

NÚMERO 289 / 2010

60

y más



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL



IMSERSO

| REPORTAJE

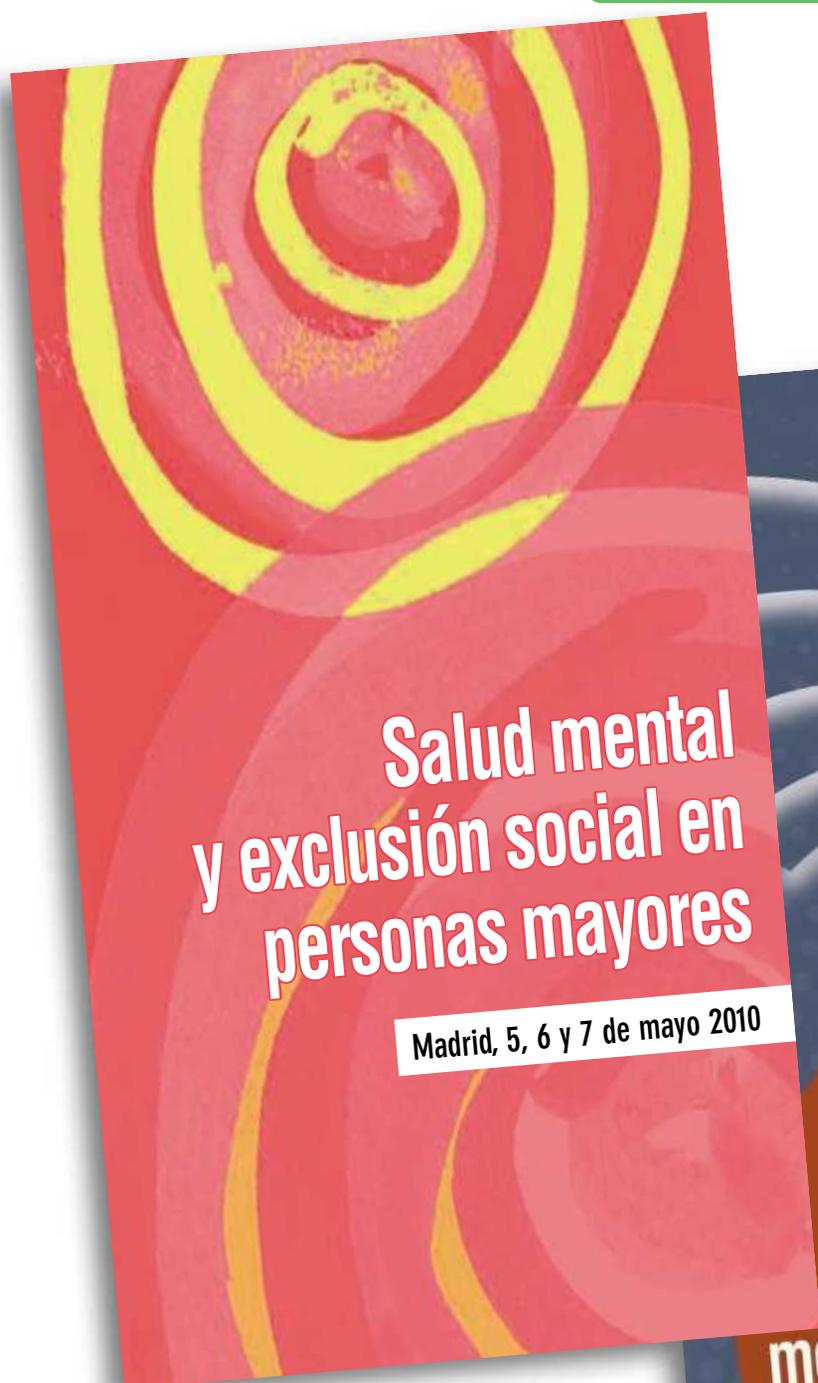
Tienes una historia que contar

| ENTREVISTA

Purificación Causapié Lopesino Directora General del Imserso

ACCIONES FORMATIVAS

IMSERSO



INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Área de Formación Especializada del IMSERSO
Avda. de la Ilustración, s/n. con vta. Ginzo de Limia, 58
28029 MADRID
Teléfonos: 91 363 86 33 · 91 363 89 38

Presidencia Española *eu* 2010.ES

2010
Año Europeo
de Lucha contra
la Pobreza y
la Exclusión Social

60

y más



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL



CONSEJO EDITORIAL

Purificación Causapié Lopesino, Nieves García, Pablo Cobo, Ángeles Aguado, Julio Murciano, M^a Luz Cid Ruíz, Milagros Juárez e Inés González.

DIRECTORA

Inés González.

REDACTORES

Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

FOTOGRAFÍA

M^a Ángeles Tirado Cubas.

ADMINISTRACIÓN

Víctor Manuel Bodipo Tango y Concha Largo Rodríguez.

COLABORADORES

Araceli del Moral, Ana F. Martínez, Cristina M^a Alarcón, Jesús Avila Granado, Julio Carabias y Ana Fernández García.

CONSEJO DE REDACCIÓN

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

EDITA IMSERSO.

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

DIRECCIONES DE INTERNET

www.imserso.es

REDACCIÓN

Avda. de la Ilustración s/n., c/v a Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid
Tel.: 91-363 86 28. Fax: 91-3638973.

ADMINISTRACIÓN Y SUSCRIPCIONES

Tel.: 91 363 86 28

DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.
NIPO PAPEL: 841-10-008-7.
NIPO PDF: 841-10-007-1.
ISSN: 1132-2012.
TIRADA: 70.000 ejemplares.

IMPRIME

Altair (Impresia Ibérica)
Ctra. N-IV a Seseña, Km. 2,700
45223 Seseña - Toledo.
Tel.: 91 8957915.

Número 289 | Marzo 2010

Sumario

más al día

6| NOTICIA

Sanidad ahorrará 1.500 millones de euros anuales en materia farmacéutica.

24| ACTUALIDAD

56| CULTURA

Fascinados por Oriente.

58| MAYOR GUÍA



6/7 La Noticia

más información

8| REPORTAJE

Tienes una historia que contar

14| ENTREVISTA

Purificación Causapié Lopesino, directora general del Imsero.

18| A FONDO

Política europea sobre nuevas tecnologías para mejorar el nivel de la vida de las personas mayores.

46| INFORME

La amistad, esa gran desconocida.

52| MAYORES HOY

Lady González, a la búsqueda de un editor.



14/17 Entrevista

más actividad

38| CALIDAD DE VIDA

Contra el cansancio visual, el placer de un buen masaje.

42| EN UNIÓN

Las personas mayores dan forma a la cultura.



56/58 Cultura

más a fondo

29| CUADERNOS

Semana e-Health 2010.

más fijos

37| PUBLICACIONES

62| OPINIÓN

Julio Carabias.

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.

TELÉFONOS DEL IMSERSO PARA CUALQUIER INFORMACIÓN:
Centralita: 91 363 88 88
Información: 91 363 89 16/17/09

Madre no hay más que una

Quizás suene a frase hecha, pero es muy acertada, porque para cada uno de nosotros, la nuestra es la más especial, la única y la que no cambiamos por nadie, con sus defectos y todas sus virtudes, así que hoy, si me dejan, voy a hablar de la mía.

El ochenta por ciento de lo que soy, se lo debo a ella, por ser mi ejemplo para multitud de cosas, personal y profesionalmente. Me ha enseñado a ser una persona luchadora, porque ella lo ha sido, además de segura de sí misma, justa, comprensiva, con una solución para todo, sin dar un paso atrás ante nada ni ante nadie, valiente, trabajadora, fuerte ante adversidades por las que tuvo que pasar, que han sido muchas y un largo etcétera, con el que se me llena la boca de orgullo, al decir que soy su hija. Dicen que somos los niños los que elegimos el lugar donde queremos nacer, pues no he podido elegir uno mejor.

Yo nací con tan solo dos kilos doscientos gramos, pero salí adelante con su ayuda y apoyo, que siempre he tenido. Nunca se ha dado por vencida y en los momentos en los que he tenido algún problema, una duda o necesitaba consejo, ahí estaba ella, con sus sabias palabras que siempre dan en el clavo.

A mi madre, le tocó vivir una vida poco fácil, en primer lugar, teniendo una infancia rígida, en la que se le exigieron responsabilidades y actuaciones adultas, para su edad. Una juventud, llena de obligaciones y pocas distracciones además de mucho trabajo, para poder salir adelante, como otras tantas mujeres que se quedan “solas ante el peligro”, o sea, con una criatura o más y con el cielo y la tierra como únicos techos y suelos. Todo ello, sin ninguna compensación, ni eco-

Desde Alemania con amor

En el hoy lejano 1949, a mis 18 años de edad, visité como viajante comercial un buen número de poblaciones gallegas. Con mucha frecuencia he contado a mi esposa (alemana de 72 años de edad) lo bello de aquel paisaje, su arquitectura popular, su habla, hasta tal fin que desea ver y vivir lo mismo que yo en mi mocedad.

Rarísima vez ofrecen aquí en Alemania viajes organizados, por lo que intentaré desde mi domicilio planear dos semanas de vacaciones en esa provincia, y quizá haya algún lector que pueda echarme una mano informándome, por ejemplo, ¿qué poblaciones de interés podemos visitar en tren o autobús y regresar el mismo día o al siguiente a Santiago de Compostela? Desde A Coruña, ¿qué otras localidades visitar en uno o dos días? ¿Qué población costera es apropiada para pasar unos días de descanso?, etc, etc.

Y en esta confianza les agradezco ya hoy la impresión parcial de este escrito en su revista “60 y Más” que siempre leo con mucho interés.

Armando Compte
Barsinghausen (Alemania)

nómica ni moral y como guinda del pastel, sin contar con el apoyo o el arrimo de un hombro donde echar unas lágrimas, que se las tenía que echar a solas.

Me alegra que todo eso se ha quedado atrás y que ahora, esté en esa segunda juventud, que todos anhelamos, para contar con un tiempo que manejados a nuestro antojo; que nos permita hacer un poco de lo que nos da la gana y sin andar a toque de despertador: la ansiada jubilación.

Creía justo agradecerle todo lo que ha hecho, que no ha sido poco, y lo que sigue haciendo, porque a pesar de tener yo, casi cincuenta años, me sigue diciendo esa frase de madre: ¿No llevas chaqueta, hace frío? o cosas similares, que me hacen esbozar una sonrisa y decirle maaaaami, que ya sé si hace frío o no..., pero sé que es inútil porque seguirá diciéndomelo, aunque yo tenga ochenta, porque seguiré siendo su hija.

Ella tiene 72 y espero tenerla a mi lado mucho tiempo, hemos compartido penas, alegrías, muchas

mudanzas, trabajo, interminables horas de charla, muuuuuucha comunicación, viajes y compañía mutua.

Por circunstancias, por el destino o porque Dios lo ha querido así, seguimos estando juntas. Antes en la misma casa, porque soy de esas hijas que han regresado al hogar familiar tras una separación y ahora, somos vecinas, puerta con puerta, estando juntas para lo que haga falta, pero con nuestro espacio vital.

Tenemos miles de recuerdos, anécdotas, experiencias, historias, vivencias, de las que intentamos quedarnos con lo bueno, olvidando los malos, de los que seguramente hemos aprendido algo o mucho, pero lo que está claro es que mientras la tenga cerca, tendré una opinión y un consejo que será acertado o al menos objetivo.

NATACHA, ese es su nombre, y lo pongo en mayúsculas porque es una madre y una persona con mayúsculas.

Yasmin Alcarazo
(Tenerife)

EL IMSERSON REFUERZA SU LIDERAZGO EN LA LEY DE DEPENDENCIA

La Ley de Dependencia le ha dado al Imserso un liderazgo fundamental. Y así lo afirma en la entrevista –publicada en este número– la nueva directora general, Purificación Causapié, quien llega a este Instituto, pese a su juventud, con una extensa experiencia, como impulsora en la puesta en marcha de la Ley de Dependencia en Andalucía. Para avalar sus palabras, los últimos Presupuestos destinados a este fin, que pese a la crisis no sólo no disminuyen sino que se han incrementado.

Sabido es que las políticas sociales y la atención a la dependencia es para el actual Gobierno una prioridad máxima. Así las cosas, el nombramiento mismo de Causapié se inscribe de plano en este objetivo: dar un nuevo impulso a la Ley, que tantas expectativas ha despertado en un sector de población doblemente afectado y ve, de forma más directa, el estado de necesidad de apoyos.

No menos conocido es, también, el progresivo aumento de la presencia de las personas mayores en nuestra sociedad, “lo que nos obliga a todos a pensar con perspectiva de futuro en la mejora de su calidad de vida”. Lograr que dicha Ley de Dependencia se cumpla y garantizar, por tanto, que se aplique de forma adecuada y en tiempo a todos los ciudadanos en situación de dependencia es, ahora más que nunca, el máximo objetivo.

De otro lado, la Presidencia Española de la Unión Europea tiene entre sus objetivos que la sanidad digital (e-Health) contribuya aún más a que sea un elemento vertebrador de integración en las políticas de sus países miembros, contribuyendo a un tiempo al crecimiento económico y a la innovación tecnológica, al empleo y a la misma cohesión social y territorial de la Unión.

España es uno de los países más avanzados, actualmente, en el desarrollo de la sanidad digital, gracias a la cooperación desarrollada por las Comunidades Autónomas en el conjunto del Sistema Nacional de Salud en vigor.

La ciudad de Barcelona fue el lugar de encuentro, donde se desarrolló recientemente una de las más importantes citas europeas relacionadas con la salud y el uso de las nuevas tecnologías, como instrumentos al servicio del bienestar de los ciudadanos, bajo el epígrafe “Semana e-Health 2010”. Dicho encuentro permitió la incorporación de la Conferencia Ministerial de Alto Nivel sobre e-Health (High Level e-Health Conference) y la Conferencia y Exposición de las TI Sanitarias (Wo-HIT), reuniendo así y por primera vez tres eventos esenciales.

Sanidad ahorrará 1.500 millones de euros anuales en materia farmacéutica

Acuerdo del Pleno del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (CISNS).

Texto: Juan M. Villa
Fotos: M. Sanidad

El Pleno del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (CISNS) ha acordado, a propuesta del Ministerio de Sanidad y Política Social y en el marco de los trabajos por el Pacto por la Sanidad, la puesta en marcha de un conjunto de medidas financieras en materia farmacéutica que supondrán un ahorro al sistema sanitario de unos 1.500 millones de euros anuales y se aplicarán a corto plazo.

Este conjunto de medidas se engloban en el II Plan Estratégico de Política Farmacéutica que se está diseñando y que incidirá en mejoras en la prescripción, en un aumento de la calidad de la cadena farmacéutica, en la dispensación y atención farmacéutica, en el fomento de la investigación y en la eficiencia de la prestación, entre otros aspectos.

El acuerdo alcanzado por el Pleno del Consejo Interterritorial contri-

buirá de forma decisiva a la sostenibilidad financiera del sistema sanitario en la actual coyuntura de crisis económica. La prestación farmacéutica representa, desde el punto de vista cuantitativo cerca de un tercio del gasto sanitario público y es, además, una de las principales armas para combatir la enfermedad y sus consecuencias.

El Pleno también expresó que el sistema sanitario español es uno de los que tienen mejores resultados en salud de entre los países desarrollados del mundo como ponen de manifiesto los valores de diversos indicadores de salud, recogidos de manera sistemática para la comparación entre sistemas sanitarios. Por ello, desde este órgano se considera que “la sanidad española afronta una serie de retos, al igual que el resto de sistemas sanitarios europeos, que es preciso abordar a corto y medio plazo para garantizar en el futuro sus características de excelencia en la calidad, así como la equidad y la cohesión que han de solventarse asegurando la sostenibilidad de los servicios de salud”.

En este contexto se encuentran las medidas adoptadas por el Ministerio de Sanidad y Política Social y las Comunidades Autónomas.

Precios de referencia

Entre las medidas previstas se encuentra la modificación del cálculo de los precios de refe-

rencia que establece el precio de los medicamentos con más de diez años en el mercado, con un mismo principio activo, idéntica vía de administración, y que cuenten con un genérico en el mercado. Con la decisión adoptada el cálculo de los precios de referencia se hará, para cada conjunto homogéneo de medicamentos, a partir del coste por tratamiento y día más barato, y no con el promedio de los tres más baratos como hasta ahora.

También se procederá a una rebaja en el precio de los medicamentos genéricos de un 25% de media, que se aplicará según una escala que llegará a no aplicar ninguna rebaja en el caso de los genéricos que ya hayan bajado considerablemente sus precios.

Por otro lado, en el ámbito de los productos sanitarios también se han acordado rebajas. La rebaja será del 20% para los absorbentes (pañales) y del

La prestación farmacéutica representa, desde el punto de vista cuantitativo cerca de un tercio del gasto sanitario público y es, además, una de las principales armas para combatir la enfermedad y sus consecuencias.



La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, con los consejeros de Salud de las CC.AA.

6% para el resto. Además se incrementa al 30% la bajada del 20% que venía aplicándose a los medicamentos que llevan más de diez años financiados por la sanidad pública, pero que no están incluidos en el sistema de precios de referencia y tienen un genérico aprobado en otro país de la Unión Europea. Esta medida se amplía también a los casos en los que existe un medicamento biosimilar.

Financiación selectiva

Otra de las actuaciones expuestas en el Pleno del Consejo Interterritorial ha sido la revisión de los precios de determinados grupos de medicamentos de uso común y con una oferta muy amplia, de tal manera que, a través de la Comisión Interministerial de precios

de los medicamentos, se propondrá un precio máximo de financiación. De este modo, quedarían fuera de dicha financiación todos los medicamentos que no adapten su precio a este máximo.

Todas las medidas acordadas se llevarán a la práctica en lo que queda de año y en 2011. Con ello no sólo se logrará un aporte económico imprescindible para el Sistema Nacional de Salud, sino que, además, se preservará la calidad de su prestación, lo que redundará en beneficio de los ciudadanos.

Del mismo modo, las medidas adoptadas también tendrán un efecto beneficioso desde el punto de vista económico en la ciudadanía. Se estima que, además del ahorro colectivo de 1.500

millones de euros, las distintas actuaciones generarán un ahorro directo al ciudadano de unos 100 millones de euros anuales, fruto de una menor aportación directa de los activos en el régimen general, de la menor aportación de los mutualistas de las mutualidades de funcionarios y de los menores precios al adquirir los medicamentos.

El consenso alcanzado para el ahorro en el gasto farmacéutico, también se extiende a otras medidas como la creación de normas en cuanto a la plena universalidad de acceso al SNS, la fijación de tiempos máximos de espera en intervenciones quirúrgicas o un calendario de vacunación único; o la homogenización de los salarios de los profesionales sanitarios, entre otras.

| REPORTAJE

Concurso Periodístico
Intergeneracional

Tienes una historia que contar

Texto y fotos: Cristina M. Alarcón

Este proyecto de comunicación tiene el objetivo de fomentar el diálogo entre dos generaciones, los jóvenes y los mayores, a través de un certamen periodístico. Formando parte de la Obra Social de Caixa Catalunya, el concurso está dirigido y gestionado por la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España, e ideado y desarrollado por “Esto es Vida”, empresa destinada a las iniciativas sociales. Miles de jóvenes y mayores han disfrutado ya de esta experiencia que, además, da la opción de ganar premios siempre soñados a los más longevos y económicos a los estudiantes.

8 [Más información](#)



Daniel Blanco y Ángeles de los Santos ganaron el primer premio del concurso “Tienes una historia que contar”

Siempre que nos reunimos con las personas mayores surge algún comentario que da pie a una historia, lo que muchas veces llamamos “las batallitas del abuelo”. Esas batallitas no son más que vidas, historias sorprendentes y pertenecientes a otras épocas que muchos se empeñan en ridiculizar o, simplemente, ignorar como si de palabras sin sentido se tratase. Se puede decir que este proyecto habla de eso. “Tienes una Historia que Contar” es el mejor reflejo de lo mucho que importa cada batallita del abuelo. No solo son historias, narraciones que un chaval hace de lo que le cuentan. Son nuestro pasado, nuestra raíz, en



Tienes una historia que contar

El mayor cuenta una experiencia de interés y el joven la escribe en forma de artículo periodístico

la web www.tienesunahistoriaquecontar.com, y los mejores se publican en un libro y en medios impresos colaboradores. Las historias ganadoras tienen una compensación material, premios en metálico para los jóvenes y premios muy especiales para los mayores. Digo que son muy especiales porque son sueños incumplidos y deseados que ellos mismos especifican cuando se inscriben en el concurso. En las cuatro ediciones anteriores se han cumplido los sueños de diecisiete mayores. Algunos ejemplos son la publicación de un libro, viajes a muy diferentes lugares, joyas, ir al concierto de Año Nuevo en Viena, homenajes gastronómicos con la familia, una luna de miel o algo tan sencillo pero tan hermoso como es conocer el mar..." El premio económico que reciben los estudiantes les ayuda, en muchas ocasiones, a seguir financiando sus estudios. En otros casos, les permite darse un capricho merecido ya que participar en algo así es más que un trabajo bien hecho. Según Álvarez, "Lo más importante del programa es la experiencia que se llevan los participantes. En el encuentro, jóvenes y mayores intercambian mucho más que palabras. Los chavales entran en el mundo de quien les está hablando

muchos casos, el por qué de nuestras vidas. Otras tantas, solo son recuerdos de infancia, sueños no cumplidos o temores que se han convertido en pesadilla. Sean lo que sean, siempre que exista algo que contar, debería haber alguien que lo escriba y lo comparta con el resto. Toda historia real, llena de experiencia, conocimiento y emoción siempre será digna de lectura y entendimiento.

Para entender un poco mejor en lo que consiste este proyecto, hablamos con **Alberto Álvarez**, de "Esto es Vida" –Iniciativas Sociales–: "Tienes una Historia que Contar" es uno de los mejo-

res programas que hemos ideado en "Esto es Vida". El objetivo es poner en comunicación a personas mayores de residencias y centros de mayores con estudiantes universitarios. Éstos últimos escriben en forma de artículo periodístico las experiencias de interés que los mayores les cuentan. De esta manera no solo se contribuye al contacto intergeneracional, sino que se participa en algo cultural y realmente útil para difundir la importancia de escuchar a nuestros ascendientes.

Alberto nos explica un poco más sobre el proyecto: "Todos los relatos que concursan se cuelgan en

REPORTAJE

Jorge Rábanos y Cándido Moyano.
Los galardonados con el 2º Premio
del concurso.

Los ganadores de la IV edición



María Berruezo y Francisco Javier García,
4º premio del certamen.

- **Primer Premio:** para Daniel Blanco Parra, premio en metálico de 6.000 euros. Para Ángeles De Los Santos, un viaje a Italia para dos personas – donde vivió su antepasada la marquesa–. **El secreto de la marquesa:** Ángeles De Los Santos tiene una sospecha, alta y despierta como una luna. A sus 74 años, vive acosada por un rumor que podría desbaratar todo su presente. Ella, incansable, tenaz y curiosa, mira hacia atrás a diario con un único propósito: resolver un pasado lleno de misterios.

- **Segundo Premio:** para Jorge Rábanos Martínez, premio en metálico de 5.000 euros. Para Cándido Moyano Martínez, un televisor de plasma. **Cartas a mi madrina de guerra:** Cándido Moyano, revive para su joven interlocutor las cartas que le escribía a su madrina de guerra en los meses finales de la Guerra Civil relatándole las penurias, el hambre, el miedo, el frío, y su deseo de que todo acabara pronto. Acabó casándose con su madrina de guerra, con la que todavía vive.

- **Tercer Premio:** para Ferrán Martínez Alonso, premio en metálico de 4.000 euros. Para Frederic Ninot Piqué, un viaje a Moscú. **Recordando los detalles:** Frederic es natural de Passanat. Allí fue reclutado con 20 años para formar en la quinta del 44, encargada de derrotar a los maquis en el Valle de Arán. Miembro del Grupo de cazadores, Esquiadores, Escaladores y Militares del Pirineo llegó a ser tirador de primera, cargo que le obligó a realizar el hecho más penoso de su vida: fusilar a un hombre. Con dolor, aún lo recuerda como si fuera hoy.

- **Cuarto Premio:** para Francisco Javier García, premio en metálico de 3.000 euros. Para María Berruezo Castillo, ver el concierto de Año Nuevo en Viena. **La historia de una maestra con mucho que aprender:** María estudió magisterio

en la Universidad de Murcia y trabajó como maestra de escuela varios años por distintas pedanías de la región. Posteriormente ha realizado estudios de Teología, está afiliada al centro de estudios Fundación Sabater y matriculada en el Aula de Mayores. Ha estado toda la vida aprendiendo sin descanso, y no tiene intención de detenerse.

• **Quinto Premio:** para Marta Miquel Baldellou, premio en metálico de 2.000 euros. Para Pepita Labrador Ribes, una joya. Juegos de guerra: Cuando la Guerra Civil estalló y los primeros bombardeos cayeron sobre la ciudad de Lleida, Pepita Labrador contaba con tan sólo 9 años y leía la crudeza de aquel periodo histórico a través de sus ojos de niña. No fue hasta más tarde que Pepita comprendió la gravedad de aquellos hechos y cómo cambiarían su vida.

• **Sexto Premio:** para Rubén Pulido, premio en metálico de 1.000 euros. Para Luisa Paniagua Zazo, un viaje con su familia para ver el mar por primera vez. Réquiem por un aviador: En 1930, Luisa realizó una visita a la estación aérea de Cuatro Vientos. Allí conocería a Leonardo Torres, aviador de la base de Getafe, pero un accidente aéreo puso fin al deseo, mas no al amor. Ochenta años más tarde Luisa luce orgullosa una pulsera, hecha con duros de plata fundidos en África y traída con todo el cariño por su primer amor. No fue hasta muchos años más tarde, el 29 de marzo de 2004, cuando Luisa -de 94 años- y Antonio de Pedro -de 93- contrajeron matrimonio en una improvisada capilla en la residencia donde vivían.



Marta Miguel escribió el relato basado en la historia de Pepita Labrador, 5º premio.



Luisa Paniagua y Rubén Pulido, protagonista y escritor del relato premiado en 6º lugar.

de forma directa; en la mayor parte de los casos descubren a la persona que hay detrás de ese rostro, dejando a un lado los prejuicios que tenemos hacia los mayores. Hasta el momento hemos propiciado cerca de dos mil encuentros entre jóvenes y mayores, cada uno distinto y cada uno con su valor”.

En la web del concurso se encuentran testimonios sobrecogedores, vivencias de tanto interés histórico y humano como son las contadas por algunos de los últimos supervivientes directos de la guerra civil, protagonistas que vivieron en primera persona la emigración, testigos de la dificultad de la posguerra y personas que han formado parte de los últimos años de la historia de España. “Este año el concurso vuelve a presentarse en universidades de toda España, así como

en centros de mayores y residencias de todas las comunidades autónomas. Yo animo tanto a estudiantes como a mayores a que se involucren y cuenten sus historias, es una experiencia que les va a aportar una gran satisfacción y si además pueden conseguir un premio...” ¿Por qué no hacerlo?, afirma Alberto Álvarez.

Cualquier persona interesada en participar en este proyecto puede escribir un correo electrónico a :
concurso@estoesvida.net
 O visitar la página web:
www.tienesunaistoriaquecontar.com

Daniel Blanco Parra.

Primer premio.

Daniel Blanco Parra tiene treinta años y es de Moguer –Huelva–, aunque lleva diez años viviendo en Sevilla. El autor del relato galardonado con el primer premio del concurso “Tienes una Historia que Contar” en su última edición es un joven estupendo. Para él, escribir *El secreto de la marquesa* ha significado conocer a quien califica como su tercera abuela. Daniel tiene mucho que decir y, además, reconforta escucharle: transmite un absoluto respeto por las personas mayores.



¿Qué te motivó para inscribirte en el concurso?

—Yo estoy estudiando el doctorado en Literatura en la Facultad de Comunicación de la Universidad de Sevilla. Me enteré de este concurso para universitarios y mayores de 65 años y me pareció una experiencia curiosa, y sobre todo, un reto. De entre todas las personas inscritas, la organización del concurso hace al azar parejas de un joven y una persona mayor. El joven tenía que conectar con su pareja para después poder escribir sobre ella. ¡Era un reto ser capaz de conocer tanto a otra persona como para contar su historia!

Daniel, ¿qué ha supuesto compartir esa experiencia con tu pareja en el concurso?

—Ángeles de los Santos ha sido un descubrimiento. Durante el concurso, quedamos varias veces; merendábamos, charlábamos y ella me enseñaba fotos y me contaba historias. Aprendí que cada persona mayor tiene una historia que contar y que ellos, además, están deseando hacerlo. Han vivido tiempos complicados y relativamente recientes, y los jóvenes debemos conocer esta experiencia de quie-

nes lo vivieron. Para mí ha sido muy gratificante, un regalo. He aprendido mucho porque hay personas que han vivido una vida completamente diferente de la que estamos acostumbrados.

¿Habitualmente intercambias vivencias e información con mayores?

—De hecho, los jóvenes solemos intercambiar información con pocos mayores que estén fuera de nuestro ámbito familiar –nuestros abuelos–. Y éste es una de las grandes aportaciones de este concurso, que permite que los jóvenes nos acerquemos a las personas mayores, nos interese por ellos y nos preocupemos por escucharlos y por entenderlos, por saber que ellos forman parte de esta sociedad y que son ellos los que tienen la experiencia y la sabiduría.

Daniel, ¿cuál crees que es la actitud que deben tener jóvenes como tú con estas personas?

—Hombre, de respeto sobre todo. De interés y de curiosidad por lo que tienen que decir. Debemos tratarlos como nos gustaría que los jóvenes del futuro nos trataran a nosotros dentro de algunas décadas.

La otra mitad de este tándem es **Ángeles de los Santos**, la protagonista del relato escrito por Daniel. Para ella, este concurso periodístico ha sido toda una novedad que le ha permitido ahondar en su pasado y cumplir su sueño: viajar a Florencia. Ángeles no sale de su asombro pero está muy contenta por todo lo que “Tienes una Historia que Contar” le ha aportado: “*La verdad es que a mi edad no podía imaginarme participar en algo así. Yo tenía grabada en mi cabeza la huella de una historia que no sabía si era cierta: que la madre de mi abuela era hija de una marquesa. Con el tiempo me fui enterando de cosas y lo he tenido todo guardado en mi pensamiento. Gracias a este concurso he descubierto mucho más acerca de mis raíces y mis antepasados, lo cual me ha hecho una ilusión enorme. Daniel me hizo una entrevista después de conocernos y hablar muchas horas. No solo ha plasmado un relato maravilloso para mí. También me ha comprendido, me ha escuchado y dedicado tiempo y yo he conocido a un chico muy amable, a una buenísima persona. No podía esperarme conocer a alguien de esta manera tan peculiar y con el que conservaré una relación toda la vida porque es un chico estupendo*”.

Jorge Rábanos Martínez.

Segundo premio.



Jorge Rábanos Martínez, de 28 años, es el autor de “Cartas a mi madrina de guerra”, el entrañable relato que fue agraciado con el segundo premio del certamen en su IV edición. Este joven logroñés, comprometido con los valores familiares, tiene muy claro lo que le gusta y lo que realmente es importante en la vida. Seguro conseguirá lo que desee, siempre con buenas artes.

Jorge, ¿por qué razón te inscribiste en el programa?

—Mi afición por la escritura y mi experiencia en el trato cercano con los mayores fueron las dos principales razones por las que me animé a presentarme al certamen. El premio era algo en lo que no pensé. De un total de 500 relatos, hubiera sido muy presuntuoso presentarse para ganar. En mi caso, me presenté para participar, para conocer a una persona mayor y poder extraer del concurso una experiencia más en mi vida.

¿Qué te ha aportado esa vivencia con una persona mayor?

—Se aprende mucho de ellos. Escucharles es vivir dos veces, su vida y la propia. Sus experiencias, sus consejos, son un tesoro en muchos casos abandonado. Es una pena que invirtamos en muchas ocasiones nuestras fuerzas en buscar tesoros en el fondo del mar, cuando las personas mayores tienen tantas historias que contar. En el caso de Cándido fue un placer escucharle. Pese a tener 91 años, tiene una cabeza prodigiosa y recuerda los datos con una exactitud increíble. Fue el mejor ejemplo de que la verdadera memoria histórica la tenemos bien cerca, en esa generación que poco a poco vamos perdiendo y que tanto tienen para enseñarnos.

Jorge, ¿sueles compartir tu tiempo con alguien de esa generación?

—Tuve la gran suerte de poder disfrutar de mi abuelo materno, don Tiburcio Martínez Tierno, natural de Valdeavellano de Tera -provincia de Soria-, hasta que falleció con 91 años de edad. Dormí junto a él en la misma habitación durante los casi veinte años que vivimos juntos y no tengo más que buenos recuerdos. Mi abuelo dejó escritos muchos libros en los que relataba sus andanzas. Ahora, una vez fallecido, los guardamos en casa como oro en paño, conscientes de que su falta es menos dura mientras viva en nuestro recuerdo. En la actualidad, huérfano de abuelos, disfruto igualmente de la compañía de las abuelas de mi mujer Soraya, Avelina y Pilar, de las que del mismo modo se puede disfrutar y aprender incluso más que en muchas universidades.

¿Piensas que la gente de tu edad tiene los valores y el respeto que antes se tenía hacia los mayores?

—Pienso que está cambiando la sociedad y con ella sus valores, pero lo veo como una evolución normal del mundo en que vivimos. No creo que ésta sea una sociedad ni mejor ni peor que las pasadas, simplemente es distinta. ¿O es que los mayores de hoy no cometían errores con sus mayores de ayer? Mi abuelo fue uno más en casa

desde el mismo día que mis padres contrajeron matrimonio por lo que se puede decir que tuve dos padres durante muchos años. Ese fue mi modelo de familia, un modelo en el que mi abuelo tenía un papel relevante dentro del grupo. Yo sé lo que les inculcaré a mis hijos y es el respeto a sus abuelos. No concibo que éstos no vayan a ver a sus abuelos con asiduidad, ya no tanto por obligación sino por devoción. Esa devoción es la que intentaré transmitirles.

Cándido Moyano es la pareja de concurso de Jorge. El joven ha plasmado la historia de este nonagenario con donaire y ternura, y ambos han conectado a través del pasado y el respeto: *Este programa me parece algo fantástico. Lo hicimos por participar y disfrutar de la experiencia pero creo que es una iniciativa estupenda. El promover que gente mayor y jóvenes se conozcan y compartan algo de su vida favorece a muchas personas. Yo tengo la suerte de seguir rodeado por mi familia pero quien está solo agradece cualquier ratito con alguien. Lo verdaderamente importante es que buenos chavales se involucren en esto. Gracias a “Tienes una Historia que Contar” he conocido a Jorge y solo puedo decir cosas buenas, ha sido todo un placer trabajar con él en esto y le estoy muy agradecido por escribir un relato tan hermoso basado en mi historia. He revivido mi pasado, he recordado detalles y momentos, he vuelto a sentir sensaciones y sentimientos... Todo eso merece la pena. La verdad es que a mis 91 años esto ha sido un regalo.*

Purificación Causapié,
directora general
del Imsero.

“La atención
a las personas
en situación
de dependencia
es prioritaria
para el gobierno”

Texto: 60 y Más
Fotos: M^a Ángeles Tirado



Purificación Causapié Lopesino es la nueva directora general del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero) desde enero de este año. Una mujer joven que viene precedida de una notable gestión como secretaria general para la Atención a la Dependencia en Andalucía. Su trayectoria profesional ha estado vinculada a la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia desde que su promulgación por lo que confiesa “sentir una cierta debilidad” por ella. Ahora, desde el Imsero, su prioridad es impulsar el despliegue de esta Ley para que en 2015 esté implantada totalmente y todas las personas en situación de dependencia sean beneficiarias de sus prestaciones y servicios.

Después de tres años de aplicación ¿En qué momento se encuentra actualmente la Ley de Promoción de Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia?

Se encuentra en un momento muy importante de su desarrollo. Hasta ahora hemos trabajado intensamente junto a las comunidades autónomas para establecer las bases de su aplicación. Al mismo tiempo, se ha respetado el calendario de despliegue de la Ley y, de hecho, tenemos ya un recorrido hecho pues hay más de medio millón de personas que son beneficiarias del sistema y que están recibiendo prestaciones y servicios gracias al derecho que les reconoce la Ley de Dependencia. Por tanto, se ha realizado un buen trabajo entre todas las administraciones públicas implicadas, liderado por el Ministerio de Sanidad y

Política Social y el Imserso, que ha permitido alcanzar acuerdos importantes con las comunidades autónomas para garantizar que los procedimientos para ser reconocido como beneficiario y para recibir las prestaciones y servicios que se necesiten por cada persona sean ágiles y que la atención que se reciba sea de calidad.

No obstante, aún nos queda camino por recorrer y estamos en un año crucial en el que iniciamos la evaluación de la Ley, de los pasos que se han dado hasta ahora, porque el calado y la transversalidad de esta norma es tan grande y afecta a tantos aspectos que, de vez en cuando, hay que pararse a pensar en lo ya conseguido y ver cómo seguir avanzando y mejorar, si es necesario, lo que ya hemos alcanzado.

Vivimos en una sociedad muy dinámica en la que cada día hay nuevos factores que tener en cuenta para dar una atención de calidad. El año que viene se incorporan las personas que tienen una situación de menor dependencia y esto supone un nuevo reto. Por lo tanto, este año damos dos pasos más: la evaluación de lo que hemos realizado hasta ahora y la entrada en el sistema de personas con un grado menor de dependencia. Y unido a ellos viene un nuevo impulso de la ley que va ampliando su implantación.

Y de cara al futuro qué papel va a desempeñar el Imserso una vez que la Ley esté totalmente desplegada?

Yo creo que sucederá lo mismo que ha ocurrido con otros sistemas de nuestro Estado de bienestar, como el sistema sanitario cuando se transfirieron sus competencias. Actualmente, el Estado, a través del ministerio de Sanidad y Política Social sigue teniendo un papel de liderazgo, de coordinación, e impulso de acciones nue-

vas. Por tanto, el Imserso tiene por delante, en los próximos años, un trabajo enorme en cuanto a seguir impulsando la aplicación de la Ley y actuar como líder para estimular nuevas acciones y plantear posibles nuevos acuerdos.

Es tan importante para nuestra sociedad lo que hemos conseguido con la Ley de Dependencia y la red de servicios sociales y prestaciones que estamos tejiendo al amparo de ella que siempre tendremos trabajo que hacer, incluso cuando la Ley esté totalmente implantada. Pero esto ocurre también con los otros sistemas de nuestro bienestar: la educación, la sanidad, las pensiones siempre estamos pendientes de ellos, poniéndolos al día, evaluándolos, invirtiendo en nuevas acciones que los mejoren para responder a las nuevas necesidades de la ciudadanía.

Por tanto, respecto al sistema de atención a la dependencia tenemos y tendremos siempre tarea por delante. Los más inmediatos: trabajar en indicadores que refuercen la calidad en los servicios de atención a las personas en los centros residenciales, en los centros de día y en la ayuda a domicilio. También tenemos que impulsar acuerdos dirigidos a reforzar la atención a los menores de 3 años y seguir impulsando la mejora de servicios que se vayan adecuando, cada vez más, a las necesidades de cada una de las personas. Hay un recorrido enorme por delante.

¿Cómo va a ser la coordinación del Imserso con las Comunidades Autónomas en esta Ley?

Digamos que las Comunidades Autónomas son básicamente las responsables en cuanto a su gestión y desarrollo, pero la Ley hay que impulsarla con acuerdos permanentes para que la atención a las personas en situación de de-

pendencia sea similar en todos los lugares, para que vivan donde vivan, dado que es el mismo derecho subjetivo de ciudadanía el que les asiste, tengan servicios y prestaciones de calidad. Para ello, para esta labor de coordinación e impulso de nuevas acciones e iniciativas, es fundamental el papel del Imserso. De hecho, ese impulso de nuevas acciones ya lo está haciendo, a través de los Centros Estatales de Referencia, los llamados "CRE", que son centros de investigación, innovación y liderazgo en sus ámbitos de competencia y que desarrollan buenas prácticas y estrategias de intervención con personas que, debido a determinadas causas, se encuentran en situación de dependencia.

¿Cree usted que se lograrán los objetivos previstos en la Ley de Dependencia a pesar de la crisis?

El Gobierno trabaja cada día para que la Ley cumpla sus ambiciosos objetivos, y, por lo tanto, para que se aplique de manera adecuada en tiempo y en forma a todos los ciudadanos y ciudadanas que están o lleguen a estar en situación de dependencia. Evidentemente, hay una situación de crisis económica y no podemos dejar de estar preocupados por ella; sin embargo, creo que este gobierno ha dejado muy claro, y no sólo en el ámbito de la atención a las personas dependientes sino también en otros, que las políticas sociales son prioritarias porque en una situación de escasez hay que apoyar más a los que menos tienen. Y, por esto, para el gobierno las políticas sociales y de atención a la dependencia tienen prioridad. Esta afirmación está avalada por los presupuestos que se están destinando a estos temas. La financiación de la Ley de Dependencia no sólo no ha disminuido sino que se ha incrementado notablemente durante este año esa es la prueba irrefutable de cuál

| ENTREVISTA

es la voluntad del gobierno respecto a la atención a las personas en situación de dependencia.

Uno de los temas pendientes en la política social es la coordinación socio-sanitaria. La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, ha presidido, recientemente, la primera reunión entre su departamento y los consejeros de bienestar y de política social de las comunidades autónomas ¿Qué referencias cree usted que debe tener esta coordinación socio-sanitaria para conseguir una atención integral a los grupos de población más vulnerables?

En la reunión que hubo con los consejeros de las comunidades autónomas, la ministra propuso abrir un debate sobre este tema. Para ello, se acordó elaborar un Libro Blanco sobre la Coordinación Sociosanitaria con el fin de realizar una reflexión sobre qué queremos decir cuando hablamos de este tema y en qué ámbitos necesitamos que se produzca esta coordinación.

También se ha puesto el acento en la recogida de buenas prácticas que ya estén realizando las Comunidades Autónomas y sobre la importancia y el resultado de las mismas en la atención a las personas en situación de dependencia y en la promoción de la autonomía personal. Por ejemplo, es importante reflexionar sobre la coordinación que existe en la elaboración de los informes de salud para que sean útiles a los profesionales que valoran la situación de dependencia de una persona o, también, pensar la necesaria coordinación que se requiere cuando estamos atendiendo a menores de 3 años.

Los procesos de coordinación son muy importantes a todos los niveles, no sólo entre las distintas administraciones sino también entre los propios profesionales que trabajan en el ámbito social y sa-

nitario que, además, siempre han reivindicado esta coordinación.

A partir de ahora, lo inmediato es trabajar en esa recogida de información, en definir prioridades y en impulsar proyectos de coordinación que son fundamentales para una buena atención integral de las personas en situación de dependencia.

Acerca del envejecimiento activo ¿Cómo está respaldando y promoviendo el Imserso las iniciativas del movimiento asociativo de las personas mayores en ámbitos como el voluntariado social de personas mayores o el aprendizaje permanente?

El Imserso está trabajando en el impulso y desarrollo del Consejo Estatal de las Personas Mayores como organismo de interlocución con ellas, en el que los mayores tienen voz para transmitir sus planteamientos y sus propuestas a la Administración y esa capacidad de interlocución es muy importante. Además, el Imserso a través de sus convocatorias de subvenciones económicas, está apoyando y promocionando el asociacionismo de personas mayores.

Pero la participación de las personas mayores no sólo cuenta con la vía natural de sus propias organizaciones, sino que se nota con fuerza en actividades de voluntariado, en las ONGs de cualquier tipo, y su presencia debe tener peso en todas las plataformas de acción ciudadana. Las personas mayores son una parte muy importante de la ciudadanía de este país, no sólo porcentualmente sino también porque en ellas vive la memoria social más antigua de este país y esa es una riqueza experiencial que el resto de la población no podemos ignorar.

Además, encontramos personas mayores que quieren seguir teniendo una implicación en la so-

ciudad, que desean opinar y tener voz y esto es muy bueno para la sociedad en su conjunto, por lo que debemos darles cauces para que así lo hagan porque la participación de las personas en la sociedad no sólo se hace a través del mercado de trabajo.

¿Qué iniciativas relacionadas con las personas mayores y las personas en situación de dependencia se están potenciando durante la Presidencia Española de la Unión Europea?

Ahora mismo se está trabajando mucho desde el ministerio de Sanidad y Política Social en todo el desarrollo de actuaciones relacionadas con sus ámbitos competenciales. Respecto a temas relativos a políticas sociales, se está impulsado el debate sobre envejecimiento activo en el ámbito europeo. Queremos sobre todo reforzar propuestas que vayan dirigidas a promocionar ese envejecimiento activo y a generar una reflexión sobre qué políticas, a nivel europeo, han de desarrollarse en el futuro para promocionar un envejecimiento participativo y saludable.

Pienso que la presidencia española va a servir para reflexionar en toda Europa sobre la necesidad y el impulso de políticas sobre este tema tan importante porque el envejecimiento de la población es una preocupación de todos los países europeos, aunque creo que debemos trabajar para transformarlo de preocupación en oportunidad, en el sentido de que seamos conscientes de que, ante esa realidad, tenemos que tener Estados y políticas que respondan bien a las necesidades de un grupo de población que, progresivamente, va a ser mucho más numeroso que el que teníamos hasta ahora. Por tanto, los encuentros en el marco de la presidencia española sobre envejecimiento activo nos deberían servir para concienciarnos de la importancia de

reforzar nuestros sistemas de bienestar europeos y, en consecuencia, de tener buenos sistemas de atención social y sanitaria.

La sociedad en general no debe entender envejecimiento de la población como un proceso generador de mayor gasto social sino como una inversión, ya que las personas mayores siguen contribuyendo a la comunidad desde diferentes espacios. Y en el orden meramente económico, no debemos olvidar que las políticas sociales son instrumentos fundamentales para la generación de empleo y riqueza.

Por tanto, creo que tenemos que hacer una reflexión amplia sobre nuestro modelo de sociedad futura; una cuestión que tiene mucho que ver con que el número de personas de más de 65 años va a ser muy superior al actual.

En estos momentos de crisis cree usted que peligrase el Estado del Bienestar

Siempre que hay crisis se habla de los peligros que tiene para los Estados del Bienestar. Evidentemente son momentos difíciles, pero si algo nos ha demostrado la crisis es que el Estado es muy necesario y que, si no hubiera habido Estados fuertes la crisis hubiera sido mucho peor, no sólo en lo que afecta a la economía, sino en lo que afecta a las personas. Hoy no se vive igual una crisis en España, con sistemas de protección social, sanitario y educativo universales, que en otros países donde, desgraciadamente, no existen tales sistemas. Lo que nos demuestra esta crisis es que el Estado es muy importante. Es el Estado del Bienestar quien sustenta nuestros derechos de ciudadanía básicos, como la sanidad, la educación, la seguridad social o el ser atendidos en una situación de dependencia, sea cual sea nuestra edad.

¿Cómo han evolucionado los servicios sociales?

Yo creo que ha habido un elemento clave proporcionado por la Ley de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia que ha sido incorporar como derecho de ciudadanía la atención social a las personas en situación de dependencia. A partir de ese elemento fundamental, el derecho, la Ley nos ha dado, además, el marco legal, la urdimbre, para tejer un sistema de servicios sociales acorde con nuestro Estado del Bienestar. Hemos abierto un camino sin retorno: el de un derecho universal de la ciudadanía.

Estoy convencida de que este es el camino para ir ampliando los derechos sociales y para consolidar el sistema que les da cobertura práctica. Y tenemos que avanzar conjuntamente por esta vía todas las administraciones públicas: la de Estado, las de las comunidades autónomas y las locales, porque para que un sistema tan complejo como el de la Atención a la Dependencia se consolide es necesaria la participación y el trabajo de todos, también el de los ayuntamientos por su cercanía a los ciudadanos y ciudadanas y por su capacidad de implementar servicios de proximidad.

¿Cuál es el papel que tiene que desempeñar el movimiento asociativo de personas mayores y personas con discapacidad?

Yo creo que tienen el papel fundamental de ser interlocutores ante las administraciones públicas de los intereses y necesidades de los grupos de población a quienes representan. Tienen un papel de reivindicación, de demanda y de propuestas constructivas que, sin duda, estimula el avance del sistema de servicios sociales. Difícilmente se puede avanzar en democracia, si no existe ese movimiento

que permanentemente llame la atención sobre los problemas de los ciudadanos y ciudadanas.

Y también, en este mismo sentido, quiero destacar el importante papel que desempeñan las organizaciones que son prestadoras de servicios, a veces muy especializados, en la atención a las personas que están en situación de dependencia que, en su diálogo con los responsables de las políticas sociales, van más allá de su papel de gestores y son, asimismo, generadores de ideas y de proyectos en favor de una atención mejor y más ajustada a las necesidades de los grupos sociales a quienes atienden.

¿Desea decir algo más a los lectores de 60 y Más?

Deseo transmitirles la seguridad de que desde el gobierno, a través del ministerio de Sanidad y Política Social, y éste por medio del Imsero, estamos trabajando para mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Y no sólo en el ámbito de la dependencia, que es muy importante, sino también para que las personas mayores en general tengan respuestas adecuadas a sus expectativas y necesidades. Nos afanamos en hacer políticas sociales que contribuyan día a día a mejorar su situación en nuestra sociedad, buscando y coordinando acciones con otros ministerios para alcanzar un mismo fin: que las personas mayores desplieguen sus derechos de ciudadanía en todos los ámbitos sociales, es decir, en el educativo, en el participativo, en el de la igualdad de oportunidades, en el de la vivienda y en todos los demás. Creemos en el futuro de las personas mayores y trabajamos para hacer políticas transversales que mejoren su calidad de vida. En definitiva, trabajar por este objetivo es trabajar para nuestro propio futuro, es decir, el de las generaciones que les seguimos.

Política europea sobre nuevas tecnologías aplicadas a mejorar el nivel de vida de las personas mayores

Los últimos avances en Tecnología de la Información y Comunicación (TIC) ayudarán a mantener la autonomía del 25% de la población europea de más de 65 años para el año 2020.

Textos y fotos: Ana Fernández García



La tecnología de los teléfonos móviles es de las más extendidas entre la población europea que supera los 65 años.

Estamos en la era de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) y en el futuro más inmediato, la alfabetización se medirá en parámetros tecnológicos. La UE consciente de la revolución que esto supondrá para la sociedad y el cambio demográfico que está sufriendo la población europea, ha empezado a adoptar medidas para que todos los ciudadanos de la Unión se familiaricen con estas nuevas tecnologías y saquen el máximo provecho a las ventajas que nos ofrece la vanguardia tecnológica.

Por ello, estudiando la realidad social del continente, la UE promueve la iniciativa europea *e-inclusion 2010*, por la que se busca la accesibilidad de todos sus ciudadanos a las nuevas tecnologías de la comunicación para “*ser parte de la sociedad de la infor-*

mación”, sin que las diferencias económicas, sociales o geográficas, puedan ser un obstáculo. Por ejemplo, se pretende que el 90 por cien de Europa tenga Internet de alta velocidad al finalizar este año 2010 y el programa *e-inclusion* quiere evitar que Europa pueda quedar dividida entre las personas que tienen y las que no tienen acceso a Internet y capacidad para utilizar la moderna tecnología de la información.

La iniciativa *2010 e-inclusion* vio la luz en noviembre de 2007 y en ella se establecía que “*la educación y la formación son claves para alcanzar la competencia digital*”. Desde entonces la política de la Comisión Europea ha estado encaminada a aunar los intereses del sector público, industrial y social para extender la educación digital entre todos sus ciudadanos, porque

las Tecnologías de la Información marcarán la diferencia en la calidad de vida. Pero el manejo de esta tecnología requiere conocimientos y habilidad y, por esta razón, *e-inclusion* promueve activas estrategias para mejorar la accesibilidad a la Sociedad de la Información a aquellos grupos potencialmente amenazados de exclusión como las personas con discapacidad y las personas mayores.

Programa AAL

Precisamente las personas mayores constituyen el grupo poblacional destinatario de uno de los más ambiciosos proyectos europeos relacionados con las Tecnologías de la Información: el *AAL (Ambient Assisted Living)*, que básicamente pretende cubrir las necesidades de la gente mayor mediante el uso de productos in-



Un grupo de personas recibe clases de informática en el Club de Mayores de A Coruña donde la demanda por aprender las nuevas tecnologías de la información rebasa las expectativas previstas.

teligentes y proveer de servicios y cuidados sanitarios por control remoto, de manera que puedan seguir viviendo autónomamente en su propio hogar todo el tiempo posible, a la vez que se reducen los costes de la Seguridad Social.

La UE considera que todavía queda mucho por hacer para in-

La Comisión Europea quiere que las industrias tecnológicas de la Unión lideren el mercado mundial orientado a servicios específicos para mayores produciendo diseños adaptados e innovando creaciones que faciliten la vida a este grupo social.

tegrar a las personas mayores en la Sociedad de la Información que nos ha tocado vivir.

La primera vez que se concretaron acuerdos sobre el programa AAL fue en el Forum de Viena de 2009, en el que más de 500 participantes procedentes de 30 países se plantearon unos objetivos que se analizarán en el II encuentro que se celebrará del 15 al 17 de septiembre de este año 2010 en Dinamarca.

Viviane Reding, Comisaria Europea de Comunicación, sintetizaba en sus palabras la filosofía del programa *Ambient Assisted Living*, al señalar que “No hay razón para que los mayores europeos no puedan disfrutar de los beneficios de la tecnología. Las soluciones y servicios que se obtengan de la puesta en marcha de este programa les ayudará a permanecer activos en la sociedad a la vez que aumentan sus contactos sociales y su independencia”.

El objetivo fundamental del programa AAL es mejorar la calidad

de vida de la gente mayor y fortalecer la industria base en Europa a través del uso de *Tecnología de Información y Comunicación* (TIC). Europa entiende que el cambio demográfico que se está produciendo, no sólo implica desafíos sino también oportunidades tanto para los ciudadanos y el sistema social y sanitario, como también para la industria europea que tiene que diseñar, producir y comercializar todos los productos tecnológicos que demande la sociedad.

El concepto de *Ambiente Assisted Living* podría desglosarse en:

- Alargar el tiempo que la persona pueda vivir en su propio entorno incrementando su autonomía, confianza en sí misma y movilidad.
- Ayudar a mantener la capacidad funcional y buen estado de salud.
- Promover estilos de vida saludables.
- Aumentar la seguridad física, prevenir el aislamiento social y mantener redes multifuncional

| A FONDO

de trabajo alrededor del mayor (enfermeros, asistentes sociales, ambulancias etc.).

- Mantener cuidadores y familias.
- Incrementar la eficiencia y productividad de los recursos en la sociedad de mayores

Este programa AAL se ha puesto en marcha en una fase inicial que durará hasta el año 2013. Cuenta con un presupuesto de 700 millones de euros, de los cuales el 50 por ciento es financiado conjuntamente por los estados que deciden acogerse al proyecto y la Comisión Europea y el 50 por ciento restante procede de empresas privadas.

Envejeciendo bien en la sociedad de la información

La población europea está envejeciendo rápidamente: entre 2010 y 2030 el número de personas con edades comprendidas entre los 65 y los 80 años crecerá casi un

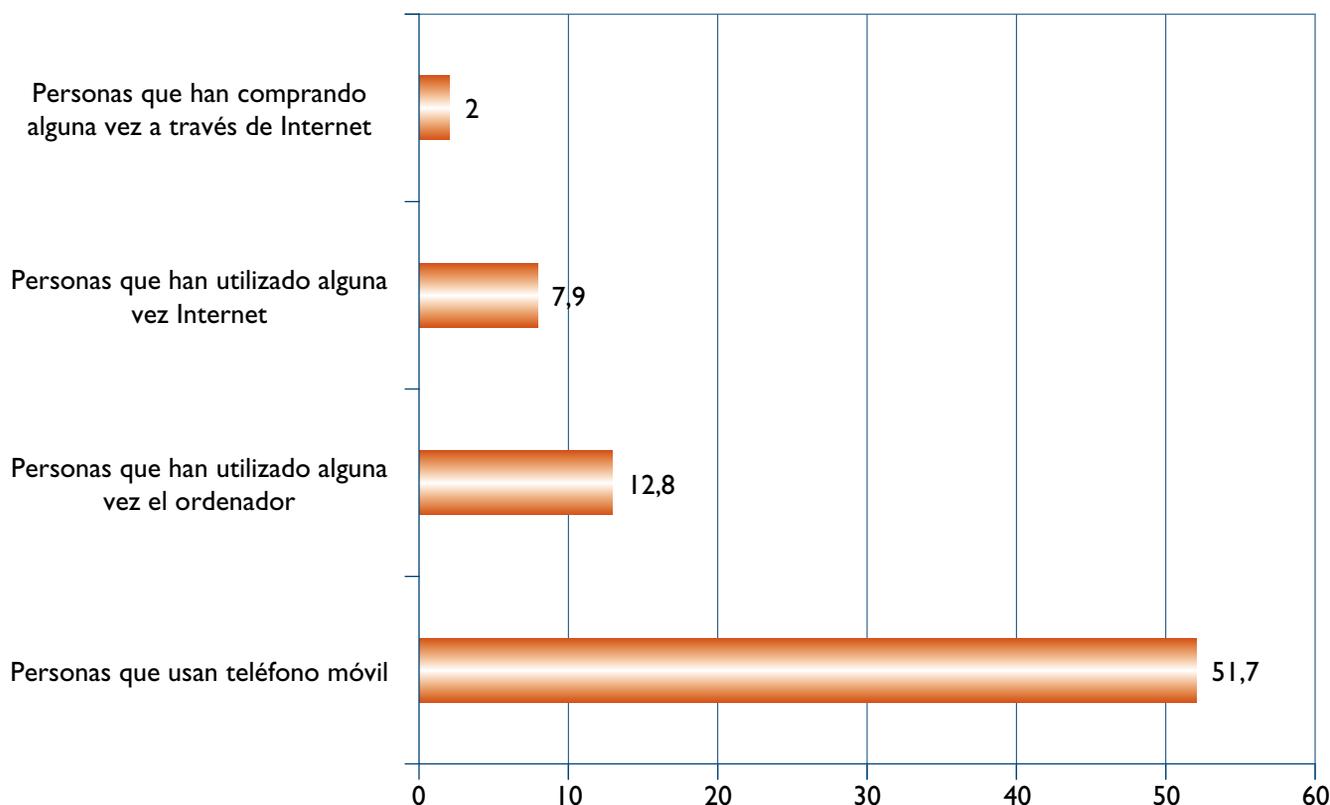
45 por cien. Esto supone un reto para la sociedad y la economía del continente, y las *Tecnologías de la Información y la Comunicación* (TIC) pueden ser una importante herramienta para afrontar la nueva situación social.

Así lo entiende la Comisión Europea que, como parte de su plan “**Envejeciendo bien en la Sociedad de la Información**” prevé fomentar el desarrollo de soluciones tecnológicas que ayuden a mejorar la calidad de vida de los mayores, al tiempo que se le da un fuerte impulso a la industria europea del sector de la tecnología de la comunicación.

Responder a las necesidades que plantea el envejecimiento creciente de la población europea pasa por fomentar la investigación tecnológica que desarrollaría materiales que permitirían a los mayores disfrutar de una mejor calidad de vida, con el consiguiente aho-



USO DE PRODUCTOS TIC ENTRE LAS PERSONAS MAYORES, 2007



Fuente: INE: INEBASE: Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares, 2007.
Nota: Personas entre 65 y 74 años.



Aunque aún tienen que superar muchas barreras para tener total accesibilidad a las nuevas tecnologías de la comunicación, el entusiasmo con el que las personas mayores se enfrentan al ordenador, les abre un camino insospechado de posibilidades.



rro en asistencia sanitaria y social, además de crear una sólida base industrial en Europa en tecnología para el envejecimiento que se convirtiera en referente mundial.

Por otra parte, la investigación iría dirigida a desarrollar aplicaciones más prácticas y sencillas, más fáciles de comprender y uti-

lizar con accesibilidad rápida y diseño para todos.

“Envejecer bien en la sociedad de la Información” persigue tres metas principales:

- Mejor calidad de vida y mayor participación social para los mayores europeos.

- Nuevas oportunidades para el tejido industrial europeo
- Servicios sanitarios y sociales más eficaces

Para conseguirlo la Comisión ha establecido unas bases que deberán cumplir los estados miembros y que se pueden resumir en:

- **Superar** los obstáculos técnicos y reglamentarios que dificultan el desarrollo del mercado, realizando un seguimiento de objetivos alcanzados y facilitando el intercambio de las mejores prácticas entre los estados de la unión
- **Aumentar** la sensibilización y crear consenso a través de Internet de la cooperación de los interesados en el año 2007 y la creación de un portal de Internet sobre mejores prácticas
- **Acelerar** la aceptación de estas tecnologías, a través, por ejemplo, de un conjunto de proyectos piloto y de un sistema de premios europeos a hogares inteligentes y a aplicaciones que favorezcan una vida independiente.
- **Impulsar** la investigación y la innovación, apoyando un programa conjunto de investigación público-privado relativo a “*Ambient Assisted Living*”. Se busca con ellos potenciar la aparición de productos, servicios y sistemas innovadores, basados en las nuevas tecnologías y destinados a los mayores europeos, que cada vez son más numerosos.

En España, la Dirección General para el Desarrollo de la Sociedad de la Información, es legalmente el organismo responsable de ampliar el campo y los servicios que ofrecen las TIC y específicamente en el área del programa **e-inclusion** y uno de sus objetivos principales es desarrollar nuevos productos y servicios tecnológicos

CLAVES PARA ENTENDER LA RELACIÓN ENTRE LAS TIC Y LOS MAYORES EUROPEOS

¿Por qué la Comisión Europea está preocupada por el envejecimiento de la población?

El gasto sanitario en Europa crece más rápido que la economía global y la población continúa envejeciendo a ritmo vertiginoso. Se calcula que para 2020, el 25% de los europeos superará los 65 años. Esto tiene una directa repercusión en el sector socio-sanitario que tendrá que enfrentarse a nuevos retos para mantener la seguridad social y el acceso a los servicios públicos.

¿Cuáles son los principales obstáculos que encuentra la gente mayor para usar las TIC (Tecnología de Información y Comunicación)?

La desganancia aparece como la principal barrera que tiene que superar las personas mayores europeas para adaptarse a las nuevas tecnologías. La falta de disponibilidad y de capacidad para manejar los aparatos, desmotivan a las personas de edad avanzada. Además la mayor parte de los que superan los 65 años suelen tener alguna limitación física (vista, oído) o problemas de destreza, que incrementan su sentido de frustración y dependencia. Por otra parte, el mercado de productos de tecnología de comunicación y servicios específicos para personas mayores, está muy poco desarrollado. Entre

las empresas no existe conciencia de las oportunidades de mercado orientado a este colectivo, en parte esto viene determinado por los poquísimos estudios rigurosos realizados entre los mayores y también por los altos costes para desarrollar modelos adaptados a sus necesidades.

¿Qué significa e-inclusión en una sociedad de mayores?

Las TIC capacitan para la vida moderna. Pueden ser utilizadas tanto para el trabajo y para adaptar la vivienda a las necesidades del usuario, como para el ocio y el entretenimiento. La política que persigue la UE a través de *e-inclusión* para el colectivo de mayores se centra en fomentar la participación en el conocimiento social y económico independientemente de la edad, los ingresos, el sexo, la educación o el trasfondo social.

¿Tienen, en general, los mayores europeos los mismos problemas y las mismas actitudes ante las nuevas tecnologías?

No. Las condiciones difieren sustancialmente entre las distintas regiones de Europa. Por regla general los mayores de las zonas urbanas tienen más posibilidades para aprender y manejar la nueva tecnología que los que viven en áreas rurales.

orientados a acercar las ventajas de la era digital a los mayores, los discapacitados, inmigrantes y personas hospitalizadas.

Cómo ayudan las TIC

Cada vez son más los países de la UE donde más de la mitad de

la población que supera los 65 años vive sola. En estos casos, las modernas tecnologías incrementarían considerablemente la seguridad e independencia de esas personas consiguiendo que fueran totalmente autónomas durante más tiempo; seguirían viviendo en sus propios hogares y disfrutando



El programa AAL establece las bases para que en la era digital que nos ha tocado vivir, los mayores europeos disfruten de los beneficios de una tecnología que les permitirá seguir disfrutando de una vida totalmente independiente durante mucho más tiempo.



de su entorno. Además, con esta medida se reducirían los gastos de hospitalización. Las casas serían “hogares inteligentes” dotados de los últimos avances en domótica, tele monitores, sistemas empotrados, biosensores, etc.

Los últimos avances en *Tecnología de la Información y Comunicación* (TIC) pueden ayudar a mejorar la calidad de vida de estos mayores, manteniéndolos saludables y promoviendo incluso su actividad en trabajos comunitarios, lo que redundaría en una percepción totalmente diferentes sobre la aportación social de este colectivo.

Podríamos clasificar los servicios que ofrecen las nuevas tecnologías en cuatro grandes apartados:

- **Comunicación Social:** los mayores tendrían acceso fácil y continuo a videoconferencias, superando el aislamiento social y la soledad. Aumenta la posibilidad de mantener contacto con los amigos e incluso ampliar la red social.
- **Compra diaria:** usando las nuevas tecnologías los mayores pueden hacer los pedidos de la compra vía online con la comodidad añadida del reparto a domicilio.

- **Seguridad:** las personas de edad que vivan solas podrán controlar sistemas de seguridad de cierre y apertura de puertas y ventanas además del agua y el gas. La tecnología inteligente también puede controlar la calefacción y la iluminación de la vivienda mediante un sistema de alarma electrónico que hará la vida más fácil.
- **Salud:** la telemedicina desde casa con controles y diagnósticos individuales, especialmente en enfermedades crónicas, como diabetes o problemas cardíacos, se perfila como el futuro más inmediato para el seguimiento sanitario de los mayores, pero se sigue investigando para poder aplicar este método de control sanitario remoto a otras dolencias.

Envejecimiento activo

En definitiva, no se puede olvidar que la meta de todos estos programas europeos es desarrollar soluciones tecnológicas para un *envejecimiento activo*. El concepto de *envejecimiento activo* está latente en estas políticas que tienen como objetivo hacer que la gente sea capaz, a medida que se va a haciendo mayor, de seguir llevando una vida independiente, social y económicamente, y tomar decisiones en todo aquello que les afecta.

En este sentido, las Directivas de la Comisión ayudarán en el proceso de optimizar los recursos sanitarios, de participación y seguridad para mejorar la calidad de vida de los mayores, pero las condiciones personales y ambientales de cada persona o grupo, juegan un papel fundamental en el envejecimiento activo y de ello depende en gran medida la aceptación de estos programas por parte de las personas mayores y el éxito de los mismos.

Trinidad Jiménez inaugura el Centro de Día de Alzheimer de Onda en Castellón

La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, inauguró el Centro de Día de Alzheimer en Onda (Castellón), en un acto al que también asistieron el secretario general de Política Social y Consumo, Francisco Moza; el alcalde de Onda, Enrique Navarro; y el presidente de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Castellón (AFA Castellón) y de la Confederación Española de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras Demencias (CEAFA), Emilio Marmaneu.

Jiménez agradeció la labor de AFA Castellón y de CEAFA, por su impulso para la construcción de este centro, al tiempo que destacó la labor de CEAFA que representa a más de 200.000 familias, 78.000 socios, casi 300 asociaciones y 3.000 trabajadores.

El Ministerio de Sanidad y Política Social ha subvencionado, en los dos últimos años, con 700.000 euros a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Castellón para el desarrollo de las obras, de los cuales, 300.000 han sido destinados a edificación del Centro de Día de Onda.

FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO

El Centro de Día de Alzheimer de Onda tiene una capacidad de 30 personas, con enfermedad de Alzheimer y otros trastornos relacionados (otras demencias



degenerativas) ya diagnosticadas. Para su atención, el centro cuenta con un equipo interdisciplinar, integrado por profesionales médicos, psicólogos, terapeutas y trabajadores sociales. Los pacientes se beneficiarán de la combinación de los cuidados de estos profesionales y las ventajas de la residencia en el entorno familiar. Esta combinación también ayuda a rentabilizar y mejorar el aprovechamiento de los recursos socio-sanitarios.

Cada paciente tendrá un plan de atención individualizado. Estos planes incluirán atención médica, terapias de estimulación cognitiva y fisioterapia, así como

actividad física, juegos sociales, musicoterapia, jardinería y una larga lista de actividades.

El edificio está concebido para facilitar la autonomía y la seguridad física de los usuarios. Además, cuenta con un espacio exterior que permite a las personas con Alzheimer y otras demencias pasear con seguridad.

Con el centro de Onda, son cuatro las instalaciones en la provincia de Castellón que trabajan para paliar los efectos degenerativos del Alzheimer, así como para contribuir a la mejora de la calidad de vida de los enfermos y familias.

El Fondo de Reserva de la Seguridad Social alcanzó 60.022,32 millones de euros en 2009

Celestino Corbacho: “La solidez de las cuentas de la Seguridad Social nos permite afrontar el necesario debate sobre su futuro con serenidad”

El Fondo de Reserva de la Seguridad Social alcanzó una cuantía de 60.022.320.870,34 euros a 31 de diciembre de 2009 según el informe anual que el ministro de Trabajo e Inmigración, Celestino Corbacho, entregó al Presidente del Congreso de los Diputados, José Bono. Este informe incluye también las aportaciones de las Mutuas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales al Fondo de Prevención y Rehabilitación que alcanzó los 3.900,37 millones de euros en 2009.

El titular de Trabajo e Inmigración destaca la “excelente salud económica” de la Seguridad Social que, dice, “nos permite afrontar el necesario debate so-

bre su futuro, con serenidad -y añade- si bien las reformas son necesarias, en ningún caso pueden considerarse urgentes.”

El Fondo de Reserva, que al finalizar 2008 totalizaba 57.223,18 millones de euros, ha experimentado un incremento del 4,89% en el último ejercicio. Este crecimiento de la “hucha” de las pensiones en el último año se explica por la aportación de excedentes de las mutuas, por un total de 80,06 millones de euros, y por los rendimientos netos generados por el Fondo, por 2.719,08 millones de euros. Además, el pasado mes de febrero, el Consejo de Ministros aprobó una dotación de 1.740 millones de euros con cargo a los excedentes del ejercicio

2008 y que eleva la cuantía del Fondo de Reserva a 62.500,55 millones de euros.

Los 60.022,32 millones de euros del Fondo de Reserva representan el 5,51% del Producto Interior Bruto (en referencia a datos de 2008), y un 5,70% del PIB para 2009 (dato recogido del escenario macroeconómico 2008-2010 actualizado a 28 de septiembre de 2009).

El importe del Fondo de Reserva invertido en activos financieros públicos a precio de adquisición asciende a 58.017,39 millones de euros y está compuesto por deuda española en un 76,75% y deuda extranjera (Alemania, Países Bajos y Francia) en un 23,25%.

Datos acumulados	Año 2000	Año 2001	Año 2002	Año 2003	Año 2004	Año 2005	Año 2006	Año 2007	Año 2008	Año 2009
1. Dotaciones (*)	601	2.404	5.979	11.473	18.193	25.198	32.740	41.150	50.670	50.750
1a. Acuerdo del consejo de Ministro (*)	601	2.404	5.979	11.473	18.173	25.173	32.673	40.973	50.373	50.373
1b. Exceso de excedentes de MATEPSS (**)					20	25	67	177	297	377
2. Rendimientos netos generados	3	29	190	552	1.137	1.987	3.139	4.566	6.553	9.272
2a. Rendimientos generados (***)	3	29	190	562	1.175	2.065	3.255	4.729	6.787	9.690
2b. Ajustes por amortización/enajenación de activos				-10	-38	-78	-116	-163	-234	-418
Datos acumulados	604	2.433	6.169	12.025	19.330	27.185	35.879	45.716	57.223	60.022

(*) Con cargo a los excedentes presupuestarios de las Entidades Gestoras y Servicios Comunes de la Seguridad Social.

(**) Derivado de la gestión por parte de las MATEPSS de la prestación de incapacidad temporal por contingencias comunes.

(***) Intereses de la cuenta corriente (en cada ejercicio incluye los intereses devengados en diciembre cobrados en enero del ejercicio siguiente), rendimientos de los activos, resultado de las operaciones de enajenación y otros ingresos

España dona cuatro millones de dosis de vacunas de la gripe A para los países de América Latina



España donará cuatro millones de dosis de vacunas de Gripe A para países de América Latina, según anunció la ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, en Washington tras el encuentro que mantuvo con la secretaria de Salud del Gobierno estadounidense, Kathleen Sebelius, y antes de reunirse con representantes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) durante el viaje de trabajo que realizó a la capital de los Estados Unidos.

Trinidad Jiménez explicó que la donación se realizará a lo largo del mes de marzo mediante el envío de las dosis a la sede central de OPS en Washington desde donde se distribuirá a los países latinoamericanos según sus necesidades.

La ministra recordó que esta entrega se produce tras el ofrecimiento que el Gobierno de Espa-

ña hizo a la OPS el pasado mes de febrero y que corresponde a una estrategia de cooperación al desarrollo que pretende ofrecer seguridad en la prevención de los efectos de la Gripe A.

En la reunión que la ministra española mantuvo con la secretaria de Salud estadounidense, Kathleen Sebelius, Jiménez dio a conocer el funcionamiento y organización del Sistema Nacional de Salud español a su interlocutora.

Trinidad Jiménez resaltó el proyecto de E-Health o sanidad electrónica que está permitiendo a España liderar la modernización de los servicios de salud incorporando los proyectos de historia clínica digital y receta electrónica como elementos de accesibilidad para los ciudadanos y pacientes con unos niveles de implantación que junto con Suecia y Dinamarca son los más altos del mundo.

En este sentido, la ministra de Sanidad y Política Social destacó la iniciativa de la Presidencia española de la Unión Europea de impulsar un acuerdo estratégico entre Europa y Estados Unidos en materia de sanidad digital que permita crear un escenario de intercambio de información clínica y de interoperabilidad técnica entre el proyecto impulsado por la Administración Obama y el proyecto europeo.

PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD

Además, las responsables de Sanidad de ambos países han abordado estrategias de prevención de obesidad y de hábitos de vida saludable. En este sentido, Trinidad Jiménez explicó a Sebelius la estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y prevención de la Obesidad), impulsada por el Ministerio de Sanidad y Política Social a través de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN).

La Estrategia NAOS, que nació en 2005, tiene como objetivo fundamental promocionar un estilo de vida saludable mediante la práctica del ejercicio físico y una alimentación sana en distintos ámbitos sociales (laboral, escolar, etc.). Para ello se han realizado distintas acciones que van desde acuerdos con la industria alimentaria para reducir los componentes calóricos de la dieta hasta el desarrollo de programas de nutrición en los colegios.

El Imsero coordinará las acciones que se desarrollarán con motivo de la celebración del Año Internacional para la Investigación en Alzheimer



El Imsero, a través del Centro de Referencia Estatal de Alzheimer de Salamanca, coordinará las acciones de investigación socio-sanitaria que se desarrollarán en el 2011 como Año Internacional para la Investigación en Alzheimer y enfermedades neurodegenerativas.

Alzheimer Internacional 2011, impulsada por la Fundación Pascual Maragall y la Fundación Reina Sofía, tiene como objetivos, en el ámbito de la investigación y a través de eventos científicos de carácter internacional el fomento del debate y el intercambio de experiencias en el campo de las neurociencias entre especialistas, expertos y científicos de todo el mundo. Al mismo tiempo quiere contribuir a que España se sitúe entre los países líderes en investigación científica sobre el Alzheimer y

las enfermedades neurodegenerativas. Por otro lado, se trata de colaborar en la consolidación del Programa sobre Alzheimer de la UE.

En cuanto al ámbito socio-sanitario se pretende sensibilizar acerca de la importancia de la inversión en investigación científica para avanzar en la lucha contra el Alzheimer y las enfermedades neurodegenerativas relacionadas. El apoyo a las asociaciones de familiares y enfermos en la consecución de sus objetivos, y la ampliación de los esfuerzos destinados a la formación de cuidadores para la mejora de la calidad de vida de familiares y enfermos, son otros de los fines que se persiguen con Alzheimer Internacional 2011, que cuenta con el apoyo del Ministerio de Ciencia e Innovación, del Ministerio de Sanidad

y Política Social y del Ministerio de Economía y Hacienda, así como de la Fundación Centro de Enfermedades Neurológicas y del Instituto de Salud Carlos III.

El Alzheimer es a una enfermedad del cerebro, generalmente crónica, que se caracteriza por un progresivo y total deterioro de las funciones cognitivas, incluyendo la memoria, el aprendizaje, la orientación, el lenguaje, la comprensión y el juicio.

Esta dolencia destruye neuronas y por tanto la transmisión de información entre ellas, en particular degeneran aquellas células implicadas en la regulación de la memoria declarativa y que están localizadas en regiones específicas del cerebro, como el hipocampo y la corteza. El cerebro reduce su tamaño, primero en el lóbulo temporal (el hipocampo) y posteriormente en la corteza, regiones responsables de almacenar y recuperar información nueva, afectando a la capacidad de las personas para recordar, hablar, pensar y tomar decisiones.

Aproximadamente 400.000 personas padecen la enfermedad de Alzheimer en España, cifra que aumenta hasta 800.000 si hablamos en general de enfermedades neurodegenerativas (incluyendo Parkinson, ataxias, etc). En Europa la prevalencia se sitúa en 7 millones de personas.

Renovación en el Consejo Estatal de las Personas Mayores



Reunión del Pleno del actual Consejo Estatal.

El Consejo Estatal de las Personas Mayores ha iniciado el proceso selectivo para renovar su composición mediante la designación de consejeros que representarán a Confederaciones, Federaciones y Asociaciones de Personas Mayores.

Las bases que regulan la selección determinan que pueden participar para acceder a los 25 cargos de consejeros (15 para entidades de ámbito estatal y 10 para entidades de ámbito autonómico) todas las asociaciones de personas mayores constituidas legalmente inscritas en el registro administrativo.

El Consejo está compuesto por 61 consejeros de los que 25 proceden de la designación de representantes de las organizaciones de mayores más representativas.

La principal función del Consejo es la canalización de las

demandas e iniciativas de las personas mayores hacia la Administración General del Estado al tiempo que asesora e informa sobre las consultas que le son formuladas por ministerios e instituciones acerca de materias que afectan a las condiciones y calidad de vida de la población mayor.

Por otro lado, como funciones específicas este órgano se encarga de:

- Representar al colectivo de las personas mayores ante las instituciones y organizaciones de ámbito nacional e internacional.
- Formular propuestas sobre líneas estratégicas y prioridades de actuación de las políticas dirigidas a las personas mayores en el ámbito de la Administración General del Estado.
- Colaborar en el perfeccionamiento del movimiento asocia-

tivo, promoviendo su participación en la sociedad.

- Proponer, cuando lo considere necesario, la realización de estudios e investigaciones sobre aspectos relacionados con la situación y calidad de vida de las Personas Mayores.
- Promover y organizar con el apoyo del Ministerio de Sanidad y Política Social, a través del Imsero, la celebración periódica de Congresos Estatales de Personas Mayores e impulsar el cumplimiento de sus conclusiones.
- Conocer las Convocatorias de Subvenciones efectuadas por órganos de la Administración General del Estado dirigidas a Asociaciones de Personas Mayores, y asesorar sobre las mismas.

Información:

Boletín Oficial del Estado de 12 de marzo de 2010.

60
y más

CUADERNOS

SEMANA E-HEALTH
2010

- Tecnología para los ciudadanos
- Declaración europea
- Líneas de acción en España
- “Sanidad en línea”
- Las TI y el Sistema Nacional de Salud
- Proyecto epSOS
- Declaración de la Conferencia

Semana eHealth 2010

Las tecnologías de la Información y de la Comunicación al servicio de la salud de los ciudadanos.

Texto: Juan M.Villa

Fotos: Presidencia española de la UE / Archivo



La ciudad de Barcelona fue el lugar donde se desarrolló una de las citas europeas más importantes relacionadas con la salud y la utilización de las nuevas tecnologías como instrumentos al servicio del bienestar de los ciudadanos. Así, la “Semana e-Health 2010” permitió incorporar la Conferencia Ministerial de Alto Nivel sobre eHealth (High Level eHealth Conference) y la Conferencia y Exposición del Mundo de las TI Sanitarias (WoHIT), con lo que por primera vez reunió tres eventos esenciales.

Los fundamentos sobre los que se desarrollaron las conferencias se encuentran en el aumento de la esperanza de vida y el consiguiente aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas que plantean serios desafíos a la sostenibilidad de los sistemas nacionales de salud. La conferencia presentará cómo y por qué la salud en línea puede ser la solución para afrontar este reto mundial.

Con el lema: “eHealth para una atención sanitaria sostenible: cambios globales a través de acciones locales”, esta octava edición de la eHealth Ministerial Conference afronta la perspectiva urgente de una sociedad europea que envejece rápidamente, la falta de prevención y predicción de enfermedades, la creciente demanda de calidad de la atención y la falta de la sanidad electrónica y la interoperabilidad de los sistemas (tanto en el ámbito nacional como internacional).

Durante estas conferencias periódicas de alto nivel se realizan exposiciones de las últimas tecnologías de la salud en línea, herramientas, aplicaciones y las mejores prácticas. Se proporciona una plataforma para impulsar el desarrollo de los servicios de salud en línea en Europa. Un aspecto fundamental es que los responsables políticos, administradores de salud, investigadores y proveedores, junto a profesionales de la salud, se reúnen para compartir



Trinidad Jiménez, durante la conferencia.

experiencias y descubrir las últimas novedades en este ámbito de evolución tan rápida.

De esta manera en torno a 2.500 delegados participaron en la eHealth Week, representando a la mayoría de los sectores de la eSalud. La eHealth Week se convirtió en el acontecimiento europeo central del año en el sector de las TI sanitarias.

La participación española tuvo un protagonismo especial como país que ostenta la presidencia de la Unión Europea y como organizador, además se incidió en la posición de liderazgo que ostenta España en Europa en materia de e-Health.

La Presidencia Española de la Unión Europea quiere que la sanidad digital (e-Health) sea un elemento de integración en las políticas europeas y que contribuya al crecimiento económico y a la innovación tec-

nológica, al empleo y a la cohesión social y territorial de la Unión. De este modo, se busca aumentar la calidad de vida de los ciudadanos.

Éste es uno de los mensajes principales que expuso la ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, en la apertura de la Conferencia de Alto Nivel Ministerial sobre e-Health 2010, celebrada el 15 al 18 de marzo en la ciudad condal y que organizaron conjuntamente la Presidencia Española de la UE, la Comisión Europea y la Generalitat de Cataluña.

La Conferencia de Alto Nivel contó con la participación de varios ministros de Sanidad de la UE y secretarios de Estado europeos, así como con la de la comisaria europea de la Agenda Digital, Neelie Kroes y el comisario de Sanidad y Consumo, John Dalli. Participaron también el presidente de la Generalitat, José



Cientos de expertos y especialistas se dieron cita en Barcelona.

Montilla y la consejera de Sanidad de Cataluña, Marina Geli, entre otros representantes autonómicos.

Esta Conferencia Ministerial sobre sanidad digital coincidió con la Conferencia y Exposición del Mundo de las Tecnologías de la Información Sanitaria. (World of Health IT Conference and Exhibiton). Este último evento reunió a la industria más avanzada del sector, tanto a nivel nacional como internacional y mostró los últimos avances en tecnología de la Información y la Comunicación aplicada al ámbito sanitario y asistencial.

La Conferencia permitió que los profesionales y expertos más destacados en materia de salud y tecnologías de la información (TI) abordaran temas tan relevantes como la relación de las TI en la atención sanitaria, la lucha contra las pandemias, la investigación sanitaria, la atención al pa-

ciente, o la atención continuada en las enfermedades crónicas.

La innovación tecnológica y su contribución a la mejora del estado de salud, el acceso a la información para potenciar la autonomía del paciente, la receta electrónica, la digitalización de la información o las mejoras que permite las tecnologías de la información en la seguridad del paciente fueron asuntos que también fueron tratados. Por otro lado, la intensidad y amplitud de la Conferencia llevó a desarrollar aspectos como el impacto de las TI en los sistemas sanitarios, los profesionales de la salud y en los usuarios.

Declaración europea

El interés en impulsar la sanidad digital en Europa se concretó en que los ministros de Sanidad de la UE firmaran una Declaración institucional que recoge cinco puntos básicos:

La Presidencia Española de la Unión Europea quiere que la sanidad digital (e-Health) sea un elemento de integración en las políticas europeas y que contribuya al crecimiento económico y a la innovación tecnológica, al empleo y a la cohesión social y territorial de la Unión

1. Una apuesta por una mayor coordinación política entre las distintas áreas donde la sanidad digital puede revertir en beneficio en la salud de los ciudadanos.
2. Una necesidad de mayores sinergias a nivel nacional y europeo en competitividad e investigación y desarrollo.
3. La importancia de integrar plenamente la sanidad digital en el conjunto de las políticas europeas y en el desarrollo de la Estrategia Europea post 2010.
4. Organizar acciones a nivel europeo relacionadas con la innovación y el desarrollo de la sanidad digital para mejorar la viabilidad técnica y la seguridad jurídica del manejo de datos por medios digitales.
5. Involucrar a todos los sectores implicados en el desarrollo y planificación de la sanidad digital.

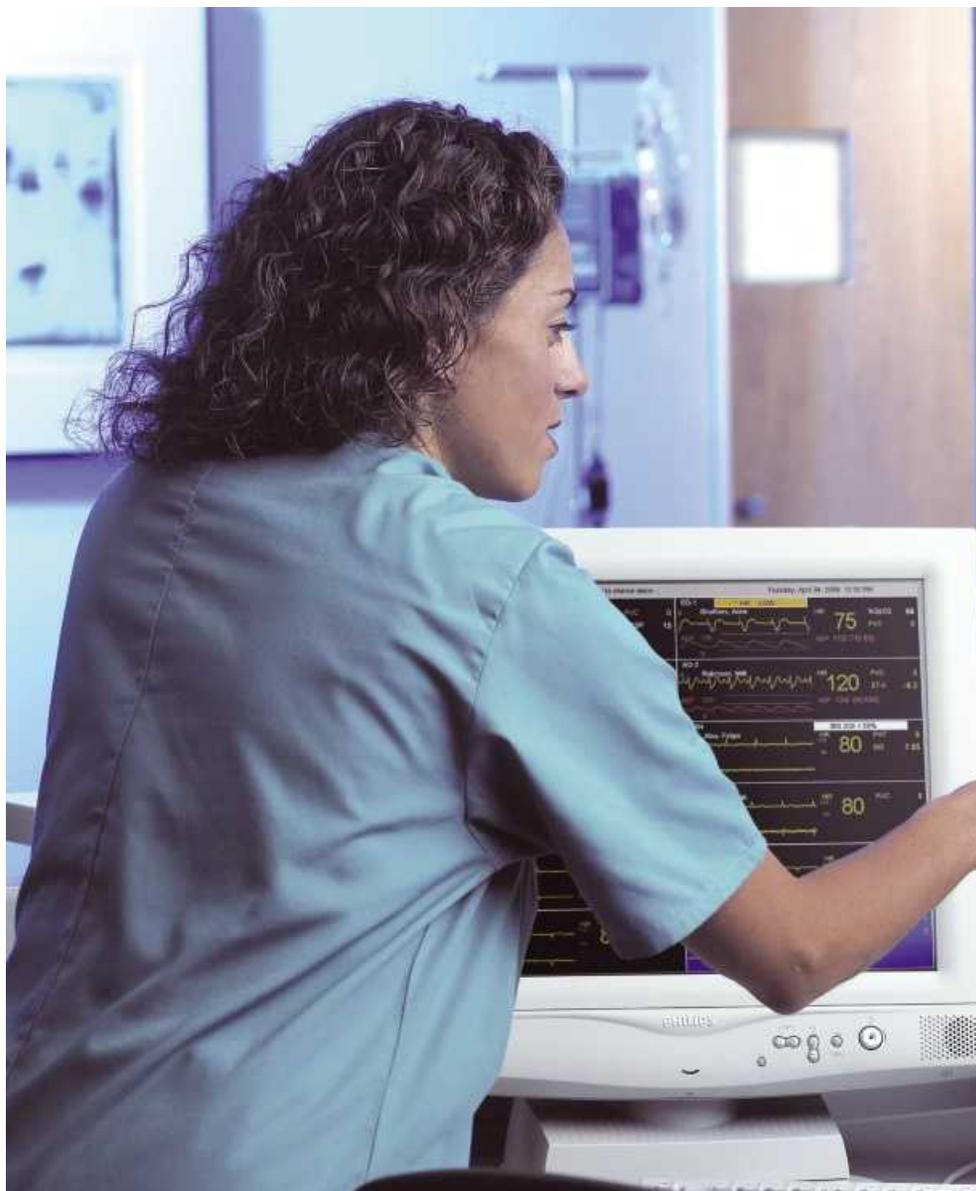
En este sentido y para llevar a cabo los compromisos contenidos en la declaración, la Presidencia Española de la UE quiere reforzar el liderazgo en esta materia a partir de la experiencia adquirida en la aplicación de la sanidad digital en España.

España es uno de los países más avanzados en e-Health, gracias a la cooperación desarrollada por las distintas Comunidades Autónomas en el conjunto del Sistema Nacional de Salud (SNS). Dicha cooperación puede servir de modelo para la necesaria colaboración entre los distintos países de la Unión Europea.

Líneas de acción en España

Un ejemplo del trabajo coordinado en la aplicación de la e-Health a la sanidad española es que, a pesar de la coexistencia de varios diseños funcionales, todas las Comunidades Autónomas coinciden, con el apoyo del Ministerio de Sanidad y Política Social, en el desarrollo de las siguientes grandes líneas de acción:

- Un sistema seguro de identificación del usuario mediante la Tarjeta Sanitaria Individual. El Ministerio de Sanidad y Política Social ha desarrollado un nodo central que integra la información recogida en las distintas tarjetas autonómicas.
- La Historia Clínica Digital. Bajo la coordinación del Ministerio



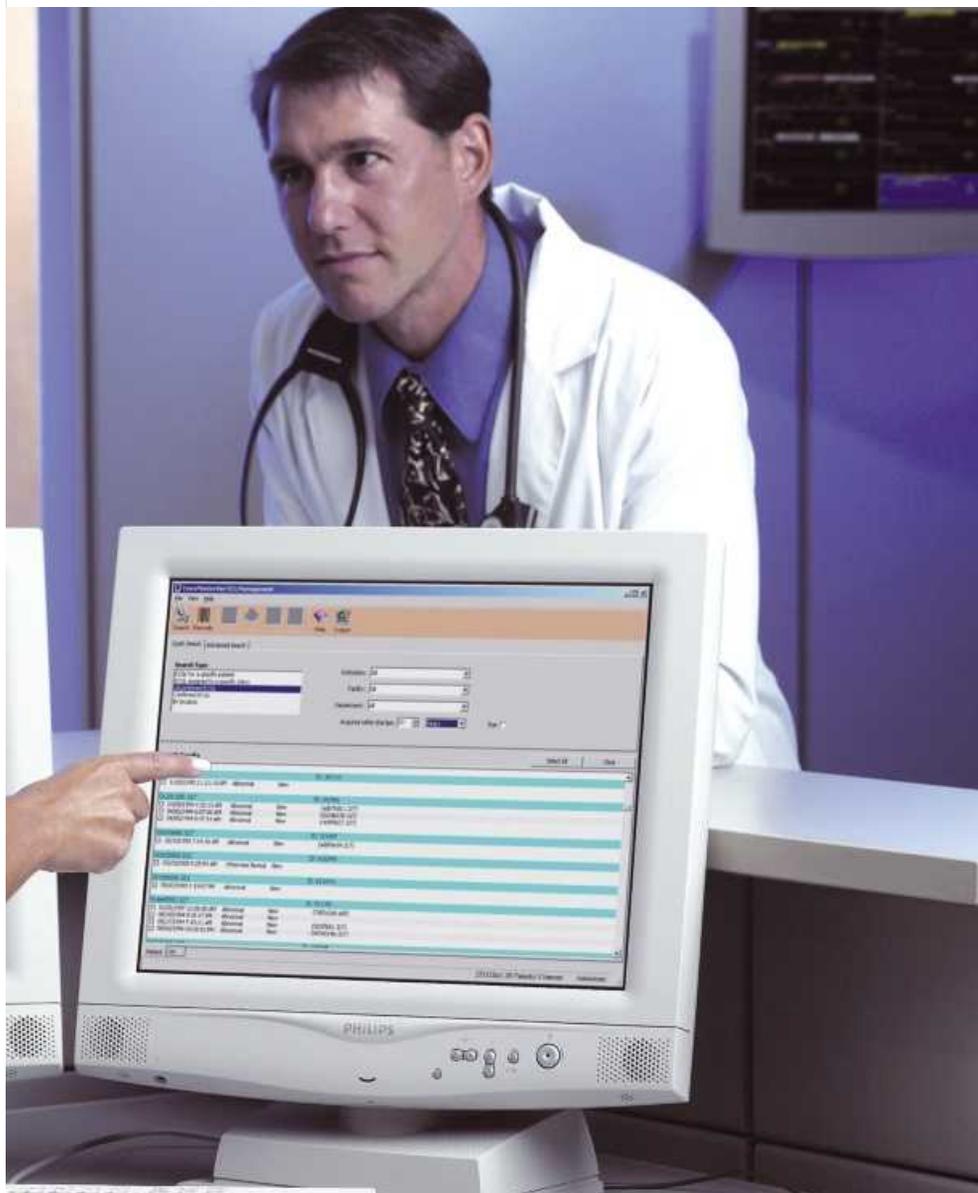
de Sanidad y Política Social se han acordado los contenidos comunes que deben contener las historias clínicas para el conjunto del SNS.

- La integración de los procesos de prescripción, verificación y provisión para el suministro de medicamentos (receta electrónica).
- Cita previa en línea para los médicos de atención primaria y especialistas.
- Equipamiento para el diagnóstico y tratamiento remoto por imagen.

Este trabajo conjunto está favorecido por la aplicación del Plan Avanza, a través del programa Sanidad en Línea, para la extensión de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en el sector sanitario.

“Sanidad en línea”

El programa Sanidad en Línea está dotado con 459 millones de euros para el periodo 2006-2012, de los cuales 234,5 proceden de la Administración General del Estado y 204,5 de las CCAA. Los logros producidos por la inversión realizada a través de



este programa se materializan en actuaciones tan fundamentales como la incorporación de las tarjetas sanitarias de las Comunidades Autónomas a la base de datos común del Sistema Nacional de Salud, gestionada por el Ministerio de Sanidad y Política Social.

Además se encuentra el apoyo a las CCAA para implantar la Historia Clínica Digital en sus respectivos territorios y de forma interoperable para el resto del Sistema Nacional de Salud o la extensión del sistema de receta electrónica para la prescripción y

dispensación de medicamentos, con más de 139 millones de recetas electrónicas en 2009.

Otro elemento de “Sanidad en línea” es el fortalecimiento del nodo central del Sistema Nacional de Salud para garantizar la interoperabilidad entre los diferentes sistemas.

Las TI y el Sistema Nacional de Salud

La celebración de la Semana eHealth también dio lugar al intercambio de experiencias entre los distintos países y las distin-

España es uno de los países más avanzados en e-Health, gracias a la cooperación desarrollada por las distintas Comunidades Autónomas en el conjunto del Sistema Nacional de Salud

tas iniciativas de desarrollo de la “salud electrónica”. En el caso español la situación actual de las tecnologías de la información en el Sistema Nacional de Salud (SNS) muestra que más del 70% de los hospitales y centros de especialidades disponen de conexiones superiores a 6 Mbps y el 91% de los centros de salud están conectados a sus respectivas redes corporativas a través de anchos de banda superiores a 1 Mbps.

Un dato de gran importancia es el de que el 97% de las consultas de los centros de salud dispone de una solución informática para facilitar la gestión clínico-asistencial de los médicos de familia y pediatras (historia y/o prescripción de recetas); a esto hay que sumar el crecimiento de las aplicaciones de historia clínica electrónica. En la actualidad el 20% de las consultas de los médicos especialistas dispone de estas aplicaciones de historia clínica electrónica.

En cuanto al ámbito hospitalario español se ha iniciado la informatización de historia clínica en hospitalización en el 30% de los



El almacenamiento digital de imágenes optimiza el acceso a las mismas.

hospitales públicos. Mientras que el 85% de los hospitales dispone de sistemas de gestión de radiología y el 60% de los mismos cuenta con sistemas de almacenamiento de imagen en formato digital (PACS).

Una innovación de gran calado es el sistema integrado de Historia Clínica (una sola historia por paciente) que es alimentada desde los diferentes dispositivos asistenciales (actualmente desde donde hay informatización de la historia y de otros documentos clínicos - atención primaria, laboratorios, informes de pruebas diagnósticas, imagen (incorporándose progresivamente otros dispositivos como la consulta de especialistas, las urgencias o la hospitalización,

según se vayan informatizando). Diez servicios de Salud disponen y utilizan este sistema

Por otro lado tres comunidades autónomas tienen implantado de modo generalizado un sistema de receta electrónica (prescripción electrónica en consulta y dispensación electrónica en las farmacias); y otras cinco se encuentran en fase de despliegue de la implantación y el resto han iniciado algún programa piloto.

Además quince comunidades autónomas y el INGESA (Ceuta y Melilla) están operando en el sistema común de TSI y otros están trabajando en el entorno de pruebas previo a su integración.

Proyecto epSOS

Junto al desarrollo interno de Salud electrónica o eHealth, España participa junto a otros doce países europeos, en el proyecto epSOS para el intercambio de la información clínica. Este proyecto persigue facilitar la continuidad asistencial de los pacientes en cualquier Estado Miembro de la UE, de modo que puedan ser correctamente atendidos, independientemente de donde se encuentren.

En dicho proyecto participan tanto el Ministerio de Sanidad y Política Social como las Comunidades Autónomas de Cataluña, Andalucía y Castilla-La Mancha.

Declaración de la conferencia

Los encuentros de la semana eHealth permitieron alcanzar importantes conclusiones, una de ellas se concretó en la declaración de la Conferencia que incidió en la Cooperación Europea sobre eHealth.

De esta forma Tras la adopción por parte del Consejo del epSCO de las conclusiones sobre una asistencia sanitaria segura y eficiente a través de la eHealth, los profesionales sanitarios expresaron su reconocimiento de que las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para la Salud (eHealth) constituyen una herramienta que permite mejorar la calidad y la seguridad del paciente, modernizar los sistemas nacionales de asistencia sanitaria, aumentar su suficiencia y lograr que se adapten mejor a las necesidades individuales de los ciudadanos, pacientes y profesionales sanitarios, así como a los desafíos de una sociedad envejecida.

Al mismo tiempo destacaron la importancia de asegurar la implantación de las TIC en la asistencia sanitaria, y para que resulte fructífera, debe acompañarse de las reformas organizativas necesarias, gestionadas por las autoridades y respaldadas con técnicas apropiadas.

En la declaración los agradecimientos se focalizaron en:

△ Los recientes esfuerzos de los estados miembros por introducir una reforma en los planes de gobernanza para la eHealth

en Europa a través de un nuevo mecanismo de cooperación: la iniciativa European eHealth Governance.

△ La próxima actualización de las comunicaciones de la Comisión sobre el “Plan de Acción de la eHealth”.

△ La consulta de la Comisión sobre la Agenda Digital Europea.

△ Las Conclusiones del Consejo sobre la “Estrategia Post i2010”.

△ El programa acordado de prioridades del Trío de Presidencias.

Para construir estos desarrollos y conseguir el objetivo general de mejorar la calidad y la sostenibilidad de los sistemas de asistencia sanitaria, y para lograr que se beneficien de la implantación de las TIC en el mejor interés de los pacientes, los profesionales sanitarios y la sociedad, consideran que deberían tratarse los siguientes aspectos:

1. Compromiso político y estratégico:

- Uso de eHealth como instrumento para plantear objetivos y prioridades de la asistencia sanitaria tanto a nivel europeo como a nivel nacional.

- La iniciativa European eHealth Governance debería reforzar la cooperación europea para que se consolidara el área común de la eHealth. Debería conseguirse con la eliminación de

barreras para su implantación mejorando la calidad, el acceso y la seguridad de la asistencia sanitaria en toda Europa. La iniciativa también debería contribuir a que la eHealth fuera la corriente dominante en las políticas e instrumentos de la UE.

- También se agradecería la colaboración con Estados de fuera de la UE, por ejemplo en el tema de los estándares internacionalmente reconocidos para la eHealth, incluyendo herramientas y procesos.

2. Construir confianza y aceptación:

- Para evaluar la eHealth, de modo estandarizado, en relación con los resultados sanitarios, la efectividad coste-beneficio, la seguridad del paciente y la accesibilidad y calidad de la asistencia.

- Para favorecer el desarrollo y el apoyo se requiere la implicación de los proveedores de servicios sanitarios, profesionales sanitarios, pacientes y las organizaciones que los representan.

- Para mejorar la cooperación entre las autoridades, los proveedores de servicios sanitarios y los profesionales, y entre éstos y los pacientes, teniendo en cuenta también los aspectos relacionados con la ética y la privacidad.

- Para crear plataformas interactivas con el objetivo de facilitar el entendimiento común de las

necesidades, los beneficios y los riesgos sanitarios de las soluciones innovadoras. El objetivo de la plataforma debería ser la implicación en la planificación, implementación y evaluación política de la iniciación y sus usos.

- Para mejorar la confianza en las soluciones de la eHealth mediante el uso de estándares comunes internacionales o de la UE y compartir componentes.

- Para establecer recomendaciones que mejoren la confianza en la eHealth y su aceptación.

3. Proporcionar claridad legal y ética y garantizar la protección de datos personales médicos:

- Crear y apoyar los mecanismos que permiten el intercambio de información sobre las actuales disposiciones nacionales de licencia, y la acreditación y la regulación de los servicios de eHealth que permitan el desarrollo de la eHealth y propongan mejoras.

- La identificación, autenticación y acceso de los pacientes y profesionales sanitarios, que acceden y utilizan datos sanitarios personales; especialmente en el contexto de servicios de eHealth transfronterizos.

- Plantear las limitaciones legales y éticas para el intercambio seguro de datos médicos más allá de los límites nacionales, respetando la necesidad de proteger los datos médicos incluyendo la integridad de los datos del paciente.

- Plantear los niveles de consentimiento que facilitan los pacientes para los diferentes usos de sus datos médicos desde la perspectiva de los derechos del paciente.

- Aclarar el marco legal existente para la eHealth, en particular respecto a telemedicina, incluso más allá de las fronteras; y la aplicación de la directiva, sobre dispositivos médicos

4. Resolver temas de interoperabilidad:

- Resolver las barreras legales, reguladoras, y organizativas para conseguir la interoperabilidad de la eHealth.

- Apoyar la interoperabilidad semántica y definir estrategias a medio plazo, basadas en las normas internacionales y de la UE existentes o emergentes.

- Desarrollar estándares comunes reconocidos internacionalmente y una certificación de prueba para facilitar su implementación y uso en todas las aplicaciones de la eHealth.

5. Vincular la política de la eHealth a las políticas de competitividad, innovación e investigación, y a las de cohesión e inclusión:

- Fomentar más la colaboración entre la Comisión Europea y los Estados miembros para apoyar la implementación de los objetivos y prioridades de salud que utilizan la eHealth.

Para concluir:

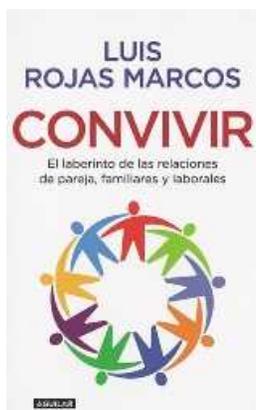
△ Apelamos a la coordinación de políticas entre las diferentes áreas donde la eHealth puede tener un impacto en la salud de los ciudadanos con el fin de mejorar los beneficios para los pacientes, los sistemas de asistencia médica y la sociedad.

△ Reconocemos la necesidad de unas sinergias más fuertes en aspectos como la competitividad, la investigación y el desarrollo regional tanto a nivel europeo como nacional.

△ Apelamos a la importancia de resaltar la eHealth en el marco de la Agenda Digital Europea.

△ Proponemos el uso de herramientas TIC en la salud con el objetivo de aumentar los beneficios para los pacientes, los sistemas de asistencia sanitaria y la sociedad. Por ello, agradecemos las acciones a gran escala y a nivel europeo que una investigación, innovación e implementación, e invitamos a la Comisión a que nos informe sobre los progresos en este aspecto. Este tipo de acciones podrían contribuir a abordar temas como la viabilidad técnica, la seguridad legal, la concienciación o iniciativas comerciales.

△ Reconocemos la importancia que tiene la implicación de todos los agentes implicados en la planificación, validación e implementación estratégica de la eHealth.



CONVIVIR.
El laberinto de las relaciones de pareja, familiares y laborales.

Autor: Luis Rojas Marcos
Edita: Santillana Ediciones Generales, S.L.
ISBN: 978-84-03-09862-6
PVP 16,50 €

El laberinto de las relaciones humanas

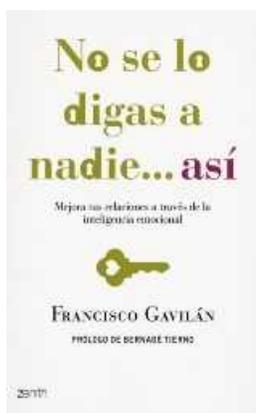
Una de las características de los seres humanos es nuestra extraordinaria capacidad para comunicarnos entre nosotros, relacionarnos y convivir en la intimidad.

El objetivo de la obra es hacer un recorrido por el mundo de las relaciones afectivas que la mayoría de las personas forman a lo largo de la vida en nuestra sociedad. A fin de cuentas, la calidad de nuestra vida es básicamente la calidad de nuestras relaciones.

Con ese propósito comienza analizando los ingredientes que forjan

los vínculos afectivos con otras personas y los venenos que impiden, dañan o destruyen las relaciones. A continuación, describe los aspectos esenciales y las vicisitudes más comunes de la convivencia en los contextos de la pareja, del hogar familiar y del ámbito del trabajo. Y, por último, examina los componentes del proceso de resolución de los conflictos en las relaciones.

Una obra de gran utilidad a la hora de entender y abordar los conflictos que surgen en nuestra convivencia con aquellos que comparten nuestro mundo cotidiano.



NO SE LO DIGAS A NADIE... ASÍ.
Mejora tus relaciones a través de la inteligencia emocional.

Autor: Francisco Gavilán
Edita: Editorial Planeta, S.A.
ISBN: 978-84-08-08002-2
PVP 15 €

Para un lenguaje emocionalmente correcto

Una correcta comunicación es imprescindible para lograr unas relaciones armónicas con los demás.

En ocasiones, nos comunicamos de manera molesta, humillante u ofensiva con nuestros interlocutores. Porque las palabras que empleamos surgen sin control de la ira, del rencor o del resentimiento por conflictos pasados que aún tienen influencia en la relación.

El libro desarrolla las cinco habilidades sociales esenciales para mejorar la comunicación con las personas de nuestro entor-

no. Siguiendo las reglas de oro que figuran en cada uno de los capítulos, se aprende a manejar valiosas técnicas para hacer y recibir críticas sin que nadie se sienta ofendido; escuchar con empatía; dar negativas sin que los demás se sientan rechazados; elogiar sin pasarse a la peligrosa adulación, y discrepar sin ser desagradable.

Para explicar cómo resolver estos problemas, el autor recurre a la Inteligencia Emocional. Se trata, en definitiva, de una guía para mejorar las relaciones personales y conseguir una vida emocionalmente saludable.

Contra el cansancio visual, el placer de un buen masaje

Los masajes en los ojos alivian el estrés, relajan los músculos y estimulan la circulación sanguínea

El mismo bienestar que experimentamos en nuestro cuerpo después de un buen masaje, podemos sentirlo en nuestros ojos. Aunque pueda sorprender, nuestros ojos están sometidos a un elevado nivel de estrés. Así pues, habrá que pensar en ellos si queremos relajarlos y mejorar nuestro aspecto.

Coordinación: Rosa López Moraleda / Fotos: Mari Ángeles Tirado

Un masaje en los ojos logra aliviar el cansancio, relajar los músculos y estimular el flujo sanguíneo de la zona, mejorando a un tiempo nuestra imagen.

¿No son nuestros ojos y capacidad visual el máspreciado de nuestros sentidos? Si, además, “son las ventanas del alma”, procede que los cuidemos con más esmero y empeño de los que habitualmente empleamos: un buen masaje en los ojos aumenta el oxígeno y los nutrientes necesarios y mejora la circulación, proporcionándonos una mirada fresca para darle brillo a nuestro rostro. De ahí los beneficios de aprender para aplicar un buen masaje sobre ellos, para el cuidado de tu vista.

Si lo que desea es aliviar la tensión después de pasar muchas horas delante del ordenador, de la televisión o leyendo, se sugiere realizar “MASAJES CON LAS

PALMAS”, de tal manera que sentirá los músculos de sus ojos tan relajados como después de un masaje a la espalda.

No hay que olvidar que las zonas que rodean los ojos también requieren atención, por eso se propone “MASAJES EN LA FRENTE” así como “MASAJES EN LAS SIENES”, para relajar la frente, las sienas y los párpados.

Si usa gafas, vendrá muy bien hacer “MASAJES DEL PUENTE”, porque están focalizados en la zona donde se apoyan las gafas y donde tenemos una constante presión diaria.

Si en su hogar tiene Ud. Internet, en www.entrenatuvistasana.com, encontrará además tablas de ejercicios para mantener en forma sus ojos como Gimnasia para los Ojos, un entrenamiento diario para sus ojos, con ejercicios para

A través de www.entrenatuvistasana.com se aprende a mantener los ojos relajados, gracias a un Entrenador virtual personalizado

cuando se levante de la cama y otros para realizar antes de dormirse; Yoga para los Ojos, ejercicios que le ayudarán a relajar los ojos y aumentar su flexibilidad; o Cuidado diario de los ojos, ejercicios y consejos para ayudar a reducir el estrés y la fatiga ocular, mientras estamos frente al ordenador, mientras se lee o se ve la televisión. Así de fácil.

Sólo cuatro masajes para relajar los músculos de los ojos mejora el aspecto de tu rostro: los ojos también pueden experimentar el placer de un buen masaje

Consejos para mimar sus ojos

Todos estamos sometidos al estrés ocular, ya sea porque usamos el ordenador, trabajamos en exceso o simplemente porque tenemos falta de sueño. Para aliviar nuestros ojos cansados e hinchados y aumentar el flujo sanguíneo de nuestros ojos es conveniente utilizar los consejos del siguiente recuadro.



CONSEJOS

MÁSCARAS PARA LOS OJOS

- Puede ser en frío (antes de utilizarla, pon la máscara en el congelador durante unos minutos) o en caliente (Sumerge la máscara en un recipiente con agua caliente durante 5 minutos. No tiene que hervir).
- Túmbate boca arriba y aplica la máscara sobre los ojos cerrados durante 10 ó 15 minutos.

CREMA DE OJOS

- Antes de aplicar cualquier crema para el área del contorno de los ojos, elimine los restos de maquillaje y lávese la cara con un producto limpiador.
- Conviene aplicar siempre la crema para el contorno de ojos con el dedo anular (o cuarto dedo), ya que ese dedo es normalmente el más débil, por lo que el masaje será naturalmente más suave.
- Aplique una pequeña cantidad de crema en cada uno de los dedos anulares y frótelos suavemente entre sí para calentar la crema y mejorar su absorción.
- A continuación, recorra con las yemas suavemente el contorno de los ojos comenzando por el rabillo del ojo para llegar a la parte interna, recorriendo el hueso situado alrededor de los ojos, hasta que la piel haya absorbido la crema totalmente.
- Después, con los dedos índice y corazón y aumentando un poco la presión, recorra las cejas desde el extremo exterior al interior. Termine presionando ligeramente las sienes durante varios segundos.
- No frote la piel que se encuentra alrededor de los ojos, ya que es la piel más fina y sensible de la cara.
- Recuerde que, al igual que la piel, debe proteger bien los ojos de los efectos perjudiciales de los rayos ultravioletas. Protéjalos siempre con gafas de sol o lentes de color variable de buena calidad.

Medicina basada en la afectividad

El apoyo del médico puede ser vital para que el enfermo sea capaz de aceptar su estado de salud y pueda transmitir sus síntomas y preocupaciones de una forma abierta. Un paciente informado y motivado obtiene mejores respuestas terapéuticas

Coordinación: Noelia Calvo / Fotos: Mari Ángeles Tirado

La forma en la que el médico transmite la información a su paciente puede influir de forma positiva o negativa en el proceso de concienciación y aceptación de una enfermedad. La llamada “medicina basada en la afectividad” consiste en utilizar los mejores principios del humanismo médico. “En muchas ocasiones el médico quiere mantener un alto grado en las entrevistas y se olvida de los aspectos biográficos del paciente y de su capacidad de par-

ticipar en el proceso asistencial”, explica el Dr. Guayta, especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública y autor del libro “Hablemos de la comunicación con el paciente oncológico”.

Un pilar fundamental se sustenta en que los profesionales sanitarios conozcan las claves de la comunicación no verbal, que sepan como dar una mala noticia, así como comprender el punto de vista del paciente. “La co-

municación debe regirse por los principios de veracidad, claridad y entendimiento, que permitan al paciente participar en su proceso asistencial. Las noticias que tienen una carga emocional siempre deben darse en persona y en privado, transmitiendo al paciente seguridad. Se debe utilizar un lenguaje neutro carente de connotaciones negativas y sin terminología compleja que dificulte la comprensión del paciente”, señala el Dr. Guayta.

La relación médico-paciente debe ser abierta y basada en la confianza, con el objetivo de que el enfermo se sienta cómodo para preguntar sus dudas sobre su enfermedad y tratamiento. “El apoyo del médico puede ser vital para que el enfermo sea capaz de aceptar su estado de salud y pueda transmitir sus síntomas y preocupaciones de una forma abierta”, explica la Dra. Graciela García, miembro de la Junta Nacional de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC).

Informar al paciente

Aunque cada paciente reacciona de forma diferente en función de su personalidad, creencias, valores y experiencias, existe un proceso que suele ser generalizado cuando se recibe una mala noticia. Asimismo, el médico debe tener en cuenta el tipo de paciente al que se enfrenta: si es





La comunicación entre médico y paciente es fundamental.

un anciano, un niño, si tiene un mayor o menor nivel cultural. “Un paciente debidamente informado y motivado, al que se hace partícipe y se le entrega el ‘grado de control’ de su enfermedad, obtiene normalmente mejores respuestas terapéuticas”, explica el Dr. Guayta. Asimismo, no todos los cánceres y su evolución son iguales, por lo que cada pronóstico requiere un tratamiento de comunicación. El médico debe informar a su paciente y familiares sobre los síntomas que conlleva la enfermedad, efectos secundarios del tratamiento, esperanza de vida, etc. Algunas neoplasias, por su sintomatología y pronóstico, como las metástasis o los gliomas o multiformes, requieren una adecuada comunicación que ayude al paciente y a sus familiares a sobrellevar de la mejor manera posible la evolución de la enfermedad.

También es labor del médico educar para conseguir que el paciente pueda llevar una mejor calidad de vida a través de consejos de salud y pautas que ayuden al paciente a que restablezca su equilibrio emocional y afectivo.

El duelo

El diagnóstico de una enfermedad crónica, con la pérdida de integridad física y psicológica, afecta a la autoestima y desencadena una serie de mecanismos

de defensa ante la angustia que se origina. Este proceso se conoce como reacción de duelo. Hay que tener en cuenta y aceptar que este proceso es inevitable en el ser humano, comporta sufrimiento y su duración depende de cada paciente. Existen distintas reacciones ante la noticia de una enfermedad:

- Tomar conciencia y llamar a su nombre a aquello que siente.
- Comprender sus sentimientos y saber de donde procede.
- Aceptar que tiene derecho a sentirse así.
- Expresar lo que le ocurre, verbalmente o con el lenguaje no verbal y así desahogarse.
- Integrar lo que siente como parte fundamental de su conducta.

El duelo puede pasar por distintas frases desde negación shock emocional, negociación, depresión hasta la aceptación. Asimismo, en muchos casos el proceso no significa mejoría en la aceptación de la enfermedad y el paciente vuelve a recaer. Ante el duelo es clave la figura del médico que debe ofrecer al paciente comprensión e información de su enfermedad. Son situaciones difíciles de afrontar tanto para el

médico y el paciente y, a veces, la comunicación no verbal y la calidez del médico ayuda en ese proceso de duelo.

CONSEJOS ANTE LA CONSULTA DEL MÉDICO

- Antes de la consulta repase los síntomas o estado de su enfermedad: cómo se siente, donde le duele.
- En la consulta, no se precipite ni se ponga nervioso para explicar lo que le sucede.
- Si no entiende la exposición de su médico pregunte abiertamente.
- El especialista tiene la obligación de informar al paciente de su estado y adaptarse a su nivel de comprensión.
- Si se siente más seguro pida que le acompañe un familiar o amigo que le ayude a explicar al médico y comprender su tratamiento.

Las personas dan forma a la cultura.

Los voluntarios culturales de CEATE muestran los museos españoles cada año a más de 100.000 visitantes.

Texto: Ana M^a Fernández Mtnez.
Fotos: CEATE

La Confederación Española de Aulas de Tercera Edad (CEATE) es una entidad sin ánimo de lucro de ámbito nacional, que trabaja con y para las personas mayores desde la cultura, por la cultura y para la cultura y donde la cultura se entiende como herencia, como saber, como motivación, como expresión, como creatividad y como participación.

Las primeras “Aulas de Tercera Edad” son creadas por el Ministerio de Cultura en otoño de 1978 en respuesta a las demandas culturales y educativas de las personas mayores, a su necesidad de estar al día en una sociedad de cambios acelerados y a su deseo de seguir activos y útiles a la sociedad. En este contexto nace la CEATE en 1983,



La experiencia intergeneracional entre los voluntarios y los niños y jóvenes es enriquecedora para todos.

que coincide con la creación de la España de las Autonomías, y por la necesidad de desarrollar proyectos y programas de ámbito estatal, promover el intercambio de actividades y experiencias entre las “Aulas de Tercera Edad” de las diferentes CC.AA. y representarlas ante los poderes públicos.

La Confederación Española de Aulas de Tercera Edad desde su creación hasta hoy cuenta con un gran equipo de profesionales y técnicos entre los que se encuentran médicos geriatras, pedagogos, sociólogos, economistas, trabajadores sociales, o animadores socioculturales, con amplia experiencia en cursos de formación dirigidos tanto a personas mayores como a profesionales que trabajan o desean trabajar con los mayores. En este sentido, la CEATE es bien conocida como una entidad especializada en impartir cursos y jornadas de formación dirigidos no sólo a los directivos del centenar de Aulas de Tercera Edad integradas en la misma, sino también a miembros de Juntas de Gobierno y Juntas Directivas de Centros de Personas Mayores y Asociaciones de Jubilados.

Voluntariado cultural

Uno de los principales proyectos de CEATE es el de “Voluntarios Culturales Mayores para enseñar los Museos de España a niños, jóvenes y jubilados” que es no sólo pionero en España sino también

en el mundo entero. Este programa se fundamenta en la necesidad de dar respuesta a una necesidad que padecen la mayoría de los Museos españoles, que no cuentan con personal para transmitir y enseñar al público visitante sus inmensas riquezas histórico-artísticas y científicas; sin embargo para CEATE las personas mayores son un potencial de primer orden para trabajar y dedicar parte de su tiempo libre a tareas y actividades de voluntariado de esta índole. Este programa nace en 1993 y son más de tres millones de niños, jóvenes, adultos y jubilados los que se han beneficiado de las enseñanzas de los Voluntarios Culturales, quienes les han transmitido toda la cultura, el arte, la historia y la ciencia que se encierra en los Museos.

En la actualidad unas 100.000 personas mayores se benefician

cada año de las múltiples actividades socioculturales de CEATE, gracias a más de 1.200 Voluntarios Culturales Mayores entre 55 y 90 años de edad que desarrollan su labor de voluntariado en museos de toda España.

José Luis Jordana Laguna, Secretario General de CEATE y responsable del programa en los Museos de Madrid y explica los requisitos necesarios para que una persona mayor pueda ser voluntario en este programa: “El único requisito es una edad mínima, que en la actualidad está en 50 años, porque en nuestro programa hay cabida para todo tipo de personas y profesiones, desde médicos, hasta profesores jubilados o amas de casa. También hay que destacar que hay bastante participación de la mujer en nuestro voluntariado, hasta tal punto que casi hay paridad entre hom-

“Los mayores son un potencial sin explotar para la difusión del saber, historia y cultura de nuestros museos.”

bres y mujeres, lo que nos llena de satisfacción y orgullo”.

El voluntariado de este programa debe pasar por una doble formación, una básica con un curso de cuatro mañanas, dos veces al año, normalmente en Octubre y en Febrero o Marzo. En este curso se explican los objetivos del programa y los derechos y deberes de los voluntarios (voluntariado y personas mayores: fundamentación y campos de acción, características y tipología del voluntariado, eficacia y eficiencia en las tareas del voluntariado, motivaciones del voluntario y factores de permanencia, el código ético del voluntario ideal, aspectos jurídicos del voluntariado, etc.) Éstos rellenan una hoja donde indican sus preferencias sobre el Museo al que les gustaría ser destinados. Posteriormente se pregunta a los Museos cómo está el cupo de voluntariado y el último día del curso de formación básica se destina a los voluntarios, que se incorporarán a la semana siguiente.

La segunda parte de la formación de los voluntarios se desarrolla en los propios Museos y tiene una duración aproximada de unos dos ó cuatro meses. En este nivel de formación, a veces son los propios voluntarios veteranos los que instruyen a los noveles. Después y democráticamente cada equipo elegirá a su coordinador cuya misión es estar en contacto con la Dirección del Museo y con el Di-



Las mujeres forman una parte importante del voluntariado.



Un voluntario de CEATE muestra a un grupo de personas mayores Faunia.

rector del programa para transmitirles sus sugerencias, sus necesidades de formación y sus inquietudes. El propio director del Museo o la persona en la que delega es el responsable de dar luz verde al Voluntario cuando considera que está capacitado y apto para el servicio de enseñar el Museo a los grupos de visitantes. Todos los meses, el Director del programa se reúne con los 25 Coordinadores de los Voluntarios Culturales Mayores de los Museos de Madrid para intercambiar información, solucionar dudas y problemas en la marcha del programa. Cuando el Voluntario Cultural Mayor, ya está capacitado para enseñar el Museo, se le declara “Voluntario de pleno derecho” y entonces firma el acta de voluntario, se le facilita ayuda de transporte para sus desplazamientos, se le entrega la tarjeta de acreditación ante terceros y se le da de alta en el seguro de accidentes.

Iniciativa pionera

Este programa se crea por una motivación fundamentada en la

necesidad de aprovechar el potencial humano de las personas mayores, con deseos de seguir activos, útiles y participativos en la sociedad, con tiempo disponible, que desean transmitir sus conocimientos y experiencia a las generaciones jóvenes. Y, al mismo tiempo, se trata de dar respuesta a la necesidad de los Museos españoles, que no cuentan con personal suficiente para transmitir y enseñar al público visitante sus inmensas riquezas culturales.

El objetivo más inmediato de este programa se concreta en dos, uno más general que correspondería a que las personas mayores puedan enseñar los museos y éstos vean cubiertas en este sentido sus necesidades y otro más concreto que englobaría un interés por aumentar las visitas en los museos, mejorar la calidad de vida de las personas mayores, haciéndolas sentir útiles y válidas, acercar a los visitantes las riquezas históricas y culturales que se encuentran en los museos y prestar un servicio

a la sociedad ayudando a elevar los niveles educativos y culturales de la población, especialmente de los niños y jóvenes estudiantes, así como de las personas mayores y de otros colectivos marginados para que puedan disfrutar de los bienes culturales.

Diferentes países del mundo se han interesado por este programa para tratar de implantarlo en sus ámbitos territoriales. Para José Luis Jordana “La repercusión en Europa y fundamentalmente en Iberoamérica de nuestro programa de voluntariado cultural ha sido muy importante, hasta el punto que hay en Europa una gran idea de intercambio de proyectos europeos de voluntarios mayores para enseñar el patrimonio histórico. Así en CEATE nos hemos planteado un objetivo inmediato fuerte y ambicioso para llevar nuestro programa a países de Iberoamérica como Paraguay, Chile, Perú, Costa Rica y Colombia, donde a los voluntarios mayores se les llama Patrimoniales Mayores”.

Sin embargo hay todavía algunos aspectos en los que hay que trabajar como son:

- Lograr y facilitar lugares de reunión y preparación de voluntarios, donde además se puedan organizar jornadas culturales y de convivencia entre ellos.
- Hacer llegar a los mayores voluntarios el reconocimiento del público visitante.
- Una mayor ayuda económica para poder dar respuesta a las demandas del proyecto tanto nacionales como internacionales.

Las opiniones de los voluntarios

Los voluntarios culturales, mujeres y hombres que participan en el programa desarrollado por CEATE muestran una gran satis-

facción por la labor que realizan, así a la pregunta sobre qué les aporta el voluntariado manifiestan que:

- “Muchas satisfacciones y una mejora substancial de mi propia estima tanto personal como socialmente.”
- “Me ha llenado mi vida porque me permite hacer lo que verdaderamente me gusta”
- “Me ha proporcionado renovadas ganas de vivir”
- “Me ha aportado ilusión al considerarme útil a la sociedad, haciendo una labor en la jubilación que jamás en mi vida laboral se me hubiera ocurrido que podría hacer”
- “Nuevas oportunidades de seguir aprendiendo”

- “Relaciones personales con niños, adultos y nuevas amistades”
- “Ha sido una satisfacción que ha cambiado mi vida totalmente porque me ha enriquecido muchísimo culturalmente”
- “Nueva etapa en la vida que discurre placenteramente”
- “Me ha aportado algo tan necesario a nuestra edad como el ejercicio mental, el ejercicio físico y a acostumbrarse a hablar en público”
- El relacionarme con niños y jóvenes y haber hecho amigos con algunos compañeros
- “Me ha hecho muy dichosa porque nunca podía imaginarme que este programa de Voluntariado de Museos iba a proporcionarme tanto gozo y disfrute”

CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE AULAS DE LA TERCERA EDAD; VOLUNTARIADO CULTURAL.

El principal objetivo de CEATE es la promoción y desarrollo de las “Aulas de Tercera Edad” en su conjunto en el Estado Español y la creación de nuevas Aulas allí donde no existan, además del desarrollo de programas de Voluntariado Cultural de Mayores.

Objetivos Específicos:

- Museológico: Promover los Museos de España y aumentar el número de sus visitantes individuales y grupales, prestando así una eficaz ayuda a los Museos que no cuentan con este servicio.
- Gerontológico: Mejorar el bienestar, la salud integral y la calidad de vida de las personas mayores, así como prevenir su envejecimiento patológico al permanecer activas, dinámicas, participativas y útiles a la sociedad.

- Cultural: Acercar las riquezas culturales e histórico-artísticas que se encuentran en los Museos a los grupos que se acercan a visitarlos.
- Social: Prestar un servicio a la sociedad ayudando a elevar los niveles educativos y culturales de la población, especialmente de los niños y jóvenes estudiantes, así como de las personas mayores y de otros colectivos marginados del disfrute de los bienes culturales.

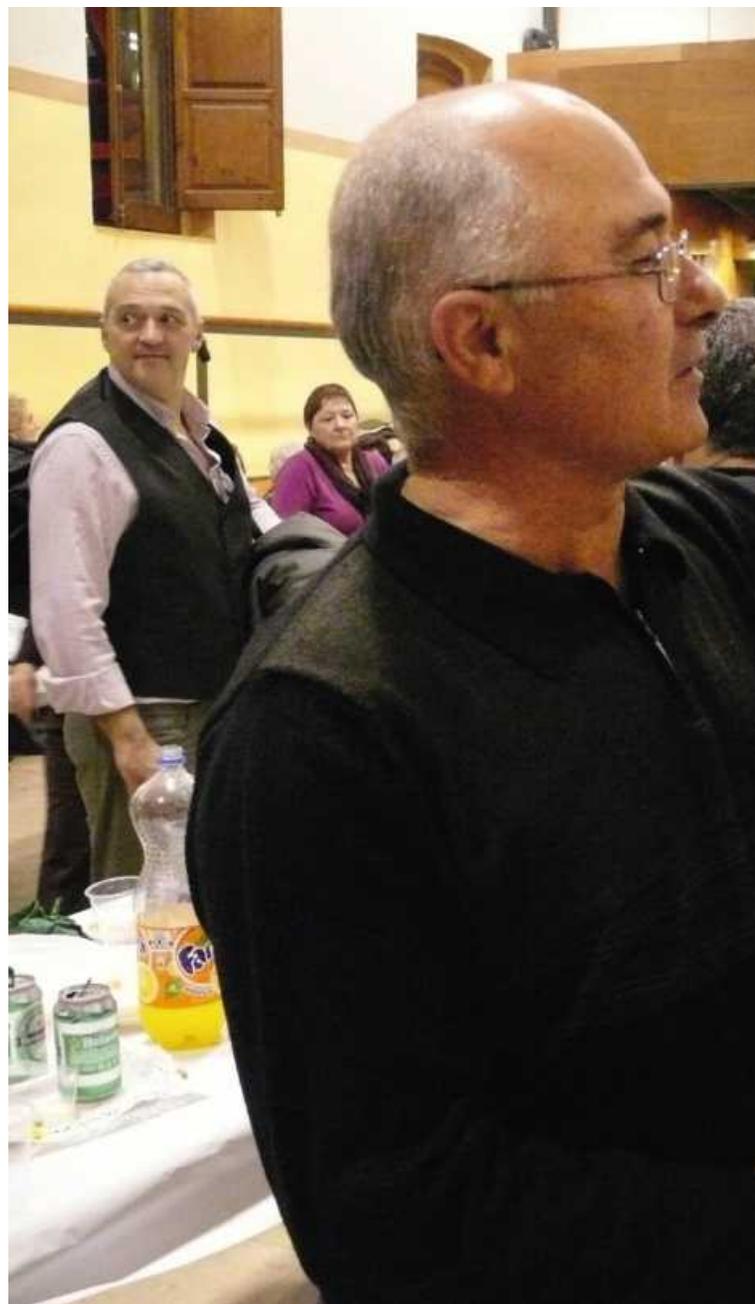
Función: Difusión de los bienes culturales a través de los mayores voluntarios, para ello cuenta con más de 1.200 voluntarios con casi paridad entre mujeres y hombres.

Dirección: Gran Vía 59,4 ° izqda.28013 Madrid.
Tlfno.: 91 547 49 28 / 91 639 21 46
Correo electrónico: ceate3@yahoo.es
Web: www.ceate.es

La amistad, esa gran desconocida

Pocos conceptos han contribuido tanto al desarrollo inmaterial de la historia de la Humanidad, como la amistad. Desde las primeras sociedades prehistóricas hasta nuestros días, el ser humano ha sabido valorar esta fuerza vital, sobre la cual alzar sus valores más profundos y sinceros. Hoy, ya en el siglo XXI, no se entiende la armonía, el equilibrio entre las personas, sin el respeto y el aprecio, elementos que brotan de la amistad bien entendida. Porque, sin la amistad, pocos logros habría alcanzado la civilización, en cualquier ámbito de nuestra existencia. Si tuviésemos que resumir esta palabra, podríamos decir, sin equivocarnos, que la amistad es la energía que nos hace más sociables y tolerantes con los demás.

Texto y fotos: Jesús Ávila Granados



La amistad es la energía que nos hace más sociables y tolerantes con los demás.

Amistad..., divino tesoro

Pero el concepto de amistad, como hemos dicho antes, no es novedoso de nuestros días. Tenemos que remontarnos a la antigüedad clásica, como la primera referencia documentada, y, al hacerlo, es fácil adivinar que aquellos primeros pensadores establecieron unas valoraciones muy singulares, según sus criterios. Por ejemplo, para **Solón de Atenas** (640-560 a.C.), decía: *no hay que darse prisa en adquirir nuevos amigos, ni menos en dejar los que tengas*. **Sócrates** (470-399 a.C.), el amigo ha de ser como el dinero, que antes de nece-

sitarlo, se sabe el valor que tiene... Otro filósofo griego, **Platón** (427-347 a.C.), tenía una opinión bien distinta, para él, *los amigos se convierten con frecuencia en ladrones de nuestro tiempo...* Sin embargo, para el tercero de los grandes filósofos de la Grecia clásica, **Aristóteles** (384-322 a.C.), *la amistad es lo más necesario de la vida*; y amplió: *la amistad es un alma que habita en dos cuerpos: un corazón que habita en dos almas*; y aseveró más tarde: *algunos creen que para ser amigos basta con querer, como si para estar sano bastara con desear la salud*. Tres profundos razonamientos que chocan de frente con

el idealismo platónico. Por ello, no es una casualidad que durante la Edad Media, la hegemonía del sistema aristotélico fue prácticamente general en todo el occidente cristiano. **Demetrio de Falero** (350-280 a.C.), quien, además de orador y filósofo, fue gobernador de la ciudad de Atenas, contemporáneo de Aristóteles, también siguió el pensamiento de éste, exclamó en una ocasión: *un hermano puede no ser un amigo, pero un amigo será siempre un hermano*. Y no le faltaba razón, como bien sabemos. Poco tiempo después, **Epicuro** (341-270 a.C.), demostró tener una concepción algo distinta



La amistad, esa gran desconocida

En la Edad Media, la amistad comenzó a fraguarse como el más sólido recurso entre los más humildes para contrarrestar la fuerza de los poderes de la época.



sobre el concepto de la amistad, como recuerda la frase: *toda amistad es deseable por sí misma; pero tiene su origen en los beneficios.*

La civilización latina, heredera de la Grecia clásica, también retomó conceptos aprehendidos de la filosofía helena. Al gran orador romano **Marco Tulio Cicerón** (106-43 a.C.), le debemos la siguiente reflexión: *la amistad brilla más entre los iguales.* Otro pensador latino, **Caio Salustio** (86-35 a.C.), manifestó en una ocasión: *la verdadera amistad consiste en querer lo mismo y en rechazar lo mismo.* El poeta latino, **Ovidio** (43 a.C.-

17 d.C.), no dudó al decir: *ofrecer amistad al que pide amor, es como dar pan al que se muere de sed... Y el gran filósofo hispano **Lucio Anneo Séneca** (4 a.C.-65 d.C.), natural de Córdoba, dedicó dos frases lapidarias al tema que nos ocupa: *la amistad siempre aprovecha, el amor hiere a veces. Y ¿cuánto se parece a la amistad la adulación?**

El mundo medieval

Las circunstancias del período medieval, con los momentos de incertidumbre, guerras, las cruzadas, epidemias, el vasallaje, hambrunas..., obligaron a las sociedades del occidente europeo a valorar más profundamente el concepto de la amistad, porque, sin duda, en este pilar inmaterial se concentraba buena parte de la supervivencia de familias enteras y de pueblos. La amistad comenzó a fraguarse como el más sólido recurso entre los más humildes para contrarrestar la fuerza de los poderes de la época.

España contó con grandes pensadores y literatos, que analizaron sin apasionamientos el concepto de la amistad, que llegó a convertirse en verdadera moneda de cambio para las gentes.

Juan Ruíz, mejor conocido como el arcipreste de Hita (1283-1351), en su monumental obra: "Libro de Buen Amor", no pudo ser más rotundo al manifestar: *por las verdades se pierden los amigos, y por no decirlos se hacen enemigos... A **Leonardo Da Vinci** (1452-1519),*



Una de las características básicas de una buena amistad es compartir las mismas aficiones.

CONSEJOS PARA MANTENER UNA BUENA AMISTAD

- No basar la amistad en las necesidades.
- Molestar lo menos posible al amigo.
- Recordarle al amigo, no con palabras, sino también con hechos que siempre estás dispuesto a ayudarlo.
- No esperar nada a cambio, después de ayudar al amigo.
- Trata siempre bien, sin remordimientos, recos o enfados, perdonando al amigo.
- Un amigo de la infancia, si se cuida, es el mejor compañero del largo viaje de nuestra existencia.
- Debes saber perdonar las debilidades del amigo, cuando éste te haya confesado. Porque lo mismo deberá hacer él con los tuyos. No hay nadie perfecto en la vida.
- No esperes que tu amigo venga a descubrirte su necesidad; ayúdale antes.



referencia obligada del Renacimiento, le debemos una de las más acertadas máximas sobre el concepto de la amistad: *reprende al amigo en secreto y alábalo en público*. Y el humanista holandés, **Erasmus de Rotterdam** (1469-1536), también tuvo razón al decir: *la verdadera amistad llega cuando el silencio entre dos parece ameno*.

El legado de Oriente

La influencia de la filosofía oriental no tardaría en hacerse patente, después del largo periplo de **Marco Polo**, a través de la Ruta

La amistad, esa gran desconocida

de la Seda. Recordemos el antiguo proverbio turco: *el que busca un amigo sin defectos se queda sin amigos*. Por lo tanto, no hay ningún ser sobre la tierra que encarne la perfección total, porque esa perfección no existe; debemos ser tolerantes con las virtudes y, sobre todo, defectos del prójimo, si buscamos en él el profundo lazo de una amistad bien entendida. Un proverbio indio dice: *recorre a menudo la senda que lleva al huerto de tu amigo, no sea que la maleza te impida ver el camino...* Con ello, es fácil comprender que está recordándonos que la amistad es algo que constantemente debemos ir alimentando, no es suficiente decir: tengo tantos amigos, y olvidarnos de ellos, y sólo acordarnos que los tenemos cuando precisamos de sus ayudas para nuestro beneficio. Esa profundidad de pensamiento la encontramos en el filósofo indio **Rabindranath Tagore** (1861-1941), al que debemos la frase: *cuando mi voz calle con la muerte, mi corazón te seguirá hablando...* También el ensayista, novelista y poeta libanés **Khalil Gibran** (1883-1931), fue del todo acertado cuando exclamó: *no busques al amigo para matar las horas, sino búscale con horas para vivir...*

El Occidente moderno y contemporáneo

Conceptos, todos ellos, que de alguna manera las diferentes corrientes filosóficas del mundo occidental, durante los siglos modernos y contemporáneos, se



han ido repitiendo y manteniendo, aunque expresados con palabras diferentes. Al filósofo inglés sir **Francis Bacon** (1561-1626), le debemos esta acertada frase: *la amistad duplica las alegrías y divide las angustias por la mitad*. El escritor francés **Jean de la Bruyère** (1645-1696), retomó el proverbio turco, antes citado, cuando exclamó: *la amistad no puede ir muy lejos cuando ni unos ni otros están dispuestos a perdonarse los pequeños defectos*. Otro francés, contemporáneo del anterior, el escritor y teólogo **Fénelon** (1651-1715), fue más lejos: *si queréis formar juicio acerca de un hombre, observar quiénes son sus amigos*. Y al leer al escritor y político **Montesquieu** (1689-1755), quien, con **Voltaire**, fue uno de los intelectuales de la Revolución Francesa, vemos la concepción que, para este pensador, tenía el tema que nos ocupa: *la amistad es un contrato por el cual nos obligamos a hacer pequeños favores a los demás para que los demás nos los hagan grandes*. El estadista e inventor norteamericano **Benjamín Franklin** (1706-1790), manifestó en una ocasión una frase que va mucho más allá del materialismo revolucionario anterior: *un padre es un tesoro, un hermano es un consuelo: un amigo es ambos...* Otro norteamericano, el escritor, filósofo y poeta **Ralph Waldo Emerson** (1803-1882), escribió: *un amigo es una persona con la que se puede pensar en voz alta*. Tampoco le faltaba razón al poeta irlandés **John Klimpel**, cuando escribió las dos frases siguientes: *cómo sabes tú si es Amor*



o Amistad, qué separa estos sentimientos. Y el hombre más rico del mundo no es el que conserva el primer penique ganado, sino el que ha sabido mantener el primer amigo... Porque conservar la amistad es un ejercicio cotidiano, de desinterés mutuo, en el cual ninguna de ambas partes está obligada a nada, pero, al mismo tiempo, a todo, no debiendo basarse esta relación con un simple agradecimiento; como bien supo expresar el médico español **Santiago Ramón y Cajal** (1852-1934), Premio Nobel de Medicina, cuando escribió: *apártate progresivamente, sin rupturas violentas, del amigo para quien representas un medio, en vez de ser un fin...*; pensamiento que nos recuerda al que legó el escritor y dramaturgo italiano **Carlo Dossi** (1864-1910), como expresó en la frase: *el falso amigo es como la sombra que nos sigue mientras dura el sol*. Tampoco le faltó ra-

zón a la escritora rumana **Isabel de Rumanía** (1843-1916), cuando escribió: *la amistad, si se alimenta sólo de gratitud, equivale a una fotografía que con el tiempo se borra...* Y como dice un refrán: *“Quien no buscó amigos en la alegría, en la desgracia no los pida...”*

Amor y amistad

Entre el amor y la amistad se establecen, en ocasiones, caminos que convergen, aunque no debemos confundirlos. Mucha tinta se ha escrito al respecto. Nos vienen a la memoria autores como **Jules Renard** (1864-1910), escritor y dramaturgo francés, quien escribió: *entre un hombre y una mujer la amistad es tan sólo una pasarela que conduce al amor*. El escritor francés **André Maurois** (1885-1962), dijo algo interesante al respecto: *en amistad, como en amor, no se vuelve con placer más*

que a los seres con los cuales nos está permitido ser nosotros mismos sin rigidez y sin mentira. Otro literato, el italiano **Alberto Moravia** (1907-1990), Premio Nobel de Literatura, también se interesó por el tema, como lo confirma su frase: *la amistad es más difícil y más rara que el amor; por eso, hay que salvarla como sea.*

Después de todas estas contundentes máximas, creemos poder llegar a conclusiones sorprendentes. La primera, podría ser, que la amistad es el cúmulo de experiencias gratificantes que una persona recibe de otra, sin esperar nada a cambio. Que el amigo es alguien que siempre está ahí, a la sombra, sin hacer ruido, aguardando el momento para ayudarte. Si Dios elige a nuestros familiares, somos nosotros quienes seleccionamos nuestras amistades. La amistad no tiene por qué estar relacionada con la distancia; a veces, los mejores amigos están lejos de nosotros, pero que, cuando requiramos su presencia, o su consejo, siempre están próximos. No debemos, además, confundir amistad y compañerismo; lo primero está siempre por encima, en cuanto a los valores inmateriales, mientras que lo segundo, es circunstancial, por el aspecto laboral, académico, de relación social, etc. Y lo mismo sucede si confundimos la amistad y el amor; como ya se ha citado antes, por personas mucho más doctas que nosotros; en la amistad se produce un fenómeno socio-cultural que rebasa los límites humanos de nuestra exis-

tencia, que lo convierte en algo que debería ser imperecedero; recuerdo la frase de Voltaire, cuando dijo: *cambiad de placeres, pero no cambiéis de amigos.*

La amistad es algo que, como bien decía Unamuno, no cesa de perfeccionarnos y enriquecernos a lo largo de nuestra vida, al tiempo que permite descubrir en el interior de nuestro ser nuestras debilidades y virtudes, para desarrollarlas por el bien de los demás y de nosotros mismos.

De todos estos factores, que forman parte de este bien inmaterial que tenemos a nuestro alcance, como es la amistad, saben mucho los mayores. Cuando, en un banco de una plaza, a la sombra de unos árboles; en una silla de la sala de actividades de un Hogar del Pensionista, o cuando, en casa, están contándole un cuento a sus nietos, las personas mayores están desarrollando unas pautas de comportamiento aprehendidas que deben mantenerse a perpetuidad, como es el de saber dar, sin pedir nada a cambio. Este singular comportamiento es fruto de una experiencia, que los mayores saben practicar, mejor que nadie, en beneficio de los seres que le rodean; porque, al hacerlo, al transmitir estos conocimientos y sabiduría acumulada, están entregando a quienes les oyen una parte de su ser, para enriquecer a quienes les escuchan, a modo de confidencialidad acordada intergeneracional, en la cual, quien transmite, no sólo se desprende

Una buena amistad es una suerte muy grande que nos acompaña y reconforta durante toda la vida.

de una parte de su ser, sino que también logra que quien le escucha, además de aprender, se encontrará más feliz consigo mismo, estableciéndose una especie de simbiosis natural, que contribuye al aprendizaje de los jóvenes, y también a la sensación de haber llevado a cabo una labor enriquecedora, por parte de los mayores. Y esto, además de amistad, es generosidad y amor.

La amistad forma parte de nuestras vidas, de nuestros instantes, a lo largo de toda nuestra existencia. Pero la amistad no surge por arte de magia, es preciso saber dar; porque, como ya hemos leído a personas mucho más doctas que nosotros, los pilares de la amistad no pueden elevarse sobre el interés, ni el egoísmo de las circunstancias. Todos somos necesarios, aunque no hay nadie que sea imprescindible en esta vida. Por lo tanto, todas las personas deben saber respetarse, y, gracias a la amistad, mantener una relación cordial, sin agobios ni intromisiones en las vidas privadas de ambos. Siempre debemos mantener un límite en nuestras acciones, para que la amistad perdure. También es importante saber elegir a los amigos; porque, como dice otro refrán, no menos sabio: "dime con quién andas, y te diré quién eres"; porque el que se hace amigo de un mal sujeto ha de esperar que esta amistad le reportará a la larga otras amistades peores. Sin embargo, una buena amistad es una suerte muy grande que nos acompaña y reconforta durante toda la vida.

LADY GONZÁLEZ, a la búsqueda de un editor

“Mi mayor ilusión sería ver publicada alguna de mis novelas”

Texto: Andrea García
Fotos: M^a Ángeles Tirado

Eladia González García segoviana por casualidad y madrileña sobre todo por sus orígenes familiares y su trayectoria vital, es conocida como Lady, en el mundo editorial. Bajo una apariencia de mujer frágil se vislumbra un carácter emprendedor, vivo y enérgico en perfecta armonía con un cuidadoso aspecto físico, una herencia sin duda de su oficio de peluquera.

Precisamente cuando cerró su salón de belleza, tras su jubilación adelantada por la enfermedad de su marido, decidió dedicarse en cuerpo y alma a la escritura, una afición dormida desde pequeña, con la que ha dado vida a una serie de relatos cortos y varias novelas, entre las que destacan *Olvidar el pasado*, basada en sus vivencias durante la Guerra Civil y *Sentimientos Diversos*, sobre los enfermos de Alzheimer, y otras cuyo argumento son los sentimientos amorosos y las relaciones de pareja. Solamente le han publicado la novela *Cristina*, no saliendo muy bien parada con el editor, una mala experiencia bastante común a muchos autores. Pero Lady, a sus 87 años, sigue empeñada en hacer realidad uno de sus sueños: encontrar un editor para alguna de sus obras.

– **Tenía usted todo dispuesto para que su imaginación volara.**

– Pues sí. Recuerdo que en Los Reyes Magos era la niña que más juguetes tenía del pueblo. A los niños les solían traer unos zapatos, un vestido y cosas así, pero a mí me llenaban de juguetes.

– **Su vida y la de su familia se truncó por la Guerra.**

Lo que ha permanecido imborrable en mi memoria es el hecho de que nos pillara en Burgos el estallido de la Guerra Civil. Resulta



“Mis relatos se basan en acontecimientos de la vida cotidiana, en los sentimientos humanos y en las relaciones personales”

pero trabajaba en casa porque tuvo siete hijos, de ellos murieron dos y todavía vivimos cinco hermanos. Yo soy la mayor y le llevo tres, ocho, once y diecisiete años. De mi estancia en Guadarrama y mis vivencias durante la guerra, e incluso, después, aparecen en el manuscrito *Olvidar el pasado*. Ya en Madrid les dije a mis padres que quería estudiar Magisterio y me respondieron que las carreras eran para los hijos y que las hijas ayudaban a las madres y tenían que hacerse amas de casa.

– Parece mentira que su padre siendo tan emprendedor opinara así.

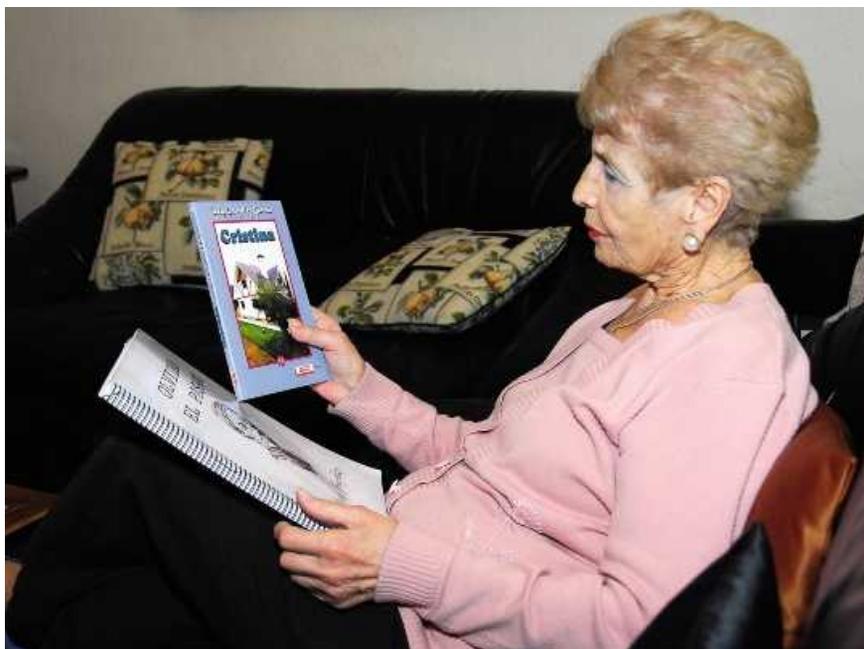
– Él lo único que quería es que ayudara a mi madre, pero a mí la casa no me gustaba. Yo quería trabajar, hacer algo, así que en Zaragoza había conseguido que me dejaran aprender el oficio de peluquera. Cuando vine a Madrid peinaba por las casas hasta que me coloqué en una peluquería donde conocí a mi marido. A él en cambio, no le gustaba la profesión y terminó colocándose en el hotel Castellana Hilton, y después en Repsol hasta que se jubiló. Yo he trabajado en el Salón de Belleza instalado en mi casa, empleando a cuatro peluqueras. Tengo que decir que no he visto época como la actual, en la que peor se corte y se peine. Veo salir a las mujeres de la peluquería sin peinar. Yo sigo arreglándome el cabello como antes.

que mis padres participaban en la feria de Burgos y cuando llegó el último día, antes de marcharnos a Valladolid, nos fuimos a bañar a orillas del río Arlanzón. Era el 18 de julio de 1936 y ya no pudimos regresar a nuestra casa. Estábamos en zona nacional, y mi padre era partidario de Izquierda Republicana, el partido de Azaña. Nos requisaron todo menos el comercio porque mi padre lo abrió con un socio. Precisamente su socio aconsejó a mi padre que no volviera por lo que pudiera pasarnos. Mi padre era un simple comerciante. De Burgos viajamos a Logroño y desde allí a Zaragoza, a donde vivimos hasta que cumplí los 20 años. Mis padres eran los dos madrileños y decidie-

ron volver a Madrid porque aquí teníamos familia.

– Su padre además de comerciante sabía montar juguetes.

Sí, sí. Era muy mañoso y también hacía juguetes. En Zaragoza la feria se prolongó durante un año, desde octubre de 1936. Nos quitaron las casetas y allí permanecimos feriantes de todas partes, algunos de ellos eran valencianos, que no podían regresar por el frente. Por entonces mi padre como era muy hábil se dedicó a hacer maletas para los soldados. Pasado el tiempo y ya en Madrid, mi padre fue saliendo adelante. Era muy luchador. Mi madre colaboraba en el negocio,



Confieso que a mí siempre me ha gustado mucho enseñar y lo hacía con mis hermanas. Me ha costado mucho incluso ser pe-luquera.

– **Cómo le surgió la necesidad de escribir.**

– Me ha gustado desde niña, ya en el colegio hacía las mejores redacciones, aunque me considero autodidacta. Mi primer relato lo inicié con 20 años, a mi llegada a Madrid. Estaba muy enamorada, era un amor platónico, aunque dudaba de sus verdaderas intenciones. No lo veía yo muy claro y no quería dejarme engañar. Me enteré de que este chico tenía novia y finalmente le dejé. Me decidí a expresar mis sentimientos surgidos a raíz de esta relación, pero finalmente abandoné el proyecto, y no retomé de nuevo la escritura hasta pasado un tiempo, concretamente hasta la llegada de la democracia.

– **Su primera obra es autobiográfica.**

En la primera parte de *Olvidar el pasado* hablo sobre mi niñez y

la guerra mientras que la segunda parte, situada en Zaragoza, es ficción. Cuento que, viajando con mi marido, sufrimos un accidente yendo a parar a una clínica, en la que nos atendería un médico que había sido novio mío. En la vida real, el novio que tuve en Zaragoza fue médico, pero no manteníamos ninguna relación. De modo que en mi vida no he tenido nada más que dos amores, el platónico y el real de mi marido. Todo lo que escribo es imaginario.

– **Cuántas novelas ha escrito.**

Durante la enfermedad de mi marido escribí seis novelas. Como he dicho antes, la primera parte de *Olvidar el pasado* es autobiográfica y comienza con el atentado terrorista del 11 de septiembre de 2001, contra las torres gemelas de Nueva York, Me impactó muchísimo cuando escuché en un informativo de televisión que se podía desencadenar una guerra. Sentí miedo, no por mí, que estoy de vuelta de todo, sino por el hecho de que mis hijos tuvieran que conocer una guerra tan cruel como la que

habíamos sufrido nosotros. Relato este trágico suceso y a continuación comienzo a recordar el fatídico 18 de julio de 1936. El manuscrito de mi novela *Sentimientos y versos* la presenté a una cadena de televisión proponiéndoles que si hacían de ella una serie, donaba los derechos de autor a una sociedad de enfermos de Alzheimer. Fue en el año 2000 y el productor del programa me llamó para decirme que le había gustado mucho mi novela, pero que hasta el año 2004 no podía hacer nada. Le contesté que lo sentía pero que para entonces posiblemente me habría muerto. La protagonista de esta obra es una escritora que se casa en segundas nupcias con un director de cine del que también queda viuda... Una historia que yo he pretendido hacer real.

En *Exceso de confianza* planteo el problema que surge cuando una mujer casada vive con su hermana más pequeña que está a punto de tener una relación con su marido, aunque finalmente no llegaría a suceder nada. En *Sublime perdón* una prometida descubre que su novio la engaña y rompe la relación, aunque al final se reencuentran. Mis relatos se basan en acontecimientos de la vida cotidiana, en los sentimientos humanos y en las relaciones personales.

Otro relato lo he titulado *El amor que surgió a primera vista*, se trata de una pareja que se conoce en la esquina del estadio Santiago Bernabeu y se enamoran, él que tiene un hijo y ella que estaba

embarazaba de una niña, crían a los niños como hermanos, pero ellos terminan enamorándose y casándose al descubrir que no lo son. Otros títulos son *Casual reencuentro* (1990) y *El desquite* compuesto por 18 relatos breves escritos en un taller de escritura.

– **Aunque lo ha intentado no ha conseguido que ningún editor le publique.**

La primera y única novela que me han publicado ha sido *Cristina* (1999), una coedición con la editorial Vulcano, que me propuso editar 500 ejemplares y, cuando estaban impresas, me comunicaron que habían tenido problemas con el distribuidor y me las enviaron a mi casa para que fuera yo la que buscara la manera de darles salida. Recorrí varias librerías pero me informaron que sólo compraban

a través de distribuidor. Busqué agentes literarios y tampoco y a los editores que me he dirigido me han contestado que tienen muchas obras para leer. En fin que no hay forma. Esta novela se la he dedicado a una cuñada porque cuando comenzó a leer *Olvidar el pasado* me dijo: Lady ¿porque no sigues escribiendo?, ¿como me gusta!, me dio aliento para continuar.

– **Piensa seguir escribiendo.**

Creo que no. Las primeras novelas las escribí con máquina de escribir y luego utilicé el ordenador, pero lo he dejado porque estar sentada me viene mal y tengo que mirar por mi salud. Mi mayor ilusión sería ver publicada alguna de mis novelas no por mí, porque me da igual, no me importa ni la fama ni el dinero, sino por si puedo aportar algo.

Cuando me jubilé me dediqué con verdadera pasión a la escritura, recuerdo que mi esposo me decía: ¡lo tuyo con la escritura es vicio!”

– **Qué hace en su vida diaria.**

Soy muy rápida en todo, por las mañanas me levanto a las siete y me tumbo en una camilla de masaje, que me va muy bien. He logrado corregir la desviación de columna y mejorar las vértebras que tenía aplastadas. Me ha dado la vida. Después hago mis tareas domésticas y voy desde hace 4 años a los talleres de memoria, porque noté que perdía memoria y me asusté, aunque el médico me dijo que no me preocupara. También voy a risoterapia paseo y visito las librerías y viajo a los balnearios. He participado en los talleres de escritura de los centros culturales, en los que escribí casi todos los relatos que he recopilado en un tomo. Cuando me jubilé me dediqué con verdadera pasión a la escritura, recuerdo que mi esposo me decía: ¡lo tuyo con la escritura es vicio! Lo cierto es que aunque me pese no poder dar a conocer mis novelas, al menos mi dedicación a la escritura, me ha servido para sobreponerme a la depresión que sufrí por la enfermedad de mi esposo. No pienso irme a casa de mis hijos, porque aunque mi marido era muy bueno ya me manejó bastante, y no quiero que nadie me diga nada. Por eso, pensando más bien pensando en el futuro, he solicitado una residencia. Quiero ser independiente y libre y hacer con mi vida lo que quiero.



Una exposición
de los
intercambios
con Asia

Fascinados
por
Oriente

Coordina: Araceli del Moral



Proceso de producción del té. China, dinastía Qin, 1701-1850. Aguada.

Desde la Edad Media y hasta la actualidad, Oriente ha seducido a Europa. Oriente, primero fue un misterio; en la era de las colonizaciones, un almacén de productos exóticos; allí, la Ilustración encontró un territorio para la investigación; y las Vanguardias un referente para renovar el arte occidental.

Con el objetivo de descubrir y analizar esa atracción, el Museo Nacional de Artes Decorativas, perteneciente al Ministerio de Cultura, presenta la exposición *Fascinados por Oriente*, que analiza las relaciones culturales entre Extremo Oriente y Europa desde el punto de vista occidental.

La exposición se compone de más de trescientas piezas procedentes en su mayoría de las colecciones de Museo Nacional de Artes Decorativas, así como de otras instituciones. Se exhiben principalmente objetos de cerámica, porcelana, marfil, mobiliario, tejidos, pinturas y estampas.

Maravillas, exotismo, ciencia y lujo

Las maravillas, las riquezas de Oriente, encarnadas en figuras simbólicas como los Reyes Magos, constituyeron un poderoso estímulo para todas las sociedades situadas al oeste de ese vasto territorio entre la Antigüedad y la Edad Media.

En busca de esas maravillas, se encaminaron hacia el sol naciente desde Alejandro a Marco Polo. Y, para traer los productos maravillosos, milagrosos, como la seda, la porcelana o las especias, se organizaron vías comerciales como la Ruta de la Seda o la Ruta de las Especias. Por ellas llegaron, además, innovaciones y maravillas técnicas como la brújula o la pólvora llamadas a cambiar el mundo. Pero también amenazas como los hunos y los mongoles.

El establecimiento, a finales del siglo XV, de rutas marítimas directas controladas por las potencias occidentales y la fundación de colo-

nias en Asia supusieron un cambio radical en las relaciones con el Lejano Oriente. Se organizó un flujo regular desde los puertos orientales, primero en embarcaciones locales como el Vung Tau y luego en naves europeas como el San Diego, que cubrirán la ruta conocida como la Nao de la China.

Al principio, las mercancías de Oriente constituyeron aún importaciones exóticas, valoradas en las cortes europeas por su rareza y como símbolo de prestigio. Con el tiempo, se adaptaron a los gustos europeos, dando lugar a un exotismo por encargo. Su influencia se traducirá en imitaciones y en una moda: las chinerías.

El arte japonés contribuyó a la gran transformación del arte occidental que se puso en marcha a finales del siglo XIX

El exotismo oriental se puso también al servicio de la fe católica, al servicio de Dios. Y, para garantizar las relaciones comerciales, las cortes europeas y orientales intercambiaron regalos exóticos, tan exóticos los orientales para los occidentales, como a la inversa.

Desde finales del siglo XVIII, la mirada de Occidente hacia otros mundos evolucionó a la luz de las ideas de la Ilustración y en función de los intereses y el modo de vida de una clase social emergente: la burguesía.

La nueva mirada científica, racionalista, enciclopédica se plasmará en instituciones llamadas a condensar y clasificar todas las realidades, también las orientales. Instituciones como las que formaron parte del proyecto de la Colina de las Ciencias de Madrid: la Real Casa de Fieras, el Real Gabinete de Historia Natural y el Real Jardín Botánico.

Oriente como fuente de inspiración

La nueva mirada burguesa se traducirá en espacios domésticos decorados con un lujo oriental más confortable y delicado, sinónimo de distinción: rincones femeninos cotidianos y fumoirs masculinos.

El toque oriental también aportará su elegancia en la indumentaria. Así, a partir de 1880, el kimono se convirtió en prenda de estar en casa para recibir a los amigos más próximos como expresión de libertad de costumbres y de criterio de los que la bohemia respetable hacía gala.

Un paso fundamental en la evolución de la valoración de Oriente en Occidente es la influencia ejercida



Túnica (Chi-fu) decorada con aves fénix y dragones.

China, dinastía Qin, 1726-1800. Seda y raso bordado, pasamanería e hilo metálico.

Biombo con porcelanas decoradas con símbolos taoístas, budistas y confucionistas.

China, siglo XIX. Madera lacada, bronce y porcelana.

Biombo

Los biombos ordenaban y compartimentaban los espacios en los interiores orientales, tanto en las salas de protocolo como en las privadas.

En la Europa de la segunda mitad del siglo XIX se transformaron en caprichos decorativos, que acotaron espacios íntimos, cálidos y envolventes.

Kimono

Este chi-fú –siglo XVIII, reinado de Carlos III–, es posiblemente uno de los que la corte china regaló a la española.

Luce el esquema cósmico –las olas, la montaña y las nubes– y dragones de 5 garras como los trajes de dragón imperiales, pero es de una época en que estos símbolos ya no eran exclusivos.

tidiana del periodo Edo, dejó una huella muy significativa dentro de la corriente conocida como *japonismo*, durante la segunda mitad del siglo XIX. Y, a partir de él, en movimientos como el *arts and crafts* británico, el impresionismo, el modernismo y las primeras Vanguardias, cuyos artistas y diseñadores ampliaron sus fuentes de inspiración a otros objetos y obras orientales.

por el arte japonés en el proceso de renovación del arte occidental a finales del siglo XIX.

El Impresionismo, el Modernismo y las vanguardias buscaron en el arte de otras culturas sistemas de representación y visiones de la naturaleza con los que zafarse de los corsés academicistas. Owen Jones, Fortuny, Beckert, Gallé, Toulouse Lautrec, Monet... se fijaron en las formas y los valores del arte oriental para plantear una alternativa a la tradición occidental. El arte japonés contribuyó poderosamente a renovar el arte europeo.

Las estampas japonesas, que llamaron poderosamente la atención de los artistas europeos y norteamericanos, y el atractivo del arte del Ukiyo-e, que ilustra la vida co-

FASCINADOS POR ORIENTE

Museo Nacional de Artes Decorativas

C/ Montalbán, 12. Madrid.

Metro: Banco de España y Retiro.

Martes a Sábados de 9,30 a 15,00 h.

Jueves, viernes y sábados de 17,00 a 20,00 h.

Domingos y festivos de 10,00 a 15,00 h.

Hasta al 20 de junio de 2010.

Exposiciones

Rostros de Roma



A través de las obras expuestas, más de una treintena de retratos de época romana, procedentes del Museo Arqueológico Nacional, se estudian diferentes aspectos del retrato romano, una de las grandes aportaciones de Roma al arte occidental: orígenes e influencias, el retrato oficial y las diferentes alternativas que baraja el poder, el retrato funerario, la importancia de las modas en el peinado masculino y femenino, etc.

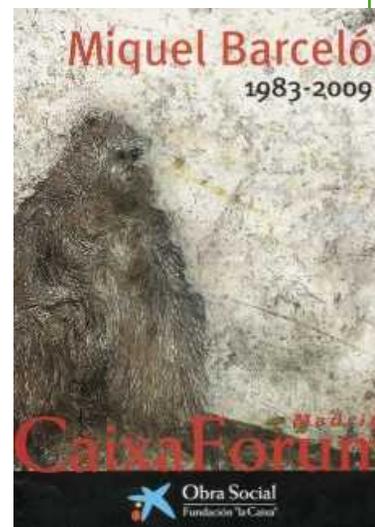
La muestra, además del servicio de visitas guiadas, ofrece el desarrollo teatralizado del cuento “El amuleto de los emperadores: La Medusa”.

Rostros de Roma.
Retratos Romanos del Museo Arqueológico Nacional
 Torreón de Lozoya.
 Salas del Palacio.
 Plaza de San Martín, nº 5.



SEGOVIA
Entrada libre.
 Hasta el 30 de mayo de 2010.
 Laborables de 18:00 a 21:00 h;
 sábados y festivos de 12:00 a 14:00 h
 y de 18:00 a 21:00 h.
 Lunes cerrado.

El Misterio del proceso creativo



Miquel Barceló, destacado artista vivo de renombre internacional, representó a España en la Bienal de Venecia de 2009 en calidad de pintor entregado a un género casi extinto.

La exposición ofrece una selección de obras de técnicas y soportes variados realizadas entre 1983 y finales de 2009.

MIQUEL BARCELÓ
CaixaForum Madrid
 Paseo del Prado, 36.
 Metro Atocha. Madrid.
 De lunes a domingo
 de 10,00 a 20,00 h.

Café-tertulia con las Artes:
 alrededor de la exposición, y sólo para personas mayores.
 Martes a las 17 h.
 Inscripciones 913.30.73.00
Actividad gratuita.
 Aforo limitado.
 Hasta el 13 de junio de 2010.

Maestros Latinoamericanos



Interesante recorrido artístico por la creación de la cultura latinoamericana. Las piezas abarcan desde las vanguardias de principio de siglo XX, pasando por las propuestas de la pintura de posguerra y llegando hasta los años ochenta del siglo pasado.

La muestra es una ocasión para conocer el arte contemporáneo latinoamericano, debido a que las obras seleccionadas son de artistas originarios de 11 países diferentes. Obras de Frida Kahlo, Botero, Rivera



y Torres García, entre otros, componen esta colección.

LATITUDES: Maestros Latinoamericanos en la Colección FEMSA

Sala de Exposiciones BBVA
Paseo de la Castellana 81.
Metro Colón/Banco de España.
Madrid.

Martes a sábados de 11 a 20 h.
Domingos y festivos de 11 a 14 h.

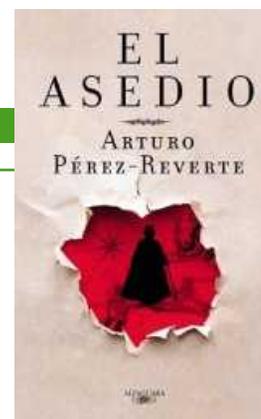


Entrada gratis.
Hasta el 16 de mayo 2010.

Libros

El asedio

Cádiz, 1811. España lucha por su independencia mientras América lo hace por la suya. En las calles de la ciudad más liberal de Europa se libran batallas de otra índole. Mujeres jóvenes aparecen desolladas a latigazos. En cada lugar, antes del hallazgo del cadáver, ha caído una bomba francesa. Eso traza sobre la ciudad un mapa superpuesto y siniestro: un complejo tablero de ajedrez donde la mano de un jugador oculto —un asesino despiadado, el azar, las curvas de artillería, la dirección de los vientos, el cálculo de probabilidades— mueve piezas que deciden el destino de los protagonistas: un policía corrupto y brutal, la heredera de una importante casa comercial gaditana, un capitán corsario de pocos escrúpulos, un taxidermista misántropo y espía, un enter-



necedor guerrillero de las salinas y un excéntrico artillero a quien las guerras importan menos que resolver el problema técnico del corto alcance de sus obuses.

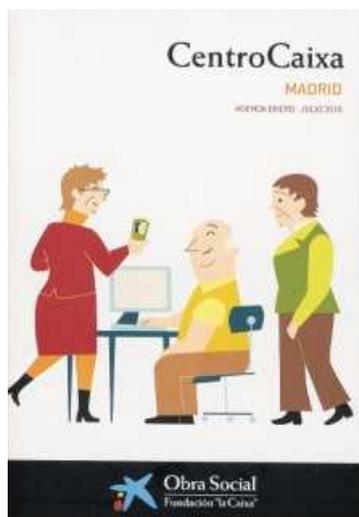
El asedio narra el pulso asombroso de un mundo que pudo ser y no fue. El fin de una época y unos personajes condenados por la Historia, sentenciados a un vida que, como la ciudad que los alberga —una Cádiz equívoca, enigmática, sólo en apariencia luminosa y blanca—, nunca volverá a ser la misma.

El asedio

Autor: Arturo Pérez-Reverte.
Páginas: 736. Editorial: Alfaguara.
Precio: 22,50 / 29,00 €

Servicios

Activos y Solidarios



Desde los centros de mayores, propios y en convenio con las administraciones públicas, distribuidos por toda la geografía española, y de forma muy especial desde CentroCaixa Madrid y CentroCaixa Murcia, la Obra Social “La Caixa” impulsa el papel activo de las personas mayores y su participación en la sociedad. Sus agendas de actividades ofrece formación en informática; conferencias, tertulias y talleres relacionados con los ámbitos de la salud y el bienestar y con diferentes temáticas culturales, sociales y medioambientales; actividades de voluntariado y fomento de las relaciones intergeneracionales.

Servicio de información Obra Social Fundación “la Caixa”

Tfno.: 902 223 040.
De lunes a domingo de 9 a 20 h.
www.laCaixa.es/ObraSocial

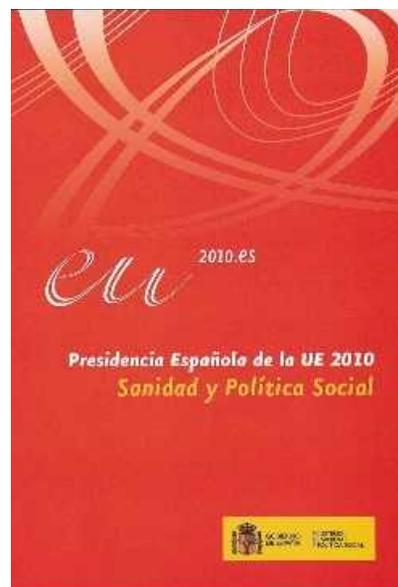
Presidencia de la UE

Durante el primer semestre de 2010 España está asumiendo el importante reto de ejercer la Presidencia del Consejo de Ministros de la UE.

La Presidencia Española también potenciará el envejecimiento activo como medida para conseguir que las personas mayores disfruten de una vida saludable integrada plenamente en su entorno, así como el impulso de las relaciones intergeneracionales.

CALENDARIO DE REUNIONES:

- Conferencia sobre envejecimiento activo y saludable. (Logroño-La Rioja 29-30 abril).



- Reunión Informal de Ministros de discapacidad. (Zaragoza 19 de mayo).
- Conferencia sobre la autonomía personal a través de la accesibilidad universal, la educación y el empleo. (Zaragoza 20-21 mayo).

Literatura para escuchar

Con el objetivo de satisfacer las demandas culturales de las personas con dificultades de visión y otros grupos con problemas de movilidad o analfabetismo, aproximando la literatura mediante la producción fonográfica, la Sociedad Insular para la Promoción de las Personas con Discapacidad, Sinpromi S.L., edita la colección Biblioteca Sonora de Canarias, que recoge una recopilación de música

y poemas inspirados en el archipiélago canario.

La difusión de se realiza de manera gratuita a Ludotecas, Bibliotecas, Centros de documentación especializados, Asociaciones, Centros de atención de personas con discapacidad y entidades públicas de Canarias.

Biblioteca Sonora de Canarias
Información: [sinpromi cab-tfe.es](http://sinpromi.cab-tfe.es) y tfno.: 922 249 199

Música

Martes o domingo, concierto

En las actividades de la Banda Sinfónica Municipal de Madrid se distinguen los conciertos ofrecidos en el Teatro Monumental durante los denominados ciclos de invierno y otoño: febrero a marzo y noviembre a diciembre, respectivamente.

Los conciertos del ciclo primavera-verano comprende los conciertos de los distritos, ofrecidos en el Parque del Retiro durante los meses de Mayo a Octubre.

BANDA SINFÓNICA MUNICIPAL MADRID

Ciclo de Invierno:
Teatro Monumental.
Calle Atocha, 65.
Madrid.
Metro: Antón Martín.
Tfno.: 91 429 10 55

Martes conciertos a las 19 h.
Entradas: 3, 5, 8 y 10 €. Dto.
50%: mayores de 65 años y
menores de 25.

Ciclo Primavera-Verano:
Templete de El Retiro.

Domingos a las 12 h.
Desde el 9 de mayo al 25 de
julio y del 5 al 26 de
septiembre.

Espectáculos

La Traviata se convierte en ballet



Iñaki Urlezaga, el talentoso bailarín argentino que triunfa en el mundo vuelve a los escenarios españoles para presentar el ballet "La Traviata".

Por primera vez en España, una de las operas más famosas de Giuseppe Verdi en versión de ballet con coreografía del bailarín argentino Iñaki Urlezaga.

El Ballet Concierto, compuesto por más de 50 bailarines y

figurantes, tiene como protagonista a Iñaki Urlezaga en el rol de Alfredo acompañado por la primera bailarina Eliana Figueroa en el personaje de Violeta.

LA TRAVIATA

Música: Giuseppe Verdi.
Coreografía: Iñaki Urlezaga.
Teatro Nuevo Apolo.
Madrid.

Del 28 de abril al
20 de mayo.



Desde una residencia.

Julio Carabias
Periodista y humorista

Desde hace poco más de un año, estoy viviendo en una residencia de P.P.M.M., de la Comunidad de Madrid, y creo que para explicar por qué estoy aquí, tendría que contar toda mi vida, lo que no pienso que interese a nadie, ni siquiera demasiado a mí, y que, además, sería muy largo.

Antes de continuar, por si alguien no lo supiera, les aclararé que lo de P.P.M.M., es una manera “guay”, de decir Personas Mayores. Yo cuando me preguntan algunos amigos que qué quiere decir P.P.M.M., les digo, muy serio, que quiere decir Residencia de Padres Maristas. Y cuando me preguntan que si me he hecho cura, les respondo que sí, que ha sido una vocación tardía, que no espero ya, llegar a Papa, pero que, como he llegado 4 veces a papá, no me importa. Para hacer más creíble este camelo, cuando me despido de ellos, les doy mi bendición, y se van tan contentos. Para situar un poco a mis posibles lectores, les diré que tengo 75 años, que estoy separado desde hace 12 ó 13 años –no se muy bien por qué– y que tengo 4 hijos varones –estos si se por qué– con los que me llevo muy bien.

A los 15 años entre de botones en un banco, seguí estudiando Bachillerato hasta acabarlo, y luego trabajé 4 años, de representante de aparatos eléctricos. A partir de esta edad empecé a actuar en el teatro, cine, salas de fiesta, radio y televisión, y galas de todo tipo, en España y en el extranjero, siempre como ilusionista y humorista. Soy periodista titulado, y desde los tiempos de La Codorniz, aquella revista de humor –“la revista más audaz para el lector más inteligente”, que decíamos nosotros de nosotros mismos– he colaborado en los diarios Pueblo, Diario 16, el Imparcial, en lo poco que duró, y en varias revistas, por ejemplo, Interviú.

He sido bastante deportista y he jugado de chaval al fútbol –la última alineación del Madrid, que recuerdo, es la de Marzá, Olivares, Mardones, Sauto, Ipiña, Lecue, Alsúa, Alonso, Barinaga, Belmar y Botella– por entonces, me parece que el Atlético de Madrid, se llamaba, todavía, Atlético de Aviación –los de mi edad quizá lo recuerden–. También fui beisbolista. He jugado al tenis. He practicado el golf. Si les digo que he sido Campeón de España de Tenis, seguramente no se lo creerán, pero si les aclaro que de periodistas, lo entenderán mejor.

En estos escritos “Desde una residencia de P.P.M.M.”, espero ser como un corresponsal de guerra –no en las guerras de las residencias de mayores, que no las hay– pero sí, el narrador amable y risueño, el cronista bien intencionado, de las pequeñas escaramuzas y situaciones curiosas que se producen en el mundo de los mayores de 65 años, que son de lo más variado e interesante.

Contaré cosas como ésta. Fui a conocer una residencia en la que me habían concedido una plaza, y mientras me atendían, me senté, en la recepción, en uno de esos sillones en los que te hundes. Vi pasar a varios residentes, y la mayoría cojeaban de alguna manera, iban en sillas de ruedas o llevaban muletas o bastones. Pensé en mí. Hay que ver lo que es la edad. Todos estos señores y señoras habían corrido como gamos en su juventud. A mí, afortunadamente, todavía no me han llegado esas deficiencias. Cuando me quise levantar de mi butaca tan bajita, no podía hacerlo, tuve que volverme de espaldas y levantarme después de ímprobos esfuerzos. Me entró la risa. Espero que a ustedes, mis lectores, si no les da la risa, por lo menos, sonreirán recordando que, en alguna ocasión, les ha pasado lo mismo.

Productos de apoyo para la vida autónoma



Los productos de apoyo favorecen la autonomía en las actividades diarias y las relaciones sociales.



**NO SOMOS UN CENTRO DE VENTA, PERO
PODEMOS AYUDARLE A CONOCER ESTOS
PRODUCTOS Y SUS DISTRIBUIDORES**

¡Estamos para informarle y asesorarle!

**CENTRO DE REFERENCIA ESTATAL DE AUTONOMÍA PERSONAL Y
AYUDAS TÉCNICAS (CEPAT)**

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

Tel.: 91 363 48 00 Fax: 91 778 41 17

Correo electrónico: ceapat@imserso.es

Información sobre el CEPAT en Internet: www.ceapat.org

SI ESTÁS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA TÚ TIENES DERECHO

Si tengo dudas, ¿dónde puedo dirigirme?

El IMSERSO le atenderá en el número de teléfono

901 10 98 99

en un horario ininterrumpido:

De lunes a viernes de 9 de la mañana
a 9 de la noche

Los sábados de 9 a 2 de la tarde

www.dependencia.imserso.es



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL



IMSERSO

