Pero Diego Rivera no está solo en los Cantones de Coruña. Este año coincide también con el décimo aniversario de la colección de arte de Caixa Galicia. Con este motivo, se han reunido algunas de las piezas más significativas del fondo que sobrepasa ya el millar de obras, como el *Profil à la fenêtre* de Pablo Picasso o el *Anticuário del puerto* de Urbano Lugrís, y que se muestran bajo el título *Diez Años, Diez Artistas*.

La planta tercera acoge también una exposición de Francisco Leiro, referente fundamental de la escultura gallega con una obra que ha traspasado fronteras sintetizando tradición y vanguardia. La escultora vasca, pero



Pablo Ruiz Picasso. Perfil a la fenêtre. Año 1934. Técnica: óleo sobre tela.

formada en la Chelsea School of Art de Londres, Cristina Iglesias, también tiene su espacio con una monumental obra trabajada sobre todo con hierro, cinz, cristal y cemento.

PANTALLA DE LA FACHADA

Situada en primer plano de la fachada principal inclinada, se pre-

senta uno de los elementos singulares del edificio: una gran pantalla de cristal, que además de alinear el edificio con la vertical del resto de fachadas del Cantón, sirve de soporte para la proyección de todo tipo de contenidos informativos y culturales.

Durante el día, los paneles de cristal de la pantalla reflejan la luz mimetizándose con el resto de las

FICHA TÉCNICA DE LA EXPOSICIÓN

Nombre: Diego Rivera
10 años 10 artistas
Cristina Iglesias
Francisco Leiro

Horario: hasta el 30 de junio
De lunes a viernes
de 12:00 a 14:00 y de
16:00 a 21:00H.
Sábados, domingos y
festivos de 12:00 a 21:00

DIEGO RIVERA

Reservas para colectivos de adultos: de lunes a viernes.
Grupos máximo: 30 personas.
Duración aproximada: 1 hora.
Inscripción previa: 981 185 060
Visitas comentadas para público en general: miércoles y sábados a las 19:30 h (sin reserva previa)

10 AÑOS 10 ARTISTAS

Reservas para colectivos (igual que Diego Rivera).
Duración aproximada: 1 hora.
Visitas comentadas para público en general: miércoles y sábados a las 18:30 h (sin reserva previa).

FRANCISCO LEIRO Y CRISTINA IGLESIAS

Reservas para colectivos (igual que los anteriores).
Duración aproximada: 1 hora.
Visitas comentadas para público en general: miércoles y sábados a las 18:30 h (sin reserva previa).

ENTRADA: LIBRE.

galerías coruñesas. Por la noche, los retroproyectores transforman el paño, mostrando sus imágenes tanto a la ciudad como al puerto y la bahía, situados al fondo. La pantalla tiene un espacio vertical de 72 m² y el sistema visual está integrado por 25 pantallas de vidrio laminado de 100 pulgadas cada una fijadas a una celosía de acero.

CURSOS

Actividades en una residencia

El curso tiene entre sus objetivos el facilitar conocimientos, destrezas e instrumentos de evaluación para diseñar un programa de psico estimulación en un Centro Geriátrico y aprender a diseñar un proyecto de intervención interdisciplinar. El equipo de profesores esta formado por un animador sociocultural, un psicólogo gerontólogo y una terapeuta ocupacional, fisioterapeuta.

Organización de un Programa de Actividades de Psicoestimulación en una Residencia.

Centro de Humanización de la Salud. Sector Escultores, 39. Tres Cantos (Madrid). Del 9 al 11 de junio de 2006. Horario: viernes de 16 a 20 h; sábado de 10 a 14 y de 16 a 20 h y domingo de 10 a 14 h. Inscripciones: 91 806.06.96 y www.humanizar.es Matrícula: 110 €. Plazo limite de inscripción: 15 días antes de la celebración del curso.

Aprendiendo de Rembrandt

Una muestra de 27 lienzos, pintados todos ellos por personas mayores de 60 años que durante los últimos meses han participado en los talleres de pintura del Centro, revela las visiones personales y



los estudios que estos alumnos mayores han hecho de la obra y la técnica del genial pintor holandés. Además de la contemplación de los trabajos, el visitante puede obtener información y motivación suficiente para proyectar y programarse futuras actividades.

Rembrandt: cuarto centenario.

CentroCaixa, Centro de Mayores. Arapiles, 15 Metro Quevedo.

Martes a viernes de 10 a 14 y de 16 a 20 h.

Hasta el 2 de junio.

Entrada libre

CONCURSO

Becas de investigación sobre Castilla-La Mancha

La Federación de Comunidades Originarias de Castilla-La Mancha en la Comunidad de Madrid, establece una beca de investigación con carácter bianual, con objeto de apoyar la investigación sobre el folklore y tradiciones populares de esa Comunidad. Los temas de investigación podrán ser danza y baile, canción, música, indumentaria, cuentos y leyendas,



das, artesanía, oficios tradicionales, ritos, gastronomía y fiestas tradicionales de Castilla-La Mancha. La beca correspondiente a la convocatoria

Taller para mayores en el Museo

El Museo del Traje ha puesto en marcha un programa de visitas-taller para grupos de personas mayores de 65 años. Durante una mañana, los participantes descubrirán la evolución del diseño y de la aplicación de ornamentos textiles. Posteriormente, en el taller, diseñarán decoraciones inspiradas en lo que han visto y las aplicarán a tejidos, que podrán llevarse a casa. La vista-taller tiene una duración de dos horas, de las cuales 30 minutos se dedican a las salas y los 90 restantes al taller. Horarios: martes y miércoles de

10 a 12. Asistencia gratuita previa inscripción. Teléfono 91 550 47 08 de martes a viernes de 10 a 14 h.

MUSEO DEL TRAJE

*Avda. Juan de Herrera 2 - Madrid
Metro Moncloa y Ciudad Universitaria.*

Autobuses: 46, 62, 82, 83, 132 y 133.

Entrada gratuita mayores de 65 años, jubilados y pensionistas.



que el artista iba estampando para comprobar el estado de su trabajo sobre la plancha. Rembrandt consigue con el grabado y la estampación lo que nadie había logrado hasta ese momento: representar, a partir de una misma plancha, secuencias temporales y dramáticas.

Rembrandt. La luz y la sombra.

Biblioteca Nacional. Pº de Recoletos, 20. Martes a sábados de 10 a 21 h.

Domingos y festivos de 10 a 14 h.

Entrada gratuita. Hasta el 11 de junio.

EXPOSICIONES

Rembrandt

La exposición quiere ser un homenaje en el cuarto centenario del nacimiento del que se considera uno de los mejores grabadores de todos los tiempos. En ella se muestran dos planchas de cobre grabadas por el artista, un libro y 146 grabados seleccionados por su rareza y extraordinaria calidad, muchos de ellos pruebas de estado y todos estampados por el propio Rembrandt. El recorrido de la exposición quiere poner de manifiesto la constante búsqueda y experimentación del artista en el campo del grabado, mostrando en muchos casos todo el proceso de creación de una imagen a través de las pruebas

Naturalismo sevillano en Bilbao

Através de más de sesenta obras, algunas de las cuales se presentan en nuestro país por vez primera, la exposición revisa la contribución de la pintura sevillana del siglo XVII al naturalismo barroco, que tuvo su origen en el tenebrismo de Caravaggio y sus seguidores y su máxima expresión en la obra del joven Velázquez.

"De Herrera a Velázquez.

Museo de Bellas Artes de Bilbao

Plaza del Museo, 2. De martes a

sábado de 10 a 20 h. domingos de

10 a 14 h. Lunes cerrado. Hasta el

28 de mayo de 2006

2006/07 tiene como tema genérico "Las Gañanadas en Castilla-La Mancha". Puede participar ser cualquier persona mayor de edad que lo desee, sea cual sea su lugar de origen o de residencia. La beca tiene una asignación de 1800 euros y el trabajo seleccionado deberá ser concluido antes del 30 de junio de 2.007. Información y lugar de presentación: Federación de Comunidades Originarias de Castilla-La Mancha en la Comunidad de Madrid. Paz, 4 -1º - 28012 Madrid. **Beca de Investigación 2006-2007**
"Vicente Morales Olmedo"
Presentación de proyectos hasta el 30 de junio de 2006

EXPOSICIONES

Día y noche en los museos



Como todos los años, el 18 de mayo se conmemora el Día Internacional de los Museos. Ese día se conmemora en muchos de ellos con actividades especiales, y en todos con la entrada gratuita.

Por otra parte, la Noche de los Museos es una iniciativa internacional en la que participan más de 1.200 museos de toda Europa para atraer nuevos públicos a los museos y contribuir a la construcción de una Europa unida por la cultura.

Día Internacional de los Museos.

18 de Mayo

Noche de los Museos: 20 de Mayo.

Giaquinto, pintor de Fernando VI

El programa de divulgación de los tesoros artísticos del Patrimonio Nacional muestra la obra de artistas poco conocidos por el gran público que tienen alguna conexión con su historia y con la de sus palacios y monasterios.

Corrado Giaquinto, nacido en el reino de Nápoles, en 1703, es un artista exquisito, representante del más delicado Rococó. Tras triunfar en la Roma de los papas y en el Turín de los Saboyas, llegó a Madrid en 1753, reclamado por Fernando VI y su esposa, Bárbara de Braganza, para completar



CONGRESOS

XXV aniversario de FIAPA

La Federación Internacional de Asociaciones de Personas Mayores, FIAPA, conmemorará el 25 aniversario de su crea-



ción en Barcelona, ciudad donde también organiza su Congreso Mundial, en colaboración con la FATEC, Federación de Asociaciones de Mayores de Cataluña. Secretaria del congreso: FATEC - Casanova, 36 - 08011 Barcelona Tfno.: 93 215 02 33 e-mail: fatec@gentgran.org - www.gentgran.org.

XVIII Congreso Mundial de FIAPA

"El envejecimiento, un reto a la ciencia y a la sociedad"

Barcelona del 15 al 18 de junio de 2006



MayorGuía

la decoración del Palacio Real Nuevo.

Los nueve años que estuvo en España pueden considerarse como la culminación de su carrera. La decoración de la Escalera Principal y del Salón de Columnas del Palacio Real de Madrid; la de la Capilla Real del mismo palacio y el Comedor de Gala del Palacio Real de Aranjuez, entre otros, testimonian su inventiva, y extraordinaria capacidad colorista.

Corrado Giaquinto y España

Palacio Real de Madrid

Bailén s/n – Madrid

Lunes a sábados de 9,30 a 17,00 h.

Domingos y festivos de 9 a 14,00 h.

Entrada gratuita

Hasta el 25 de junio.

Espanoles en Oriente

Esta exposición se organiza en tres secciones, referentes a los viajes, al coleccionismo y a las investigaciones y excavaciones modernas realizadas por aventureros, estudiosos y científicos españoles que con su empeño y tesón han dado a conocer, des-



de la lejana fecha de 1166 hasta la actualidad, las diversas civilizaciones del Próximo Oriente Antiguo.



MUSEO ARQUEOLOGICO NACIONAL

La Aventura Española en Oriente (1166-2006).

Serrano, 13 – Madrid.

Horario de 9,30 a 20,30

de martes a sábado. Domingos y festivos de 9,30 a 14,30 h.

Lunes cerrado.

Entrada gratuita: menores de edad, mayores de 65 años o jubilados.

TEATRO



Vuelven los sainetes

Cómicos y burlescos, siempre frescos y actuales, vuelven los sainetes. Este tipo de piezas breves derivan del entremés barroco y se caracterizan por su intención moral y su costumbrismo. Su variedad temática, su certero retrato de tipos populares y su eficacia como piezas dramáticas han hecho que este género sea uno de los favoritos del público a lo largo de la historia de nuestro teatro.

La Compañía Nacional de Teatro Clásico pone en escena una selección de algunos de los mejores sainetes de D. Ramón de la Cruz.

SAINETES

Teatro Pavón. Embajadores, 9.

Metros la Latina y Tirso de Molina.

Martes a sábados a las 20,00 h. y domingos a las 19,00 h.

Precio 18 euros. Jueves día del espectador: 9 euros.

Opinión

ENRIQUE POZÓN LOBATO / CATEDRÁTICO JUBILADO

Envejecimiento como proyecto de vida

La Organización Mundial de la Salud ha lanzado la iniciativa innovadora de promover un enfoque integral del envejecimiento a través de una red titulada Movimiento Mundial por el Envejecimiento Activo, reflejando tal expresión el compromiso de mantener y reforzar la independencia, la participación social, y el bienestar emocional de las personas mayores.

El principal problema del envejecimiento, cualquiera que sea la edad de la persona, es la contradicción entre los deseos y la realidad. Desengaño por intentar alcanzar objetivos imposibles, imponiéndose la capacidad de dejar de presumir de joven y hacerlo como persona digna, disfrutando de lo que es propio de la persona mayor: tiempo libre de urgencias; serenidad de espíritu, lejos de impulsos juveniles; reflexión como producto de la experiencia; y paz interior como premio al abandono de rivalidades.

Ser joven o mayor no es producto de elección personal sino secuencia de naturaleza biológica. Llegar a persona mayor no es volver a la infancia o a la juventud pero sí perfilar un modelo donde se atienda sus intereses participativos. Hay experiencia

de vida previa; conocimientos; capacidad de aprendizaje; y expectativas de futuro. No se trata de llenar un tiempo muerto y vacío sino continuar construyendo un proyecto de vida.

Nuestra sociedad ha sido seducida por la juventud. Nadie lanza un mensaje que diga ¡que grande es ser mayor!, como si no fuese una edad en que no se puede contribuir al bien común. Esto supone una clara discriminación catalogando al mayor como un "inútil social".

Se le administra su bienestar, su diversión, sin respetar su autonomía. Los mayores están más tutelados que respetados, más dirigidos que orientados, más sometidos a nuestros pareceres que estimulados por nuestros cuidados. La comprensión que una sociedad muestra hacia la persona mayor, es un indicador muy sensible sobre el grado de mayoría de edad de esa sociedad.

Al llegar a los 65 años y tener que afrontar, no todos pero sí la gran mayoría, la jubilación, aún queda mucha vida por delante: y sería un error apartar este colectivo y dejarlo aparcado, como si fuese inservible.

Se ha de imponer la aceptación serena de los elementos propios de cada edad, con una posición optimista en relación con las propias posibilidades; y con una estructura lo suficientemente autónoma como para poner en primer plano el propio proyecto vital, y seguir conectado al entorno social, familiar y personal. Ello llevará consigo un mayor crecimiento personal y un mayor bienestar.

Ayudas técnicas para la vida cotidiana

Las ayudas técnicas son productos que favorecen la autonomía en las actividades diarias, las relaciones sociales y la calidad de vida.



CENTRO ESTATAL DE AUTONOMIA PERSONAL Y AYUDAS TÉCNICAS



91 363 48 00



91 778 41 17



TEL. TEXTO
91 778 90 64

CENTRO ESTATAL DE AUTONOMÍA PERSONAL Y AYUDAS TÉCNICAS

C/ Los Extremeños, nº 1, (esquina Avda. Pablo Neruda) 28018 Madrid

Información sobre el CEPAT en Internet

www.cepat.org

Correo electrónico: cepat@cepat.org

Podemos ayudarle a conocer las ayudas disponibles y sus características.
No somos un centro de venta

¡Estamos para informarle y asesorarle!

B u r g o s



MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ASUNTOS SOCIALES

CENTRO ESTATAL DE REFERENCIA DE ATENCIÓN SOCIOSANITARIA A PERSONAS CON ENFERMEDADES RARAS Y SUS FAMILIAS

