

NÚMERO 284 / 2009

# 60

y más



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y POLÍTICA SOCIAL



IMERSO

| REPORTAJE

## Cuidar al cuidador

| NOTICIA

## Centro de Referencia estatal de Enfermedades Raras de Burgos

| A FONDO

## Foro Europeo de Turismo Social

# Los mayores, activos en la construcción de la Unión Europea



[www.europarl.es](http://www.europarl.es)



[www.ec.europa.eu/spain](http://www.ec.europa.eu/spain)

# 60

y más



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL



## CONSEJO EDITORIAL

Pilar Rodríguez, M<sup>a</sup> Eugenia Zabarte, Pablo Cobo, Ángeles Aguado, Julio Murciano, M<sup>a</sup> 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<sup>a</sup> Ángeles Tirado Cubas.

## PORTADA

Archivo.

## ADMINISTRACIÓN

Víctor Manuel Bodipo Tango y Concha Largo Rodríguez.

## COLABORADORES

Araceli del Moral, Jesús A. Granados, Ana Fernández, Laura Blanco y Rafael del Campo.

## 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: 661-09-014-4.  
ISSN: 1132-2012.  
TIRADA: 71.000 ejemplares.

## IMPRIME

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

Número 284 | Octubre 2009

# Sumario

## más al día

### 6| NOTICIA

Inauguración del Centro Estatal de Referencia de Enfermedades Raras de Burgos.

### 24| ACTUALIDAD

### 56| CULTURA

Exposición: Un recorrido por la Moda del Siglo XX.

### 58| MAYOR GUÍA

## más información

### 8| REPORTAJE

Cuidar al cuidador.

### 14| ENTREVISTA

Mercedes Salisachs.

### 18| A FONDO

Foro Europeo de Turismo Social.

### 46| INFORME

Las personas mayores, un activo en la construcción de la Unión Europea.

### 52| MAYORES HOY

Manuel Rosales Touza, un campeón octogenario.

## más actividad

### 38| CALIDAD DE VIDA

Cómo prevenir el resfriado común.

### 42| EN UNIÓN

Homenaje de la Academia del Humor a los 90 años de Mingote.

## más a fondo

### 29| CUADERNOS

Conferencia sobre Envejecimiento Digno y Saludable. Jornadas: Relaciones y Experiencias en el Voluntariado. Jornada Técnica de Formación y Atención a la Dependencia. Salón del Mayor.

## más fijos

### 37| PUBLICACIONES

### 62| OPINIÓN

Rafael del Campo.



6/7 La Noticia



8/13 Reportaje



46/51 Informe

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

Suscripciones sólo por fax: 91 363 89 73, o por carta:  
**60 y más**  
Avda. de la Ilustración, s/n. c/ Ginzo de Limia, 58. 28029 Madrid.

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

## PULSO A LA SOLEDAD

El IMSERSO ha establecido como uno de sus objetivos prioritarios la lucha contra la soledad de las personas mayores. No se trata de la soledad libremente escogida por quienes deciden vivir sin compañía, sino de una situación de aislamiento sobrevenida que genera sentimientos negativos de tristeza.

Vivir solo no es lo mismo que sentirse solo. Hay muchas personas que no quieren compartir su espacio con nadie y esto les produce una gran satisfacción. Este sentimiento nada tiene que ver con la sensación de abandono y apatía que afecta a quienes se sienten solos. En cualquier caso, la percepción subjetiva de soledad sobrevenida, no elegida libremente, afecta siempre negativamente al bienestar de la persona mayor porque merma la autoestima personal e introduce hábitos de vida –dejadez de la imagen, alimentación inadecuada, falta de motivación para salir de casa y relacionarse– que, a medio o largo plazo derivan en situaciones de dependencia.

Más de un millón y medio de personas mayores de 65 años viven sin compañía en España. De ellas, el 47,2% reconocen sentirse solas. Por eso, el IMSERSO ha iniciado diversas actuaciones dirigidas a un mismo objetivo: plantarle cara a la soledad de las personas mayores. La última es “Juntos en Navidad, un programa especial, imbricado en el de Vacaciones y Balnearios, por el que las personas mayores que viven solas, así como las parejas que pasan todas o algunas de las fechas navideñas sin compañía, puedan viajar a un destino de playa o a un balneario.

El IMSERSO, con el programa “Juntos en Navidad”, que se une a otras iniciativas como la experiencia piloto “Cerca de Ti” (de la que hemos informado en números anteriores), le echa un nuevo pulso a la soledad de las personas mayores. Las vacaciones de Navidad se convierten así en un aliciente para viajar y conocer a otras personas con las que crear lazos de amistad. Junto a las actividades propias de los programas de Turismo Social y Balnearios del IMSERSO, el programa “Juntos en Navidad” incluirá actividades relacionadas con las fechas navideñas.

Canarias será uno de los puntos de destino especialmente escogido por el IMSERSO para el programa “Juntos en Navidad” por su excelente clima durante estas fechas, así como otros puntos de la costa mediterránea donde las temperaturas son muy suaves a lo largo de todo el año. Quienes soliciten una localidad de playa pueden disfrutar en ella turnos de ocho, diez o quince días, que estarán comprendidos entre el 22 de diciembre y el 7 de enero. Así, algunas personas que tengan compañía para Navidad, pero no para Año Nuevo, pueden acogerse a turnos de 8 días, o viceversa. No será así para quienes opten por un balneario, ya que los turnos, en este caso son de doce días de duración y abarcan del 22 de diciembre al 2 de enero.

Las fiestas de Navidad son especiales y, por eso, el IMSERSO cree que es el momento idóneo para decir NO a la soledad de muchas personas mayores en estas fechas.

## Abuelita

Una abuelita una tarde  
a sus nietos les contaba  
que desde que era abuelita  
ella feliz se encontraba

Se veía las arrugas y las canas  
pero encontró un cariño  
que ella nunca esperaba

Pero de ver que me tenéis  
tanto cariño  
yo no me creo abuelita  
creo que soy un niño

Pero sin darme cuenta  
los años van corriendo  
cuando me quise dar cuenta  
yo, ya tenía nietos

Yo confío en vosotros  
Que seréis mi bastón  
Nunca me olvidareis  
Verdad cariños que no

**Lola Gómez**  
Elda (Alicante)

## Una amistad para toda la vida

Soy lector de la revista hace tiempo, desde que la recibo. Sus reportajes y su dedicación a las personas mayores es digna de encomio. En éste país falta humanidad y más atención hacia las personas de edad, llevamos una vida egoísta, en la que no puedes confiar ni en la familia.

He escrito alguna vez a la revista pidiendo amistades y personas con humanidad y que tengan un ideal en la vida, como puede ser la amistad o la ayuda a las personas que se encuentran solas, ya que la soledad es muy mala, y no se puede sobrellevar sin ayuda, sobre todo, moral.

## Correspondencia de amor, paz y cariño

La revista “60 y Más” me parece fabulosa y nos hace la vida algo más agradable durante algunos días del mes, cuando nos llega a nuestro domicilio.

Soy viuda, desgraciadamente, pues he sido 33 años muy feliz en mi matrimonio, pero eso lo he superado. Tengo dos hijos muy buenos que me adoran, pero ya son mayores, están independizados y hacen su vida y yo me encuentro muy sola.

Me gustaría encontrar un señor de mi edad, 61 años, para que nos hiciéramos amigos y, si luego surge algo verdadero, mejor. Yo no busco sexo, sino una compañía agradable, con quién hablar y hacer algún viaje por Europa.

Disfruto de salud, afortunadamente, y soy persona de buen carácter y con sentido del humor.

Aunque seamos mayores se echa de menos una palabra de cariño, ya que es, precisamente, cuando eres mayor, cuando más cariño necesitas.

No pretendo que la revista se convierta en una agencia matrimonial, pero sí en una correspondencia de amor, paz y cariño entre personas mayores.

**Mercedes Velasco Pedrero**  
Madrid

Es como el que sufre de los nervios, que no encuentra ayuda, ni apoyo. En una carta mía anterior, yo hablaba de la soledad y la amistad, y ha habido gente que interpretó mal mis palabras. No sólo se dirigían a mi como si yo pidiera un lígüe, sino como una persona que escribiera para otra cosa. Debo decir que me he sentido ofendido, pues jamás he escrito a ningún sitio pidiendo ligar con nadie, entre otras cosas, porque no lo preciso. Yo tengo mi pareja a la que quiero y respeto, y no pido ni necesito a nadie más. Esas personas deberían saber y separar lo que es el sexo de la amistad, ya que si todo lo meten en el mismo saco, es que no tiene ni idea de lo que es la vida.

Hace tiempo, en la mayoría de las revistas, existía la sección de correspondencia, pero sanamente y con respeto. La gente encontraba amigos y amigas, y mantenían una correspondencia sana sin más, ahora, estás pidiendo amistad, y lo interpretan como sexo. Por ello, que voy a dejar de escribir, que ha sido mi distracción desde joven, y esas amistades eran para toda la vida.

**Francisco Pulido**  
Hospitalet



## Trinidad Jiménez inaugura el Centro de Referencia Estatal de Enfermedades Raras

El centro formará parte de un plan pionero en Europa que se ocupará de estas enfermedades.

Texto: Juan Manuel Villa  
Fotos: M<sup>a</sup> Ángeles Tirado.

La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, ha inaugurado el Centro de Referencia Estatal (CRE) de Enfermedades Raras en Burgos dependiente del IMSERSO. Jiménez destacó en su discurso de inauguración la puesta en marcha de la Estrategia de Enfermedades Raras, pionera en Europa, del Sistema Nacional de Salud enmarcada en el Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud.

La ministra explicó que esta estrategia pionera aborda aspectos sobre prevención, detección precoz de enfermedades raras, atención socio sanitaria, impulso a la investigación, y formación e información a profesionales, personas afectadas y sus familias.

Trinidad Jiménez subrayó que “el camino no es otro que el desarrollo socio sanitario adecuado a las necesidades de estos pacientes y sus familias”.

El CRE de Enfermedades Raras de Burgos es pionero en la atención a personas con estas enfermedades y sus familias, y también en investigación y en formación de cuidadores y profesionales especializados. La titular de Sanidad y Política Social indicó que “vamos a empezar a dar un tratamiento de igualdad como en otras enfermedades” y explicó que con el centro de Burgos “estamos haciendo realidad uno de los objetivos más importantes que tiene el Ministerio de Sanidad, que es la integración del espacio socio-sanitario.

En este sentido, durante la inauguración del CRE; a la que también asistieron el secretario de Política Social y Consumo, Francisco Moza, el secretario general de Sanidad, José Martínez, y la directora general del IMSERSO, Pilar Rodríguez; la ministra hizo referencia a la doble función que desarrollará el centro como referencia estatal en la investigación, la promoción y apoyo de otros recursos del sector de una parte; y llevar a cabo una atención directa y especializada a las personas con este tipo de enfermedades y a sus familias por otra parte.

### Servicios del Centro

Los servicios de referencia que ofrecerá el centro de Burgos se plantean como recursos especializados en la investigación, el estudio y el conocimiento de las enfermedades raras, así como la formación de profesionales que trabajan en este sector y la difusión de sus conocimientos para mejorar la situación de estas personas y sus familias cuidadoras. Así, el objetivo de estos servicios es el de ofrecer a todo el territorio español la información, el asesoramiento, el apoyo y el impulso necesario para la optimización de la atención a estas personas.

Además, el Centro Estatal de Referencia de Enfermedades Raras establecerá colaboraciones con entidades públicas y privadas para impulsar investigaciones, programas específicos y proyectos de atención a los afectados y a sus familias.

Los servicios de referencia tienen las siguientes áreas:

- Área de Información, Investigación, Documentación y Evaluación, que desarrollará estudios y sistematizará toda la información referente a esta materia.

- Área de formación, asistencia técnica y cooperación institucional, que se encargará de la formación y la asistencia técnica a las diferentes Comunidades Autónomas y a entidades públicas y privadas, así como de la sensibilización social sobre las enfermedades raras.

Por otro lado, uno de los aspectos más importantes es que el centro pone a disposición de las personas con enfermedades raras y de sus familias una serie de servicios específicos de atención directa y socio-sanitaria a través de los que pueden participar y compartir vivencias con otras personas enfermas y sus familias, así como con profesionales y expertos. El objetivo de estos servicios es que las personas con este tipo de enfermedades alcancen el máximo nivel de desarrollo y de



Trinidad Jiménez, durante su visita al CRE se interesó por los servicios que se prestan en el mismo.

## SERVICIOS DE ATENCIÓN DIRECTA

- De atención a familias y ONG que incluye la información a las familias sobre los cuidados más adecuados, el entrenamiento de las personas con enfermedades raras sobre habilidades que faciliten su autonomía personal, la organización de estancias breves para familias con sus hijos y el desarrollo de programas específicos.
- Programas de respiro familiar que permitirán a las familias tener un descanso en su tarea cuidadora habitual.
- Creación de una escuela de padres, grupos y redes de autoayuda de familiares y de personas enfermas, para el mejor cuidado y atención de los hijos o parientes con una enfermedad rara.
- Apoyo e información a las ONG para que conozcan mejor la enfermedad y presten una buena atención al enfermo y a sus familias.
- Servicios de atención sociosanitaria. Como Centro de Día desarrollará programas de intervención, fundamentalmente psicosociales:
  - Atención temprana y/o de intervención rehabilitadora.
  - Cuidados de salud.
  - Entrenamiento en actividades de la vida diaria.
  - Readaptación a los entornos familiar y comunitario.
  - Ocio y tiempo libre.

realización personal, de forma que mejoren su autonomía, su integración social y su calidad de vida.

El centro comenzó a prestar servicios a finales del pasado mes de julio y se ha puesto en marcha el servicio de estancias diurnas y la zona residencial de apartamentos. Asimismo el CRE ha organizado varios encuentros con familiares de personas con enfermedades raras.

En cuanto a la investigación, la dirección del centro ha iniciado la colaboración con el Instituto de Investigación de Enfermedades Raras (IIER) del Instituto Carlos III, para la realización de un registro epidemiológico de personas con enfermedades raras a nivel nacional.

También este Centro ha impulsado con FEDER el desarrollo de dos proyectos, uno sobre dependencia en personas con enfermedades raras y otro sobre intervención socioeducativa con niños afectados por estas enfermedades.

# Cuidar al cuidador

Textos: Laura Blanco  
Fotos: Javier Cuesta

Sufren dolores de espalda, tienen las extremidades cargadas, la autoestima baja y en algunos casos hasta síntomas de depresión. Pero, no sólo no se cuidan a sí mismos, sino que llevan años atendiendo a sus padres, hijos o suegras y casi el mismo tiempo sin tomar un café con una amiga, ir tranquilamente a la peluquería o acudir al médico por sus problemas musculares. Son los familiares de personas dependientes y acaban de aprender que, cuanto más se cuiden ellos, mejor se ocuparán de los demás.

Antonia, María Jesús y su hermana Rosario, Eduardo –una *rara avis* porque casi el 95% de los cuidadores son mujeres– o Manuela no se conocen. Pero bastan cinco minutos para que, además de asentir cada vez que la terapeuta “da en el clavo” al relatar su día a día, compartan inquietudes y hasta consejos sobre la mejor altura para la cama del enfermo incapacitado o dónde alquilar una grúa al mejor precio. El Cuidabús ha llegado a su mismo pueblo, la localidad sevillana de Coria del Río. De otra forma, difícilmente hubieran podido asistir a apenas dos horas de formación para atender mejor a sus familiares.

Desde julio y hasta diciembre, dos aulas móviles recorren 151 municipios andaluces (uno para las provincias occidentales y otro para Andalucía oriental) con la finalidad de llevar a los familiares que se ocupan de personas dependientes un mensaje: “que si ellos no se cuidan, nadie lo hará por ellos, y que no son “pilas alcalinas” de usar y tirar a disposición en los supermercados sino “baterías” que hay que recargar.

El Cuidabús es una de las acciones formativas para familiares cuidadores de personas dependientes emprendida por la Consejería de Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía. Está integrado en un plan de formación que incluye acciones tanto para cuidadores no profesionales como para profesionales con un presupuesto global de 1,4



María Jesús Álvarez, una de las cuidadoras asistentes, muestra cómo hace para levantar a su madre de la cama.



millones de euros procedentes del Plan E del Ministerio de Sanidad y Política Social. Andalucía es la comunidad con más cuidadores no profesionales de personas dependientes, 38.037 (el 43,15% de los 90.551 registrados en todo el país). En términos generales, el 94,4% son mujeres y más de la mitad superan los 50 años, e incluso un 21,5% tienen más de 65 años. No son raros los casos en los que el cuidador necesita casi tantos cuidados como el cuidado, sobre todo entre matrimonios mayores cuando uno de los dos queda incapacitado. De ahí que la consejera andaluza de Igualdad y Bienestar Social, Micaela Navarro, destaque la “importancia” de prestar atención a estas personas que “se olvidan de hacer su vida” y corren el riesgo de sufrir diversas patologías derivadas de los esfuerzos que realizan sin formación especializada para ello.

El Cuidabús pretende formar a unos 13.000 de esos cuidadores, ya que en cada localidad a la que llega hace seis pases para 18 personas cada uno. Las delegaciones provinciales de Igualdad y Bienestar Social se encargan de promocionar la llegada del autobús en cada municipio entre las asociaciones y servicios municipales que tienen controlados a estos cuidadores, ya que la mayoría están registrados en el sistema de atención a la dependencia, porque desde la aprobación de la ley perciben una ayuda económica por ejercer su labor y un alta en la Seguridad Social. De hecho, las prestaciones econó-

micas vinculadas a cuidados en el entorno familiar representan en la comunidad andaluza el 50,73% de las ayudas reconocidas a los dependientes por ley (76.792). Hay una inscripción, pero una vez que llega el Cuidabús al municipio, sus puertas están abiertas –si las limitaciones de espacio lo permiten– para quien quiera entrar en el último momento.

Durante dos horas, una más centrada en la terapia psicológica y otra en la práctica de mover o lavar al dependiente para evitar dañarle a él y a uno mismo, la terapeuta Patricia Prieto y la

## REPORTAJE



La enfermera Mari Luz Montes comienza su sesión práctica preguntando la edad y movilidad de los familiares de los cuidadores para incidir en lo que más les sirva.

enfermera Mari Luz Montes, incitan a una reflexión. Es poco tiempo, porque a los cuidadores no les suele sobrar, y son unas meras indicaciones. Las profesionales encargadas de las sesiones saben que “nadie cambia de un día para otro” pero también que ver que hay otros en su misma situación, ayuda. Confían en que poco a poco cale en los cuidadores la idea de que pueden y deben delegar, que no es su única y exclusiva obligación, que todo el mundo necesita tiempo para sí mismo y que cuanto mejor estén ellos, mejor tratarán a su familiar enfermo, para quien “tampoco es fácil”. Muchos, les hace ver Patricia Prieto, han llevado una vida muy activa “y a nadie le gusta que le digan todo el día lo que tiene que hacer ni depender de los demás para todo. Con la edad y la enfermedad se ponen impertinentes y como son quienes mejor

nos conocen, saben perfectamente cómo hacernos daño”.

### La vida cambia

Patricia Prieto destaca que, cuando en una familia una persona requiere cuidados permanentes la vida “cambia para todos” y en un 50%, los vínculos entre sus miembros se fortalecen o se separan completamente. “Hay que adaptarse y los efectos psicológicos no duelen, no se ven, pero van haciendo mella y hay que cuidarlo, porque cuanto mejor esté el cuidador, mejor atenderá a la persona dependiente”. Es lo que intenta trasladar en las sesiones del Cuidabús, que es necesario salir, tomarse tiempo para uno mismo, mantener relaciones sociales, hablar con otros en la misma situación que son quienes mejor la comprenden y aprender a delegar, a pedir ayuda, no sólo al entorno sino cono-

cer la red de servicios sociales que puede aliviar la situación. Para ello, quienes acuden al Cuidabús reciben, en formato impreso y audiovisual, una *Guía práctica para el cuidado en el entorno familiar de personas en situación de dependencia* con información general sobre los servicios y ayudas a su disposición. “Fácil no es, pero imposible tampoco”, les hace ver.

Pero en las sesiones no sólo habla la terapeuta, sino que deja hablar a los cuidadores que acuden porque “muchos necesitan desahogarse, que alguien les escuche, no saben si lo hacen bien o mal”, destaca Patricia Prieto. Y algunos de los asistentes lo corroboran.

Manuela Monge tiene un hijo de 19 años con parálisis cerebral y reconoce que “da muchos ánimos ver que se preocupan por ti, y también hablar con otros en



Sebastián Alfaro, presidente de la asociación Caura de personas con discapacidad de Coria del Río (Sevilla) visita el Ciudadabús.

tu misma situación”. Recibe una ayuda económica por prestar los cuidados familiares y de momento no se plantea pedir otro tipo de servicios para su hijo. Tampoco Antonia Díaz, que convive y cuida desde hace años a su madre, con artrosis, problemas de tensión y a la que recientemente le han implantado una válvula en el corazón. “Ella es muy rara, sin mí no quiere estar, y yo no la voy a dejar porque ella también me ha ayudado mucho a mí”, relata. Esa dedicación no quita para que reconozca que la tiene “absorbida”. “Si salgo dice que tardo mucho, cuando estoy haciendo recados para ella. Ayer me dejé dos cacharros sin fregar y me dijo que me levantara más temprano para lavarlos antes de salir. Y yo necesito también mi tiempo”, relata.

Para María Jesús y Rosario Álvarez, hermanas de la vecina loca-

lidad de Puebla del Río, su madre enferma de un ictus cerebral no es el problema, sino su padre. “Él es mucho peor, más exigente, nos hace ver que es nuestra obligación. Una va por la mañana y otra por la tarde, cuando dejamos a mi madre ya la hemos aseado, dado la cena y se queda acostada, pero nosotros también tenemos nuestros maridos e hijos”, explican. No se lamentan por cuidarlas ellas –“queremos hacerlo y sabemos que ella prefiere estar con nosotras”, dicen- pero sí reconocen que “es difícil desconectar” y compaginar el cuidado de su madre con el resto de su vida. Los responsables del programa apuntan que, de hecho, no es frecuente que dos familiares que se ocupan de otro acudan al Ciudadabús

Reconocen que “queda mucho por aprender” pero bajan del Ciudadabús sabiendo mejor cómo

mover a enfermos encamados para no dañarse la espalda o cómo hacer el aseo más agradable para ambos. La enfermera Mari Luz Montes les recuerda que el enfermo también padece un mal movimiento, y para demostrarlo cambia al muñeco tumbado en la camilla de prácticas por Rosario, una de las asistentes a la sesión.

### Sin deshumanizarse

“¿Te mareas si te doy la vuelta así de brusco?, ¿te duele si te levanto tirando de ti por debajo de las axilas? Pues a ellos también”, les hace ver. Igualmente subraya la importancia de mantener el contacto físico o visual en todo momento con el enfermo porque “bastante desorientador y desagradable es ya estar tumbado mirando al techo y encima desnudo” y “su cara, sus gestos, nos van a decir muchas cosas, si le duele, si está incómodo,



Los participantes se inscriben previamente, pero cuando el Cuidabús llega a un municipio se intenta que nadie que esté interesado se quede fuera.

sobre todo en personas que no se pueden comunicar. Es importante que no nos deshumanicemos”.

Tener preparados y a mano los útiles de aseo antes de comenzar

a lavarlos, comprobar la temperatura del agua, no dejar de tocarles o hablarles –sobre todo si están desnudos-, usar ropa con cremalleras o botones para facilitar la tarea de vestir al enfermo... son

algunos de los consejos prácticos que Mari Luz Montes da en sus sesiones para hacer el día a día más agradable a cuidador y cuidado. Y como en el caso de la sesión teórica que realiza su compañera,

### MATERIAL PRÁCTICO

Patricia y Mari Luz, terapeuta y enfermera, han dado una vez más unas leves pinceladas a los cuidadores para mejorar su vida. A bordo del Cuidabús, continuarán hasta diciembre su recorrido por Andalucía para compartir estas pautas con otros familiares encargados del bienestar de personas con discapacidad que con frecuencia olvidan su propia salud física y psicológica. Y el contenido de esas pautas recibidas a bordo de este aula móvil se encuentra recogido en el material repartido a los asistentes. Una breve guía práctica explica qué significa ser cuidador y los cambios y ajustes que supone asumir ese rol, cómo pedir ayuda a los servicios sociales municipales, los centros de salud o las asociaciones y ONG, mejorar la comunicación y cuidar su cuerpo pero también como ayudar a la persona dependiente a mejorar su autonomía, técnicas para su movilización y la-

vado y consejos de alimentación. Todo con dos ideas claras: que hay que prestar la ayuda necesaria pues excederse puede ser contraproducente y que si el cuidador no presta atención a su propia salud no resultará de mucha ayuda.

Quienes se acercan al Cuidabús se llevan también a casa un CD con imágenes explicativas sobre primeros auxilios en caso de caídas o atragantamientos del enfermo, cómo ayudar a la persona dependiente a andar, sentarse o levantarse de la cama o la silla o moverlo de una a otra sin hacerle daño a él ni a uno mismo, cómo lavar las distintas zonas del cuerpo o vestirlo y, quizás lo más importante, un apartado de técnicas de relajación con el que sacar aunque sea unos minutos al día para tumbarse en la cama o sofá y seguir los consejos de la voz relajante del CD hasta dejar la mente en blanco y lograr encontrar la paz.



La enfermera Mari Luz Montes cambia el maniquí con el que está esquipado el Cuidabús por Rosario, una de las cuidadores asistentes, para mostrar cómo sufre el enfermo un movimiento brusco.

también escucha. “Tanteamos al grupo para ver que necesidades tienen, si atienden a personas encamadas, qué nivel de movilidad tienen sus familiares, si son personas mayores o jóvenes... y a partir de ahí damos unas orientaciones sobre cómo moverlos, la higiene, la transferencia para cambiarlos de un sitio a otro, higiene postural para que no se sume a la carga

que tienen una dolencia física”, relata la enfermera.

Mari Luz Montes subraya que los familiares cuidadores “son gente sobrecargada, se enfrentan a cómo atender a un dependiente y no se prestan atención a sí mismos, descuidan sus posturas y se acostumbran al dolor”. En su sesión también hace hincapié en la necesidad

de “tranquilizarse” para no perder el control ante situaciones difíciles que pueden llevar a pagarla con el enfermo. “Es bueno mantener el tono muscular o practicar yoga, pilates o cualquier actividad que les ayude a relajarse”, subraya.

Y si en la sesión teórica los cuidadores intervienen para asentir ante las palabras de la terapeuta y compartir con otros su situación, la participación es aún mayor en la parte práctica. “Me he fijado mucho en las posturas”, cuenta Antonia Sosa, que cuida de su madre, quien “necesita que la laven y la lleven al cuarto de baño”. “Me ha venido bien saber cómo levantar al niño”, relata Manuela Monge, la madre de un niño de 19 años con parálisis cerebral que cada vez pesa más.

## OTROS TALLERES

Paralelamente al Cuidabús, la Junta también desarrolla 16 talleres presenciales más amplios (dos en cada capital de provincia) con los que pretende formar a unos 320 familiares de dependientes. Se desarrollan en siete sesiones de tres horas cada tarde, pues según reconocen los coordinadores del programa es más fácil lograr que estas personas saquen unas horas cada día que conseguir que tenga libre uno ó dos días completos para asistir al curso. Las sesiones se dividen en una introducción general sobre la atención a las personas en situación de dependencia; tres de autocuidados centradas en la comunicación, el control del estrés y la prevención; una sobre técnicas de movilización y transferencias corporales; otra sobre higiene personal y la última relativa a nutrición, dietética y alimentación.

Gracias al fondo del Plan Estatal para el Estímulo de la Economía y el Empleo (Plan E), la Consejería andaluza de Igualdad ha puesto en marcha

cinco planes de formación en el marco de la Ley de Dependencia: uno para cuidadores en el entorno familiar (integrado por el Cuidabús y los talleres presenciales) y los cuatro restantes para profesionales, desde los encargados de hacer las valoraciones como el personal de los servicios sociales comunitarios que tramita las ayudas y los cuidadores de residencias, centros de día o ayuda a domicilio. La previsión es que se impartan 1.146 cursos de formación en toda Andalucía, a los que podrán asistir 20.328 personas.

La formación de cuidadores está recogida en la Ley de Dependencia y todas las administraciones implicadas coinciden en su importancia. El Consejo Territorial de Dependencia -integrado por el Gobierno y las comunidades- acordó recientemente reforzar este aspecto y fijar unos criterios comunes para todos los cursos que se impartan. Y la Junta de Andalucía presume de ser pionera en algunas de las iniciativas que guiarán esa formación.

# Mercedes Salisachs, escritora

“Lo más importante en esta vida es tener proyectos”

Texto y fotos: Jesús Ávila Granados



Mercedes Salisachs Roviralta es, sin duda, una de nuestras más brillantes plumas en lengua castellana, de prestigio y proyección internacional. A sus 93 años, recién cumplidos, nos recibe en su casa de Barcelona, invitándonos a desvelar una parte de su portentosa imaginación. Su curriculum confirma, además, la laboriosidad y constancia de esta mujer, que no cesa de acumular los más renombrados premios y reconocimientos literarios. Elimo, el IX Premio “Alfonso X el Sabio”, por su singular novela histórica: “Goodbye España”, publicada por Ed. Martínez Roca, en cuyas páginas analiza la vida de Victoria Eugenia, esposa del monarca

Alfonso XIII, una reina que fue amada por el pueblo y que enamoró a todos los españoles.

La dedicatoria que escribe al comienzo Mercedes Salisachs no deja espacio a la improvisación: “A la memoria de una mujer admirable, doña Victoria Eugenia de Battenberg y Sajonia-Coburgo, princesa de Irlanda, princesa de Gran Bretaña y reina de España. Confío, Señora, que sabréis perdonar la osadía de haberme introducido en vuestra piel para escribir esta novela”...

Mercedes Salisachs escribe sin cesar; su mente está llena de ideas, de proyectos, de argumentos...;

todo un portento que, a excepción de la poesía, ha desarrollado los diferentes géneros literarios, elevando el castellano a la máxima categoría del arte de la narrativa y del ensayo. Mientras conversamos con ella, en uno de sus elegantes salones, rodeados de recuerdos, de magníficas obras de arte, y de miles de libros, sentimos el peso de su profunda mirada que, aunque noble, nos distrae. De pronto, nos habla de sus orígenes –franceses, por parte de padre, y catalanes, de su madre; ésta última, aparece en un óleo pequeño, que nos muestra con gran dulzura, y desea que la fotografiemos. Su encantadora nieta, Alejandra, que Mercedes define

como su mano derecha, es como un soplo de luz y jovialidad que inunda la estancia.

“*Goodbye España*” retrata la vida de la reina Victoria Eugenia; el libro aporta elementos desconocidos de la vida de esta gran señora, amada y admirada por todos, tanto desde dentro de nuestro país, como en su amargo exilio; cuando se cumple 40 años del fallecimiento de esta soberana, en la ciudad de Lausana. Una obra de brillante y exquisita realización literaria, que la autora analiza con la agudeza de bisturí, presentada y galardonada en la IX edición del premio “*Alfonso X el Sabio*”, bajo el pseudónimo de “Miguel Soler” y con el título provisional de “Retorno a España”.

Con Mercedes Salisachs resulta difícil saber por dónde iniciar una conversación, porque la mirada de esta señora y su portento cultural inunda y hace modificar cualquier programa de preguntas. El mismo entorno que nos envuelve retrotrae la mente, y es cuando decidimos dejarnos llevar por ese cúmulo de vivencias, de anécdotas que guarda en su memoria, gracias a una capacidad impresionante tanto de creación como de intuición; las dos horas que permanecí en su acogedora vivienda, en la Manzana de Oro de Barcelona, cuyo inmueble es joya del arte modernista, la verdad es que transcurrieron muy rápidas. Detrás de ella, cubriendo una amplia pared, un magnífico tapiz de la escuela de Gibelinos (s. XVI);

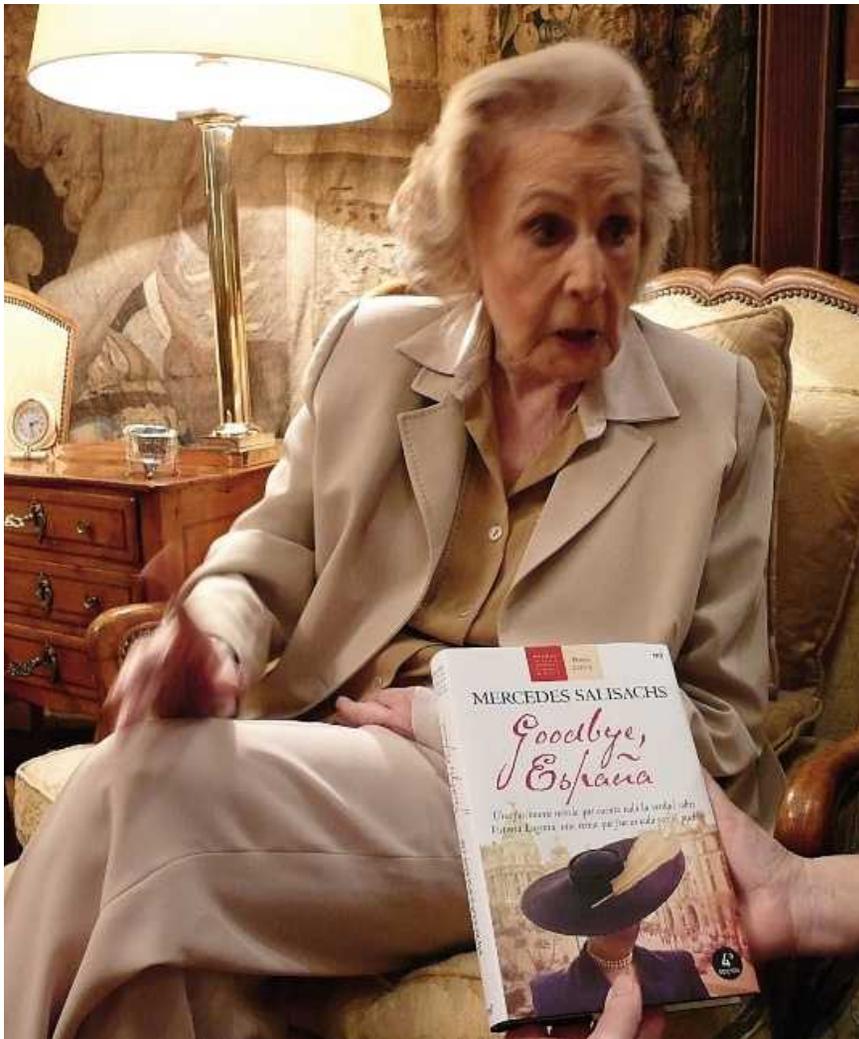
Mercedes salisachs, escritora

## “La reina Victoria Eugenia hizo mucho bien por España”

las paredes, vestidas de cuadros de artistas catalanes de los mejores representantes del arte figurativo, que, para ella, son instantáneas de una época; en las vitrinas, exquisitas figuras de arte antiguo; es importante recordar, en este sentido, el amor de esta escritora por la arqueología y la mitología. Mercedes ha hecho de su casa un museo interactivo de objetos y figuras de arte relacionadas por épocas y estilos; al tiempo que un espacio de lo más agradable, en donde discurre la mayor parte de su valioso tiempo. En estos momentos ya está trabajando en otra obra literaria, que no nos adelanta, y en la que está poniendo el mayor tesón; con la ilusión de una escritora novel. “A las 6 de la tarde ya estoy rendida; por la noche, antes de dormir, me vienen a la mente infinidad de conceptos que anoto debidamente, para desarrollarlos en el siguiente libro”, comenta la escritora, mientras llama a su nieta Alejandra, para pedirle que le acerque unos apuntes. Las musas de la inspiración han estado desde siempre aliadas con esta singular escritora, merecedora, a nuestro criterio, del Premio Cervantes.

### ¿Cuál ha sido el momento más amargo de su vida?

—El fallecimiento de mi hijo Miguel, el 30 de octubre de 1958, a la edad de 21 años, yendo de viaje a Francia, acompañado por su maestro, el pintor Ramón Rogent, en accidente automovilístico por las carreteras francesas, cuando se dirigían a París, para encon-



trarse con Pablo Picasso. También la muerte de mi hermana Sofía, en 1971, y la de mi esposo, en 1993.

### ¿Qué recuerdos tiene de su infancia?

—Recuerdo con la mayor ilusión los viajes que, con mis padres, siendo pequeña, hacíamos a la localidad francesa de Vichy, en Auvernia, para tomar las aguas. Aquella estación termal era lugar de encuentro de la alta aristocracia europea y también de las personas más influyentes del mundo. Nosotros nos alojábamos en el hotel Alberto I.

### ¿Cuál fue su primer amor?

—Fue un amor infantil, porque se produjo precisamente en Vichy; yo tenía sólo 10 años, y quedé ensimismada al conocer a Ban Dai, entonces emperador de Anam —país de Indochina—; aquel joven sólo tenía dos años más que yo; estamos hablando de 1926.

### ¿Y no volvió a verle?

—Sí, tres años después, en 1929, en Barcelona, durante la II Exposición Universal de aquel año, que vino acompañado de su hermano; comieron en nuestra casa. Después él sabía muy bien que su regreso a Indochina iba a ser terrible; temores que se confirmaron, porque se vio obligado a pedir asilo político a Francia. Era un joven guapo y alto; los recuerdos de Vichy fueron los temas de conversación, como puede imaginarse.

### ¿Qué otros gratos recuerdos guarda de su infancia?

—Las estancias en Cadaqués, donde conocí a Salvador Dalí, y con quien compartí momentos inolvidables, en medio de un entorno cultural de lo más gratificante; figúrese juntos a Dalí, Lorca, Andrés Segovia, Gala, Marquina..., en un marco tan sugestivo como es Port Lligat.

### ¿Cómo era Gala?

—Gala era una mujer muy dura, de carácter intratable; la recuerdo todavía como si estuviese aún viva, contemplando el paradisíaco litoral catalán de la Costa Brava.

### ¿Por qué estudió Perito Mercantil?

—Mi padre decía que las mujeres del mañana debían tener una carrera, para estar preparadas para el futuro. Sin embargo, desde que tenía uso de razón, a mí siempre me ha gustado la literatura.

### ¿Cuál fue su primer libro?

—Primera Mañana, Última Mañana"; obra editada en Barcelona por Luís de Caralt, y que escribí con el seudónimo de María Ecín,

**“A mí siempre me ha gustado la literatura, desde que tenía uso de razón”**

que vio la luz en 1955; la cuarta edición de este libro lo editaría Plaza & Janés, en 1999.

### ¿Usted ha viajado por todo el mundo; pero cuál ha sido el viaje más grato?

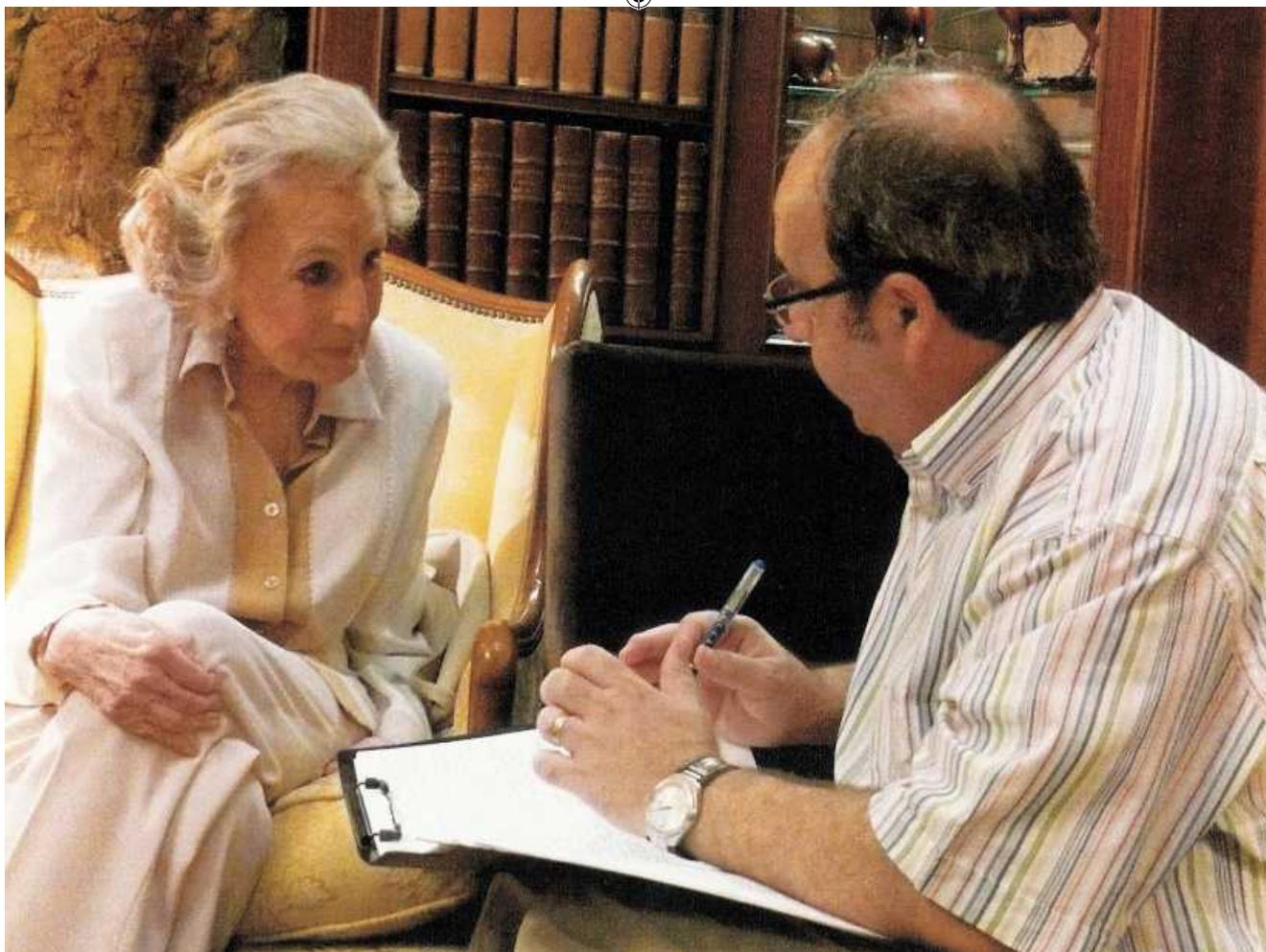
—Probablemente, el que hice a Rusia, en 1976, para dar una conferencia en la Facultad de Humanidades de la Universidad de Moscú, para estudiantes españoles. Aquel evento tuvo una notable repercusión en aquel país; sin embargo, apenas se hizo referencia en el nuestro.

### ¿Por qué ‘Goodbye España’?

—Este libro lo escribí porque leí una página de ‘El rey de los cruzados: Juan Carlos I y la monarquía prodigiosa’, de Rafael Borrás Bertriu, editada por Flor del Viento, en donde hacía especial referencia a la reina Victoria Eugenia. Fue a partir de entonces, cuando me ví atraída por la vida de esta mujer. Después llamé a Borrás, porque consideré del mayor interés desarrollar una obra sobre este personaje, tan importante para nuestra historia reciente, pero lamentablemente tan olvidado para la gran mayoría”.

### ¿Qué elementos extraerá el lector en este libro?

—Esta obra está llena de vivencias, de anécdotas, de curiosidades, que sorprenderán a los lectores. Es un libro escrito en primera persona, y cuya elaboración ha supuesto un enorme reto desde la primera has-



Mercedes Salisachs, junto a nuestro colaborador Jesús Ávila.

ta la última página. Mi intención ha sido recuperar a la dama, a la señora, a la soberana, haciéndola hablar, sin rubor ni cortapisas, para que los lectores se identifiquen con las innumerables virtudes y cualidades de Victoria Eugenia.

### ¿Cómo ha vertebrado la obra?

—El libro está estructurado en cinco grandes capítulos; cada uno de ellos se corresponde con una de las cinco jornadas que estuvo en España la soberana Victoria Eugenia, esposa de Alfonso XIII; del 7 al 11 de febrero de 1968. Quiero hacer hincapié que Franco en ningún momento quiso que la reina le hiciera sombra.

### ¿Cómo era esta soberana?

—Victoria Eugenia le dio siete hijos al monarca Alfonso XIII; era una mujer alta, guapísima, cuya poderosa personalidad atrajo y

enamoró a todo el pueblo, sin excepción; ella hizo mucho bien por España.

### ¿Qué elementos aporta este libro?

—Al hablar de Victoria Eugenia, y más escrito en primera persona, aprovecho para reflejar el momento histórico que vivimos en España durante gran parte del siglo XX; momentos que he recuperado para proyectarlos al lector; porque, como dijo R. Genty: ‘Olvidar es más difícil que perdonar.

### ¿Qué es lo que más le motiva cuando escribe?

—Escribo, en primer lugar, porque necesito una imperiosa fuerza vital que me lleva a hacerlo, y después mi compromiso de hacer reflexionar al lector; al lector hay que tenerlo en constante estado de alerta, para que se comprometa con el libro, desde la primera

línea, estableciendo con él una especie de complicidad.

### ¿Qué le pide a la vida?

—Mi mayor deseo es que mi familia esté unida, y no tenga problemas.

### ¿Cuál es la mayor virtud del ser humano?

—La sinceridad, sin duda; que debe ser profunda, amable y positiva, pero sin herir a nadie.

### ¿Y qué le aconsejaría a las personas mayores?

—Lo más importante en esta vida es tener proyectos; pero no venirse abajo si no se cumplen; es preciso luchar por otros nuevos, y siempre tener el ánimo en alto. No se trata de cumplir años, sino de vivir con plenitud y felicidad nuestra existencia.

# V FORO EUROPEO DE TURISMO SOCIAL

Los programas del IMSERSO generan un gran interés en Europa.

Texto: Juan Manuel Villa  
Fotos: M<sup>a</sup> Angeles Tirado



Los impactos y oportunidades que afectan al turismo social en Europa en un contexto de crisis económica fueron los temas protagonistas de un foro que reunió en Málaga a unos 200 delegados procedentes de 20 países. La cita fue organizada por el BITS (Bureau International du Tourisme Social) con la colaboración de SEGITTUR (Sociedad Estatal para la Gestión de la Innovación y las Tecnologías Turísticas) y la Comisión Europea; asimismo el IMSERSO desarrolló un importante papel por el gran interés que genera en el resto de Europa la experien-

cia española de Turismo Social con los programas de vacaciones para personas mayores y el de termalismo.

Desde el Foro se constató que el sector de turismo social está reaccionando bien ante el impacto de la crisis sobre el sector del Turismo Social por cuanto muchos turistas optan por el turismo de proximidad. Sin embargo, a pesar de la tendencia positiva, el encuentro asumió que existen importantes desafíos que afrontar para adaptarse a la evolución de los viajeros y a la distribución de los productos turísticos.

El BITS trabaja para potenciar y mejorar el turismo social desde una perspectiva de alcanzar la meta de un turismo para todos de forma que los colectivos de personas mayores, en situación de discapacidad, jóvenes y familias puedan acceder a las actividades turísticas.

El secretario de Estado de Turismo, Joan Mesquida, participó en la inauguración del foro el representante de la Comisión Europea, Francesco Ianniello, o el presidente del BITS, Norberto Tonini, entre otras personalidades. Mesquida destacó el gran potencial que re-



De cien millones de personas senior en Europa con posibilidades de viajar, unos 50 millones no han salido nunca de sus países de origen.

mo Social Europeo y que permite que turistas mayores procedentes de países europeos que no suelen aportar viajeros al país puedan disfrutar de estancias vacacionales en Andalucía y Baleares. Acerca de este inicio de programa europeo que incorporaría a seniors europeos al mercado turístico español, el secretario de Estado recordó que la coyuntura económica actual no es la más adecuada pero recordó que los programas del IMSERSO, destinados al promover el envejecimiento activo y favorecen entre las personas mayores españolas el mercado turístico interno, empezó con 18.000 plazas y en la actualidad alcanza un millón doscientas mil.

presenta el turismo senior (el de las personas entre 55 y 70 años) con 100 millones de personas con posibilidades de viajar; al tiempo indicó que en torno a 50 millones no han salido nunca de sus países de origen.

El secretario de Estado de Turismo resaltó la puesta en marcha del programa piloto Turis-



### Turismo senior

“El turismo senior es un elemento de largo recorrido y hay muchas páginas en blanco por escribir” indi-

## PROYECTO CALIPSO

El proyecto tiene como principal fin impulsar el turismo social garantizando que el mayor número de ciudadanos europeos tengan acceso a vacaciones, e incide en los objetivos de aumento del empleo, prolongar la extensión de la estacionalidad, fortalecer al ciudadano europeo e implementar economías regionales/locales a través de desarrollo del turismo social.

La sociedad se enfrenta cambios importantes y retos económicos, también se advierten aspectos que hay que tener en cuenta como la existencia de nuevas estructuras familiares, la aparición de personas solteras manteniendo hogares, el incremento de la expectativa de vida, las restricciones financieras, factores de empleo y tiempo

libre adicional y la población envejeciendo en general. Todos estos elementos están alterando profundamente el entorno turístico, pero al tiempo muestran un futuro con importantes oportunidades de desarrollo.

Para asegurar accesos universales a lo que significan las vacaciones, a un nivel colectivo, y aprovechando las oportunidades que se presentan en el ámbito de la sociedad europea la UE tiene está contemplando iniciativas para cumplir este objetivo. En este contexto se encuentra la iniciativa del Parlamento Europeo, surgida en 2008, de "Turismo Social en Europa". Esta forma de turismo incrementa las oportunidades de las personas de ir de vacaciones y así, fomentar la movilidad. También, el intercambio de este tipo de turismo contribuye a combatir la estacionalidad, refuerza la noción de ciudadano europeo y promueve el desarrollo regional además de facilitar

el desarrollo de economías locales.

CALYPSO es una acción preparatoria que pretende durar al menos tres años. El presupuesto para el 2009 ha sido de Un Millon de Euros (1, 000,000€); la financiación para los años siguientes tendrá que ser confirmada con la autoridad presupuestaria.

### ¿Por qué Calipso?

Calypso es una ninfa del poema épico Griego "La Odisea" escrito por el escritor griego Homero en torno al año 900 A.C. El poema relata la historia del largo viaje realizado por Odiseo (Ulises para los romanos) en el viaje de retorno a su tierra Ítaca después de la guerra de Troya, e incluye el episodio de Calypso que es quien da hospitalidad a Odiseo por 7 años ofreciéndole inmortalidad. Este episodio incluye (entre otros) viajes, entretenimiento, hospitalidad

có Joan Mesquida ante los 200 representantes de toda Europa reunidos en Málaga, lugar de celebración del Foro, y añadió que este turismo "aportará cosas interesantes para consolidar las vacaciones como un derecho social para todos". Por otro lado el secretario de Estado explicó que el programa europeo turismo senior persigue tres objetivos fundamentales como son:

- Estimular la actividad económica de la industria turística en temporada baja y hacer frente a la estacionalidad del sector

- Favorecer el empleo, poniendo en marcha políticas activas sobre el mercado de trabajo.
- Contribuir activamente a la construcción de la ciudadanía europea

El exhaustivo programa del Foro permitió abordar los diversos elementos que forman parte del turismo social. De esta forma se contextualizó el turismo social en la actual situación de crisis económica, las tendencias que se están generando en la actualidad y las perspectivas de futuro se trabajaron en la sesión plenaria en la que se confió en la apertura de nuevas oportu-

tunidades que consoliden un modelo de turismo social en el que se asegure el acceso de todos los ciudadanos a la actividad de turismo vacacional.

Los talleres que se desarrollaron durante la celebración del Foro permitieron profundizar en el turismo social mediante el análisis, el intercambio de ideas y experiencias y la discusión. Así, sobre el turismo senior se constató que se trata de un segmento en crecimiento. La concepción y comercialización de productos turísticos adaptados a las personas mayores, las características y per-

y actividad, todo ello forma parte de una actividad de turismo. De ahí la elección del nombre Calypso como nombre del programa.

#### GRUPOS OBJETIVOS:

Grupos de personas mayores: con 65 años o más, o pensionistas. Jóvenes: entre los 18- 30 años  
Adultos con discapacidad, con un acompañante ( si es necesario) Familia (niños, adultos y/o abuelos) identificada por sus respectivos países como en situación de dificultad social (financieras, personales y/o por discapacidades).

#### RAZONES DEL PROYECTO:

Aumento del empleo (más y mejores empleos)  
Extender la temporada turística durante todo el año Fortalecer los lazos de los ciudadanos europeos  
Generar actividad económica y crecimiento en el ámbito europeo Activar economías regionales/locales a través del desarrollo del turismo social.

#### SOLICITUD DE OFERTAS: OBJETIVOS DE CASO

Catálogo de Buenas Prácticas Identificar Medidas Existentes y Examinar dificultades a Nivel Europeo y Nivel Nacional concernientes a los grupos objetivos. Proponer Mecanismos para la Temporada Baja en Turismo permitiendo al grupo objetivo viajar a otros países en la base de programas temáticos y ofertas de alojamiento. También se tienen en cuenta iniciativas de los interesados como municipios, organizaciones con fines sociales, ONG, sindicatos, o cooperativas entre otros).

#### PROPUESTA: ESTUDIO DE CASO

TAREA 1: Catalogar las prácticas concernientes a los cuatro grupos objetivos a nivel Europeo.

TAREA 2: Adquirir un conocimiento más profundo dentro del grupo objetivo y mercados objetivos.

TAREA 3: Recomendar mecanismos apropiados para desarrollar intercambios turísticos entre los países miembros y Estados/ candidatos.

TAREA 4: Identificar maneras y significado para incrementar el atractivo de las propuestas hechas por los interesados a través de la demanda y el suministro de cada país participante.

TAREA5: Llevar a cabo un reconocimiento a través de las administraciones de los países no participantes en Calypso.

#### PAISES PARTICIPANTES

Austria, Bélgica, Bulgaria, Croacia, Chipre, Francia, Grecia, Irlanda, Italia, Letonia, Lituania, Malta, Polonia, Portugal, Rumanía, Eslovaquia, Eslovenia, España, o Turquía. Por otro lado Hungría y República Checa han expresado su interés por formar parte del proyecto. La Comisión incentivará a otros países a hacerlo.



fil de un mercado diversificado, y el estudio de las iniciativas públicas para desarrollar este turismo senior fueron los puntos sobre los que trabajó este

**En el Foro se confió en la apertura de nuevas oportunidades que consoliden un modelo de turismo social en el que se asegure el acceso a todos los ciudadanos a la actividad de turismo vacacional.**

taller. En este contexto cobró especial relevancia la experiencia española gestionada por el IMSERSO. Los programas de vacaciones para personas mayores y de termalismo son iniciativas públicas que gozan de un importante prestigio fuera de España y se han constituido como una referencia importante como buena práctica de turismo social; por cuanto contribuye a impulsar un envejecimiento activo y saludables, al tiempo que se favorece al sector hostelero, se mantiene y se crea empleo y contribuye a dinamizar la actividad económica de las zonas donde se desarrolla.

## PROGRAMA DE TURISMO SOCIAL DEL IMSERSO

El Foro de Turismo Social permitió que los representantes de más de 20 países conocieran de primera mano el Programa de Vacaciones para Mayores del IMSERSO. Este programa ha generado un gran interés en toda Europa con ejemplo de buena práctica de turismo social.

El programa permite proporcionar, entre las personas mayores, la posibilidad de acceder al disfrute de turnos de vacaciones en zonas preferentemente de clima cálido, realizando actividades culturales por lugares y rutas de interés turístico, actividades recreativas y contemplativas a través del turismo de naturaleza.

Los beneficiarios del programa son personas residentes en España con al menos 65 años cumplidos, o bien pensionistas de jubilación del sistema público de pensiones, de viudedad del sistema público de pensiones con 55 ó más años cumplidos, u otros pensionistas del sistema público de pensiones y prejubilados, en ambos casos con 60 años cumplidos. También pueden participar los españoles residentes fuera de España.

El Programa se ejecuta a través de un paquete que incluye el viaje de ida y vuelta en el medio de transporte programado,

el alojamiento en régimen de pensión completa, una póliza de seguros colectiva, servicio médico en el propio hotel y servicio de animación. Los viajes se realizan entre los meses de octubre y junio, con cuatro posibles modalidades: estancias en zonas costeras para descanso, viajes culturales para conocer la Historia y el Arte de España, Turismo de Naturaleza con rutas por parajes pintorescos, o bien intercambios con otros países.

El Programa de Vacaciones para Mayores tiene una fuerte demanda social y prueba de ello es que para la temporada 2009-2010 se han recibido más de dos millones de solicitudes. Además se ha constatado la satisfacción general de los usuarios que, según el último estudio efectuado por una empresa externa, el 96,3% de los participantes tiene intención de inscribirse en próximas convocatorias, valorando como bien o muy bien otros aspectos de los viajes como el transporte, la estancia en los hoteles y las actividades incluidas.

Pero no solamente en la satisfacción de los usuarios reside el éxito del Programa sino también en la gran aceptación y valoración que por parte de los distintos sectores que integran el mundo turístico se ha hecho del mismo, pudiendo afirmarse,

que actualmente constituye uno de los pilares fundamentales que alimentan las corrientes turísticas durante la temporada baja, paliando el fenómeno de la estacionalidad, que tan negativamente incide en el sector turístico, y muy especialmente en el mantenimiento y generación de empleo.

El Sector Turístico está considerado como el primer sector económico de España tanto por su volumen de negocio como por el número de trabajadores. Debido a la estacionalidad de la demanda, la pérdida de empleos en el sector es inevitable al final de cada periodo estival, especialmente en los destinos de costa. Gracias al Programa se consiguen crear o mantener trece mil puestos de trabajo directos y hasta ochenta y cinco mil indirectos. El empleo generado repercute directamente en los ingresos de las Administraciones Públicas: cuotas de la Seguridad Social, ahorro en Prestación y Subsidio por Desempleo, recaudación por IRPF, Impuesto sobre el Valor Añadido, y otros, a través de cuyos ingresos las Administraciones Públicas recuperan en su totalidad el importe invertido por el IMSERSO, lo que asegura la sostenibilidad financiera de este yacimiento de empleo.

El taller de turismo para personas en situación de discapacidad se concretó en las necesidades específicas de este segmento del mercado, la necesidad de cooperación entre el sector público y privado para ofrecer una oferta adaptada, y la situación actual en

cuanto a la armonización de criterios de accesibilidad en Europa.

Otros talleres fueron los dedicados al turismo familiar o al turismo de los jóvenes. En cuanto al taller sobre la certificación y la calidad se con-

cluyó que estos elementos son imprescindibles para hacer frente a la crisis actual por ello se abordaron aspectos como la certificación en el sector del turismo en el ámbito europeo, la clasificación de los centros vacacionales, o el empleo de calidad en el turismo social.



Por otro lado, la gestión conjunta o centralizada del Programa, permite ofrecer la máxima variedad de destinos y fechas a los usuarios, con precios que se aplican independientemente del lugar de salida, evitando así penalizar a los residentes en Comunidades Autónomas más alejadas de los destinos. Al tiempo proporciona mayor estabilidad en la ocupación de las zonas turísticas, con el correspondiente impacto en el mantenimiento del empleo. En este sentido, el Programa promueve la solidaridad interterritorial, puesto que crea empleo en la totalidad de las CCAA del Estado, incluso en destinos de interior.

Al finalizar la temporada 2008–2009 y desde el momento de su creación, casi diez millones y medio de viajeros se han beneficiado de vacaciones organizadas por el Programa.

El desarrollo sostenible del turismo fue otro tema sobre el que se trabajó en el Foro, el taller que trató este importante aspecto se centró en las consecuencias para el sector turístico del desafío climático y energético; la promoción y sensibilización de los ciuda-

danos respecto al turismo responsable, y el fenómeno de la estacionalidad y cómo responder al reto de conseguir una gestión más eficiente.

### Proyecto Calypso

El Proyecto europeo “Calipso” fue un elemento fundamental en el V Foro de Turismo Social organizado por el Bureau International du Tourisme Social. Así, el encuentro permitió abordar el proyecto CALIPSO que tiene como principal objetivo desarrollar el turismo social en Europa. De este modo se identificaron las diferentes vías para el impulso de acciones de promoción del turismo social entre los estados miembros de la UE como el proyecto Europe Senior Tourism puesto en marcha, de forma piloto, por la Secretaria de Turismo del Ministerio de Industria, Turismo y Comercio, a través de SEGITTUR (Sociedad Estatal para la Gestión de la In-



novación y las Tecnologías Turísticas. Este proyecto se unió a otras iniciativas europeas, para su discusión en el Foro, como la que apuesta por la creación de una red de países donde se utilice un cheque de vacaciones, o la creación de un portal europeo para presentar una oferta específica para los jóvenes, entre otras.

El presidente de BITS, Norberto Tonini recordó en su intervención la importancia de Calipso como medio que garantice que un mayor número de ciudadanos europeos tengan acceso a las vacaciones ya que, en la actualidad, más del cuarenta por ciento de los ciudadanos de la UE no puede ir de vacaciones, sobre todo por razones financieras. En similares términos se expresó, el jefe de la Unidad de Turismo de la Comisión Europea, Francesco Ianniello, que resalto la importancia del proyecto como iniciativa que suma esfuerzos para desarrollar el turismo social en Europa.

Los objetivos del programa fueron explicados por Pedro Ortún, representante de la Comisión Europea, y destacó que Calipso supone una iniciativa que puede contribuir a crear puestos de trabajo, al fortalecimiento de la ciudadanía europea, la lucha contra la estacionalidad y a generar actividad económica promoviendo el desarrollo local y regional.

## EL MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL APUESTA POR LA PROTECCIÓN SOCIAL EN MOMENTOS DE CRISIS ECONÓMICA

Coordina: Inés González  
Fotos: M<sup>a</sup> Ángeles Tirado

“No podemos permitir que los períodos de crisis económica recorten la protección social que tantos años nos ha costado conseguir en Europa”. Con estas palabras, la ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, ha expresado su apuesta por fortalecer el sistema público de salud y de atención a las personas dependientes. Además, ha subrayado que recortar el gasto dedicado a proteger a las personas más vulnerables, precisamente en el momento en que más lo necesitan, significaría renunciar a los principios del Estado del bienestar.

Estas declaraciones de Trinidad Jiménez se producían durante la sesión inaugural de la 8<sup>a</sup> Mesa Redonda sobre Pobreza y Exclusión Social, que se celebró en Estocolmo (Suecia). La intervención de la ministra trató sobre la inclusión social en tiempos de recesión y los nuevos desafíos para la estrategia de inclusión activa.

Durante su intervención, Trinidad Jiménez señaló que a los retos que



supone la puesta en marcha de políticas de inclusión social, se añade ahora un contexto económico difícil, algo que afecta con mayor intensidad a las personas más vulnerables. Ante esta situación, Jiménez cree que en estos momentos se va a configurar el modelo de Estado del Bienestar que vamos a tener en la salida de la crisis y cuál será nuestro futuro modelo económico. En este sentido, la ministra considera que conseguir una nueva economía sostenible debería ser un objetivo compartido por todos y concluyó que “el Estado de Bienestar debe continuar creando oportunidades para todos”.

Además, la ministra anunció que la conferencia inaugural del Año Europeo 2010 de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social tendrá lugar el 21 de enero, dentro de las actividades de la presidencia española de la Unión Europea. También añadió que la presidencia española apostará por seguir impulsando la Estrategia de Inclusión Activa, cuyos ejes son el acceso al empleo, a ingresos adecuados y a servicios de calidad. El impulso de la Estrategia de Inclusión Activa se hará de acuerdo con la Comisión Europea y el Trío de Presidencias.

Igualmente, Jiménez indicó que se prestará especial atención a la igualdad de género, con la preparación y puesta en marcha de un nuevo Plan para la Igualdad de Mujeres y Hombres, que incida especialmente en la erradicación de la violencia contra las mujeres. La presidencia española también trabajará estrechamente con la Comisión Europea en el diseño de la nueva Agencia Social Europea.

Asimismo, la ministra subrayó que desde la presidencia española de la UE se realizarán esfuerzos para extender los principios del modelo social europeo, con la intención de alcanzar los Objetivos del Milenio para el Desarrollo.

Por otro lado, Trinidad Jiménez reconoció el papel clave de las organizaciones ciudadanas en las políticas inclusivas, añadiendo que 2010 debería ser un año clave para una mayor institucionalización de su participación. También destacó la importancia de la participación de las personas que experimentan o han experimentado la exclusión social, puesto que pueden aportar una visión muy enriquecedora en el debate sobre estas políticas.

## PROGRAMA ESPECIAL "JUNTOS EN NAVIDAD"

Texto: Juan M. Villa

El Ministerio de Sanidad y Política Social, a través del IMSERSO, ha puesto en marcha el programa "Juntos en Navidad" para paliar la situación de aislamiento y soledad de las personas mayores durante las fiestas navideñas.

Este programa especial consiste en que las personas mayores que viven solas pasen las navidades en compañía accediendo a plazas en establecimientos hoteleros o termales. De esta forma se ofertarán plazas en localidades costeras del Levante y en Canarias, y estancias en balnearios.

Junto a la posibilidad de viajar y disfrutar de estancias con todos los servicios propios de los programas de vacaciones y de termalismo, el programa "Juntos en Navidad" incorpora actividades de interrelación personal que tienen como principal objetivo la creación de vínculos de relación que contribuyan a combatir las situaciones de soledad.

Así, esta iniciativa innovadora del IMSERSO permite mejorar

la calidad de vida de las personas mayores que viven solas al posibilitar la ruptura con el aislamiento y la soledad en las fiestas navideñas y, al tiempo, se fomenta la convivencia y participación de estas personas con actividades de ocio y tiempo libre y el fomento de ocupaciones y aficiones.

El Instituto de Mayores y Servicios Sociales tiene como una de sus prioridades de acción el problema de la soledad por cuanto se estima que, en España, más de un millón y medio de personas mayores viven solas y muchas de ellas además se sienten solas y sufren aislamiento social. Por ello, desde el IMSERSO se trabaja en la sensibilización social respecto a este problema y desarrolla acciones que inciden en la mejora de la calidad de vida y en la participación de las personas mayores a través de programas como los de vacaciones, termalismo o teleasistencia. Además realiza investigaciones sobre el tema y con el programa "Cerca de ti" detecta a personas que viven esta problemática y les ofrece un programa de acompa-



ñamiento. El programa "Juntos en Navidad" se suma a estas acciones.

### Modalidades

"Juntos en Navidad" dispone de 13.000 plazas para las personas mayores que vivan solas, también parejas mayores que vivan solas, y que reúnan los requisitos generales establecidos para cada uno de los programas de Vacaciones y Termalismo.

La modalidad de vacaciones ofrece 9.000 plazas en hoteles de Canarias y Levante (Andalucía y Comunidad Valenciana) en turnos de 8, 10 o 15 días entre el 22 de diciembre y 7 de enero. Por otro lado, en la modalidad de balnearios se han reservado 4.000 plazas en turnos de 12 días entre el 22 de diciembre y el 2 de enero. En ambos casos, junto a los servicios propios del Programa de Vacaciones y del Programa de Termalismo Social, los beneficiarios podrán participar en las actividades de animación programadas durante su estancia y que estarán relacionadas con la época navideña.

El plazo de presentación de solicitudes para acceder al programa especial "Juntos en Navidad" concluye el 30 de noviembre. Las personas interesadas pueden informarse de los requisitos y condiciones en el teléfono gratuito **900 40 60 80** o en la página web del IMSERSO: [www.imserso.es](http://www.imserso.es).



## GRACIAS AL PROGRAMA DE VACACIONES DEL IMSERSO, 160.000 PERSONAS VISITARÁN CANARIAS



Gracias al Programa de Vacaciones para Mayores que gestiona el Ministerio de Sanidad y Política Social, a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), **160.000 personas visitarán** esta temporada **las Islas Canarias**. Esto supone un incremento neto de 40.000 plazas en relación con la temporada anterior. De esta cifra total, **4.470** son plazas para españoles residentes en países europeos.

El **impacto económico** directo de este Programa en la Comunidad Canaria, como consecuencia del desarrollo de estos turnos de vacaciones será de **65.095.450 euros**. De esta cantidad **19.399.959 euros** corresponden a la financiación del **IMSERSO** y **45.695.466 euros** corresponden a la aportación de los usuarios del Programa.

Este programa permite la creación o mantenimiento de **12.800 puestos de trabajo directos o indirectos**,

en sectores como el transporte, la hostelería o las actividades sanitarias.

Para acoger este número de plazas, está previsto que participen **53 establecimientos hoteleros canarios**.

Canarias también participa en el Programa de Vacaciones **como zona emisora**, es decir, los canarios residentes en la Comunidad tienen a su disposición **31.717 plazas** para participar en este programa. El presupuesto asignado por el Gobierno para estas asciende a **3.302.887 euros**, distribuidos por provincias de la siguiente manera:

El Programa de Vacaciones y de Termalismo Social para Mayores en su temporada 2009/2010 fue presentado por la ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, el 17 de septiembre pasado.

El Gobierno ha invertido 169 millones de euros en los Programas de

Vacaciones y de Termalismo Social en el conjunto del Estado. Esta inversión ha supuesto 1.450.000 plazas, 230.000 más de las habilitadas la temporada anterior.

### Programa de Vacaciones para Mayores

Del Programa Vacaciones para Mayores podrán disfrutar **1.200.000 personas, 200.000 más que el año pasado**. Con la oferta existente para la temporada 2009-2010 **se duplica la cifra de plazas de hace seis años**.

**El presupuesto es 126'778 millones de euros, 21 millones más que la temporada anterior**. La Administración aporta el 30% y los usuarios el 70%.

El objetivo principal del Programa es proporcionar a los mayores la posibilidad de disfrutar de turnos de vacaciones que mejoren su calidad de vida. Además, se favorece la creación y el mantenimiento de empleo en el sector turístico durante la temporada baja, y se potencia la actividad económica en diversos sectores.

Los beneficiarios disfrutan de un paquete vacacional que incluye el viaje de ida y vuelta (salvo en los

PROVINCIA	Nº DE PLAZAS ADJUDICADAS	PRESUPUESTOS ASIGNADO EN EUROS
Las Palmas	14.735	1.534.446,91
Tenerife	16.982	1.768.440,95
<b>Total de plazas</b>	<b>31.717</b>	<b>3.302.887,86</b>

casos de los turnos sin transporte), alojamiento en régimen de pensión completa, una póliza de seguros colectiva, servicio médico en el propio hotel y servicio de animación. Pueden elegir entre cuatro modalidades, con diferentes períodos de estancia:

- Estancias en zonas costeras para descanso.
- Viajes culturales para conocer la historia y el arte en España.
- Turismo de naturaleza con rutas por paisajes pintorescos.
- Intercambios con otros países.

La comercialización se ha realizado a través de más de 9.400 agencias de viajes. **La venta de plazas se ha efectuado de forma escalonada, por Comunidades Autónomas, desde el 19 de septiembre.** A partir del 1 de octubre la venta en toda España es simultánea.

Al finalizar la temporada 2008-2009, y desde su creación en 1985, **diez millones y medio de personas se han beneficiado** de vacaciones organizadas por el Programa. Entre estos viajeros hay un elevado índice de satisfacción, y un 96'3% de ellos quiere volver a inscribirse en próximas convocatorias.

### **Premio al IMSERSO**

El Instituto de Mayores y Servicios Sociales ha visto reconocida su labor de desarrollo del turismo social en España, a través de sus Programas de Vacaciones para Personas Mayores y de Terminalismo Social, con la concesión de la Placa al Mérito Turístico. El Ministerio de Industria, Comercio y Turismo ha concedido esta Placa de gran prestigio "en atención a los méritos y circunstancias que concurren en el IMSERSO" tal y como se refleja el BOE del 29 de octubre de 2009.

## **EL GOBIERNO DESTINA 5,8 MILLONES A NAVARRA PARA PROYECTOS DE DEPENDENCIA**

La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez, y el presidente de la Comunidad Foral de Navarra, Miguel Sanz, han firmado un convenio de colaboración por el que el Gobierno de España destina a esta comunidad autónoma **5.802.045 euros** para el desarrollo de proyectos de atención a personas dependientes con cargo al fondo extraordinario de Dependencia del Plan de Estímulo de la Economía y el Empleo (Plan E).

A través de este fondo extraordinario Navarra financiará inversiones en nuevos centros, servicios y plazas para la atención de personas dependientes y modernizará y adecuará centros y servicios ya existentes. Estas inversiones conllevarán la creación o adaptación de **2.195 plazas** para personas dependientes en residencias, centros de día o de noche, en servicios de promoción de la autonomía personal y en alojamientos particulares.

Mediante este convenio, también se llevarán a cabo ciertos de nuevos servicios de atención a personas dependientes y programas de mejora de los servicios de transporte.

Además, la Comunidad Foral de Navarra financiará **5 programas** de formación de profesionales y cuidadores que contarán con **725 plazas**.

La puesta en marcha de estos proyectos, que han sido elegidos por el Gobierno regional, supondrá la creación de casi 300 puestos de trabajo en la Comunidad Foral.

En esta comunidad autónoma hay en estos momentos **9.809 personas** a las que se ha reconocido el derecho a beneficiarse de la Ley de Dependencia. De ellas, **8.127** ya reciben algún tipo de prestación.

Los **5,8 millones** de euros acordados hoy se añadirán a la financiación que los ciudadanos de Navarra reciban por parte del Gobierno de España para el desarrollo de la Ley de Dependencia.

El fondo extraordinario del Plan E se suma a la financiación general que reciben las Comunidades Autónomas para la Ley de Dependencia. En 2009 el Gobierno dedicará casi **2.000 millones de euros** a la Dependencia, con lo que se duplica el presupuesto del año pasado.

## ESTRATEGIA EN ENFERMEDADES RARAS DEL SISTEMA NACIONAL DE SALUD



La ministra de Sanidad y Política Social, Trinidad Jiménez inauguró el pasado mes de octubre la jornada de presentación de la Estrategia en enfermedades raras del Sistema Nacional de Salud (SNS).

Las enfermedades raras son enfermedades potencialmente mortales, o debilitantes a largo plazo, de baja prevalencia y alto nivel de complejidad. Se estima que en la UE entre un 6% y un 8% de la población está afectada por estas patologías; es decir, entre 24 y 36 millones de personas.

Según estas estimaciones, en España las padecerían aproximadamente tres millones de personas, que representan un universo muy complejo de casi 7.000 enfermedades de muy distintas características.

La estrategia es el resultado del consenso de todos los agentes implicados: Ministerio de Sanidad y Política Social, CCAA, sociedades científicas, asociaciones de pacientes y representantes de otros ministerios. En definitiva, esta nueva Estrategia,

enmarcada en el Plan de Calidad del Sistema Nacional de Salud (SNS), es una herramienta de coordinación para el SNS.

Con la presentación de la estrategia, el Gobierno de España da un paso más en el apoyo a las personas que padecen estas enfermedades raras y a sus familiares. Con este objetivo se creó el Centro de Investigación en Red de Enfermedades Raras (CIBERER) y se han dedicado 37 millones de euros en 2007 y 2008 para investigación en medicamentos huérfanos, de escaso interés comercial para la industria.

Para reforzar la investigación, el Ministerio también ha aprobado para 2009 un crédito de 16 millones de euros para el desarrollo de medicamentos huérfanos.

### Líneas estratégicas

La estrategia se ha elaborado en función de la evidencia científica disponible y consta de 7 líneas estratégicas:

**1.** Información sobre enfermedades raras: información, re-

gistros sanitarios y clasificación y codificación.

**2.** Prevención y detección precoz: cribado neonatal, diagnóstico genético, etc.

**3.** Atención sanitaria: coordinación entre atención especializada y primaria y atención en centros, servicios y unidades de referencia.

**4.** Terapias: terapias avanzadas, medicamentos huérfanos, coadyuvantes y productos sanitarios.

**5.** Atención sociosanitaria: en colaboración con el Centro de Referencia Estatal de enfermedades raras y sus familias de Burgos, perteneciente al IMSERSO.

**6.** Investigación: mantenimiento y promoción de las enfermedades raras como líneas de investigación prioritarias.

**7.** Formación: tanto de profesionales en pregrado, postgrado y formación continuada, como de pacientes.

60

y más

## CUADERNOS

Conferencia  
“Envejecimiento digno  
y saludable”

- Cooperación y coordinación
- Conclusiones

Relaciones  
intergeneracionales  
y experiencias en el  
voluntariado

- Progress
- Voluntariado

Jornadas Técnicas:  
formación y atención  
a la dependenciaIV Salón Vivir  
50 PlusTextos: Juan M. Villa Fotos: M<sup>a</sup> Ángeles TiradoCONFERENCIA  
“ENVEJECIMIENTO  
DIGNO Y SALUDABLE”

La Presidencia sueca de la Unión Europea promovió un encuentro que reitera el compromiso de los estados miembros de la UE en materia de envejecimiento.



Vista de Estocolmo. La capital sueca acogió la Conferencia europea sobre “Envejecimiento digno y saludable”.

La Conferencia “Envejecimiento digno y saludable” celebrada en Estocolmo, dentro del programa de acciones de la Presidencia sueca de la Unión Europea, permitió avanzar en el compromiso europeo de promover la cooperación y coordinación entre los ámbitos sociales y sanitarios para impulsar la dignidad y la calidad de vida de las personas mayores en Europa. Este encuentro permitió

que representantes ministeriales relacionados con la sanidad y la política social de los estados miembros de la UE, entre los que se encontraba la directora General del IMSERSO Pilar Rodríguez, responsables de la Comisión Europea y del Parlamento europeo, expertos, investigadores y miembros de asociaciones de mayores debatieran sobre los retos del envejecimiento en Europa y sobre la

necesidad de preparar a las sociedades europeas para que las personas mayores sean tratadas con dignidad. La intervención de Pilar Rodríguez se centró en las políticas gubernamentales dirigidas a dar respuesta a las necesidades de las personas mayores en España. Así, la directora general del IMSERSO destacó que para promocionar el envejecimiento activo y prevenir la dependencia en España "hemos colocado en el centro de estas políticas a la persona mayor, sus necesidades y sus deseos. Queremos alejarnos de la idea de crear un supermercado de servicios generales masificados en el que la persona mayor entre y se sirva de acuerdo a una oferta preestablecida. Intentamos todo lo contrario: se trata de individualizarlos al máximo, de manera que cada persona exprese dónde, cómo y hasta por quién quiere ser atendida y, así, teniendo en cuenta sus deseos y sus necesidades, elaborarle una oferta personalizada de servicios y prestaciones". La Conferencia de Estocolmo se enmarca en un desarrollo continuado de la UE en materia de envejecimiento. Así, la contribución de la presidencia sueca se suma a la Conferencia de Lisboa en 2007 sobre sostenibilidad de los sistemas de pensiones, la de solidaridad intergeneracional celebrada por la presidencia eslovena en 2008, o la de París de lucha contra la enfermedad de Alzheimer y trastornos asociados en octubre de 2008.

### Cooperación y coordinación

El desarrollo de ponencias y el trabajo de talleres permitieron abordar aspectos como el de coordinación y cooperación entre los cuidados a personas mayores y los programas relacionados; de esta manera se incidió en la necesidad de impulsar la coordinación entre sectores y la colaboración y cooperación entre las profesiones y organizaciones por cuanto a que el enfoque multidisciplinar e integral en la atención beneficia a las personas necesitadas de atención. Además, se aludió a la creciente complejidad de la atención que precisa de personal especializado y al papel de las posibilidades técnicas aplicadas a la atención y los cuidados. El envejecimiento saludable fue otro de los aspectos clave tratados por cuanto su aplicación beneficia tanto a las personas al incidir en su calidad de vida como al propio sistema de bienestar social. Las acciones de prevención y promoción de la salud, así como la atención desde una perspectiva de coordinación y cooperación entre los sistemas de salud y sociales se constataron como imprescindibles para impulsar el envejecimiento saludable como medio que permite retrasar o evitar situaciones de enfermedad o dependencia. En el área de salud, la conferencia dedicó un apartado especial a la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. La incidencia de las enfermedades neurodegenerativas en las personas mayores y en sus familias llevó a conclusio-

nes centradas en la necesidad de proteger la dignidad humana a lo largo de toda la vida; además se consideró fundamental esta protección en las personas en situación de vulnerabilidad como son las que padecen este tipo de enfermedades. En este sentido, la cooperación y la coordinación entre los sectores implicados fue la idea recurrente, así como la importancia de apoyar la labor cuidadora de las familias. Otro de los temas tratados fueron la formación de los profesionales que atienden a las personas mayores y el papel de los cuidadores informales en el mantenimiento de una buena calidad de vida de las personas mayores. Así la eficiencia de los cuidados y el desarrollo de productos de apoyo adecuados fueron también recogidos en el transcurso de la conferencia. El desarrollo de herramientas de análisis e indicadores para incrementar el conocimiento y el intercambio de experiencias de buenas prácticas también fue tratado en Estocolmo. También se señaló que es necesaria más investigación sobre las necesidades de las personas mayores y los cuidados que reciben. Los objetivos a alcanzar serían la mejora de los sistemas directivos, el incremento de la calidad, y el establecimiento de cauces para comparar entre los diferentes proveedores de servicios.

### Conclusiones

Tras dos días de debates e intercambio de experiencias la Confe-

rencia de Estocolmo subrayó la importancia de la coordinación y cooperación para desarrollar acciones eficaces y de calidad que redunden en la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, de manera que un envejecimiento digno y saludable se consolide como una realidad. Por otro lado se indicó que la organización y financiación de los cuidados a las personas mayores es una competencia nacional que debe llevarse a cabo conforme a las normas comunitarias vigentes. Sin embargo el Método Abierto de Coordinación se ha mostrado como una herramienta útil para el intercambio de buenas prácticas y aprendizaje mutuo para la promoción de políticas socio sanitarias en los distintos Estados.

El encuentro concluyó que:

- El incremento de la esperanza de vida en los países de la UE supone un efecto positivo de los progresos de la sociedad a nivel económico, social, de salud pública y de la medicina. Sin embargo en etapas posteriores, el envejecimiento deriva en un incremento del riesgo a padecer enfermedades físicas y mentales que aumentan la posibilidad de que las personas mayores dependan de profesionales, parientes o amigos.
- Una población envejecida obliga a realizar cambios en las finanzas públicas para hacerlas sostenibles, especialmente en lo que respecta a la financia-

ción de los cuidados de larga duración, dado que el presupuesto relativo a los cuidados que afectan a la salud de las personas mayores supera el 50% del presupuesto de los Estados Miembros destinado a la salud en general.

- Las necesidades derivadas de los cambios demográficos y sus repercusiones crecientes en la vida y fragilidad de las personas mayores requieren del desarrollo de nuevos métodos que faciliten la cooperación dentro de los Estados miembros involucrando a los agentes implicados especialmente a la sociedad civil. Esto es especialmente importante en épocas de deceleración económica y restricciones presupuestarias.
- La cooperación e interacción entre los sectores sanitarios y de servicios sociales en el apoyo a los servicios proveedores de cuidados, contribuirán a mejorar la calidad de vida de las personas y ganancias financieras para la sociedad.
- La Sociedad Civil es un importante actor y socio en el trabajo dirigido a promover un envejecimiento digno y saludable.

En base a estos reconocimientos se propone reforzar:

- La cooperación entre los sectores sanitarios y sociales tanto en el ámbito de la UE como en el de los Estados Miembros para mantener y aumentar la

dignidad en los cuidados a personas mayores.

- La promoción de la participación social de las personas mayores, así como la actividad física para un envejecimiento saludable que redunde en beneficio para los individuos y la sociedad en su conjunto, a través del retraso en la aparición de enfermedades.
- La eficiencia de los servicios sociales dedicados a promover un envejecimiento más saludable con el consiguiente beneficio de reducción de los costes de los cuidados y del impacto financiero que una población envejecida tiene para los sectores sanitario y social.
- Los intercambios de enfoques, experiencias y buenas prácticas en todos los niveles sobre las políticas de promoción de un envejecimiento saludable y digno en orden a mejorar la eficiencia y calidad de los cuidados a las personas mayores y para identificar obstáculos y oportunidades para alcanzar este objetivo.
- La inclusión de la perspectiva de género en el envejecimiento saludable y digno, teniendo en cuenta las necesidades específicas de las mujeres y los varones, y particularmente, la responsabilidad en los cuidados informales que, mayoritariamente recaen en las mujeres y el mayor riesgo de pobreza de las mujeres mayores.

# Relaciones intergeneracionales y experiencias en el voluntariado

La participación social de las personas mayores mediante el voluntariado y las relaciones entre las distintas generaciones a debate.



Las relaciones e interacciones entre distintas generaciones también se producen en las labores de voluntariado. Mesa de voluntariado social en la imagen.

El presente de las relaciones intergeneracionales como elemento de conocimiento y comprensión entre las distintas generaciones y la labor de voluntariado social que desarrollan las personas mayores fueron los temas centrales sobre los que el Instituto de Mayores y Servicios Sociales ha realizado dos encuentros en los que se ha puesto de manifiesto la necesidad de impulsar programas centrados en la intergeneracionalidad y el papel de las personas mayores en las iniciativas de voluntariado.

La acción formativa del IMSERSO tuvo como escenario el salón de actos del CEADAD (Centro de Referencia Estatal de

Atención al Daño Cerebral), al tiempo que también formó parte de las actividades programadas con motivo de la celebración del IV Salón Vivir 50Plus en el Palacio de Congresos y Exposiciones de Madrid.

El elemento de las relaciones intergeneracionales se debatió en torno a la necesidad de establecer cauces de comprensión y entendimiento entre todas las generaciones mediante el desarrollo de programas que impulsen estas relaciones. Todo ello con el objetivo de superar la mera coexistencia entre generaciones y llegar a una convivencia entre generaciones que enriquezca al conjunto de la sociedad.

En un primer término el encuentro se ocupó de lo que se entiende por relaciones intergeneracionales. Mariano Sánchez, profesor de la Universidad de Granada y coordinador de la Red Intergeneracional del IMSERSO ([www.imserso.redintergeneracional.es](http://www.imserso.redintergeneracional.es)), explicó que existe una vinculación entre envejecimiento activo e intergeneracionalidad y que no todas las interacciones entre las generaciones de una sociedad son positivas. Sánchez destacó que la pertenencia a una generación no es algo estático y que por eso es necesario eliminar etiquetas que se imponen desde fuera por lo que es necesario en las relaciones intergeneracionales aplicar criterios abiertos.

Como experiencias que se pueden trasladar a los programas intergeneracionales que se están desarrollando en España, Mariano Sánchez hizo referencia a las experiencias en el seno familiar. Así las relaciones intergeneracionales positivas en el ámbito familiar predisponen a relaciones en positivo en otros ámbitos. Así, puso como ejemplo la solidaridad entre madres trabajadoras y abuelos.

Dentro de la Red que coordina Sánchez se encuentran numerosas prácticas que impulsan y desarrollan las relaciones intergeneracionales mediante programas específicos. Como ejemplos citó el de jóvenes y mayores que conviven en el mismo edificio o vivienda, personas mayores que

acogen a niños desarraigados o colaboran en centros escolares, o emigrantes retornados que ayudan a niños inmigrantes en el aprendizaje del idioma. Otras iniciativas son las de estudiantes que colaboran en centros de mayores o las de la puesta en marcha de huertos donde agricultores jubilados enseñan a jóvenes. En todos los casos se produce transmisión del conocimiento y de la experiencia y se ejercita la ayuda mutua.

Para este experto es necesario incrementar las iniciativas de programas intergeneracionales para contribuir a que en un futuro próximo no haya que hablar de las mismas porque serán una práctica habitual en una sociedad para todas las edades.



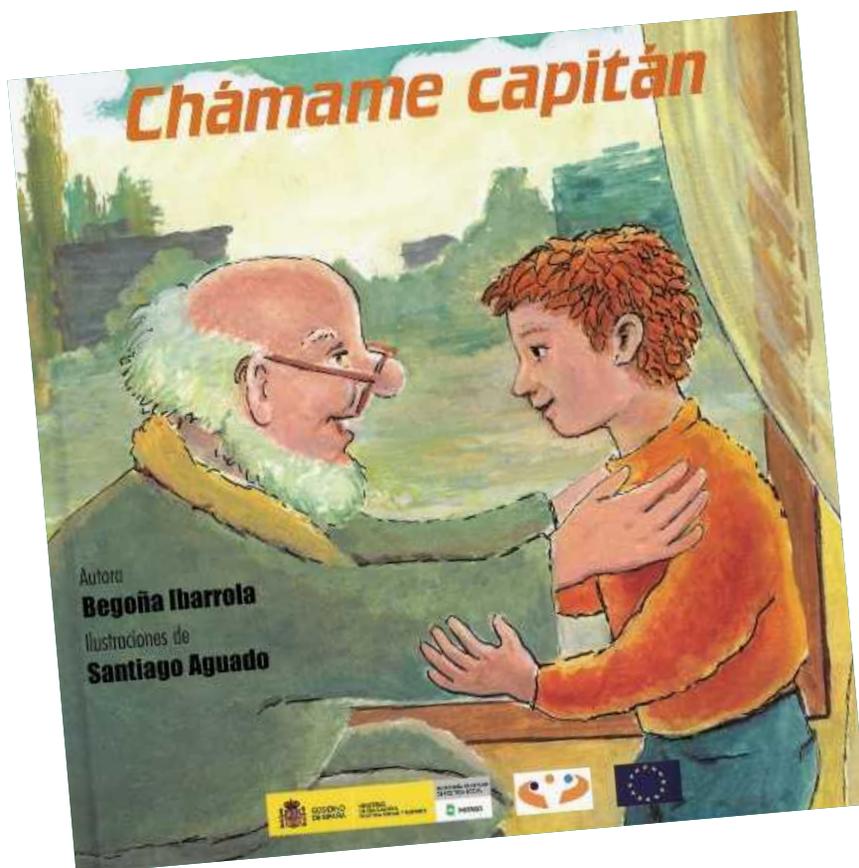
Existen numerosas organizaciones en las que la labor de las personas mayores voluntarias es fundamental.



### Progress

El programa Progress del IM-SERSO se reveló como una importante iniciativa en la que se impulsa el conocimiento y la comprensión entre las generaciones. El proyecto consiste en la sensibilización de los niños acerca de la realidad de las personas mayores y de las personas con discapacidad mediante recursos educativos entre los que se incluye una colección de cuentos y una guía didáctica.

La experiencia desarrollada por el colegio público de educación infantil y primaria "Madre de Dios" de La Rioja fue explicada por el director del centro, Francisco Javier Hernández; además las jornadas contaron con el testimonio de Dionisia Aldea, abuela de una de las alumnas del centro, y de uno de los niños que participaron en las actividades de sensibilización que puso en marcha el centro educativo y que se fundamentaron en el material del proyecto Progress. Así, Hernández destacó que con las propuestas contenidas en el material educativo se realizaron actividades en las que los abuelos de los niños tuvieron presencia en las aulas, los alumnos visitaron un centro de mayores, se decoraron aulas y pasillos, o se enseñaron juegos de mesa entre otras acciones.



Progress sensibiliza a los escolares mediante cuentos y material didáctico.

### Voluntariado

La interacción entre las distintas generaciones también se produce a través de la participación social de las personas mayores en la vida social. La labor de voluntariado social que desarrollan muchas asociaciones permite la colaboración y cooperación de personas de todas las edades.

El gerontólogo Gonzalo Berzosa y Vicente Pérez de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla y de la Confederación Estatal de Mayores Activos incidieron en los aspectos teóricos del voluntariado de las personas mayores. Berzosa abundó en la idea de que el voluntariado es una relación de ayuda frente a las necesidades de la sociedad en la que las personas mayores pueden colaborar de forma muy activa. Por otro lado este experto gerontólogo incidió en que

el voluntariado es una actividad, con unos componentes de relación y asociación con otros, que permite que la persona se sienta útil, al tiempo que recibe estímulos y se la reconoce como participante en una actividad valorada de forma positiva por la sociedad. Vicente Pérez, por su parte, basó su ponencia en las claves para que el voluntariado de personas mayores sea un éxito. En este sentido subrayó que las partes fundamentales de un proyecto asociativo son la voluntad y el tiempo que ponen los voluntarios al desarrollo de la acción de voluntariado y la formación y coordinación que aporta la entidad para cumplir los fines propuestos.

La parte práctica de la labor de las personas mayores voluntarias contó con la aportación que

realizaron voluntarios como Jacinto López y Ana Aragón de la asociación Desarrollo y Asistencia que trabaja con personas sin techo, en hospitales y con personas que viven solas. Para ellos es importante ayudar a los demás dedicando una parte de su tiempo libre y están de acuerdo al manifestar que “dando un poco se recibe mucho”.

Otro ejemplo de voluntariado es la labor de Carmen como voluntaria informática. Aprendió informática en las aulas de la Caixa y decidió que quería ayudar a los demás enseñando lo que aprendió. En la actualidad, Carmen participa en la enseñanza de informática a personas sordas y ella se siente feliz viendo a los alumnos que ayuda felices. Pedro es uno de sus alumnos, también jubilado, y explica que está encantado con su aprendizaje y con su profesora.

Eugenio es otra de las personas mayores que han decidido colaborar como voluntario; para ello desarrolla su labor en Cruz Roja en el área medioambiental y trabaja con otros voluntarios de todas las edades. Eugenio explica que “a través de Cruz Roja la idea e intención de ayudar a la sociedad encuentra un cauce que permite desarrollar un trabajo más efectivo”.

# Jornadas técnicas: formación y atención a la dependencia



El IMSERSO, junto al Gobierno de Aragón, organizó en Zaragoza las Jornadas Técnicas: Formación y Atención a la Dependencia en las que se trató en profundidad la formación y cualificación profesional de las personas cuidadoras en el marco establecido por la Ley de Autonomía Personal y Atención a las Personas en situación de Dependencia.

La directora general del IMSERSO, Pilar Rodríguez, inició las jornadas con una ponencia centrada en la calidad de los centros y servicios del Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD). De esta manera se incidió en que la calidad exigida en la atención a las personas en situación de dependencia tiene como elemento básico la formación y cualificación de los profesionales.

Desde el Ministerio de Educación, el director general de Formación Profesional, Miguel Soler, se destacó el papel de la formación profesional como cauce de cualificación de profesionales como cuidadores. Tras mostrarse una perspectiva general de la formación en relación con la ley de dependencia las Jornadas profundizaron, mediante una mesa redonda, en la formación y las cualificaciones profesionales en el sector sociosanitario, así como la evaluación, reconocimiento y acreditación de competencias profesionales. Asimismo se incidió en la formación destinada a los cuidadores familiares o informales.

Una parte importante de las jornadas fue la que reunió en una mesa redonda a representantes sindicales (UGT y CC.OO) y

empresariales (CEOE y LA-RES) donde se plantearon las perspectivas de formación de las personas prestadoras de cuidados tanto profesionales como no profesionales del sector sociosanitario, en la que se expusieron las diversas opiniones sobre las necesidades de la formación a la hora de prestar cuidados a las personas dependientes.

Por otro lado las jornadas también permitieron conocer las experiencias que se están desarrollando en la Comunidad de Aragón en el ámbito de la formación. Así, en cuanto a la evaluación y acreditación de competencias se trató la experiencia de los profesionales de ayuda a domicilio en Aragón; y se abundó en la experiencia de apoyo al cuidador en la comunidad aragonesa a través del programa CuidArte.

# IV Salón Vivir 50 Plus



La celebración de la IV Edición del Salón Vivir 50 Plus en el Palacio de Congresos de Madrid coincidió con el Día Internacional del Mayor, el uno de octubre, con lo que la oferta comercial, las jornadas sobre diferentes aspectos de la etapa de envejecimiento, y las diversas actividades cobró un especial significado en un evento, organizado por el Grupo Editorial Bayard, en el que se dieron cita miles de personas mayores dispuestas a vivir con plenitud.

El IV Salón; en el que participó el IMSERSO mediante un stand, que despertó un gran interés entre los visitantes, y el desarrollo de una jornada sobre relaciones intergeneracionales y voluntariado social; permitió a los asistentes acceder a información sobre productos destinados a ellos, a diversas conferencias y mesas redondas o jornadas sobre temas que les afectan, y actividades como talleres de pintura, cocina, taichí o bailoterapia.

Por otro lado, el evento también dio lugar a la entrega de los Premios “Plus es más” que reunió a personalidades de diversos ámbitos en torno a personas y entidades que ponen de relieve el valor de las personas mayores. Los premios de este año correspondieron, entre otros al Imsero por su iniciativa en Internet [www.enclaverural.com](http://www.enclaverural.com), al Padre Ángel, presidente de Mensajeros de la Paz-Edad Dorada; el profesor Jesús Neira; la actriz Concha Velasco, Viajes El Corte Inglés, o a la Fundación Thyssen Bornemisza, premio que recibió Carmen Cervera.

Coordina:  
Araceli del Moral

# Publicaciones



## PRACTICAR EJERCICIO FÍSICO EN LA VEJEZ.

Autora: Ángeles Soler Vila.  
2009, INDE Publicaciones –  
www.inde.com  
ISBN: 978-84-9729-109-5

En relativamente pocos años ha cambiado de forma ostensible la imagen de las personas mayores. Hay una tendencia generalizada a cambiar hábitos y costumbres para adoptar un estilo de vida saludable que facilite adaptarse positivamente a los cambios bio-

## Para envejecer saludablemente

lógicos, psicológicos y sociales que la vejez comporta.

Este libro pretende que todos aquellos que animan a grupos de actividades físicas para personas mayores y también los estudiantes que se preparan para ello, se adentren en el conocimiento del proceso de envejecer.

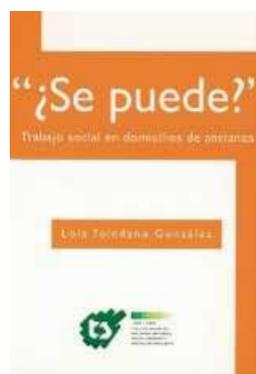
La autora, directora de programas de actividades físicas para personas mayores y formadora de animadores de grupos de actividades físicas para mayores, aporta reflexiones sobre cómo el ejercicio físico puede contribuir a que se disfrute esta etapa de la vida con mayor salud y bienestar, manteniendo la libertad de actuar y de dirigir libremente la propia vejez.

En él se presenta el Programa SocioMotriz para personas ma-

yores activas y también para aquellas que envejecen con fragilidad. El Programa se caracteriza por ser una intervención a través del cuerpo y el movimiento que se lleva a cabo en grupo a través de situaciones de toma de conciencia del propio cuerpo, lúdico-recreativas y socializantes.

A modo de ejemplificación incluye una relación de ejercicios que configuran un plan de trabajo anual llevado a cabo con un grupo de usuarios tipo.

Nota: Esta obra ha sido publicada con una subvención de la Dirección General del Libro, Archivos y Bibliotecas del Ministerio de Cultural, para su préstamo público en Bibliotecas Públicas de acuerdo con lo previsto en el artículo 37.2 de la Ley de Propiedad Intelectual.



## “¿SE PUEDE?”.

Autora: Lola Toledano González  
2008, Col.legi Oficial de Diplomats en Treball Social i Assistents Socials de Catalunya  
ISBN: 978-84-691-6782-3

## Trabajo social en domicilios

Esta obra, editada y premiada por el Colegio Oficial de Diplomados en Trabajo Social y Asistentes Sociales de Cataluña con el accésit del IV Premio de Investigación en Trabajo Social Dolors Arteman, pretende ilustrar una realidad singular y compartir con los más jóvenes que empiezan temores y experiencias, partiendo de las vivencias profesionales de la autora.

No se trata ni de un estudio sociológico, ni antropológico, tampoco

de psicología de la senectud. Tampoco es un manual sobre el Servicio de Ayuda a Domicilio. Pero sí es un poco de todo ello. Porque se trata de un testimonio escrito desde la experiencia; aunque algunos de sus capítulos tienen veinte años, otros, apenas unos meses. Tanto unos como otros tienen plena vigencia. Abordan, entre otros temas, el de la ancianidad y la soltería, el síndrome de Diógenes, la sexualidad de los ancianos –desde dentro–, las formas de afrontar el final de la vida.

## Cómo prevenir el resfriado común

El resfriado común, catarro o resfrío es una enfermedad infecciosa viral leve de la nariz, la garganta y el sistema respiratorio superior. Sus síntomas son estornudos, secreción nasal, dolor de cabeza, goteo/ congestión nasal, ojos llorosos, picor, dolor o flema en la garganta, tos, cefalea y una sensación de malestar general; normalmente dura entre 3 y 10 días. Es una de las enfermedades más comunes.

Coordina: Inés González  
Foto: [www.fotosearch.es](http://www.fotosearch.es)



**E**l resfriado común pertenece a las infecciones del tracto respiratorio superior. Es distinto de la gripe, una infección viral más grave del tracto respiratorio que muestra síntomas adicionales: fiebre en aumento, temblores y dolores musculares, aun cuando muchas personas confunden ambos términos. Al ser una infección viral, no existe un tratamiento específico más allá del sintomático.

Los factores que influyen en la gravedad de los síntomas son: el estrés psicológico y la fase del

ciclo menstrual. Además, una salud débil en general u otras condiciones preexistentes, como las alergias, pueden agravarse debido a una infección.

La mejor forma de evitar los resfriados es tener contacto con los enfermos y los objetos que han tocado, además de mantener el sistema inmunitario en condiciones óptimas: durmiendo lo suficiente para sentirse descansado, reduciendo el estrés, llevando una alimentación adecuada y evitando el exceso de consumo de alcohol.

### ¿QUÉ HACER PARA?

Luchar contra un resfriado común no es fácil. Cada año nos ataca con estornudos, congestión nasal, irritación de la garganta, dolores, malestar... ¿Qué hacer? siga algunos consejos para luchar contra los resfriados y probablemente los podrá prevenir...

- **Mantener la nariz limpia. Lavarse la nariz, si estornudamos:** al primer estornudo sospechoso, no deje de ir al baño y lavarse bien la nariz... también es muy importante mantener nuestras manos limpias en general. No espere a tener síntomas, un contagio... esmere su higiene en general.
- **Mantenga una alimentación adecuada. Trate de fortalecer sus defensas en general y muy especialmente a los primeros indicios:** aprenda a sentir los más mínimos síntomas con los que inician los resfriados. Si lo consigue a lo mejor incluso podrá ganar algunas batallas. Tome un vaso caliente de leche con miel o un zumo de naranja con miel cada dos o tres horas hasta que desaparezcan los síntomas...
- **Pies calientes:** vaya bien equipado allí abajo.... No escatime en medios: póngase un doble calcetín si hace falta. Dentro o fuera de casa, no deje que se le enfríen los pies. Aunque el virus penetra por las mucosas de la nariz y los ojos y los expertos dicen que los pies tienen nula importancia, lo cierto es que muchas personas, cuando se nos enfrían los pies, es un adelanto de un resfriado casi seguro. Así que aunque no tengan claro las relación causa -efecto ¿por qué arriesgarse? Además tener los pies fríos es molesto. Póngase un doble calcetín si es necesario.
- **Siga una buena alimentación:** Buenos hábitos alimenticios son fundamentales. No deje pasar muchas horas sin tomar nada. Desayune muy bien por las mañanas. En su alimentación coma muchas **frutas y verduras**, especialmente aquellas ricas en vitamina C. Las investigaciones en medicina son muchas veces contradictorias. Recientes estudios científicos (dicen que serios) desmienten el “tópico” del zumo de naranja. Aseguran que la vitamina C y el resfriado no tienen ningún vínculo. Bueno, pues quizás, en todo caso, siga una buena alimentación.
- **Beber muchos líquidos:** agua en abundancia, zumos, infusiones... No deje pasar una mañana o

toda una tarde sin ingerir este tipo de líquidos. De todos los remedios es el que genera más consenso a efectos de que la mucosidad sea más líquida, y por tanto fácil de expulsar.

- **Conseguir un ambiente húmedo:** al parecer si se reseca en exceso nuestra mucosa nasal hay más facilidad para que accedan los virus. Recuerde que hay excelentes humidificadores.
- **Ventilar su casa y el sitio donde trabaja unos minutos diariamente y evitar espacios excesivamente cerrados con mucha gente:** Debe renovar el aire que respira... alejará los resfriados.
- **Evitar cambios bruscos de temperatura:** Abríguese bien cuando salgas a la calle y procedas de espacios con una calefacción muy alta.
- **No se automedique:** consulte a su médico si opta por tomar algún medicamento. No utilizar fármacos que se hayan seguido en tratamientos anteriores.
- **Descanse si ha caído enfermo con un resfriado:** Ayude a sus defensas, descansando... Evite el estrés. Además puede “acortar” el resfriado si ayuda positivamente a sus defensas:
  - Tomar naranjas, limones, kiwis... alimentos ricos en vitamina C. No sobrepasar los 20 mg. /día.
  - Hacer gárgaras y limpieza nasal con agua con sal. Ponga una cucharadita de sal en un vaso de agua caliente y haga gárgaras durante un minuto. Trate de limpiar cuidadosamente sus conductos nasales con esta agua con sal inhalándola... mejorará la congestión nasal.
  - Comer una sopa de pollo. Aunque no hay evidencia de que la sopa de pollo pueda ayudar a curar un resfriado, la mayoría de los doctores están de acuerdo que puede tener efectos positivos.
  - No tocarse los ojos o la nariz (especialmente si las manos no están lavadas)
  - Tomar algo de zinc, aunque aquí hay quienes aseguran que no tendrá ningún efecto. Otros sin embargo, señalan que en spray nasal como pastilla de un complejo de vitaminas el zinc ayuda a luchar contra los resfriados. Aunque conviene ser cuidadoso dado que un exceso de Zinc puede provocar un defecto de hierro.

## MINGOTE:

“ME TOMO  
TODO MUY  
EN SERIO...”

Texto y fotos: Rosa López Moraleda



Catalán por nacimiento, aragonés de adolescencia, valenciano por familia y madrileño por más años vividos en el Madrid más cañí, es el ahora homenajeado, como tantas veces ya, por todos los humoristas compañeros, Angel Antonio Mingote Barrachina, más conocido por Mingote, baluarte patrio del humor inteligente. De su desbordante sorna, desparpajo y universal ojo crítico habla esta respuesta a la pregunta de qué hay, a su juicio, además del humor, que merezca ser tomado verdaderamente en serio: “Todo. ¡Yo me tomo todo muy en serio...!”.

**H**abrà que empezar a creerlo. Porque así lo entiende él: “Todo, absolutamente todo, merece ser tomado en serio, ¡hasta el humor por supuesto! Y si quien así lo dice es don Antonio habrá de ser tenido en cuenta, y porque quien así habla es, más que un maestro, la leyenda viva del humor más sabio: Mingote, aún plétórico de lucidez cuando ahora alcanza sus 90 años.

Era un día muy especial. El pasado día 1 de octubre, a la sazón Día de las Personas Mayores, que cada año por esa fecha se celebra en tantos pagos. Lugar, el Museo de La Ciudad de Madrid, edificio aledaño del Auditorio Nacional de Música. Y el motivo, el home-

naje con el que sus compañeros de arte le habían querido sorprender en su 90 cumpleaños, Academia del Humor (PGarcía, su presidente, y Merce Oteiza en la tramoya) y Ayuntamiento de Madrid mediantes.

### Orfebrería pura

A sus nueve décadas de vida y su ración de humor diario en las páginas de su periódico, desde hace ya tantos años que nadie alcanzaría a entender el “ABC” sin los

“monos” de Mingote, y sin faltar un solo día a su cita hasta hoy. ¿Un chiste?, no, mucho más. Algo que mueve nuestras conciencias, nos hace reflexionar, nos obliga a sonreír y logra desdramatizar la crudeza con la que la realidad, ya del país o más carnal, se suma al café y churros con los que se desayunan tantos y tantos lectores y/o admiradores. Orfebrería pura.

Todo el mundo quiso estar. Los que estuvieron y los que no, porque se fueron, tiempo atrás, a ha-

cer compañía a Groucho (Marx y otros). Allí estaba Kalikatres, con ayuda, pero estuvo. Los había mayores, supervivientes como él; pero también los más jóvenes, como Gallego y Rey entre otros, sumándose al homenaje y a la exposición (porque exposición hubo y ¡cómo!).

Y en medio del lío, una troupe de admiradores y seguidores del nonagenario humorista y académico, felicitado y asediado hasta la extenuación, con el abigarramiento de cámaras, flashes y esos negros artefactos (micros) de los de las teles. Una jornada intensa, a recordar –Mingote era un hombre feliz–, agotadora también, en la que el único ausente fue el “canapé y vino español” –¡ni falta que hicieron!– por aquello de la crisis.

### Homenaje y exposición

Precisamente la Academia del Humor (ahora bajo la batuta del inclito PGarcía), la Generalitat Valenciana, Biblioteca idem incluida, trajeron a Madrid esta exposición al Museo de La Ciudad madrileño, tras el éxito vivido de febrero a junio últimos en la capital levantina.

Y claro está, la muestra madrileña, apoyada por el Ayuntamiento de la capita del Turia. Junto a su inauguración, se hizo coincidir el acto de homenaje a Mingote, para que los madrileños pudiéramos disfrutar también, tanto de sus viñetas, una proyección en vídeo ad-hoc, y de una selección de cuadros y libros realizados por el genial Don Antonio, en plan retrospectivo, muestra



Mingote el día de su homenaje con algunos de los asistentes al acto.

que permanecerá abierta al público hasta el 29 de noviembre.

La exposición “Mingote, 90 años” agrupa viñetas humoristas y caricaturas realizadas por cerca de medio centenar de dibujantes españoles, entre los que se encuentran Máximo, Gallego & Rey, Peridis, Idígoras & Pachi, Esteban, Ricardo, Madrigal, Almarza, Munoa, Kalikatres, Datíle, Eduardo, X. Marin, Edu, Mozo, Ramón y Alfredo.

### Todos a uno

Igualmente, figuran dibujos de Harca, Quique, Manolo, Marrugat, José Julio, Rafael Flórez, Ubaldo, Corella, Angelines, Ferreira, Carlos, Vizcarra, Enrique, Carbó, Orcajo, Ché, Lamber, Nerja, J. Aldeguer, Sebas, Sex, Kap y el Keto.

En la muestra, más enfocada a Madrid, varios humoristas gráficos presentan su particular homenaje al maestro Mingote a través de 44 viñetas. No han querido faltar a la cita los de los grandes periódicos nacionales, los de Don José, los de La Codorniz, los de La Golondriz, uno de El Jueves y los de Feco-España.

Por cierto, según reza en la sinopsis de algún folleto al efecto, las viñetas o los “monos” de Mingote han sido ya traducidas y publicadas en diferentes medios de prensa extranjeros, como el *New York Times* o el *Daily Telegraph*. Y, además, el nonagenario e infatigable humorista hispano continúa su actividad como ilustrador de libros, sin olvidar su “ración” de arte –ya descrito–, para no dejarnos huérfanos de sus viñetas y sorprendernos diariamente desde su amado periódico (ABC).

### Densa y jugosa biografía

Antonio Mingote Barrachina (Sitges, Barcelona,

1919) cumple en este 2009, 90 años. Ha sido y es un historiador de la actualidad de más de medio siglo a través del humorismo auténtico. Sus viñetas por encima del texto y del contenido principal, poseen fondos de un realismo paisajístico, a veces ornamental, a veces sociológico, de un grado tal que apabullan. Sus trazos siempre superan el realismo o la agresividad.

Con motivo de esta celebración sus amigos, encabezados por el presidente de la Academia Española del Humor, P. García, rinden homenaje al ilustrador, grafista, escritor, cartelista, guionista y académico. El decano de los humoristas y una de las piezas claves del humor nacional del siglo XX, de prodigioso talento que todavía sigue en Antonio Mingote inició su carrera en La Codorniz en 1946, ha sido director de la revista Don José, guionista de televisión, de cine, cartelista, escritor e ilustrador. En 1987 fue nombrado miembro de la Real Academia Española. En 1996 recibe la medalla de oro al mérito en el trabajo y en 2005 es coronado doctor Honoris Causa por la Universidad de Alcalá de Henares. Y dos años más tarde, por la Universidad Rey Juan Carlos.

Ciñéndonos sólo a Madrid y en plan sintético: En 1982 fue nombrado Alcalde Honorario del parque del Retiro. En 1988 Medalla de Oro al Mérito Artístico del Ayuntamiento de Madrid. En 1993 Medalla del Arco de Cuchilleros impuesta por el Alcalde. En 1995



## UN PASEO POR LA HISTORIA

De 1953 a 1963 existió una primera Academia Española de Humor, a imitación de L'Academie Française de l'Humeur. Hubo de llamarse "Legión de Humor" por la severidad oficial imperante, pero popularmente se la reconoció como "Academia", aunque no estuviese establecida con autoridad pública. La fundó y presidió Enrique Laborde, con el fin de combatir el seriecismo que invadía España, y tuvo como presidente en el exilio a Ramón Gómez de la Serna. Figuraron en ella, entre otros, Álvaro de Laiglesia, Marcel Achard, Francisco Vighi, Evaristo Acevedo, Alfredo Marqueríe, Federico Galindo, Enrique Herreros, Tono, Alfonso Paso, Lorenzo Goñi, Rafael Castellano, Chumy Chúmez, Rafael Munoa y Jorge Llopis.

Y, como es natural, Antonio Mingote, que ingresó en ella en 1955 y diseñó la medalla que lucían en sus nobles pechos aquellos "inmortales" en cuanto se les presentaba la menor ocasión.

En 1989 algunos de sus antiguos miembros (Rafael Castellano, Víctor Vadorrey, Conchita Montes, Serafín, Kalikatres, el abajofirmante y Julio Penedo) la refundamos para preservar el vanguardismo humorístico, que estaba de capa caída. Se me nombró presidente vitalicio, entre otras razones porque ponía el local para la sede; y la sede se instaló, aprovechando el local, en la ciudad madrileña de Pozuelo de Alarcón, con la excusa de que en su territorio se había librado la "guerra" de La Codorniz contra Inglaterra, en 1956.

En 2007 (como dice el señor Guijelmo, don Alex, que hay que decir), en la Academia se nos hizo evidente que todos los españoles adictos a la sonrisa inteligente tenemos contraída una deuda con Mingote, por toda su existencia dedicada a provocarla y mantenerla. Y ante la proximidad de su nonagésimo cumpleaños se nos ocurrió que, ahora que tanto se utilizan los guarismos para conmemoraciones, no estaría de más aprovecharlo para reivindicar su personalidad y sus creaciones como merecen. Tanto por calidad como por extensión.

Bien; pues aprovechando la coyuntura efemerideica pensamos que podía utilizarse para destacar a modo esa figura gigantesca en el desierto nacional.

Recordamos que a medallas, títulos, preseas, ringorrangos y colgajos se le ha frito a lo largo de su carrera; pero, si bien se mira, nada que trascienda el incienso social. Lo que su personalidad, su trabajo, su obra exigen es la creación de un museo: el Museo Mingote. Bélgica lo ha dedicado a ese buen hombre que fue Hergé por su Tintín, y aquí, Mingote, que está a distancias galácticas del buen creador de la línea clara, venga medalla, venga fibula, venga pergamino, pero nada que perpetúe su creatividad y su memoria como merece. Mingote ha sido, y es, un historiador de la actualidad de más de medio siglo a través del humorismo auténtico.

Sus viñetas, por encima del texto y del contenido principal, poseen fondos de un realismo paisajístico, a veces ornamental, a veces sociológico, de un grado tal que apabullan. Su trazo supera el realismo o la agresividad. Yo me atrevería a definirlo como "amoroso". Y, encima, después de toda su producción ingente, es el inventor de la "necrológica gráfica", el dibujo del adiós a la figura, al personaje, al amigo, con imaginación inigualable, cariño y ternura de muchos quilates. La necrológica gráfica, que otros tipos del gremio han imitado después de modo vulgar, pobres chicos, que el talento no da para más. Porque, he aquí la tragedia: se nace inteligente, o no. El caso de muchos terceros es el del "no". No obstante Mingote tiene un defecto apoteósico. Más que un defecto, una tara. No se ha enterado de su talento.

Así como más de uno de sus colegas y más de dos (o sea, tres, como decía Tono en *Don José*), por las mañanas, al ponerse delante del espejo se pasman de sí mismos entonando aquel "cómo me la maravillaría yo", de Lola Flores, Mingote, ni idea. Como si él no fuera el Mingote que supera cualquier calificativo; como si únicamente fuese un simple transmisor, el mecanismo que convierte en imágenes, palabras, ideas e ironías filosóficas el contenido de ondas



externas que vagan en torno nuestro, lo que le obliga a una modestia auténtica que da asco.

Mingote nunca ha sido consciente de su lucidez y perspicacia. Doy fe de ello, tras cincuenta años de amistad y observación analítica; que a mí también hay que darme de comer aparte. Trabajamos, pues, en nuestra paródica Academia sobre la idea de sugerir a la autoridad competente la creación de un Museo Mingote (que después se ampliase al Museo del Humor Gráfico Español y a otras ampliaciones más), con alguna iniciativa determinada, aprovechando el guarismo de su nonagésimo aniversario.

Dentro de su simpleza podía servir de motivador político. Pensamos, al principio, solicitar la cooperación de los diversos grupúsculos que forman asociaciones de profesionales de la sonrisa, la grupetes editoriales y la de grupazos oficiales. Sometida a votación, la propuesta fue rechazada por unanimidad. ¿Argumentación? Que la española es una sociedad de taifas en la que cada cabecilla de grupúsculo, grupete o grupazo es más califa que el califa de al lado; que lo único que iba a conseguir era la dilución de una idea estupenda que entre unos y otros dejarían reducida a dimensiones homeopáticas; y que lo más racional que debería hacerse era emprender la iniciativa por nuestra cuenta y ajustada a la medida de nuestras posibilidades. Aunque eso sería disminuir, terminaron argumentando, estaría lejos del temible desleimiento. Y si las taifas copiaban la idea, mejor.

En vez de un homenaje, podría resultar un rosario de los mismos. En consecuencia Andrés Vidal, que

estaba terminando una investigación sobre los trabajos de Miguel Mihura en *La Ametralladora*, se encargó del envío de cartas a revistas y organizaciones relacionadas con el humor gráfico, y a cuantos artistas teníamos localizados, solicitando dibujos dedicados al maestro. Mostraríamos el conjunto en una exposición itinerante. Llegado el momento entregaríamos al homenajeado los originales como regalo cariñoso de sus colegas. Y les diríamos a las autoridades:

Señoras Autoridades: éste es su Mingote. Señor Mingote: éstas son sus Autoridades. El proyecto recibió diversos apoyos. De este modo, con el título “Mingote, 90 años”, celebramos la primera exposición en el monasterio de San Miguel de los Reyes, en Valencia, del 26 de febrero al 7 de junio de este año, gracias al entusiasmo de la Generalitat Valenciana y la Biblioteca Valenciana. (Con gran satisfacción anotamos que se contabilizaron 7.937 visitantes y 220 grupos escolares). Y ahora llega a Madrid, porque era obligatorio. Y además necesario. Y también, imprescindible. Sin olvidar que la expo-homenaje en Madrid era ineludible, indispensable, preceptiva y precisa. O sea, que no había más remedio. Aquí la tienen. Y nosotros, los de la Academia Española del Humor, quedamos sentados esperando, comiendo un huevo, una sopita y un caramelo (como decía la vieja canción infantil) a ver cuándo les ocurre a las autoridades crear del Museo Mingote, ampliable al Museo del Humor Gráfico en el futuro. Porque hace un porrón de años que debería haberseles ocurrido.

**PGARCÍA. Presidente de la Academia Española del Humor**

Placa de Honor de la Cámara de Comercio e Industria de Madrid, a la vez que la Comunidad dio el nombre de Antonio Mingote a una biblioteca pública...

### Al humor inteligente

Todo (acto de homenaje del pasado 1 de octubre y exposición, organizada por la Academia del Humor, la Generalitat Valenciana y el Ayuntamiento de Madrid) fue una redonda celebración del nonagésimo cumpleaños de don An-

tonio, a cargo de los principales humoristas gráficos patrios. Un homenaje, en suma, al humor inteligente, que nadie como él—recogida opinión unánime— lo podría encarnar mejor.

“En los momentos de crisis económica o política, la sociedad ha reaccionado recurriendo a la catarsis humorística. Así sucedió en Norteamérica tras el crack del 29, con la producción de filmes desternillantes como los de Jack Benny, Ernst Lubitsch, Chaplin o

los Hermanos Marx. O como en España en la guerra civil y la posterior dictadura”, recuerda ahora Merce Oteiza, de la Academia de Humor.

Ella misma nos recuerda que aquí, en España, “la bandera la enarboló el semanario *La Codorniz* mientras las editoriales lanzaban colecciones de humor avanzado como *Al Monigote de Papel*, *La Hostería del Buen Humor*, el *Club de la Sonrisa* y algunas más, de periodicidad mensual, que alcan-

zaban los cien títulos y difundían a los más significativos escritores del género en esos momentos”.

### Una academia del humor

La Academia Española de Humor fue fundada en 1953 por Enrique Laborde, para combatir el “seriecismo” que invadía la sociedad española de la postguerra, a través de la purificación humorística.

Más que gracia es un sarcasmo –así se lo tomaría Mingote– que razones administrativas, tan dominantes por entonces, a que es hoy Academia del Humor –aunque el público la reconociera por tal nombre– hubo de ser inscrita bajo la denominación de Legión de Humor... Sin comentarios. En todo caso, pasó a ser una isla risueña en el mar muerto del imperante uniformismo...

Fue su presidente en el exilio Ramón Gómez de la Serna, y como miembros figuraron, entre otros, Álvaro de Laiglesia, Antonio Mingote, Tono, Alfonso Paso, Alfredo Marquerié, entre otros, y como académicos correspondientes Marcel Achard y Pgaría. Ahí es nada.

En 1989 se refundó por antiguos colaboradores de *La Codorniz* para mantener vivo el espíritu del que fuera bautizado como “humor nuevo”, amenazado de extinción, y proponer reconducirla por el humor vanguardista, iniciado en nuestro país por los Tono, Mihura y La Codorniz, en Francia por Ionesco, Cami y Pierre Mc Orlan, y en Italia por Pitigrilli y

Giovanni Guareschi.

A los antiguos miembros se unieron otros como la actriz Conchita Montes y los dibujantes Kalikates, Serafín, Pablo y Madrigal. Se nombró presidente a Pgaría, reconocido por investigadores del CSIC como el autor que más ha hecho por la divulgación del humorismo en España durante las cinco últimas décadas, y fue registrada oficialmente como asociación cultural sin ánimo de lucro. La Academia actual realiza numerosas tareas de investigación y divulgación.

### Diferencia entre comicidad y humorismo

Transcrita parte del discurso de Wenceslao Fernández Florez en su discurso de ingreso en la Real Academia de la Lengua: “La confusión vulgar entre comicidad y humorismo ha sido la causa del mal entendimiento en que a éste se le tiene, por englobarlo en la indudable inferioridad de aquélla”.

“El humor puede hacer reír y puede no hacer reír, sin dejar de ser humor, porque no es eso precisamente lo que se propone, a diferencia del chiste, cuyo éxito culmina en la carcajada. El humor se dirige en la mayor parte de los casos al sentimiento (como el



chiste al entendimiento). Y cuando refiriéndose a él se habla de ingenio, se le empequeñece, porque el humor está por encima de esa cualidad”.

El humorista no es un clown; el humorista es un hombre perfectamente serio que trata con toda seriedad asuntos serios. El humorista no cultiva el retruécano, no retuerce la frase, no produce el chiste.... El humorismo no puede ser agrio ni violento porque dejaría de ser humorismo.

El humorismo ha de ser la comprensión un poco bondadosa del alma humana y con todo lo que hay en ella de dolor, de placer, de virtud y de malicia. Hay una frase que parece acertadísima: la que llama al humor la sonrisa de una desilusión.

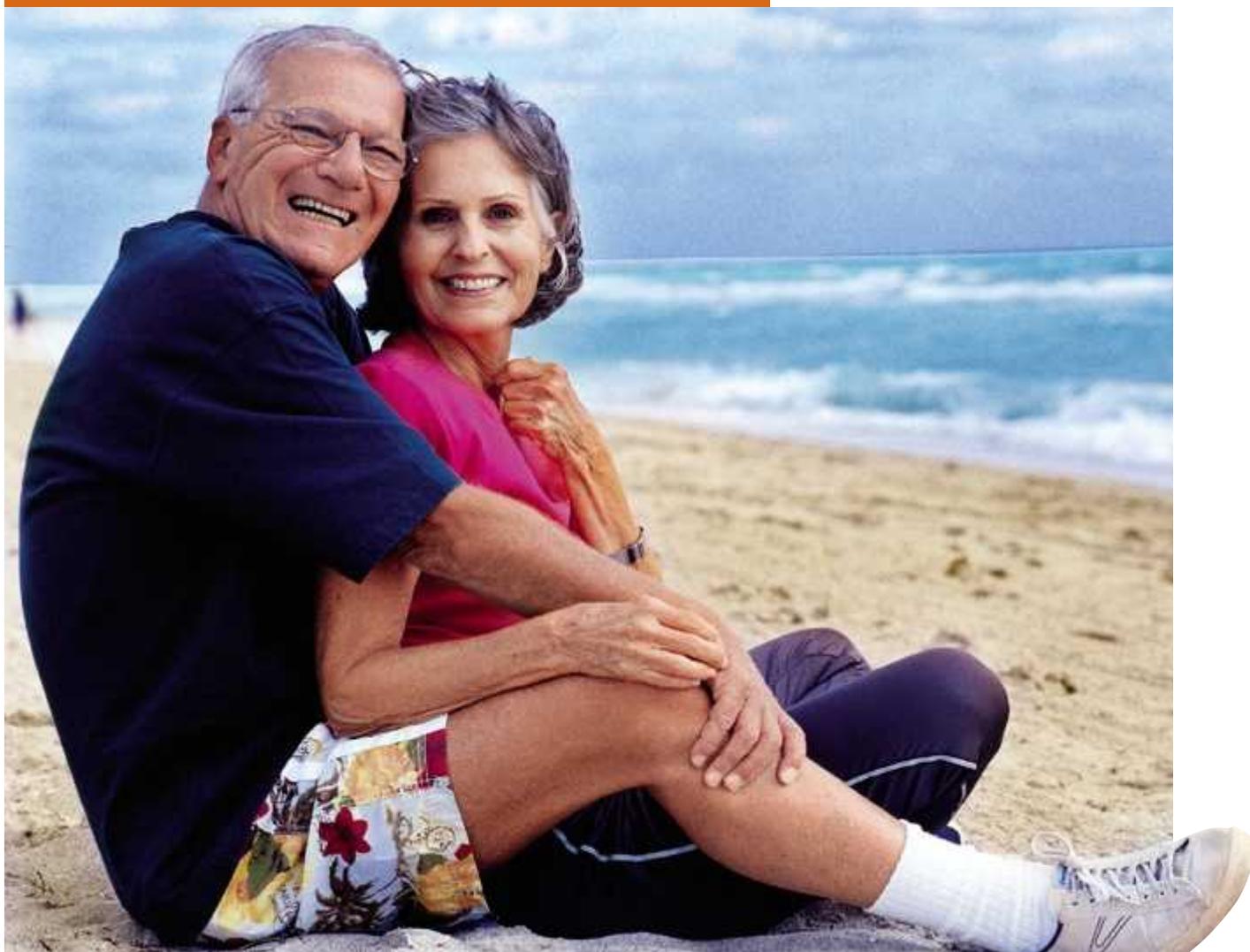
## Las personas mayores, un activo en la construcción de la Unión Europea

“La Unión reconoce y respeta el derecho de las personas mayores a llevar una vida digna e independiente y a participar en la vida social y cultural” Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea. Artículo 25.

Texto: Inés González, Oficinas del Parlamento Europeo y la Representación de la Comisión Europea en España

El día 1 de Octubre se celebró el Día Internacional de las Personas Mayores. La Unión Europea (UE) sabe que todos tenemos una deuda con los mayores y que su participación en la vida social y cultural es un derecho bien ganado. Por ello, trabaja para mejorar su calidad de vida y para que el envejecimiento saludable y activo entre la población europea sea una realidad.

Las estadísticas prevén que para 2050 habrá 70 por ciento más de personas mayores de 65 años que actualmente, es decir, el 37 por ciento de la población europea

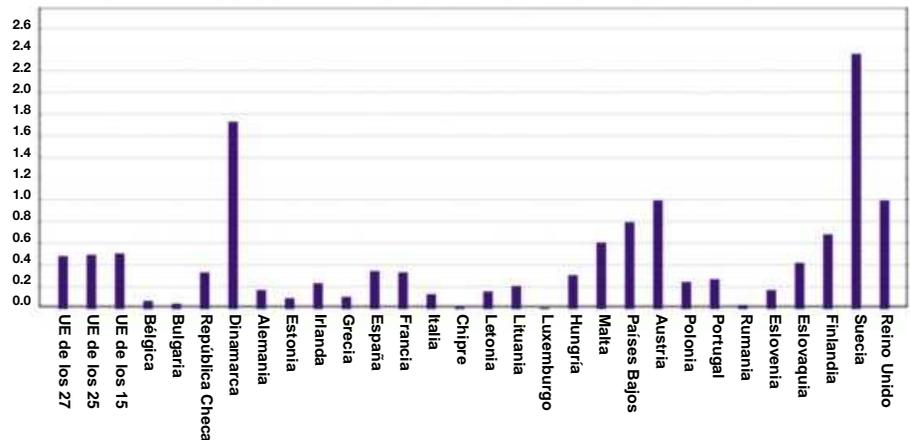


tendrá en el 2050 más de 60 años. Se espera que la población europea de más de 80 años pase de 18 millones en 2004 a más de 50 millones en 2050. El envejecimiento de la población puede ser un problema o una nueva oportunidad y nuestra sociedad tiene que prepararse para afrontarlo. Nos encontramos frente a un gran reto, uno de los grandes de nuestro siglo.

Hay muchas cuestiones detrás de esta realidad. Una de ellas es cuánto y cómo puede seguir aumentando esta esperanza de vida y cómo va a afectar a la Europa de los próximos decenios. La UE colabora activamente con los estados miembros en su labor para fomentar el envejecimiento sano y activo de los ciudadanos europeos, mediante la atención a la salud de las personas mayores, de los trabajadores, de los niños y de los jóvenes y, de una manera general, con la prevención de enfermedades a lo largo de toda la vida. También trabaja para mejorar las condiciones de vida de las personas mayores. Más años con buena salud significa mayor calidad de vida, más independencia y la posibilidad de mantenerse activo. Cuando la población envejece con salud también hay menos presión sobre los sistemas sanitarios y menos trabajadores pensionados por enfermedad, y esto es positivo para el crecimiento económico de Europa.

Una de las primeras cuestiones a resolver en el futuro será cómo satisfacer la mayor demanda de asistencia sanitaria, adaptar los sistemas sanitarios a la nueva situación, realizar cambios en su organización y estructuras, y mantener viables estos sistemas en sociedades con menos población

## Porcentaje del PIB que dedica cada país de la UE a los mayores



Fuente: últimos datos publicados por Eurostat (año 2006).

\*El gasto incluye el presupuesto dedicado a protección social, asistencia diaria, pensiones y alojamientos.

laboral. Tendremos que recurrir, como vemos que ya está pasando, a mano de obra de otros lugares y éste también será un gran desafío: lograr una total integración de los trabajadores inmigrantes, no sólo en el mundo laboral sino en la sociedad en su conjunto.

Tratar a las personas mayores como un colectivo aparte y al margen de la sociedad europea es discriminatorio. Son personas capaces de decidir sobre sus vidas de forma independiente y que, además, deben contribuir activamente en el proyecto europeo. El trabajo de las Instituciones europeas se centra, por lo tanto, en hacerles partícipes de las políticas europeas, en hacerles saber que ellos también cuentan. Debemos luchar por una buena utilización del término personas mayores (en detrimento de otras denominaciones que no reflejan sus capacidades reales) luchar por mejorar su calidad de vida, promoviendo una nueva imagen de la vejez entre sus estados miembros. Los estados miembros, a su vez, deben reconocer la aportación de las personas de edad avanzada en la política y en la economía, su participación en la sociedad y en la cultura. Por todo esto, la Unión Europea fo-

menta la enseñanza a lo largo de toda la vida y no olvida el aprendizaje de los mayores, para que nuestra sociedad se beneficie de las relaciones intergeneracionales.

Por otro lado, hay que tener en cuenta que, en nuestro mundo actual, la telefonía móvil e Internet han cambiado el lenguaje, la cultura, los medios de comunicación y la sociedad en su conjunto. La mayoría de las personas mayores todavía no se beneficia de las ventajas de la era digital (comunicaciones de bajo coste y servicios en línea que podrían aliviar algunas de sus necesidades reales), porque sólo un 10 por ciento de ellas utiliza Internet. Por lo tanto, otro reto que la Unión tiene por delante es el de envejecer mejor en la sociedad de la información (plan adoptado y financiado por la Comisión Europea con el acuerdo del Parlamento Europeo). Debemos dar a las personas mayores, ofertas reales de formación sobre las nuevas tecnologías de información y de comunicación. Sólo así podremos mejorar, en el mundo actual, su calidad de vida.

“El envejecimiento demográfico en Europa supone un desafío para nuestro mercado de trabajo y sus

## | INFORME

sistemas sociales y sanitarios, pero representa al mismo tiempo una oportunidad económica y social. Las Tecnologías de Información y Comunicación proporcionarán nuevos productos y servicios más accesibles que respondan a las necesidades de nuestros mayores” (Viviane Reding, Comisaria Europea de Sociedad de la Información y Medios de Comunicación).

La reforma de las pensiones que deben permitir una vida digna, la prevención de la discriminación por motivos de edad y la prevención de los malos tratos que su-

las Instituciones Europeas y de los gobiernos de la Unión Europea. Todos tenemos que trabajar para que las personas mayores sigan participando en nuestra sociedad y sobre todo puedan desenvolverse en el futuro.

### **¿Qué hacen las oficinas del Parlamento Europeo en España?**

Informar sobre la actualidad de la institución, responder a las preguntas de los ciudadanos, fomentar el conocimiento de Europa, colaborar con la educación y la cultura, facilitar el trabajo de los

actividades de la institución, desde las leyes que se aprueban en el Parlamento hasta los distintos programas de becas y prácticas en las instituciones europeas, pasando por toda la información necesaria en periodo de elecciones. Toda esta actualidad informativa puede seguirse a través de publicaciones, de la página [Web www.europarl.es](http://Web www.europarl.es) y del servicio [europarltv.europa.eu](http://europarltv.europa.eu).

Además, desde las oficinas de información se responde a todas las preguntas de los ciudadanos. Puede hacernos llegar sus preguntas por teléfono, página Web, carta, correo electrónico o, si lo prefiere, venir a visitarnos.

### **Colaborar con la educación y la cultura**

Las oficinas del Parlamento Europeo organizan y colaboran en multitud de eventos educativos y culturales para promover los valores y los objetivos de la Unión Europea, así como para fomentar el conocimiento de Europa y de sus instituciones.

Entre estos actos, destaca el concurso anual Euroscola, que reúne en Estrasburgo a 9.500 estudiantes de toda la Unión para debatir sobre cuestiones europeas. Otras actividades son ciclos de cine europeo, conciertos en días señalados, festivales, exposiciones y conferencias a las que todo el mundo tiene acceso gratuito.

### **Estar en contacto con los medios de comunicación**

Los medios de comunicación suponen una prioridad para las Oficinas del Parlamento. Se difunden noticias y comunicados de prensa, se organizan conferencias y seminarios, y, en definitiva, se facilita el contacto entre los medios de comunicación y la institución.



fren muchas personas mayores en situación de dependencia, así como la lucha por la mejora de la situación económica y social de las mujeres mayores (más vulnerables a la pobreza y por tanto a la exclusión social), la promoción en Europa de una nueva imagen de la vejez y la posible creación de un Centro Europeo de Estudios sobre el Envejecimiento, son retos que debemos afrontar y que ya figuran entre los temas de trabajo de

medios de comunicación y, en definitiva, acercar la Unión Europea a sus ciudadanos, son las principales labores que llevan a cabo las dos oficinas del Parlamento Europeo en España, situadas en Madrid y Barcelona.

La labor principal de las Oficinas del Parlamento Europeo en España es servir de vínculo entre la institución y los ciudadanos. Así, las oficinas informan de todas las

La página web de la oficina del Parlamento Europeo en España ([www.europarl.es](http://www.europarl.es)) ofrece, además, la posibilidad de recibir, mediante suscripción gratuita al servicio Euroscopio, alertas sobre la actualidad parlamentaria, el resumen de prensa y la parrilla de programación del canal de TV por satélite de la Unión Europea (EBS).

### Más información:

#### • Oficina en Madrid.

Paseo de la Castellana, 46  
28046 Madrid.

Tel.: +34 91 436 47 47

Fax.: +34 91 577 13 65

[www.europarl.es](http://www.europarl.es)

[www.europarltv.europa.eu](http://www.europarltv.europa.eu)

[epmadrid@europarl.europa.eu](mailto:epmadrid@europarl.europa.eu)

#### • Oficina en Barcelona.

Paseo de Gracia, 90, 1º 08008  
Barcelona.

Tel.: +34 93 272 20 44

Fax: +34 93 272 20 45

[www.europarl.europa.eu/](http://www.europarl.europa.eu/)

[barcelonaepbarcelona@europarl.europa.es](mailto:barcelonaepbarcelona@europarl.europa.es)

### El papel de la Representación de la Comisión Europea en España

La Representación de la Comisión Europea en España, que cuenta con oficinas en Madrid y Barcelona, presta servicio a toda la Comisión Europea y mantiene una estrecha relación con las demás instituciones comunitarias. Su misión principal es acercar al ciudadano la Comisión Europea, sus actividades y las políticas comunitarias.

Comprender la actividad de la Comisión Europea no siempre es tarea fácil para el ciudadano. Por eso, la Representación de la Comisión Europea en España pone a su disposición un servicio de información en el que pueden plantear sus dudas sobre Europa. Puede ponerse en con-

tacto en el teléfono **91 423 80 00** o a través del correo electrónico [eu-es-docu@ec.europa.eu](mailto:eu-es-docu@ec.europa.eu).

La representación sirve, además, de punto de contacto entre la Comisión Europea y las autoridades nacionales, los formadores de opinión y las redes de información europea (Centros de Documentación Europea y otros Europe Direct) tanto a escala nacional como regional. Desempeña la coordinación y el control de la red de los centros de información comunitaria.

### Encuentro con la sociedad

Una de las prioridades de la Representación es encontrarse con el ciudadano, la conocida como sociedad civil. Para ello, se celebran numerosas actividades dirigidas al público en general, tales como conferencias, sesiones informativas, celebración de Días Europeos y programación de actos culturales y lúdicos.

Algunos ejemplos recientes son la participación en “La noche en Blanco” de Madrid, “La Semana de la Movilidad”, “La Semana Verde contra el Cambio Climático”, la realización de unidades didácticas de español para extranjeros con temática europea o los ya clásicos “Ciclos de Cine Europeo de Verano”, que cada mes de julio tienen lugar en una explanada cercana a la Representación en Madrid.

### Colaboración con los periodistas

El departamento de prensa de la Representación tiene una doble función. Por un lado, informa a Bruselas, donde se encuentra la sede central de la Comisión Europea, de todo lo que los medios de comunicación españoles publican sobre Europa y sus instituciones; por otro, ayuda, colabora y anima a los medios españoles a publicar



e informar al ciudadano sobre la actualidad europea.

Esto incluye el envío de notas de prensa, la organización de seminarios y conferencias, diferentes viajes de formación a periodistas españoles, etc.

Para ello, la Representación se sirve también de las nuevas tecnologías de la información, entre las que destacan dos webs de información al ciudadano y al periodista: [www.espacioeuropa.eu](http://www.espacioeuropa.eu) y [www.saladeprensa.eu](http://www.saladeprensa.eu).

La Representación también cuenta con un canal Premium en la página **Web Youtube** ([www.youtube.com/espacioeuropa](http://www.youtube.com/espacioeuropa)) donde están disponibles numerosos vídeos de las instituciones europeas y sus políticas, así como de eventos y actividades organizadas por la Representación.

### Más información:

#### • Oficina en Madrid.

Paseo de la Castellana, 46  
28046 Madrid.

Tlf. +34 91 423 80 00

[www.ec.europa.eu/spain/eu-es-docu@ec.europa.eu](http://www.ec.europa.eu/spain/eu-es-docu@ec.europa.eu)

#### • Oficina en Barcelona.

Paseo de Gracia, 90, 1º  
08008 Barcelona

Tel.: +34 93 467 73 80

Fax: +34 93 467 73 81

[www.ec.europa.eu/spain/barcelona/burbar@ec.europa.eu](http://www.ec.europa.eu/spain/barcelona/burbar@ec.europa.eu)

## Ignacio Samper, director de la oficina del Parlamento Europeo y Francisco Fonseca, director de la Representación de la Comisión Europea en España.



Ignacio Samper.

**Ustedes han vivido durante un tiempo en Europa. ¿Qué diferencias sustanciales, en cuanto al estilo de vida, el nivel cultural, económico y social, han podido apreciar entre las personas mayores españolas y las de otros países europeos?**

**Ignacio Samper.**— Una mayor soledad en las personas mayores de Europa. Aquí todavía existe el concepto de familia, aunque se va perdiendo poco a poco, siempre hay una abuela con nietos. En cambio allí, he conocido muchísimas personas que se encuentran en la más absoluta soledad. Y no hablo de personas desfavorecidas socialmente, sino allí uno se va de casa a los 18 años y vuelve solamente para ver a sus padres, en Nochebuena, y poco más. Esa es una gran diferencia con nuestro sistema familiar. Es un estilo de vida completamente diferente, no creo que tenga que ver nada con la economía. Antes en España influía la economía, la familia era un paraguas social y económico. Siempre había una familia donde acogerse. En Bruselas es muy frecuente que la familia diga: “a los 18 años el niño se va de casa porque tiene que irse y porque es bueno para que conozca otra otra cosa. Si ya fomentas un desarraigo con esa edad y no lo mamas desde que eres pequeño, probablemente cuando te haces mayor, no tienes el sentido de la familia que hay aquí.

**Francisco Fonseca.**— La socialización en España se sigue haciendo

a través de la familia. Mientras que el centroeuropeo es un modelo mucho más nuclear, en el cual la familia es: padres e hijos y, la socialización de la familia, se hace fuera, en el trabajo o en la formación educativa.

Lo que yo he notado también, es que tenemos que estar muy orgullosos del modelo de atención al mayor en España. El Estado subvenciona a una población mayor activa. La gente no está encerrada en sus casas, sino que tiene una vida activa en la jubilación. Es un modelo bastante ejemplar, que no existe en Bruselas. Allí, una vez que te jubilas, si tienes dinero y estás bien de salud, te vas a un crucero. Pero, ese modelo social de mantener a las personas mayores como una parte activa de la sociedad, es específico en España. El voluntariado y el asociacionismo existe en Centroeuropa, pero no colectivamente sino individual.

La diferencia no es tanto la calidad de los servicios sociales. Es probable que un anciano solo y sin medios económicos, tenga mejor vida en Bélgica que en España. Lo que digo es que las políticas públicas del Estado de tener en actividad a los mayores como colectivo, eso allí no existen. Ahora, eso sí, si tú tienes una pensión de viudedad de 400 euros, te garantizan que allí el servicio social te va a pagar la calefacción. Aquí no pero, en cambio te llevan de vacaciones a Benidorm. No es que sea mejor o peor,

es un modelo diferente. En algunas cosas es mejor y en otras es peor.

**- Hablando del Programa de Vacaciones de Mayores que lleva el IMSERSO, a muchos usuarios les gustaría viajar a Europa a través de un intercambio. ¿Existe algo en este sentido?**

**Ignacio Samper.**— Que yo sepa no existe nada. Eso pertenece a cada país. Si el IMSERSO quiere organizar un viaje a Dinamarca que lo haga. Nos acusan muchas veces de que la Unión Europea está muy presente allí donde no nos llaman y, al contrario, ausente donde deberíamos estar. En este caso, creo que no debería de haber una política común, no es necesaria.

**Francisco Fonseca.**— No hace falta una política pública europea sobre esto. Todo ciudadano europeo tiene derecho a la libre circulación por la Unión Europea. En el ámbito comunitario, lo que sí que se puede hacer es luchar con todo tipo de exclusión social. Es decir, lo que sí que se puede hacer en el ámbito europeo, es evitar exclusiones o discriminaciones indirecta. Es evidente que, sin necesidad de legislar, es obligación de la Unión Europea impulsar redes para asegurar que los principios generales estén garantizados y ejecutados por todos los Estados. Es derecho administrativo más que otra cosa.

**- Pero ¿cuál es la diferencia entre el Parlamento Europeo y la Comisión Europea?**

**Ignacio Samper.**— La Comisión Europea es motor de la Unión Europea, la que tiene que impulsar ciertas políticas. Es instigadora, negociadora, ejecutiva y también muchas veces celestina. Cuando no llegamos a un acuerdo entre la Consejo Europeo y el Parlamento sobre un determinado tema, la Comisión es la mediadora entre los dos, la que tiene que unir nuestras dos voluntades para que el reglamento se ponga en marcha. Es un papel importantísimo. Ninguna de las tres instituciones puede vivir una sin la otra. Y, de hecho, estamos ante una arquitectura institucional que es un triángulo casi perfecto. No es una maravilla de la separación de poderes que conocemos desde siempre, pero funciona, ha funcionado y está bien delimitado. El Parlamento Europeo es una cámara legislativa y la Comisión es muchas cosas a la vez.

**Francisco Fonseca.**— El Parlamento Europeo, es el colegislador. Es evidente, que es lo más parecido al Congreso de Diputados. La Comisión Europea es un animal híbrido, a veces somos el Gobierno, allí donde tenemos políticas exclusivas como las agrícolas o pesca y, a veces, somos simplemente la Comisión de Subsecretarios, que preparamos la decisión política que toma el Consejo de Ministros en función de las áreas. Yo diría que somos una mezcla entre gobierno y alta autoridad. Por poner un ejemplo en español, a veces somos el Ministerio de Hacienda y a veces somos la Comisión Nacional del Mercado de Valores.

**- ¿Piensan que en España se ha perdido el interés por los temas europeos?**

**Ignacio Samper.**— Yo creo que

no. En el caso español en concreto, hemos pasado de ser un país visceralmente europeo, por los beneficios tangibles que proporcionaba a los ciudadanos. Seguimos siendo tan visceralmente europeo, pero un poquito menos, porque ni antes había debate ni ahora tampoco. Hay una especie de desinformación, de desinterés en algunos países. Los ciudadanos españoles son conscientes de que nuestra atención se ha ido un poco más hacia el Este desde el 2004 y todo el tema de las ayudas económicas y demás, se ha perdido un poco. Es un error ver a la Unión Europea solamente como el gran banco. Ahora que estamos en un mal momento, la Unión Europea es algo más que un número economicista, no podemos reducirlo todo a beneficios tangibles. Hay algo más. A España le abrió el espíritu, la mente, las puertas de Europa. Por nuestra parte intentamos comunicar, trascender a la sociedad española todo lo que hacemos. Los gobiernos deberían también ayudarnos un poco más en su comunicación, pero que sea continua y no solamente en un referéndum, que sea un goteo constante. Pero no creo que haya un desinterés.

**Francisco Fonseca.**— Yo no creo que el ciudadano español sea, hoy, más eurotibio de lo que era anteriormente. Lo que ocurre es que Europa ya forma parte de nuestra vida cotidiana. En el año 86, 87 y 88 Europa era la novedad. No olvidemos cuál fue el despegue económico y social como sociedad y como apertura que tuvo España hace unos años. El ciudadano español y la gente mayor más, tiene muy interiorizado Europa.

**- ¿Qué mensaje le mandarían a los lectores de “60 y Más” para que se acerquen más a Europa?**

**Ignacio Samper.**— Yo tengo la esperanza de que cuando me toque



Francisco Fonseca.

jubilarme, el sector de los mayores me acoja con la misma idea con la que yo voy. Es decir, yo no quiero eternizarme trabajando. Creo que es un error y se lo digo a los que empiezan a pensar en la jubilación, como es mi caso. Hay que dejar que las nuevas generaciones tomen el relevo. Quiero integrarme en esa sociedad activa, haciendo muchas cosas que no he podido hacer hasta ahora, porque no he tenido tiempo. A mi me gustaría dedicarme a la fotografía que es mi gran pasión desde hace más de 35 años.

**Francisco Fonseca.**— Yo creo que el sector de los mayores es el colectivo social con más experiencia y saber hacer. Es evidente que el marco europeo les permite, a ellos, tener más amplitud para participar en un debate abierto que el nacional. A nosotros nos sirve para tener mucha más audiencia para poder pasar mejor los mensajes. Yo creo que cuando estamos hablando de una política activa de los mayores, es una política de futuro. Nosotros somos los mayores de mañana y solamente una sociedad solidaria que atiende a sus mayores podrá seguir siendo una sociedad competitiva. Yo cuando me jubile haré “lobby” para conseguir el sueño de mi vida: ser presidente de la Federación Española de Rugby, y hacer este deporte el más popular de España.

# MANUEL ROSALES TOUZA, "En el deporte como en la vida, el esfuerzo tiene su recompensa"

Texto y fotos: Ana Fernández García

Cuando Manuel Rosales tenía 45 años, el médico le recomendó hacer ejercicio físico para combatir sus continuas jaquecas. Entonces empezó a correr y hoy, con 74 años, es uno de los atletas españoles de su categoría más reconocidos fuera de nuestras fronteras. Su impresionante currículum verifica que 42 veces ha revalidado el título de campeón de España en cross, 1500, 3000, 5000, 10.000, fondo y maratón y en 8 ocasiones ha sido el ganador de la famosa maratón de Nueva York. Acaba de llegar de Tarragona donde ha ganado la media maratón con un registro de 1 h y 23 minutos (por debajo de 4 minutos el kilómetro). Es el histórico del atletismo español.



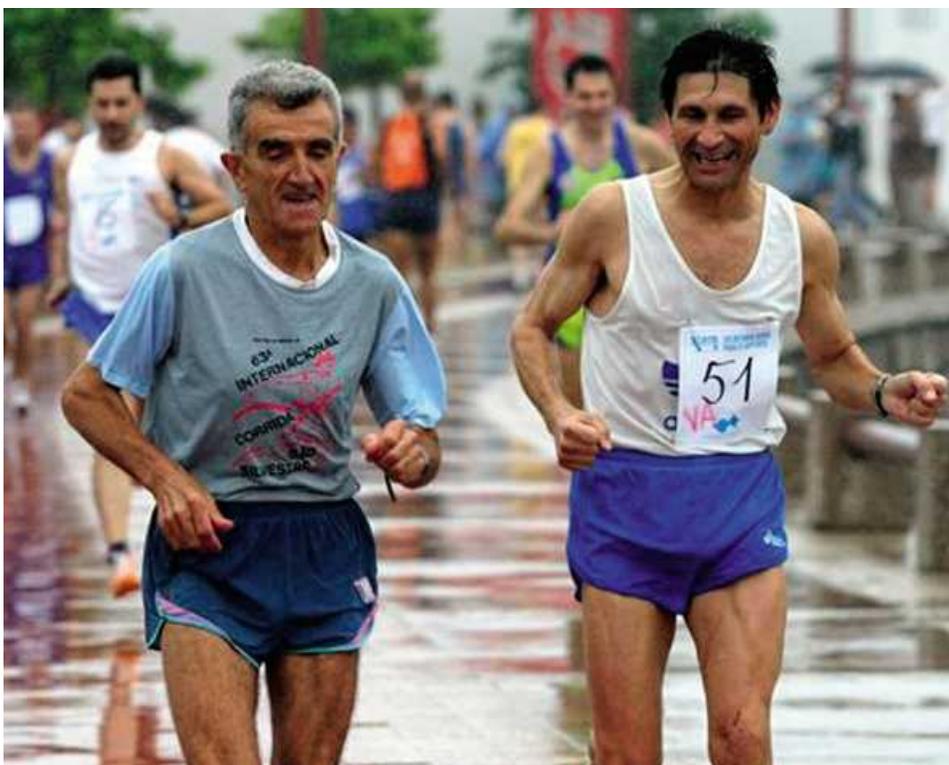
Manuel Rosales Touza vive en Marín (Pontevedra), donde nació hace 74 años (1935). Acaba de jubilarse, dejando el negocio familiar de los muebles, en manos de sus hijos y dedica varias horas al día a su hobby de pequeños inventos, no en vano algunas aportaciones suyas, como un dispositivo de seguridad para coches, han sido premiadas en el Encuentro de Inventores de Bruselas. Pero los marinenses saben que su ilustre vecino es universalmente conocido por su gran pasión: el atletismo. Manuel Rosales, con 18 títulos mundiales es uno de los atletas veteranos españoles más laureados, aunque *"sea más conocido fuera que en mi propio país"*, como él mismo explica.

Rosales no comenzó a competir hasta que no tuvo 48 años, pero desde entonces no hace más que acumular trofeos en su vitrina. Pulveriza todos los registros por las edades en las que compite. Ocho veces vencedor de la Maratón de Nueva York, consiguiendo además seis records en 1990, 1996, 1997, 2001, 2002 y 2003. Dieciocho títulos mundiales en 5000 y 10.000 metros, maratón y media maratón. Acaba de participar en los Campeonatos de España de su categoría celebrados en Tarragona donde revalidó su propio título en media

maratón y también consiguió el oro en 5.000 metros pista en Vitoria

Teniendo en cuenta que en la categoría de veteranos se entra a partir de los 35 años, usted compite en ocasiones con gente mucho más joven, a algunos incluso puede que les doble la edad. Pero parece que esto no es impedimento para que suba al podio al finalizar la carrera

Es que el deporte es así, y más el atletismo donde el esfuerzo tiene su recompensa, igual que todo en la vida, por eso me parece fascinante inculcárselo a los jóvenes. Tienes el galardón que mereces en proporción al esfuerzo que has hecho. Por ejemplo el año pasado corrí en Berlín la media maratón y entre los participantes también estaba mi hijo.



Rosales en una competición.

**Y ¿quién ganó?**

—Yo. Fui el vencedor de la prueba.

Este veterano atleta tiene 6 hijos y 3 nietos y está muy orgulloso de que uno de sus nietos sea el subcampeón de España en salto de pértiga en la categoría promesa. ¿Es un rasgo característico de su familia la afición al deporte?

—He intentado que lo fuera porque creo que hacer ejercicio es el mejor antídoto contra la depresión como decía el doctor Rojas Marcos. También creo que es algo bueno para todos, tanto para personas mayores como jóvenes, pero claro, son los padres, y especialmente las madres que tienen más influencia, quienes deben inculcar en sus hijos el amor al deporte.

**“Hacer ejercicio es el mejor antídoto contra la depresión como decía el doctor Rojas Marcos. También creo que es algo bueno para todos, tanto para personas mayores como jóvenes”**

**Podría decirse entonces que el atletismo es una de las modalidades deportivas más recomendables.**

—Sin ninguna duda. El atletismo tiene muchas variantes y si no vales para correr, vales para lanzar o para saltar; si no tienes velocidad, tienes resistencia. Para mí es el deporte rey. Además es un deporte popular, barato, algo que todos podríamos hacer. Pero desgraciadamente no tiene el apoyo institucional que merece. Desde los organismos oficiales y los medios de comunicación se fomentan deportes de élite, aunque intenten llamarlos de otra manera siguen siendo de élite, como la Fórmula 1 o las motos, porque hay otros apoyos económicos y arrastra a muchos espectadores. Pero de lo que se trata es de hacer deporte, no de verlo por TV y ser un forofó deportista desde el sofá.

**¿Usted cree que se benefician unos deportes en detrimento de otros?**

—Estoy totalmente convencido. Y no es sólo que no se apoye el atletismo económicamente, es que tampoco se da información sobre cómo empezar. Yo animo a los chavales a que corran o que hagan algo, pero te das cuenta de que no saben cómo

meterse. Esto es lo que me da pena, que un deporte realmente popular, al que puede acceder cualquiera, esté tan abandonado. El caso es que cuando hablas con la juventud y ellos se sienten un poco arropados, la respuesta es sensacional. Por decir un ejemplo, en la carrera que se celebra en Ourense por San Martiño, estábamos a 2 grados bajo cero, pero aquella mañana había allí 5000 corredores. Yo me sentí muy contento porque pensaba “*por lo menos éstos no estuvieron ayer de botellón*”.

Es que yo no lo puedo evitar, me siento muy mal cuando veo a los jóvenes, a mi propia especie que va a menos.

**Manuel es una persona parca en palabras pero se anima a hablar cuando se trata de los beneficios del deporte y, especialmente, del atletismo. Sin embargo, no le gusta hablar de sus éxitos deportivos aunque es uno de los atletas que más veces ha conocido el sabor de la victoria en Nueva York y no tiene**



**reparos en expresar su amargor por la escasa notoriedad que este deporte tiene en nuestro país en contraste con la ciudad más cosmopolita del mundo.**

—Soy más conocido en Nueva York que aquí. La verdad es que la gente de allí se vuelca con los atletas. El año pasado la organización me mandó la invitación en noviembre y al llegar al hotel, gente de diferentes países estaba esperando para que les escribiera una dedicatoria. Te hacen sentir como una estrella. A mí me conocen porque soy el atleta que más veces ha ganado la maratón allí. El primer año que participé fue en el 86 y quedé cuarto en mi categoría. Volví cuatro años más tarde y conseguí mi primera victoria y después otras siete veces. El ambiente en NY es muy emocionante. Hay millones de personas viendo la prueba, la ciudad entera se vuelca con la carrera, de tal manera que cuando llegas derrotado y vencido físicamente, la gente te lleva hasta la meta, especialmente cuando entras en Central Park.

A pesar de eso, aquí en España encuentro muchos obstáculos y no sólo de carácter deportivo. Por ejemplo, yo me estoy pagando los viajes de mi bolsillo. El año pasado sólo me pagaron dos viajes y los atletas siempre tenemos que luchar con esto. No me extraña que muchos se desanimen cuando después ven que hay dinero para campeonatos de hípica y cosas por el estilo.

**Llama la atención que una persona con tantos éxitos deportivos no descubriese la pasión de correr hasta la edad adulta; de hecho creo que no empezó hasta los 45 años y por prescripción médica ¿cómo fue exactamente?**

—Cuando yo tenía 45 años sufría muchas jaquecas y el médico me recomendó hacer algo de ejercicio como correr. Empecé con distancias muy cortas por las playas cercanas a mi casa y al cabo de un par de años me animé a competir. Al principio todo el mundo me ganaba, pero yo, que soy muy cabezota, seguí y seguí hasta que la cosa cambió. La constancia es fundamental, es lo bonito del triunfo.

**Y después, las jaquecas se fueron y vieron los éxitos...**

—Sí. Me atreví con la Maratón Popular de Madrid al poco tiempo de empezar a correr. Ya ni me acuerdo en que año fue, pero sí recuerdo que la salida la dio Tierno Galván y que éramos 500 corredores, pero mi registro fue bastante malo. Después fui al Maratón de Atenas y allí gané. Aquello fue muy emocionante para mí, porque mi padre fue carpintero y hacía tallas de madera sobre el



mundo griego y me encantó celebrar el triunfo con la Acrópolis al fondo. Fue uno de los días más felices de mi vida. A partir de entonces cogí más experiencia, mi cuerpo se fue adaptando al atletismo y ya empecé a ganar casi todo.

**¿Se siente especialmente orgulloso de alguna de sus victorias?**

—Pues el triunfo en el Maratón de Boston el año del Centenario y de la victoria en Rotterdam en 1997 donde realicé la segunda mejor marca mundial de M60 con 2h40:09, muy cerca del record mundial que posee el italiano Acquarone. Otro sitio donde me sentí muy a gusto fue en el Mundial de Ruta de Nueva Zelanda en el 2004, donde gané el 10.000 y

**“El ambiente en Nueva York es muy emocionante. Hay millones de personas viendo la prueba, la ciudad entera se vuelca con la carrera, de tal manera que cuando llegas derrotado y vencido físicamente, la gente te lleva hasta la meta, especialmente cuando entras en Central Park”**

maratón. Había muy buen ambiente y un clima muy parecido a Galicia por lo que me sentí como en casa.

**Sentados en una tranquila cafetería de la localidad de Marín, la misma donde él suele acudir cada mañana Manuel explica como es un día normal en su vida.**

—Suelo levantarme sobre las 7 de la mañana vengo por aquí y leo la prensa cada día mientras me tomo un café (sólo uno, como mucho, dos). Después voy a correr. En la comida, que procuro que sea muy natural, suelo tomar un vasito de vino y apenas tomo carne. Dependiendo de las competiciones que tenga, vuelvo a correr por la tarde o me dedico a investigar en mis inventos, que es uno de mis entretenimientos preferidos.

**Touza no sólo cuida su cuerpo con el deporte, también desarrolla otras facetas como idear inventos. ¿Qué tipo de inventos desarrolla?**

—Pues sobre todo cosas que estén relacionadas con los coches, es que yo fui mecánico, incluso me fui de emigrante a Alemania como soldador y tornero, pero tuve que regresar a España por motivos de salud. Un dispositivo de seguridad que inventé para coches obtuvo un premio en el Encuentro Internacional de Inventores que se celebra en Bruselas. Ahora estoy trabajando en un sistema anti-

vuelco para tractores. Un amigo mío murió cuando el tractor le volcó y me impactó mucho. Por eso estoy a ver si lo consigo. También tengo patentada una silla de tres patas y además diseñé una original escalera formada por losas de granito suspendidas del techo por cable de acero. La construimos en la tienda de muebles y ha llamado mucho la atención a gente vinculada al mundo del diseño y arquitectura.

**Siendo una persona tan activa y exitosa en todo lo que hace a pesar de la edad ¿Qué consejo daría a las personas mayores que puedan leer su historia?**

—Yo les diría que lo mejor que pueden hacer es tener el tiempo ocupado, así que si no les gusta correr, pues que hagan otra cosa, pero que hagan algo. No hay nada peor que dejarse, abandonarse y mantenerse ocioso, sobre todo a ciertas edades. Yo procuro animar a todos los que me encuentro a que se muevan, ya sea corriendo o andando.

Tras animar a todos a mantener ocupado su tiempo y dedicar una parte del mismo al deporte, Manuel se prepara para el entrenamiento matinal. Como no tiene maratón a la vista sólo será una carrera de hora y media a dos horas por los alrededores de las playas de la Ría de Pontevedra.

## Un recorrido por la moda contemporánea

# Del Siglo XX

Coordina: Araceli del Moral  
Fotos: 100% siglo XX. Munio Rodil Ares y David Serrano Pascual. Museo del traje. CIPE.

**E**l Museo del Traje. CIPE -Centro de Investigación de Investigación del Patrimonio Etnológico-, a través de su exposición temporal, 100% Siglo XX, ofrece un panorama general de la evolución de la indumentaria femenina a lo largo del siglo pasado, y al mismo tiempo rinde homenaje a un amplio abanico de creadores que han participado activamente tanto en dicha evolución como en la configuración del fenómeno de la Moda,

La muestra compuesta por una selección de cien piezas de su colección de moda contemporánea se divide en décadas y arranca en 1900, cuando aún se estilaban las figuras encorsetadas, formando la que se conoce como silueta en "S". La interacción de los modistos pioneros con los mo-

vimientos de vanguardia condujo paulatinamente a la simplificación de esa silueta, en busca de una indumentaria más acorde con las imposiciones de la vida urbana. Paul Poiret, Jeanne Paquin o Jean Alexandre Patou fueron algunas de las figuras claves en las primeras décadas del siglo.

Pero junto a ellos pronto proliferaron los diseñadores de renombre. Los años treinta y cuarenta fueron los de la consolidación de la Alta Cos-

tura parisina: Vionnet, Dior, Lanvin, Chanel, Grès, Dessés, Balenciaga, Schiaparelli... , todos ellos participarían luego de la década dorada de la Alta Costura, los años cincuenta.

### La moda de "prêt-à-porter"

A partir de los años cincuenta la Moda cambia radicalmente. En la era de la reproducción y de las sociedades de consumo, el "prêt-à-porter" adquiere un nuevo status al gozar del



Vestido Red Shoes 1950. Obra de Jacques Fath en raso de doble cara de seda, rojo y verde. Vestido 1920. Muselina de algodón blanco con aplicación de abalorios de cristal y vidrio.

favor que los diseñadores le habían negado hasta entonces: Cardin, Yves Saint Laurent, Mary Quant, Courrèges..., las nuevas generaciones de creadores de Moda no albergan prejuicios contra la difusión de sus diseños, y pronto la calle se convierte en una fuente de inspiración.

A partir de los años setenta conviven modas heterogéneas y antimodas. Se acentúa el individualismo, las interpretaciones libres y la inspiración en modas pasadas. La primacía de París se ve trastocada por la irrupción del diseño japonés, italiano o norteamericano. Y mientras tanto, la Alta Costura sobrevive como plataforma publicitaria y campo de expresión artística, más cerca del espectáculo que de la funcionalidad.



Vestido de Jeanne Lavrin, ca. 1930



Vestido de diseñador desconocido, ca. 1940-1945



Chaqueta y pantalón de Kansai Yamamoto, ca. 1980-1990



Abriego y pantalón de Valentino, 1966

“El traje revela la imagen de cada persona. Por la ropa podemos conocer el oficio, el grupo social, la zona de procedencia o las creencias religiosas o culturales”

Vestido en gazar de seda de Roberto Capucci, ca. 1980



### 100% SIGLO XX. LA COLECCIÓN DE MODA CONTEMPORÁNEA DEL MUSEO DEL TRAJE

**Museo del Traje. CIPE**  
Sala de exposiciones polivalente  
Avenida Juan de Herrera, 2  
Madrid

**Web:**  
<http://museodeltraje.mcu.es>

#### Horario

**Laborables de martes a sábados de 9,30 a 19,00 h.**

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

**Lunes cerrado**

#### Cómo llegar:

**Metro: Moncloa (líneas 3 y 6) y Ciudad Universitaria (línea 6)**  
**Autobús: líneas 46, 82, 83, 84, 132, 133 y G**

**Hasta el 3 de enero de 2010**

El Museo del Traje. Centro de Investigación del Patrimonio Etnológico es un museo nacional dependiente del Ministerio de Cultura. Su objetivo básico es promover el conocimiento de la evolución histórica de la indumentaria y de los testimonios del patrimonio etnológico representativos de las culturas de los pueblos de España. Conscientes de la variedad de aspectos implícitos en la indumentaria, ofrece distintos tipos de visitas:

#### - Visitas generales:

Martes y jueves a las 10,30 y 17,00 horas.

Miércoles y viernes a las 12,00 horas.

Grupos de 15 a 20 personas, con reserva previa.

#### - Visitas generales con audioguías y receptores.

Grupos: previa inscripción en horario de martes a sábado de 10,00 a 18,00 horas.

#### - Visitas temáticas:

A la exposición permanente:

- Fortuny, el mago de los tejidos- Traje regional, memoria del pasado.

- Tejiendo palabras: la indumentaria a través de la Literatura.

- Tecnología textil: el primer paso para la moda.

- Mujer, moda y sociedad.

- La Alta costura: Miércoles y viernes a las 12,00 horas/Jueves a las 17,00.

Grupos de 15 a 20 personas.

#### - A la exposición temporal:

Martes y jueves a las 10,30 y 17,00 horas.

# Exposiciones

## Ciudadanos. El nacimiento de la política en España, 1808-1869

Personajes, procesos, lugares, textos y sucesos. Todo aquello que cambió para siempre el perfil de la sociedad para sentar las bases de la modernidad confluye en Cádiz dentro de la exposición que ofrece un recorrido por los procesos intelectuales, sociales e

históricos que confluyeron en el principio de soberanía social.

**Ciudadanos**  
Museo de Cádiz.  
Plaza de Mina s/n. Cádiz

Hasta el 17 de enero 2010.



## Otras miradas de Carlos Saura



La exposición recorre la vida de Carlos Saura desde 1986 a 2009 como creador multidisciplinar, reuniendo obras en los distintos formatos que, además del cinematográfico, cultiva habitualmente: dibujos, fotografías y fotografías pintadas. Se organizan en bloques temáticos que responden a las obsesiones recurrentes del autor: la mujer, la violencia, la historia de España, la música y la danza y, por supuesto, el cine y la fotografía, además de una evocación del estudio de Carlos Saura.

**Otras miradas de Carlos Saura**  
Patio Herreriano. Valladolid.  
C/ Jorge Guillén, 6

Del 23 de octubre de 2009 al  
7 de diciembre de 2009

## Tiempo de paces

La muestra reúne 75 obras de arte procedentes de los más prestigiosos museos europeos que evocan en el Año Internacional de la Reconciliación, este momento histórico clave para el desarrollo de un com-

promiso efectivo por la paz y la tolerancia en la cultura, el derecho internacional y la política europea y, en particular, en las relaciones entre España y los países que hoy integran el Benelux.



**Tiempo de paces:**  
Fundación Carlos de Amberes.  
Madrid

Hasta el 31  
de enero  
de 2010.

# Exposiciones

## Una muestra de inquietud personal

Fiel a sus temas, principalmente femeninos, figuras jóvenes idealizadas, maternidades, niños y niñas, paisajes segovianos y salmantinos, bodegones y escenas de interior.



La pintora salmantina muestra sentimientos internos con brillantes tonos.



**Óleos de Bene Gómez**  
Torreón de Lozoya.  
Pl. de San Martín, 5  
Segovia.

Laborables de 17 a 21 h.  
Sábados y festivos de 12 a 14 y  
de 17 a 21 h. Lunes cerrado.

Hasta el 22 de noviembre.



## Homenaje al poeta

La muestra, que recuerda a Vicente Alexandre en el 25 aniversario de su fallecimiento, reúne obras originales e inéditas inspiradas en sus poemas y creadas por veinticinco artistas representativos de nuestro tiempo.



**Homenaje al poeta**  
Museo de la Ciudad  
Príncipe de Vergara, 140  
Madrid

Hasta el 8 de diciembre.

## El arte español en el exilio



La muestra reúne casi 200 piezas de medio centenar de artistas y analiza por primera vez en profundidad los distintos exilios geográficos, sociológicos, ideológicos y estéticos que desgarraron e impregnaron el arte español del siglo XX.

**“Después de la alambrada. El arte español en el exilio (1939-1960)”.**

Sala Pilar Sunués del Paraninfo.  
Universidad de Zaragoza.

Hasta el 31 de diciembre.

# Exposiciones

## Un maestro por descubrir

Exposición monográfica dedicada a Juan Bautista Maino, uno de los artistas más originales pero también más desconocidos de la pintura española de la primera mitad del siglo XVII. La muestra reúne casi toda la producción conocida del pintor, junto a otras composiciones de artistas italianos y españoles que contribuyen a contextualizar su producción en un ámbito internacional y nacional.

Dentro del programa de actividades culturales que se desarrolla en paralelo a la exposición *Juan Bautista Maino (1581-1649)*, se ha organizado un ciclo de cine. Las entradas pueden adquirirse desde el martes anterior a la proyección en la taquilla nº 1 (Puerta baja de Goya) al precio de 3€.

28 de noviembre a las 18.00 h.  
Caravaggio de Derek Jaman (Reino Unido, 1986), 89 minutos.  
Versión original subtitulada en español.

### Juan Bautista Maíno (1581-1649).

Museo del Prado  
Pº del Prado - Madrid



## Líbranos del mal

Francia, siglo XVIII. Unos hombres a caballo irrumpen en un pueblo perdido. Vienen a llevarse a Perrot, el niño sanador. ¿El secuestro es parte de un propósito más vasto y temible? ¿Qué papel tienen en él los niños en posesión de poderes extraordinarios?

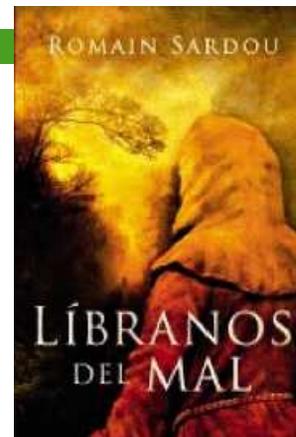
Un niño rubio, de ojos azules, posee extraordinarios poderes que han logrado acabar con las enfermedades y el dolor en su aldea. Desde su nacimiento, Perrot no ha hecho más que sorprender a todos los que le rodean: su sola presencia ha obrado prodigios. Milagros que tal vez nadie debería repetir. La vida de los niños del poblado, donde hasta entonces tantos nacían muertos, o condenados, ahora parece asegurada; es capaz de devolver la salud al desahuciado. Perrot crece como un niño más en el pequeño pueblo de Cantimpré, al nordeste de Francia, e ignora que en la cúpula de la Iglesia ya

se habla de sus poderes y se trama algo algo inimaginable.

Un infausto día, unos hombres de negro y una mujer de larga cabellera pelirroja irrumpen salvajemente en el poblado y se llevan a Perrot, dejando tras de sí un rastro de sangre y horror. Y desde ese momento, el padre Guillermo Aba, sacerdote franciscano de la pequeña parroquia de Cantimpré, no descansará hasta encontrar aquel niño con el que está profundamente unido.

### LÍBRANOS DEL MAL ROMAIN SARDOU

Editorial: Grijalbo  
Año publicación: 2009  
Páginas: 416  
P.V.P.: 19,90€



# Teatro

## Todos tenemos un poco

Se denominan TOC -Trastorno Obsesivo Compulsivo- nos acompañan siempre y forman parte de nuestra personalidad.

Seis personajes con trastornos obsesivos compulsivos se conocen en la sala de un afamado psiquiatra para solucionar sus problemas y las consecuencias son divertidas e imprevisibles. Esta es



una comedia fresca y divertida que transmite una lección de tolerancia y humanidad.

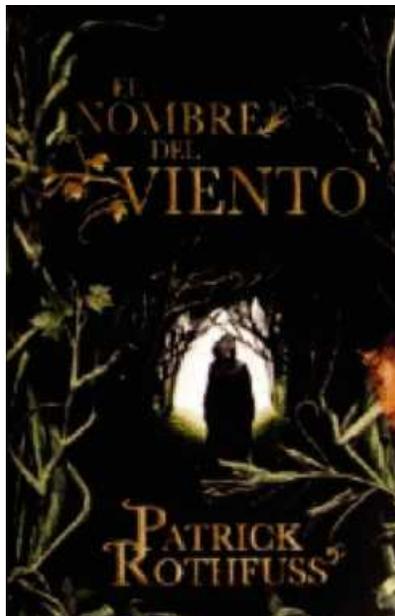
**TOC TOC**  
Teatro Príncipe Gran Vía  
Tres Cruces, 8-10  
Madrid

## El nombre del viento

«Me llamo Kvothe, que se pronuncia «cuouz». Los nombres son importantes porque dicen mucho sobre la persona. He tenido más nombres de los que nadie merece.

Los Adem me llaman Maedre. Que, según como se pronuncie, puede significar la Llama, el Trueno o el Árbol Partido. Mi primer mentor me llamaba E'lr porque yo era listo y lo sabía. Mi primera amante me llamaba Dulator porque le gustaba cómo sonaba. Me han llamado Kvothe el Sin Sangre, Kvothe el Arcano y Kvothe el Asesino de Reyes. Todos esos nombres me los he ganado. Los he comprado y he pagado por ellos.

Pero crecí siendo Kvothe. Una vez mi padre me dijo que significaba «saber».



He robado princesas a reyes agónicos. Incendí la ciudad de Trebon. He pasado la noche con Felurian y he despertado vivo y cuerdo. Me expulsaron de la

Universidad a una edad a la que a la mayoría todavía no los dejan entrar. He recorrido de noche caminos de los que otros no se atreven a hablar ni siquiera de día. He hablado con dioses, he amado a mujeres y he escrito canciones que hacen llorar a los bardos. Quizá hayas oído hablar de mí. »

Así empieza una historia extraordinaria. Músico, mendigo, ladrón, estudiante, mago, héroe y asesino: esta es la leyenda que se ha forjado alrededor de la figura de Kvothe. Ahora, por primera vez, él va a relatar la verdad sobre sí mismo. Y para hacerlo bien, deberá empezar por el principio: su infancia en una troupe de artistas itinerantes, los años malviviendo como un ladronzuelo en las calles de una gran ciudad, y su llegada a una universidad donde espera aprender una magia de la que se habla en las historias...

Atípica, profunda y sincera, El nombre del viento es una novela de aventuras, de historias dentro de otras historias, de misterio, de amistad, de amor y de superación, escrita con la mano de un poeta y que ha deslumbrado —por su originalidad y la maestría con que está narrada— a todos los que la han leído.

## Para niños y mayores

Es una obra maestra que el tiempo no ha envejecido. Una de las historias más versionadas en todo el mundo, sobre todo después de la legendaria adaptación cinematográfica que convirtió a Judy Garland en una estrella mundial y la canción *Over the Rainbow* en un icono cultural.

La maravillosa tierra de Oz nos traslada a un mundo de fantasía, en el que habitan brujas y hadas en bosques encantados, espantapájaros que bailan y leones que cantan, que nos envuelve con



su magia en una preciosa aventura repleta de canciones inolvidables.

### EL MAGO DE OZ

Teatro Príncipe-Gran Vía Sala II  
Tres Cruces 8  
Madrid  
Hasta el 7 de enero.

### EL NOMBRE DEL VIENTO PATRICK ROTHFUSS

Editorial: Plaza & Janés  
Año publicación: 2009  
Páginas: 872

## SEAMOS PRÁCTICOS

por **Rafael del Campo Cano.**  
(Escritor y Dibujante)

¿Sabemos desprendernos a tiempo de aquello que nos está perjudicando? ¿Tomamos decisiones precipitadas sin reparar en las consecuencias? Veamos, si no, lo que sucedió en la antigua Roma a Dolabela Publio Cornelio, cónsul y general, yerno de Cicerón. Pues bien, este patricio romano, sabedor de que el centurión Quintilio Seyano ponía en venta su propio caballo, lo adquirió por la suma de cuatrocientos sestercios de plata, si bien, ignorando las consecuencias de tal adquisición. Ya con el caballo en su poder, el cónsul Dolabela vio morir a su esposa, Domitila Claudia, tras sufrir un repentino colapso, y dos días más tarde era pasto de las llamas su lujosa mansión ubicada en las afueras de Roma; pero al día siguiente su adolescente y único hijo, Vinicio, resultaba con el cuello fracturado tras ser despedido por el caballo al galope. El cónsul Dolabela atribuyó al caballo “seyano” todas las desgracias familiares acaecidas en tan corto lapso de tiempo, y puso el caballo en venta al precio de seiscientos sestercios, no tardando en adquirirlo Domiciano Casia, jefe supremo de la guardia pretoriana del César.

Apenas hubo llevado el caballo a casa cuando esa misma tarde su esposa, Priscila Flavia, que se hallaba encinta, fue atropellada y muerta por una cuadriga cuyo auriga nada pudo hacer para dominar a los cuatro caballos desbocados. Dos días más tarde, su mansión situada en la falda del monte Aventino, era pasto de las llamas, pereciendo en el siniestro la madre y las dos hermanas del jefe pretoriano, quien, ante tanta tragedia familiar, no tardó en culpar al caballo “seyano” de todas las desdichas; razón por la cual quiso deshacerse del funesto animal, vendiéndolo por mil sestercios. Su nuevo dueño no fue otro que el afamado gladiador Castulo Marciano, invicto en doscientos combates y días de gloria en el Circo Máximo de Roma.

Este atleta, aún conociendo el trágico currículum del caballo “seyano”, lo recibió en su casa con todos los honores. Al día siguiente la mujer y la hija del famoso gladiador sintieronse repentinamente indispuestas, muriendo esa misma tarde. Todos estos episodios vienen a confirmar la actual creencia de que, cuando una familia sufre desgracias y reveses continuados suele decirse de ella: “Parece como si esa familia tuviera el caballo “seyano”.

Tampoco este laureado gladiador se vio libre de la maléfica influencia del caballo, pues su rendimiento físico y deportivo, hasta entonces espléndido, acabó dejándose notar en la arena del Circo Máximo, y nunca volvió a ganar un sólo combate. No tardaría en atribuir al caballo la causa de sus desgracias y decidió estrangularlo con sus propias manos, empleando para ello la escasa fuerza que le quedaba en su cuerpo de atleta.

Pero he aquí su error; no supo ser práctico, como lo fueron los anteriores dueños, del nefasto caballo, quienes se deshicieron de él vendiéndolo, y, al mismo tiempo obteniendo un dinero en la transacción. Presa de ira incontenible el gladiador rodeó con sus brazos el robusto cuello del caballo, consiguiendo desequilibrar a este y cayendo ambos al suelo. Fue tal el esfuerzo físico al que le sometió el caballo “seyano”, en su larga agonía, que los dos morirían en el trance; el caballo y su verdugo, víctima éste de una fulminante apoplejía.

Y es aquí cuando volvemos a detenernos sobre el primer interrogante de esta historia: “¿Sabemos desprendernos a tiempo de aquello que nos está perjudicando?... En caso afirmativo hagámoslos a la mayor brevedad posible y con toda naturalidad, pero sin poner en ello más esfuerzo que el necesario.

# ven y disfrutaremos juntos en navidad

## Si eres mayor y vives en solitario esta oferta te va a interesar

Participa en el programa Juntos en Navidad, una iniciativa del Ministerio de Sanidad y Política Social, a través del IMSERSO dentro de sus programas de Vacaciones para Mayores y de Balnearios, que te ofrece poder disfrutar de las fechas navideñas en compañía, hacer amistades, y, al tiempo, disfrutar de un viaje agradable.

## Puedes elegir un destino de playa o ir a un balneario

La Navidad es una fecha especial para pasarla en buena compañía. No te quedes solo. No te quedes sola.

Te esperan unas fiestas muy agradables y conocer a personas interesantes si participas en el Programa Especial del IMSERSO, Juntos en Navidad. Está pensado para que ninguna persona mayor pase en soledad las fiestas navideñas. También pueden solicitarlo parejas mayores que vivan solas.

**Llama gratuitamente al 900 40 60 80  
o infórmate en [www.imserso.es](http://www.imserso.es)**



# SI ESTÁS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA TÚ TIENES DERECHO

**Si tengo dudas, ¿dónde puedo dirigirme?**

El IMSERSO le atenderá en el número de teléfono gratuito

**900 40 60 80**

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](http://www.dependencia.imserso.es)



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y POLÍTICA SOCIAL



IMSERSO

