

NÚMERO 300 / 2011

60

y más



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD



IMERSO

| NOTICIA

25 Aniversario del Programa de Vacaciones del Imerso

| ENTREVISTA

Cristina Almeida

| CUADERNOS

Congreso de Mujeres Mayores

BONO SOCIAL

Activa tu derecho y congela tu recibo de la luz



Recuerda que si recibes una **pensión mínima** o formas parte de un hogar en el que todos sus integrantes en edad de trabajar se encuentran en situación de **desempleo**, puedes beneficiarte de las ventajas del Bono Social. Y también si tienes contratada una potencia inferior a **3kW** o eres **familia numerosa**.

Una medida social pensada para los que más lo necesitan.

Infórmate en www.bono-social.es
o en tu compañía eléctrica.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE INDUSTRIA, TURISMO
Y COMERCIO

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD

60

y más



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD



CONSEJO EDITORIAL

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

DIRECTORA

Inés González.

REDACTORES

Juan M. Villa y Rosa López Moraleda.

MAQUETACIÓN

Francisco Herrero Julián.

FOTOGRAFÍA

M^a Ángeles Tirado Cubas.

ADMINISTRACIÓN

Víctor Manuel Bodipo Tango, Concha Largo Rodríguez y Elena Garvía Soto.

COLABORADORES

Jesús Ávila Granados, Araceli del Moral, Miguel Núñez Bello, Ana Fernández García, Ana Fernández Martínez y Germán Ubillos.

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.: 91-703 34 03. Fax: 91-7033973.

ADMINISTRACIÓN Y SUSCRIPCIONES

Tel.: 91 703 34 03 y 91 703 36 28

DEPÓSITO LEGAL

M 11.927-1985.

NIPO PAPEL: 866-11-006-4.

NIPO PDF: 866-11-005-9.

ISSN: 1132-2012.

TIRADA: 26.000 ejemplares.

IMPRIME

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

Número 300 | marzo 2011

Sumario

6| NOTICIA

25 Aniversario del Programa de Vacaciones del Imserso.

8| REPORTAJE

Personas Mayores y el uso de las TICS.

14| ENTREVISTA

Cristina Almeida.

18| A FONDO

25 Años de Turismo Social.

24| ACTUALIDAD

29| CUADERNOS

Congreso de Mujeres Mayores.

37| PUBLICACIONES

38| CALIDAD DE VIDA

Rehabilitación de enfermos cardiacos.

42| EN UNIÓN

Fundación "Haz lo posible".

46| INFORME

Informe sobre las mujeres mayores.

52| MAYORES HOY

Xavier Vilamala I Vila, presidente del Gremio de Panaderos de Barcelona.

56| CULTURA

El esplendor del Románico.

58| MAYOR GUÍA

62| OPINIÓN

Germán Ubillos.



6/7 La Noticia



18/23 A fondo



42/45 En Unión

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

TELÉFONOS DEL IMSERSO PARA CUALQUIER INFORMACIÓN:
Centralita: 91 703 30 00
Información: 901 109 899

UN PROGRAMA CON GRANDES BENEFICIOS SOCIALES Y ECONÓMICOS

El pasado 24 de abril, la ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Leire Pajín, presidia en Benidorm (Alicante), el acto conmemorativo del 25 aniversario del Programa de Vacaciones para Personas Mayores gestionado por el Imsero, un proyecto que desde su creación en 1985, ha cosechado grandes beneficios sociales y económicos gracias a dos objetivos primordiales, por un lado, el fomento de un envejecimiento activo y saludable que proporcione a este sector de la población una mejor calidad de vida, y por otro, estimular la creación y mantenimiento de empleo en el sector turístico, hotelero y afines en temporada baja, paliando así el fenómeno de la estacionalidad.

Desde su inicio el Programa de Vacaciones ha tenido un carácter creciente y expansivo en cuanto a número de plazas y lugares de destino. Se inició en la temporada 1985/1986 con tan sólo 16.000 plazas y dos puntos de destino: Palma de Mallorca y Benidorm. Actualmente cuenta con más de un millón de plazas y se extiende por toda España, con viajes internacionales a Portugal y Andorra, mediante un convenio de intercambio. También la demanda social por parte de los usuarios ha ido creciendo a lo largo de estos 25 años.

A esta demanda del Programa de Vacaciones para Mayores, se une la satisfacción general de los usuarios, 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.

Gracias al Programa se consiguen crear o mantener más de 105.000 empleos. 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 Imsero, lo que asegura la sostenibilidad financiera de este yacimiento de empleo.

La experiencia adquirida por el Imsero a lo largo de los veinticinco años de gestión y crecimiento progresivo hasta llegar al actual número de plazas, ha sido una de las claves para conseguir altos estándares de calidad, a la vez que la óptima utilización de las plazas de transporte y de alojamiento. Gracias a dicha experiencia se consiguen elevados índices de satisfacción de los viajeros y unos niveles de coste muy reducidos, tanto para los viajeros como para el Imsero.

Los pilares del estado de bienestar

En uno de los últimos números de su revista, la Ministra de Sanidad, en su editorial, nos decía a nosotros, los mayores, que habíamos sido los pilares del Estado de Bienestar que se había conseguido en España. Le doy toda la razón a la Ministra, pero solamente nosotros, los mayores, sabemos lo que nos ha costado, los tremendos sacrificios para conseguirlo, lo cual ignoran los jóvenes y hasta los maduros actuales y no está de más que se les informe de lo que hicimos en su momento y es lo que pretendo con este escrito. Voy a contar mi caso, que es el que mejor conozco, pero que es uno de los tantos cientos de miles de estos “pilares” que dice la Ministra.

Después de la guerra civil española, la situación era caótica como es natural, situación que no mejoró en absoluto cuando terminó la guerra mundial después de la cual, los aliados se pusieron de acuerdo para “aislar” totalmente a España de forma que nada podría entrar ni salir de ella, tratando de que nos ahogásemos nosotros mismos sin ningún auxilio. Sus intenciones les fallaron ya que los españoles con tremendos esfuerzos salimos del atolladero. Vaya mi ejemplo, que es uno de tantos.

A mis 15 años, yo quería estudiar ingeniería, pero mi familia no tenía dinero, así es que tuve que ponerme a trabajar en un taller. Me levantaba a las 6 de la mañana, entraba a trabajar a las 7. Hacía jornada continua de 8 horas. Mi comida consistía en un bocadillo que me comía durante el trabajo porque a las 3 de la tarde, cuando salía del trabajo, tomaba el tranvía que me llevaba al centro de estudios. Allí asistía a las clases de tarde, hasta las 8 de la noche y de allí me iba a una academia hasta las 10 de la noche, en la que asistía a las asignaturas que en la Escuela Oficial se daban por la mañana. De allí me iba en el tranvía a casa donde me tenían preparada la cena y me acostaba a las 12. El único tiempo que tenía para estudiar era durante el trayecto del tranvía y mientras cenaba

con el libro delante del plato. Debido a estas condiciones, poca y mala comida y mucho trabajo, tuve un ataque al corazón del que los médicos no comprendían cómo pude salir con vida, pero que me costó un año entero de enfermedad en la cama y otro de recuperación. Los médicos me indicaron que podía estudiar o trabajar pero de ninguna manera las dos cosas al mismo tiempo. De momento me puse a trabajar pero a los pocos meses, viendo que me encontraba bien, volví a matricularme en Ingeniería, aguantando bastante bien. Así transcurrieron los dos años hasta terminar la carrera.

Cuando faltaban cuatro meses para terminar la carrera, ingresé en el servicio militar normal ya que, aunque pude hacer las Milicias Universitarias, no podía permitirme el lujo de estar 3 años, que es lo que duraban, sin trabajar. Cuando faltaban 3 meses para terminar la “mili”, se me ocurrió tantear como estaba el campo del trabajo y envié dos cartas con mi currículum a dos empresas distintas, una en Madrid y otra en Pamplona. Me presenté en la de Madrid en la que el Director General, me explicó qué les había gustado mi currículum; ya que hacer una carrera técnica trabajando y estudiando suponía un enorme esfuerzo. Me preguntó detalles de mi vida cotidiana y al saber que mi vida militar era sólo por las mañanas, me propuso incorporarme al trabajo en turno de tarde, lo que admití sin dudar. Así inicié aquella misma tarde mi vida profesional técnica, vestido de soldado, a mis 25 años.

En España había un tremendo problema de falta de vehículos de transporte. Las potencias aliadas tenían totalmente prohibido la venta de vehículos a España y los escasos camiones que existían procedían de la guerra civil española. La mayor parte de ellos averiados o medio desechos que, como se pudo, se habían puesto en servicio. En España, hasta aquel momento, 1958, no había ninguna fábrica de camiones, autobuses, etc. España había empezado a recuperarse industrialmente a pesar de todo, pero había una necesidad tremenda de trans-

porte. En estas condiciones apareció la figura gigante de Eduardo Barreiros, uno de los verdaderos artífices del resurgimiento industrial y económico de la España de la posguerra.

Esto ocurrió en el campo de la automoción-transporte pero en las demás industrias ocurrió más o menos lo mismo. Todos empezamos, más o menos, desde cero y fuimos subiendo, poco a poco pero sin parar hasta unos niveles muy altos. Por esto, en la década de los 60 se consideró a España como uno de los países de máximo desarrollo industrial y todo esto sin ayudas, sólo con el esfuerzo y tesón de los españoles.

Como se vé, efectivamente somos los pilares sobre los que se construyó el Estado de Bienestar, como dice la Ministra en “60 y Más”, pero a base de nuestro gran esfuerzo y enorme tesón y sacrificio. Y ésto, hoy día, muchos no lo conocen.

Julio José Fernández Garro
Las Matas (Madrid)

La vida

La vida a veces es tan breve y tan completa que un minuto - cuando me dejo y tú te dejas - va más deprisa y dura mucho. La vida es más rica y nos convida a los dos juntos a su palacio, entre semana o los domingos a dar tumbos. La vida entonces, ya se cuenta por unidades de amor tuyo tan diminutas que se olvidan en lo feliz, en lo confuso. La vida a veces es tan poco y tan intensa - si es tu gusto...- hasta el dolor que tú me haces da otro sentido a ser del mundo.

La vida, juego, ya es nosotros hasta el extremo más inmundo porque quererse es un castigo y es un abismo vivir juntos.

Fco. Pulido y Fco. Pardo.

XXV Aniversario del Programa de Vacaciones del Imserso

Más de 12 millones de personas mayores se han beneficiado de este Programa de Envejecimiento Activo



La ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Leire Pajín, presidió, en Benidorm, el acto conmemorativo del 25 Aniversario del Programa de Vacaciones para personas mayores gestionado por el Imserso. La ministra estuvo acompañada en esta celebración por la secretaria general de Política Social y Consumo, Isabel María Martínez Lozano, y por la directora general del Imserso, Purificación Causapié Lopesino.

En su intervención la ministra subrayó que, a 25 años de su puesta en marcha, “las cifras avalan la rentabilidad económica y social del programa de vacaciones, ya que es un yacimiento de empleo sólido, que ha generado más de 105.000 empleos la pasada temporada. Es también rentable por su coste cero, pues hasta el último

euro invertido por el Estado se recupera de forma indirecta; y es asimismo rentable por su capacidad de apoyar la economía local y porque su expansión ha sido creciente desde su creación, con una oferta de 16.000 plazas en su primera temporada 1985/1986 y más de un millón en la actualidad”.

Más de 12 millones de personas mayores han viajado gracias a este Programa de Vacaciones durante estos 25 años, lo que supone una apuesta importante en pro del envejecimiento activo. Entre las principales líneas de actuación del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad se encuentra la de llevar a cabo programas de envejecimiento activo y saludable que proporcionen a las personas mayores una mejor calidad de vida.

Asimismo el Programa de Vacaciones para Mayores y para el Mantenimiento del Empleo en Zonas Turísticas tiene por objeto que las personas mayores puedan disfrutar de turnos de vacaciones en zonas de clima cálido, realizar actividades culturales por lugares y rutas de interés turístico y actividades recreativas y contemplativas a través del turismo de naturaleza. Los beneficiarios y beneficiarias del programa son personas mayores o pensionistas y también pueden participar los españoles residentes fuera de España.

De quienes participaron en el mismo el año pasado, el 67% fueron mujeres. En este sentido Leire Pajín destacó que es un programa que “ha contribuido a crear un ocio en igualdad para hombres y mujeres, ya que la mayoría de éstas no se jubilan nunca de las tareas domésticas, a pesar de que compartan su vida con un hombre jubilado y ellas mismas sean trabajadoras jubiladas”. El programa, ha dicho también, ha sido para ellas un medio para descubrir aficiones que les han llevado a salir del entorno doméstico, ampliar sus amistades y redes sociales, y a participar más socialmente.

El Programa de Vacaciones para personas mayores es conocido por el 95,5% de la población en general. Se puso en marcha en la temporada 1985/1986 con los ob-

jetivos de facilitar a las personas mayores unos días de vacaciones a precios asequibles. Estas Vacaciones son financiadas parcialmente por el Gobierno. Además, el Programa tenía también el objetivo de estimular la creación y el mantenimiento de empleo en el sector turístico, hotelero y afines en temporada baja, paliando el fenómeno de la estacionalidad, que tan negativamente incide en este sector.

Con los años, este Programa se ha consolidado como un logro del Estado del Bienestar. De hecho el Programa de Vacaciones cuenta con un índice de satisfacción de los usuarios y usuarias del 92%, y una intención expresa de volver a viajar con él del 97% de quienes ya lo han hecho. A este alto nivel de aceptación responde al aumento en la evolución de las plazas.

Evolución del Programa de Vacaciones

Atendiendo las demandas y preferencias de las personas usuarias de estas Vacaciones, el programa ha ido evolucionando incorporando novedades y mejoras cada temporada:

Dónde se desarrolla. En cuanto a plazas, el Programa se inició con 16.000 plazas y dos puntos de destino, Palma de Mallorca y Benidorm, hasta llegar a más de un



Leire Pajín durante su intervención en el acto conmemorativo del 25 Aniversario del Programa de Vacaciones.

millón de plazas en la actualidad y con puntos de destino distribuidos por toda la geografía española, con viajes internacionales a Portugal y Andorra.

Zonas de destino. El Programa fue incorporando zonas de destino y nuevas modalidades de viaje. Ya no sólo son turnos de Vacaciones, sino que coincidiendo con las nuevas necesidades y demandas de las personas mayores, el Programa ofrece: Viajes culturales; Turismo de Naturaleza, e intercambios internacionales con Portugal y Andorra.

Servicios. Sobre los servicios incluidos, el Programa también ha ido diversificando la oferta, en cuanto al desplazamiento, alojamiento, la asistencia sanitaria, las actividades de ocio y tiempo libre, etc.

La comercialización del Programa también se ha perfeccionado. Los puntos de venta: al principio

no superaban los 100; hoy son 9.300, además de la comercialización vía internet.

Transporte. En cuanto a los medios de transporte utilizados: EL transporte aéreo se ha incrementado de manera notable pasando de 10.000 plazas al inicio del Programa a 562.513 en la pasada temporada.

Cuatro años después de su inicio, el Programa se extendió a las personas mayores españolas residentes en Europa. En principio 2.500 plazas para residentes en Bélgica, Holanda y Francia. Hoy participan los y las residentes en 15 países europeos, Iberoamérica, Norteamérica, Norte de África y Australia.

Presupuesto. El presupuesto del programa en los últimos años – entre la aportación del Imsero y de las personas beneficiarias– supera los 350 millones de euros anuales.

Las personas mayores ante las Tecnologías de Información y Comunicación

Las TIC mejoran el nivel de vida de las personas mayores para la competencia digital requiere diseños y formación adaptados a sus necesidades

Texto y fotos: Ana Fdez García

Los últimos avances en Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) ofrecen a los casi 8 millones de españoles que superan los 65 años, soluciones que les ayudan a permanecer activos socialmente al tiempo que aumentan su capacidad de independencia y autonomía. A pesar de ello, el desconocimiento, el coste económico y la actitud con la que el mayor se enfrenta a las nuevas tecnologías, ralentiza la expansión masiva en nuestro país de estos dispositivos, que serán indispensables para mantener calidad de vida en un futuro próximo.

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), juegan actualmente un papel fundamental en las actividades cotidianas de la mayoría de las personas. Ya sea en el trabajo, el hogar o el ocio, las TIC están presentes en forma de ordenadores, teléfonos, televisores, Internet, teleasistencia. El desarrollo tecnológico de los últimos años está ofreciendo servicios cada vez más complejos que benefician extraordinariamente al usuario y aumentan su calidad de vida.



Las personas mayores también se han incorporado al uso de las nuevas tecnologías en su vida cotidiana.

Pero el manejo de estos aparatos requiere conocimientos y habilidad y, por esta razón, algunos grupos sociales podrían quedar potencialmente rezagados en el uso y disfrute de las ventajas que ofrece la vanguardia tecnológica. Conscientes de que uno de estos grupos de población con riesgo de exclusión en el uso generalizado

de las TIC, es el que está formado por las personas mayores de 65 años, la Fundación Vodafone España acaba de hacer público el informe “Los Mayores ante las TIC: accesibilidad y asequibilidad”, que ha contado con la colaboración de la Subsecretaría del Ministerio de Industria, Turismo y Comercio.

En este estudio se analiza el uso que las personas mayores hacen de las tecnologías de la comunicación, qué obstáculos encuentran para aprender a manejarlos y qué posibilidades reales tienen de soportar su coste. También queda patente la gran diferencia que existe entre España y los países nórdicos y los Países Bajos, líderes en uso de TIC. Según recoge el informe, el número total de personas que superan los 65 años en nuestro país, asciende a 7.785.480, es decir, un 17,2 por cien de la población total.

Estos mayores de nuestros días no son personas que sólo y exclusivamente observan el paso del tiempo, sino que mantienen vínculos sociales con el barrio, los amigos y buscan prolongar al máximo una vida de calidad. Nuestros mayores valoran por encima de todo la seguridad, seguida de la comunicación, que los relaciona con el entorno; también la información que mantiene viva la curiosidad por conocer y, por supuesto, su propia autonomía que los permite tener un mayor espacio de libertad e independencia. En todas estas áreas, las TIC como los teléfonos móviles, Internet, SocialTV, telemedicina y teleasistencia, ofrecen multitud de posibilidades.

Asequibilidad y accesibilidad de las TIC

El estudio pone de manifiesto que el factor económico y la actitud con la que los españoles mayores de 65 años se enfrentan a las nue-



Los mayores aprenden a navegar por la red y elogian su utilidad para la vida diaria. En la imagen un grupo de alumnos de informática del centro sociocomunitario de A Coruña.

vas tecnologías, son los condicionantes que determinan si las TIC son realmente asequibles para ellos y forman parte de sus vidas, como se pretende desde instituciones públicas y privadas.

En el aprendizaje para manejar las TIC, influye decisivamente la actitud de la persona mayor y en ella tiene mucha influencia su entorno social y familiar y también su propia situación anímica y física. Si los familiares del mayor le ayudan y le animan a ser usuario de tecnología, éste se muestra mucho más receptivo y también si durante su vida laboral utilizó algún dispositivo tecnológico.

Respecto al coste de estos nuevos sistemas de comunicación, y teniendo el factor económico como el nivel de ingresos en el hogar y la posibilidad de afrontar el gasto para adquirir un terminal, se ha comprobado que en muchas oca-

siones el acceso a las TIC suele ser, en su inicio, gratuito, bien porque se lo regala la familia, en el caso del móvil u ordenador, o también porque una institución pública subvenciona los servicios de teleasistencia o Internet. Sin embargo, a partir de aquí, hay un elevado control del gasto por parte de los mayores que, por ejemplo, limita el uso del móvil para comunicaciones “necesarias” y ve absurdo “hablar por hablar” como hacen los jóvenes.

Curiosamente la actitud con la que los mayores se acercan a estas tecnologías, influye decisivamente a la hora de afrontar gastos vinculados a su uso; cuanto más conocen su manejo, más se justifican sus beneficios sociales y más se intensifica su utilización. Pero en general, la gran mayoría de las personas que superan los 65 años manifiesta un gran desconocimiento en cuanto a las TIC.

REPORTAJE

Las limitaciones físicas propias de la edad hacen que todos coincidan en que les gustaría que existiese una tecnología realmente accesible y a precio moderado; por eso reclaman que se diseñe específicamente para ellos, aparatos manejables, fáciles de aprender, con funciones básicas y de acceso muy sencillo. Quieren una tecnología que posibilite una comunicación sencilla y cómoda. También la posibilidad de que el móvil y la teleasistencia puedan incorporar imagen, levanta grandes expectativas porque les parece que con ello se conseguiría una comunicación más humana y real. Si bien los medios tecnológicos que están a disposición de los mayores son cada vez más variados, se puede afirmar que los que tienen una mayor penetración entre este grupo de población son la telefonía móvil, Internet y la teleasistencia.

El teléfono móvil y los mayores

Hay un hecho constatado: la inmensa mayoría de personas de menos de 45 años en nuestro país, es usuaria de teléfono móvil; los más jóvenes incluso se han familiarizado con este dispositivo desde su infancia. Sin embargo, a medida que va incrementándose el rango de edad, va descendiendo su uso hasta situarse en sólo un 20 por cien

entre mayores de 79 años, según datos del INE de enero de 2010.

Centrándonos en el grupo de personas que aprenden el manejo del móvil en la edad adulta, incluso tras su retiro laboral, se percibe que el nivel educativo, el hábitat y los ingresos, son factores determinantes en la generalización de su uso. Así, mientras la práctica totalidad de mayores que poseen una pensión alta o un elevado nivel de ingresos, se declaran usuarios de móvil, el porcentaje apenas llega al 20 por cien entre los que perciben mensualmente menos de 1.100 euros. También se recoge en el estudio que su uso está mucho más extendido entre la población que ha recibido estudios superiores, mientras que los mayores que residen en el medio rural y en municipios con población inferior a 100.000 habitantes, son los que menos utilizan el teléfono móvil.

Respecto a la modalidad de pago preferida por los mayores, el móvil de tarjeta gana terreno frente a la opción de contrato, porque la tarjeta está asociada en el inconsciente colectivo a una mayor capacidad de control del gasto realizado con el teléfono. Puede decirse que, en general, los españoles de más de 65 años, que son usuarios

Los mayores reclaman un diseño tecnológico pensado para ellos; quieren aparatos manejables, fáciles de aprender, con funciones muy básicas y de acceso sencillo

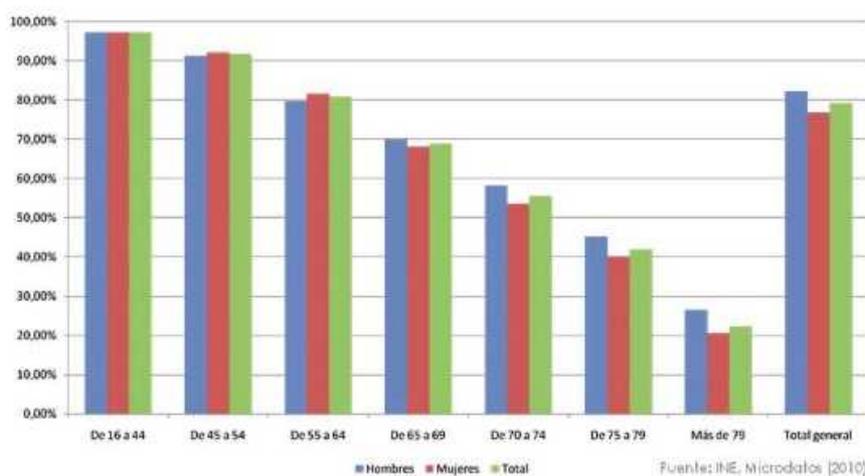
de móvil, manifiestan abiertamente una escrupulosa racionalización en su uso, y evitan todo gasto superfluo, “ usarlo sólo para dar un aviso” o “ una llamada cuando llegas de viaje y ya está”, señalan.

Frente a esta gran mayoría, existen grupos que poseen una fuerte vinculación con esta tecnología y declaran que “ si salgo sin él de casa, tengo que volver”. También es cierto que esta minoría suele estar formada por usuarios avanzados.

Internet

A pesar de que tanto instituciones públicas como privadas intentan fomentar la utilización de Internet entre la población, su uso está íntimamente ligado a la disponibilidad de ordenador en los hogares. De 500 personas entrevistadas, tan sólo 70, confiesan haber usado, en mayor o menor medida, Internet; lo que representa el 14 por cien de la muestra. El 31,8 por cien de los encuestados declara que dispone de Internet en el hogar, aunque en muchos casos es usado por otro familiar, generalmente hijos.

Indiscutiblemente los Países Bajos y los escandinavos son los que lideran en Europa las estadísticas relativas a esta tecnología, según Eurostat 2010. España ocupa una posición media-baja dentro del contexto europeo, superando sólo muy ligeramente a países como Grecia, Italia y Portugal.



Uso del móvil en España por rango de edad



La telefonía móvil es la tecnología más utilizada por las personas mayores.

Cuando se analiza el uso de la red por parte de españoles que superan los 65 años, aparecen los mismos condicionantes que para el uso del móvil, sobre todo la formación y el poder adquisitivo, siendo prácticamente inexistente la penetración de Internet en mayores con pensiones modestas, aunque la variable más relevante a la hora de clasificar a estas personas, en función del uso que hacen de Internet, es el nivel de estudios.

Aunque la oferta tecnológica a disposición del mayor es cada vez más variada, el teléfono móvil, Internet y la teleasistencia, son las que tienen mayor aceptación entre este grupo de población.

El impulso a acceder a Internet surge en una persona con necesidad de mantenerse activa y emprender cosas nuevas, algo que va mejorando poco a poco, pero que se limita todavía a sectores no muy amplios de la población. Una usuaria señala *“yo me sentía una analfabeta funcional porque para cualquier cosa ya te dicen, vaya a la web tal... y a mis años, he tenido que empezar a aprender”*

Es necesaria una actitud utilitaria o de mucho entusiasmo para que un mayor empiece a aprender el manejo de Internet. Los que se atreven a romper la barrera de la resignación, que impone el miedo al uso o al aprendizaje de algo tan nuevo, acceden al uso del ordenador, en su mayoría, a través de cursos en centros sociales y bibliotecas, pero resulta clave el impulso que reciben desde la familia, cuando son animados por hijos y nietos. A partir de aquí, los que

aprenden a navegar, elogian la red igual que los jóvenes, tanto por los contenidos como por su utilidad en la vida diaria, *“Internet es interesante en todos los aspectos, vas a alquilar un piso y mandas la foto por Internet... te vas de vacaciones y consultas los hoteles, ves las habitaciones, lees las opiniones de otras personas”*, dicen.

El informe señala que los mayores que utilizan Internet se decantan por los servicios de correo electrónico, buscar información relacionada con sus intereses y leer la prensa digital.

La tranquilidad y bienestar que aporta la teleasistencia

La existencia de un número de hogares cada vez más elevado formado exclusivamente por personas mayores, en muchas ocasiones con algún grado de dependencia, ha influido de forma decisiva en el

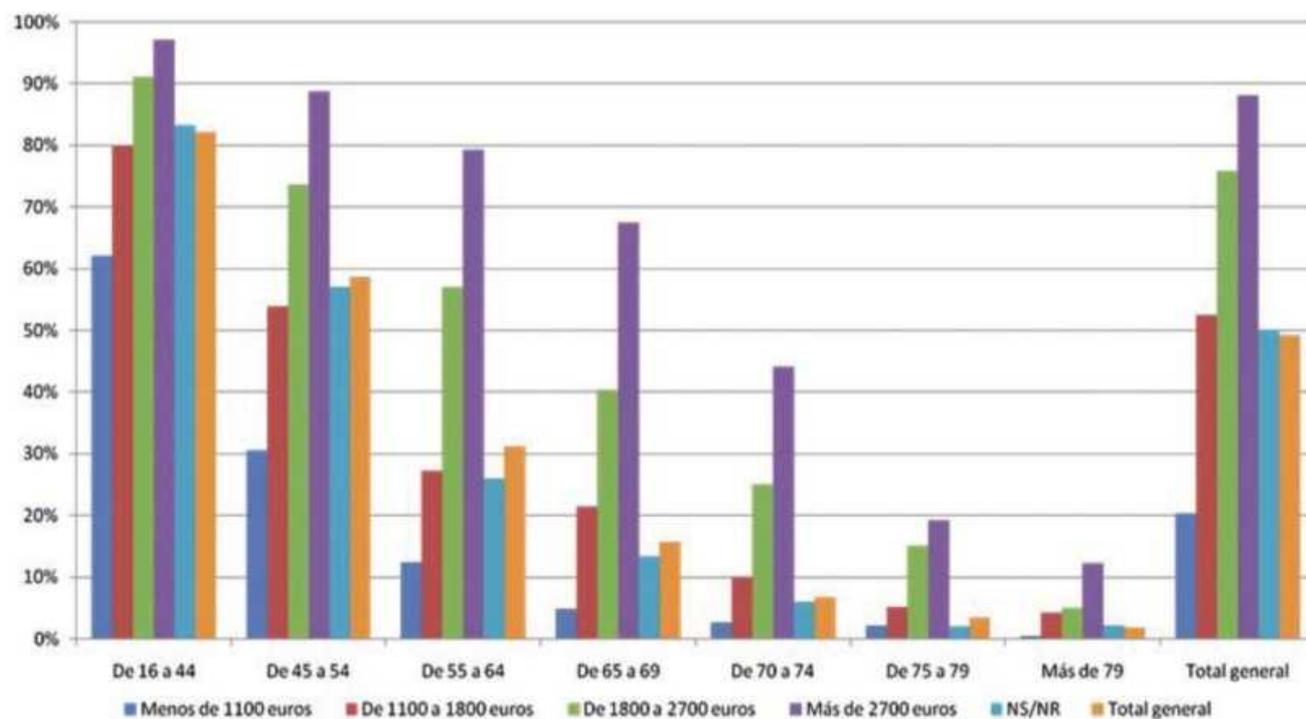


La gran mayoría de los españoles que superan los 65 años manifiesta un gran desconocimiento en cuanto a las TIC, aunque valoran mucho las ventajas que éstas ofrecen, sobre todo la seguridad, la comunicación, la información y, por supuesto, la autonomía.

La accesibilidad aplicada a las nuevas tecnologías se revela como un elemento esencial para que su uso se generalice entre las personas mayores.

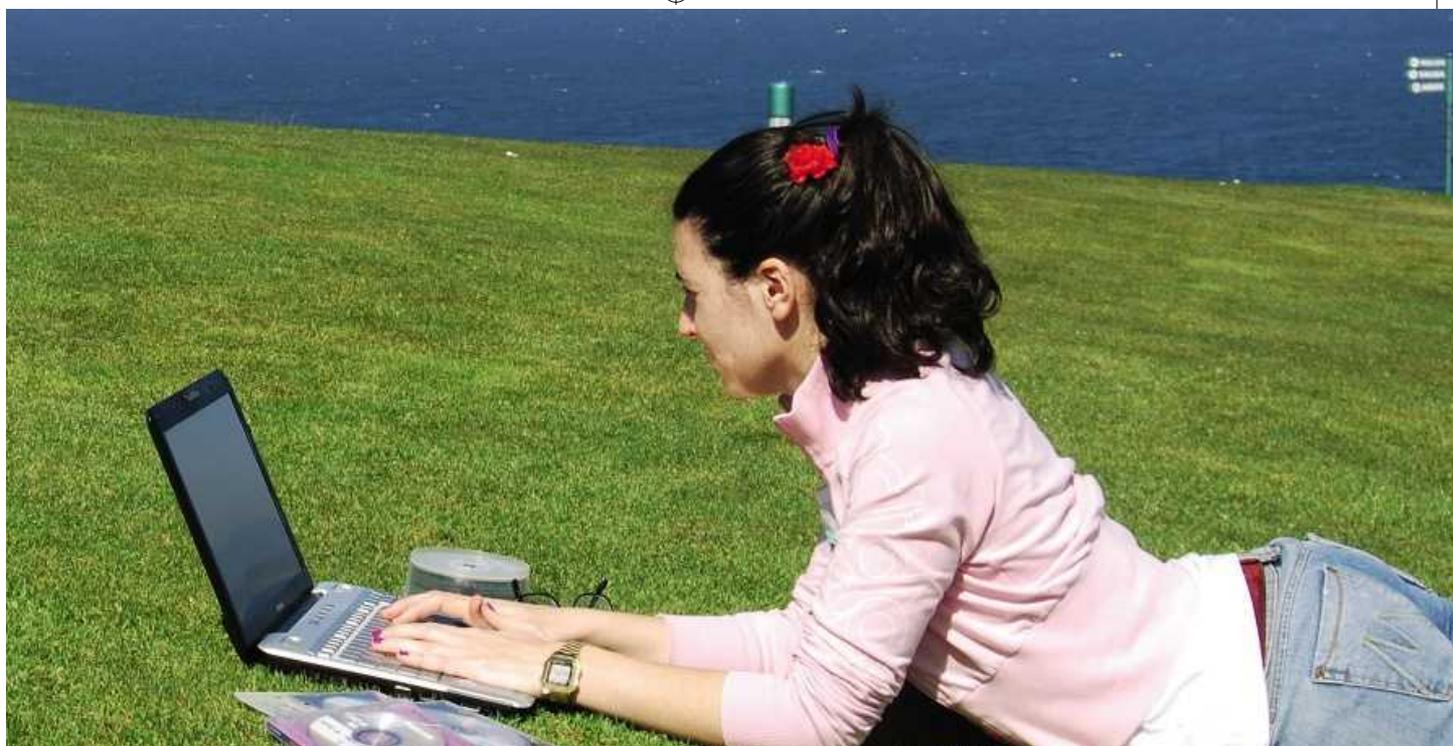
las. Es una tecnología que tiene un proceso de aprendizaje rápido y sencillo y con sólo pulsar un botón, en caso de que el mayor se encuentre mal, sufra una caída o accidente o simplemente sienta la necesidad de hablar de alguien, tiene inmediatamente cubiertas necesidades tan básicas como la seguridad y la comunicación.

crecimiento en los últimos años de los servicios de teleasistencia. La teleasistencia está dirigida a personas mayores que viven so-



Fuente: INE, Microdatos (2010)

Uso de Internet en nuestro país por edad e ingresos



El desarrollo tecnológico y la convergencia entre las nuevas plataformas dibujan un nuevo horizonte de servicios para todos los ciudadanos.

El acceso a la teleasistencia suele estar impulsado por los hijos cuando los padres viven solos. Ha demostrado ser una experiencia muy positiva por dos aspectos: la tranquilidad y el bienestar que otorga el hecho de ser una tecnología muy simple y subvencionada en buena medida por las administraciones autonómicas. El perfil de los usuarios de teleasistencia se sitúa entorno a los 80 años, siendo mayoritariamente mujeres que viven solas.

SocialTV para 3G: proyecto pionero en España

Es una realidad que el desarrollo tecnológico y la convergencia entre las nuevas plataformas están generando nuevos servicios que incrementan la presencia de las TIC en nuestro día a día y facilitan la integración y desarrollo de todos los ciudadanos.

Uno de los servicios más novedosos ofrecido a los mayores es la SocialTV para 3G, que estará en fase experimental durante los meses de marzo y abril en 41 provincias españolas y con la participación de 150 usuarios.

“Social TV para 3G” ha sido premiado como “mejor proyecto para la Inclusión Digital” en los galardones FICOD 2010 y se enmarca dentro de la línea de ayudas para la inclusión de mayores y personas con discapacidad del Plan Avanza 2, financiado por el Ministerio de Industria, Turismo y Comercio.

En España un 28 por cien de los mayores se sienten solos con frecuencia. El sentimiento de soledad puede derivar en una autopercepción de desadaptación que suele ir asociada a la pérdida de actividad y aislamiento social y esto, a su vez, puede desembocar en una serie de trastornos afectivos como la ansiedad o la depresión.

El objetivo del proyecto “SocialTV para 3G” es favorecer el envejecimiento activo y la vida independiente de los mayores, fomentando las relaciones sociales entre ellos y disminuyendo así el aburrimiento y el aislamiento que sufren muchos de ellos. Para conseguirlo se facilita a los usuarios un Punto de Encuentro (PE). A este Punto de Encuentro se puede acceder a través del televisor convencional al que se le ha conec-

tado una caja que funciona con infrarrojos y lleva incorporada una Webcam y un micrófono. El usuario accede al PE con los botones del mando del teletexto como si se tratara de un canal más de televisión, con la diferencia de que en este canal podrán ver y hablar con otros usuarios que tengan instalado ese mismo dispositivo, contribuyendo así a disminuir su aislamiento. La red de comunicaciones que se establece entre los mayores será supervisada, atendida y dinamizada por personal cualificado.

Esta solución tecnológica ha sido desarrollada por la empresa CSA y en el proyecto han participado la Fundación Vodafone España, la Fundación TECSOS, Cruz Roja y Qualcomm en su iniciativa Wireless Reach y supone un paso más en el vasto horizonte de posibilidades que las tecnologías de la información y la comunicación pueden ofrecer a los mayores de nuestros días.

Información:
www.fundación.vodafone.es
www.socialtv.es

Cristina Almeida

“Sigue habiendo desigualdad, y sobre todo entre personas mayores”

Nos recibe en su despacho del bufete de Abogadas de la que es socia. Está cada vez más vacío, síntoma de la liberación laboral de la que disfruta en la actualidad. Como ella misma reconoce, acaba de superar una grave enfermedad que “es la juventud, que sólo se cura con el tiempo y se sobrelleva teniendo compromiso”. Sin pleitos y con la jubilación en la mano, está dispuesta a seguir disfrutando de la vida, de su madre, de sus amigos, del mar ibicenco que la espera cada verano, y de algún compromiso social que siga demostrando que Cristina Almeida es la rebelde y atrevida que removi6 la política española en busca de la igualdad entre el hombre y la mujer. Asegura que hay otra crisis junto a la económica, y esa es la de valores en esta sociedad, empezando por el compromiso con los mayores.

Texto y fotos: Miguel Núñez Bello

Como dicen, madre no hay más que una...

A mí madre la debo todo, me dió la oportunidad de estudiar cuando las mujeres no lo hacían y eso se lo tengo más que agradecido. Es lo más importante. Lo que no puedo es compaginar

el ocio de un viaje con cuidar a mi madre, no quiero alejarme de ella.

Ahora que has alcanzado la jubilación, ¿tan difícil ha sido compaginar la vida laboral con la familiar en tantos años de actividad política y social?

Te diré que soy una mujer muy ocupada y comprometida con muchas causas. En Marzo he dado muchas conferencias sobre las grandes injusticias que hay en este mundo, y aunque ya no trabajo en la Justicia, trabajo contra la injusticia, lo que me mantiene muy activa. No me he dado



cuenta todavía de que estoy jubilada.

Tan activa y comprometida, ¿alguna vez has pensado qué pasaría si un día esa frenética vida se paraliza en la rutina y el aburrimiento?

Me encantaría tocarme la barriga 400 veces al día, tengo ganas de aburrirme, nunca me ha pasado y quiero saber cómo es. Me divierto leyendo, mirando el mar, viendo una película de cine.... Los martes los mayores tenemos una oportunidad de cine para ver películas por un euro. Me encanta. ¿Qué es el aburrimiento?

¿Sigues comprometida políticamente?

No tengo partido, ni cargo público, pero tengo mis ideas y sigo comprometida con la política. Ingresé en el Partido Comunista en 1964, desde entonces sigo comprometida, aunque hay gente que porque te hayan expulsado de un partido -PCE e IU- creen que has cambiado, pero es al revés. Ellos tienen el poder, pero no las ideas.

En un despacho vacío de compromisos jurídicos, el bufete Aba-Abogadas de la que es socia, se convierte diariamente en una asesoría de acciones y sentimientos relacionados con el derecho familiar, una demanda que ha aumentado por la crisis.

Es mentira que las parejas no se separen por la crisis. Si uno tiene una crisis familiar, no es económica, que es la que está en el país, es en el hogar donde está el corazón, los sentimientos



“Me encantaría tocarme la barriga 400 veces al día, tengo ganas de aburrirme”

y la violencia. El romper una relación que es hostil, es una demanda.

Particular interés viene despertando la problemática de la pensión compensatoria. Cristina Almeida se ha identificado y luchado en este sentido ¿Por qué?

Es mejor que las mujeres no necesiten una pensión compensatoria, sino que lo tengan ellas. La sociedad debe de ser más sensible. La igualdad no es real porque las diga alguien, sino porque de verdad lo seamos. Sigue habiendo desigualdad y sobre todo entre personas mayores, que no todas son jovencitas.

¿Son conscientes los mayores de los derechos que tienen y de los respaldos jurídicos de los que pueden hacer uso?

Muchas personas tienen conciencia de sus derechos, pero otra cosa es que los ejerza. Nos han metido tanta presión social que cuando eres mayor aumenta aún más. Yo veo a las abuelas y a los abuelos, que con cariño y amor ayudan a los hijos, pero también les gustaría disfrutar, viajar, descansar. No hay libramiento de tus responsabilidades porque los abuelos saben que se tienen que ocupar de los nietos con muy poco agradecimiento por parte de los hijos, es como si fuese obligación de los abuelos el ocuparse de los nietos, y no es así. Los mayores tienen confianza en la Seguridad Social porque se sienten atendidos. Las pensiones es otro tema que requiere que hayas cotizado.

¿Qué es lo que más demandan los mayores?

Las pensiones es una demanda absoluta, sobre todo por parte de las mujeres. Los hombres han tenido pensiones contributivas y han cobrado más. Nosotras somos las más trabajadoras del Mundo. Hay que cambiar esa mentalidad. La mujer tiene inseguridad económica porque en una edad mayor la hace depender más de la familia. Cuando una mujer mayor recibe una pensión de viudedad, aunque sea mínima, la considera suya porque es un derecho suyo. La mujer mayor reacciona mejor ante la soledad porque se rela-

“Serán más abuelos cuanto más libres y realizados estén, y no cuanto más se cansen”

cionan socialmente más, tiene más inquietudes culturales que el hombre.

¿Qué cambiaría Cristina Almeida de las jubilaciones actuales?

Lo primero, que la jubilación es un derecho, no una obligación. Yo llevo pleitos de gente que quería seguir trabajando, y los he ganado. A mí me preocupa que exijan más años para la pensión que dos años más para jubilarte, porque vivimos mucho más. Cuando se puso los 65, era una época que no llegaba nadie. Desgraciadamente se lleva mucho el prescindir de la sabiduría. Debemos de cuidar la experiencia, porque la juventud es una falta de años.

El protagonismo de la mujer en la política, es evidente, necesario, fresco... ¿Podrías definirme a Angela Merkel, Esperanza Aguirre y Carme Chacón?

“La mujer mayor reacciona mejor ante la soledad porque se relacionan socialmente más.”

Merkel es una mujer de derechas con contradicciones a la que veo como una dama de hierro como lo fue Margaret Thatcher, es decir, no ser nada más que hierro. De Esperanza Aguirre creo que es una sargento liberal que quita donde más duele como en la sanidad. Carme Chacón tiene una mentalidad socialista, con la que me identifico más. Hay una frase muy cierta que dice que a una mujer la cambia la política, pero muchas mujeres cambiamos la política.

El artículo “La mujer y el mundo del trabajo” que escribiste en los años 60, ¿Qué quisiste transmitir a la sociedad?

La reflexión era clara. Cuando te casabas te daban a dote por matrimonio para que te fueras y te compraran la cama y la mesa de comedor. Las condiciones de la mujer en el trabajo eran precarias. Mientras la mujer no tuviese las mismas oportunidades e independencia económica no podía decidir, esa era la intención del artículo. Creer en la responsabilidad es creer en los valores de las mujeres.

Precisamente si de valores hablamos, ¿estamos perdiendo algo tan preciado que nuestros mayores nos han sabido transmitir y que hemos olvidado con el paso del tiempo?

A la familia se la tiene que admitir como es hoy, no como ellos

Perfil Cristina Almeida

Hija de un abogado de Badajoz, su primer sueño laboral fue ser psiquiatra, aunque sin renunciar a escribir, uno de sus placeres más confesados y demostrables, aunque sólo cuando tiene algo que decir. En 1967 “cuando era más roja que nada, las mujeres no podían ser registradoras ni notarias” pese a su deseo.

Se siente orgullosa de tener como referente en esta vida, a su propia conciencia y también a su padre. “Cuando se enteró de que estaba en el partido comunista, casi le da algo. Él me aconsejó que me juntaría con las buenas personas, y siempre he creído que estaban allí”. ¿Y su madre?. Las palabras corren más deprisa que los pensamientos cuando nos habla de lo que más valora de ella. “Que teniendo seis hijos, estando en Badajoz, no la dejasen estudiar por ser mujer. Por ello luchó para que todos sus hijos estudiaran. Era una mujer que leía mucho, sobre todo de Agatha Christie. Era la que administraba, me dio lo mejor.”



“Lo primero, que la jubilación es un derecho, no una obligación”.

se creían que era. Ahora hay 80.000 familias. La solidaridad y el afecto son valores que hay que cuidar.

Con 94 años que tiene tu madre, qué es lo que te pide, cuál es su principal demanda?

Mi madre está tranquila, feliz, de un dulce que da gusto verla. No se enfada nunca. Aunque pierde la memoria, se acuerda de todas las canciones de Concha Piquer, le dices un refrán y te lo termina, se acuerda de la tabla de multiplicar. Tiene 12 bisnietos, todos la encuentran muy bien porque transmite unos valores muy positivos a toda la familia. La Familia Almeida está orgullosa de ella.

Hablemos un poco de ti. Hace poco te escuché decir que Extremadura huele a jara, a la celinda....

Son olores de mi infancia. Cuan-



Una foto para la historia con Dolores Ibarri, “La pasionaria”.

do empezaba la primavera y pasaba Naval Moral de la Mata, me entraban unos olores en el cuerpo. Por cierto, ver florecer los cerezos en el Jerte es precio-

so. Recuerdo la celinda, que estaba en el patio de la madrina, el limonero en la casa de mi tío, son olores que me han venido siempre... ahora hay gente que no tiene olores, los que huelen al Burger King.

Cuatro hermanas y dos hermanas, y dicen muchos testigos, que eras la más rebelde. ¿Queda algo de esa rebeldía pasajera? (risas)

De pasajera nada, siempre ha viajado conmigo. Soy más rebelde aún, porque ya no tengo que disimular. Mi madre me decía, “Tú sé mudita, pero que no te lo noten los hombres, que les gustan tontas”. No voy a ser respetuosa con quien no respeta. Todo eso me da mucha energía, ahora entiendo a los mayores, a los jóvenes.

Cronología política de Cristina Almeida

Ingresó en el Partido Comunista (PCE) en 1964 cuando todavía era universitaria. Llegó a ser concejala del Ayuntamiento de Madrid por el PCE en 1979, formando parte del equipo municipal dirigido por Enrique Tierno Galván.

En 1981 fue expulsada, junto a otros miembros del sector renovador del PCE, al enfrentarse al entonces secretario general Santiago Carrillo.

Participó en la fundación de la coalición electoral Izquierda Unida en 1986. En 1997 pasó al Grupo Mixto, aunque no terminó la legislatura, ya que fue elegida cabeza de lista por la coalición PSOE-Progresistas (que integraba al PDNI) a la Presidencia de la Comunidad de Madrid. Fue también senadora por designación autonómica entre 1999 y 2003.

Programa de Vacaciones para personas mayores

25 Años de Turismo Social

Coordina: Inés González
Fotos: M^a Angeles Tirado



El Programa de Vacaciones ha proporcionado a lo largo de estos 25 años grandes beneficios sociales y económicos.

“Es para mí todo un privilegio compartir con vosotros y vosotras este acto en el que celebramos los primeros 25 años del Programa de Vacaciones para personas mayores. Y, sobre todo, hacerlo aquí en mi ciudad, la que me vio crecer, una de las principales protagonistas de esta aventura. La tierra que

vio nacer los viajes del Imsero”. Con estas palabras iniciaba su intervención la ministra Leire Pajín el acto conmemorativo de los 25 años del Programa de Vacaciones, celebrado el pasado mes de marzo en Benidorm, uno de los primeros lugares destinatarios cuando se inició el Programa en 1985.

La Ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, reconoció que ella misma ha visto durante su infancia y adolescencia cómo magníficas playas de la Comunidad Valenciana y de otros lugares que no tenían estos programas se despoblaban en otoño. También los hoteles y los espacios de ocio. “Sin embargo en Benidorm, dijo, hemos ido viendo como se transformaba nuestra ciudad con el Programa del Imserso. Hemos visto cómo rompíamos esa estacionalidad y cómo eramos capaces de construir una ciudad con nuevos vecinos y vecinas que ya formaban parte de nosotros”.

Leire Pajín reconoció que este Programa de Vacaciones es el mejor ejemplo de cómo la inversión en políticas sociales beneficia a toda la sociedad y eleva la calidad de vida de toda la ciudadanía. También dijo que es un ejemplo de cómo las políticas sociales no tienen por qué ser deficitarias por definición: “Es una prueba irrefutable de que los programas sociales no siempre son igual a gasto. Son, por el contrario, y ante todo, una inversión de futuro”.

Recordó la Ministra los primeros viajes del Imserso: “Al principio, eran pocos, pero después fueron más. Y no hay nadie de esta ciudad que no conozca con nombres y apellidos hombres y mujeres que han pasado muchos inviernos aquí. Son muchas las personas que venían de regiones del interior para trabajar durante



Exposición de la evolución del Programa de Vacaciones en estos 25 años de existencia.

la primavera y el verano en algunas de las costas de nuestro país, y que volvían a sus casas por falta de trabajo el resto del año. Romper y acabar con esta estacionalidad ha hecho que también muchos hombres y mujeres de otras regiones de España vinieran a la costa y se quedaran aquí, y construyeran con nosotros lo que hoy somos. Muchos optaron, además, por trasladarse aquí y por vivir su vida y por seguir trabajando en un espacio público, en una oferta de turismo, de la que se beneficia el Imserso”.

Y todo nació con una inversión muy pequeña, como casi todas las cosas. Era entonces difícil saber cómo iba a resultar aquella experiencia nueva.

Fue una apuesta política por una generación de personas mayores que habían tenido que superar circunstancias muy difíciles; que habían inventado el pluriempleo durante el desarrollismo de los años 60; que habían inyectado divisas al país con su emigración a Europa; aquellos trabajadores y trabajadoras que por entonces, años 80,

estaban jubilados o alcanzaban la jubilación, pudieran disfrutar de parte del bienestar que, con su esfuerzo, habían construido y al que, en términos de justicia, tenían derecho.

Y muchos de aquellos emigrantes del interior de Andalucía, de Extremadura, de Castilla, que habían ido a trabajar en fábricas o en la construcción a Alemania, Bélgica u Holanda; que habían ido a vendimiar o al servicio doméstico a Francia, y que no habían visto nunca el mar, iniciaron un viaje diferente y con más de 65 años lo conocieron gracias al Programa de Vacaciones del Imserso. Los años han consolidado el programa y han hecho de él un yacimiento de empleo sólido, en continua expansión, que es referente para otros países.

La mayor prueba de ello son los doce millones de personas mayores que, hasta hoy, han participado en este Programa de Vacaciones, un dato que tiene que seguir aumentando. Porque lo cierto es que el programa ha tenido éxito y, hoy, con la perspectiva que



José, Benigna y su hijo José en su primer viaje con el Programa de Vacaciones.

dan más de dos décadas, se puede aportar cifras que avalan la rentabilidad económica del Programa de Vacaciones. Es un programa coste cero. Hasta el último euro invertido se recupera de forma indirecta a través de cuotas a la Seguridad Social, por los empleos que genera, y a través de impuestos.

Ha puesto fin a la estacionalidad en el sector de hostelería. Ha mantenido y creado nuevos empleos en las agencias de viajes. En definitiva, un programa de éxito porque ha sabido adaptarse a los cambios experimentados por las propias personas mayores en estos 25 años y porque los gobiernos -de diferentes colores políticos- han estado atentos a atender sus nuevos deseos y demandas.

¿Quién no conoce los viajes del Imsero?

Es también un programa de éxito porque así lo avala el que lo conozcan el 95,5% de la población general. Es, posiblemente, el programa social no sólo más conocido sino también el más reconocido. Y eso es gracias al buen uso

que hacen las personas mayores de él. La prueba es que la mayoría quieren repetir y esa es la mejor de las noticias.

Este Programa ha contribuido también a crear un ocio en igualdad para hombres y mujeres. Quizá esa sea una de las razones por la que son mayoritariamente mujeres, (un 67% la temporada pasada), quienes viajan con el programa. Estamos hablando de muchas generaciones de mujeres que siguen asumiendo casi en solitario las res-



Gracia, que a sus 102 años ha viajado por primera vez.

ponsabilidades domésticas, pese a estar jubiladas: “Soy consciente, dijo la Ministra, de que muchas de las que hoy estáis aquí seguís dedicando gran parte de vuestro tiempo a cuidar a los demás. El programa de vacaciones os libera de esas obligaciones aunque sólo sea por unos días en los que os ocupáis de vosotras mismas”. Pero, además, a lo largo de estos años, el Programa ha sido para muchas un medio para descubrir aficiones, para salir del entorno doméstico y para participar más socialmente antes de volver a casa. Muchas mujeres han descubierto el mundo de los ordenadores y de Internet. Muchas han aprendido a jugar al ajedrez; o han descubierto otro tipo de aficiones. Muchas mujeres y hombres han roto barreras de participación social durante un viaje, han desterrado su aislamiento y han extendido sus redes de amistad, que han perdurado después en sus lugares de residencia.

Y, en definitiva, muchas mujeres y hombres han descubierto todo su potencial de autonomía personal y de independencia con el Programa de Vacaciones del Imsero: “Si es bueno para vosotras y vosotros, es bueno para todos. Habéis conseguido con vuestro entusiasmo que este Programa de Vacaciones sea también cauce para la promoción de un envejecimiento activo y saludable. De hecho, lo es desde que nació; antes de que el concepto de envejecimiento activo fuera definido por la Organización Mundial de la Salud”. Finalizó Leire Pajín su intervención diciendo que se va

a seguir manteniendo y apoyando este Programa, y que, pese al momento económico difícil que estamos atravesando, se va a seguir invirtiendo en este Programa porque eso es invertir en calidad de vida.

Inicio del Programa

El Programa de Vacaciones para Mayores y para el Mantenimiento del Empleo en Zonas Turísticas es un proyecto gestionado desde el Imsero para proporcionar al colectivo de 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 Mayores y para el Mantenimiento del Empleo en Zonas Turísticas es un proyecto gestionado desde el Imsero para proporcionar al colectivo de 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, etc.

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 pue-

den 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.

En el año 1985, el Instituto Nacional de Servicios Sociales, organismo entonces dependiente del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, inició, con carácter experimental, un Programa de Vacaciones financiado parcialmente y destinado al colectivo de la Tercera Edad, basado en el potencial viajero de las personas de este colectivo y en la existencia de un fenómeno estacional del sector turístico que quedaba paliado con la asistencia de estos colectivos durante la denominada "temporada baja".

El Programa de Vacaciones ha tenido desde su inicio un carácter creciente y expansivo en cuanto a número de plazas y lugares de destino. Se inicia en la temporada 1985/1986 con tan solo 16.000 plazas y dos puntos de destino: Palma de Mallorca y Benidorm, y actualmente cuenta con 1.000.000 y se extiende por toda España, con viajes internacionales a Portugal y Andorra, mediante convenio de intercambio.

Beneficiarios del Programa de Vacaciones

En el inicio del Programa de Vacaciones podían tener acceso al mismo los pensionistas de invalidez o jubilación del Sistema de la Seguridad Social, los pensionistas de viudedad con 60 años cumplidos, las personas mayores de 65 años y los cónyuges de los anteriores en calidad de acompañantes aunque no reunieran los requisitos.

En la temporada 1989/90 se inicia la experiencia de la incorporación al Programa de Vacaciones de los españoles residentes en Europa con la participación de 2.475 residentes en Bélgica Holanda y Francia. A partir de la temporada 1990/91 se incorporan Alemania, Reino Uni-

DATOS SOBRE LA EVOLUCION DEL PROGRAMA

Hoteles: El Programa se inicia con la participación de 19 hoteles en la temporada 1985/1986. Su crecimiento a lo largo de las distintas campañas ha sido notable, contando, en esta última temporada, con 307 hoteles participantes.

Agencias de Viajes: Al inicio del Programa el número de agencias participantes para la comercialización no superaba los 100 puntos de venta y en la actualidad se cuenta con más de 9.000 puntos de venta además de la red de Internet.

Medios de transporte: Se utilizan actualmente todos los medios de transporte terrestres, aéreos y marítimos incluidos los trenes de alta velocidad.

El transporte aéreo se ha incrementado de manera notable pasando de 10.000 plazas al inicio del Programa a 562.513 en el año 2009.



Manuel y Lourdes,
18 años de fidelidad
al Programa de Vacaciones.

do y Suiza y paulatinamente se han ido incorporando el resto. A su vez, desde 1993/94 se incorporan los residentes en Iberoamérica, Rusia, Australia y Norte de África y, posteriormente se ha incorporado también Norteamérica.

Durante el desarrollo del Programa de Vacaciones se vio la necesidad de adaptar los requisitos exigidos a los participantes acorde con la demanda social de los propios usuarios. Por ello en la temporada 1999/2000, atendiendo a una realidad social que se da entre un considerable número de beneficiarios, se autorizó la participación de los hijos discapacitados con un grado de discapacidad superior al 45%. También se permitió el acceso de los prejubilados con 60 años y, últimamente, se rebajó la edad de los pensionistas de viudedad a 55 años.

Comercialización y acceso a las plazas del Programa de Vacaciones

Con carácter general, durante las primeras temporadas, el usuario accedía al Programa, obteniendo sin ningún criterio priorizante, su plaza a través de la Red de Agencias de Viajes.

Conforme iba creciendo la demanda, el Instituto vio la necesidad

de adoptar medidas que de algún modo consiguieran que el acceso se efectuara de una manera menos arbitraria y que además permitiera un conocimiento más real de la petición de plaza. Así se estableció un sistema informático centralizado para controlar la expedición de billetes, sorteo de las plazas ante Notario, fraccionamiento de las plazas para favorecer el acceso de los usuarios en el medio rural, hasta que en la temporada 1999/2000 se estableció el actual sistema de acreditación previa de los usuarios.

Finalmente, adaptándonos a la evolución tecnológica y con el objeto siempre de facilitar lo máximo posible los trámites al usuario, en las tres últimas temporadas se ha implantado el sistema de acreditación y obtención de billetes por Internet.

Visión actual del Programa de Vacaciones para Mayores

Actualmente, el Programa de Vacaciones para Mayores tiene una fuerte demanda social y prueba de ello es que para la temporada 2010-2011 se han recibido más de dos millones y medio de solicitudes.

A la demanda del Programa de Vacaciones para Mayores, se une la satisfacción general de los usua-

rios 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.

ALGUNOS DATOS DE INTERÉS

- Más de 12 millones de personas mayores han viajado a través del Programa de Vacaciones en estos 25 años.
- En la actualidad este Programa sostiene más de 105.000 puestos de trabajo.
- Se inicia en la temporada 1985/1986 con 16.000 plazas y dos puntos de destino: Palma de Mallorca y Benidorm.
- Actualmente cuenta con más de 1.000.000 de plazas y se extiende por toda España, con actividades en la costa, circuitos culturales y de naturaleza, además de viajes internacionales a Portugal y Andorra.
- En la temporada 2009/2010, el 67% de los participantes fueron mujeres.
- En torno al 21% del Programa se realiza en la Comunidad Valenciana. Benidorm supone el 62% de las venta de plazas de la Comunidad Valenciana y en torno al 13% del global.



Foto de familia de la Ministra con los premiados y otras personalidades.

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 (hoteles, más transporte, agencias de viaje y actividades sanitarias y de seguro) 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.

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 mismo 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 inter-territorial, puesto

que crea empleo en la totalidad de las CCAA del Estado, incluso en destinos de interior.

La experiencia adquirida por el Imserso a lo largo de los veinticinco años de gestión y crecimiento progresivo hasta llegar al actual número de plazas, ha sido una de las claves para conseguir altos estándares de calidad, a la vez que la óptima utilización de las plazas de transporte y de alojamiento. Gracias a dicha experiencia se consiguen elevados índices de satisfacción de los viajeros y unos niveles de coste muy reducidos, tanto para los viajeros como para el Imserso.

Al finalizar la temporada 2009–2010 y desde el momento de su creación, más de once millones de viajeros se han beneficiado de vacaciones organizadas por el Programa.

GALARDONADOS

En el acto de celebración de los 25 años del Programa de Vacaciones se hizo entrega de unos galardones como homenaje a las generaciones que han disfrutado de los viajes de vacaciones. A Gracia, que a sus 102 años ha decidido viajar por primera vez con el Programa de Vacaciones a Lloret de Mar; que tenía ilusión por ir a Benidorm y allí estuvo.

Representa, la mayor prueba de que el derecho al ocio es universal y no pertenece a ninguna generación. Es la prueba evidente de un entusiasmo que rompe barreras.

Manuel y Lourdes, 18 años viajando con el programa de vacaciones y ¡los que les quedan! Su fidelidad al programa garantiza su futuro. José, Benigna y su hijo José Antonio, su primer viaje con el Programa de Vacaciones que, seguro repetirán en otras temporadas; y, por último, Manuel que tuvo la suerte de ser el participante doce millones y de alguna manera se convierte en un aliciente más para seguir trabajando.

CUATRO DE CADA CINCO PERSONAS RECONOCIDAS COMO GRANDES DEPENDIENTES RECIBEN YA LAS PRESTACIONES DE LA LEY DE DEPENDENCIA

Cuatro de cada cinco personas reconocidas como grandes dependientes (valorados con Grado III) reciben ya las prestaciones del Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) a las que tienen derecho.

Ésta es una de las principales conclusiones de las estadísticas de los cuatro primeros años de aplicación de la Ley de Dependencia, desde su entrada en vigor el 1 de enero de 2007 hasta el 1 de enero de 2011. Para elaborar esta información se ha seleccionado a las personas que aparecen en el SAAD con resolución de PIA y, por tanto, son personas beneficiarias del Sistema. Los datos fueron presentados por la secretaria general de Política Social y Consumo, Isabel Martínez Lozano, y la directora general del Imserso, Purificación Causapié.

Además, según se desprende de estos datos, la financiación de la Ley de Dependencia por parte del Estado supera en más de un 60% la recogida en la memoria económica de la norma. En total, hasta finales de 2010 la Administración General del Estado ha aportado 5.390.510.668 euros.

Estas estadísticas sirven para realizar un perfil de la persona beneficiaria: mayor de 80 años, mujer, residente en una localidad de más de 50.000 habitantes, valorada en situación de gran dependencia (con Grado III), perceptora de una pensión de viudedad de la Seguridad Social, con una renta media situada entre uno y dos IPREM, y titular de patrimonio



De izquierda a derecha; la secretaria general de Política Social y Consumo, Isabel Martínez Lozano y la directora general del Imserso, Purificación Causapié.

inmobiliario, fundamentalmente vivienda habitual.

Los datos analizan la información recogida a lo largo de estos cuatro años, ofreciendo información sobre las personas beneficiarias desglosadas por sexo, tramo de edad, tamaño de la localidad de residencia... Un amplio apartado se centra en los distintos tipos de prestaciones del Sistema y el tipo de beneficiarios de cada uno (servicios residenciales, cuidadores familiares...). Además, se ofrecen datos de la financiación aportada por la Administración General del Estado, así como del empleo generado gracias a la Ley.

Beneficiarios por edad, sexo e instrumento de valoración

Las personas beneficiarias de las prestaciones de dependencia son mayoritariamente mujeres (el 67%). Esto se corresponde con su mayor esperanza de vida. Pero si se analiza por tramos de edad, hay más hombres que mujeres en

todos los grupos de edad hasta los 80 años, cuando la presencia de las mujeres es muy importante. De hecho, el 63,83% de las mujeres beneficiarias tiene más de 80 años; en cambio, entre los hombres son menos de la mitad los mayores de 80 años (40,78%).

Por edades, casi el 80% de los beneficiarios (77,92%) tienen 65 años ó más. Más de la mitad del total (el 56,23%) tienen 80 ó más años. Entre las personas mayores de 80 años en situación de dependencia que tienen derecho a una prestación, el 76,28% -más de 3 de cada 4- ya la reciben.

Respecto a los menores de 3 años, actualmente hay en el Sistema 2.492 niños y niñas. De ellos, el 55% son niños. La mayoría de estos menores tienen una valoración de gran dependencia (Grado III).

En cuanto al instrumento de valoración, a la mayoría de personas en situación de dependencia (el 56,65%) se les ha aplicado el

Baremo de Valoración de discapacidad física, frente al 43,35% al que se ha aplicado el Baremo de Valoración de enfermedad mental o discapacidad intelectual. Por grados de valoración, la enfermedad mental o discapacidad intelectual es más frecuente en los grandes dependientes. Tanto entre los hombres como entre las mujeres, cuanto más alto es el grado de dependencia más personas Baremo de Valoración por enfermedad mental o discapacidad intelectual hay.

Entorno geográfico y nacionalidad

La mayor parte de las personas beneficiarias (más de 260.000, el 39,05% del total) viven en localidades de más de 50.000 habitantes. No obstante, cerca de 200.000 personas beneficiarias residen en entornos rurales, lo que supone que el 28,50% del total habitan en municipios de menos de 5.000 habitantes; entre la población general, el porcentaje de personas en municipios de este tamaño es menos de la mitad, el 12,74%. Es cierto que el índice de envejecimiento es superior en el medio rural, pero hay que subrayar que el SAAD ha facilitado el acceso a las prestaciones a las personas que residen en el medio rural.

Por lugar de procedencia, sólo el 0'36% de las personas beneficiarias son extranjeros y extranjeras (2.415 personas). Además, en este grupo se aprecian algunas diferencias respecto a la población beneficiaria en general: son más jóvenes (el 28,74% de las personas beneficiarias extranjeras tienen más 80 años, frente al 56,23% general) y aunque hay más mujeres, la diferencia es menor que en el caso de la población en general.

Personas beneficiarias con prestaciones por grado

Cuatro de cada cinco personas reconocidas como grandes dependientes (Grado III) reciben ya las prestaciones del SAAD a las que tienen derecho, al igual que el 70% de las personas con dependencia severa (Grado II). En total, 386.093 personas con Grado III y 282.311 personas con Grado II.

Hay que subrayar que se ha priorizado la atención en los casos más

graves, de acuerdo con el calendario de aplicación previsto en la Ley.

Análisis de las prestaciones

A fecha 1 de enero de 2011 se prestaban 414.277 servicios y 385.732 prestaciones económicas. Del total de prestaciones económicas, 384.985 son de cuidados en el ámbito familiar; es decir, el 48,12% del total. Al ver las cifras en conjunto, se observa que según disminuye el grado y nivel de dependencia, se incrementa la prestación de servicios.

LA DIRECTORA GENERAL DEL IMSERSO CLAUSURÓ EL X CONGRESO NACIONAL DE CEOMA

Purificación Causapié ha destacado en su discurso que las personas mayores viven más años de manera activa y con mejor salud, y aportan enormes beneficios a la sociedad en cuidados, en participación y actividades que generan riqueza y empleo.

La directora general del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero), Purificación Causapié Lopesino, clausuró el pasado mes de abril en el Palacio de Congresos y Exposiciones de Albacete, el X Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores (CEOMA), que este año ha debatido el tema "La calidad en la atención a las personas mayores".

Durante su discurso de clausura, Purificación Causapié destacó que para el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad es muy importante que las personas mayores expresen su opinión y que haya organizaciones que, como CEOMA, trasladen a las Administraciones Públicas propuestas y medidas dirigidas a la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, a la mejora de la atención socio-sanitaria y el resto de los recursos, a la participación, al ocio y a la formación.

La directora general del Imsero afirmó que "las personas mayores viven más años de manera activa y con mejor salud, y aportan enormes beneficios a la sociedad en cuidados, en participación y actividades que generan riqueza y empleo".

A lo largo de su alocución, Purificación Causapié se refirió a todas las actuaciones e iniciativas que el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, a través del Imsero, ha puesto en marcha durante la última legislatura destinadas a las personas mayores, destacando el Libro Blanco del Envejecimiento Activo y el Libro Blanco de Coordinación Sociosanitaria.

EL GOBIERNO APRUEBA LAS PRESTACIONES ECONÓMICAS Y EL NIVEL MÍNIMO DE PROTECCIÓN PARA LAS PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA PARA 2011

El Gobierno ha aprobado a propuesta de la ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Leire Pajín, dos reales decretos relacionados con la aplicación de la Ley de Dependencia. Uno establece las cuantías máximas de las prestaciones económicas para las personas en situación de dependencia para el ejercicio 2011, y el segundo determina el nivel mínimo de protección garantizado a los beneficiarios del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) para este año. En ambos casos se recoge la incorporación al Sistema de las personas con dependencia moderada, Grado I Nivel 2.

El Consejo Territorial de Dependencia que se celebró el 22 de diciembre del año pasado acordó tanto las cuantías máximas de las prestaciones económicas como el nivel mínimo de protección.

Actualización de las prestaciones económicas

El primero de los reales decretos aprobado incorpora las prestaciones económicas que recibirán las personas con dependencia moderada, Grado I Nivel 2 y establece las prestaciones económicas del resto de niveles ya incorporados al Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia para 2011.

Además, se modifica el Real Decreto del año 2005 por el que se regulan las ayudas económicas de la Ley de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, declarando su compatibilidad con el

percibo de las pensiones de invalidez y de jubilación de la Seguridad Social en su modalidad no contributiva, no teniendo en ningún caso la consideración de renta o ingreso computable a efectos del percibo de éstas.

Grado y Nivel	Prestación económica vinculada al servicio	Prestación económica para cuidados en el entorno familiar	Prestación económica de asistencia personal	
	Euros mensuales			
	Cuantía	Cuantía	Cuota SS + FP	Cuantía
Grado III Nivel 2	833,96	520,69	164,54	833,96
Grado III Nivel 1	625,47	416,98		625,47
Grado II Nivel 2	462,18	337,25		
Grado II Nivel 1	401,20	300,90		
Grado I Nivel 2	300,00	180,00	82,27	

Tabla 1. Cuantías máximas de las prestaciones económicas por Grado y Nivel para 2011

Grado y Nivel	Mínimo de protección garantizado/Euros
Grado III Gran Dependencia Nivel 2	266,57
Grado III Gran Dependencia Nivel 1	181,26
Grado II Dependencia Severa Nivel 2	103,02
Grado II Dependencia Severa Nivel 1	70,70
Grado I Dependencia Moderada Nivel 2	60

Tabla 2. Nivel mínimo de protección garantizado para 2011

Esta modificación se hace para dar cumplimiento a lo previsto en el Acuerdo del Consejo de Ministros de 26 de noviembre de 2010, en el que se encomienda a los departamentos ministeriales competentes acometer reformas normativas encaminadas, entre otros aspectos, a “excluir las ayudas económicas de la Ley de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género de las rentas o ingresos computables a efectos de posibilitar el reconocimiento del derecho a las pensiones no contributivas a las víctimas de violencia de género”.

Nivel mínimo de protección

El segundo de los reales decretos aprobados determina el nivel mínimo de protección garantizado a los beneficiarios del SAAD para 2011, incluidas las personas con dependencia moderada valoradas con Grado I Nivel 2. (Ver cantidades en tabla 2).

La Ley de Dependencia establece que la protección de las personas en situación de dependencia se realizará mediante tres niveles: un nivel mínimo de protección garantizado por la Administración General del Estado, un nivel de protección acordado entre esta Administración y cada comunidad autónoma, y un nivel adicional que podrá establecer cada comunidad con cargo a sus presupuestos.

PRIMERAS PRESENTACIONES MONODOSIS DE PARACETAMOL E IBUPROFENO



La ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad, Leire Pajín, visitó las instalaciones del Centro Logístico del Grupo farmacéutico Ferrer, ubicado en la localidad gerundense de Sant Feliu de Buixalleu. En su recorrido, la ministra presenció el sistema de distribución y expedición de los primeros medicamentos en formato monodosis de paracetamol (de 650 mg. y 1gr.) y de ibuprofeno (de 400 y 600 mg.), autorizados para su comercialización por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad y que ya están disponibles en las oficinas de farmacia.

Tras la visita a las instalaciones, la ministra subrayó que lo importante con los medicamentos en monodosis “no es sólo el ahorro cuantitativo, sino también el ahorro cualitativo” y señaló que “trabajamos todos los días” para mejorar “la eficiencia del Sistema Nacional de Salud” (SNS). En este sentido, la ministra puso como ejemplo –junto a la dispensación de monodosis– la campaña de uso racional del SNS lanzada por su Departamento hace unos meses.

En su comparecencia ante los medios de comunicación desta-

có también que el inicio de la comercialización de medicamentos en formato unidosis es un mensaje “no sólo de coahorro, sino también de corresponsabilidad de los ciudadanos en la eficiencia y en la racionalización del uso nuestro sistema de salud”.

La Comisión interministerial de precios de los medicamentos del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad aprobó el pasado mes de febrero la financiación pública por parte del Sistema Nacional de Salud (SNS) del paracetamol y del ibuprofeno en los citados formatos monodosis. El laboratorio que obtuvo la autorización para iniciar la puesta en el mercado de estos nuevos formatos fue Onedose Pharma, con la asociación del Grupo Ferrer, que es el encargado de su comercialización y distribución, tal y como ha comprobado hoy Leire Pajín.

La puesta en el mercado de estos formatos monodosis es una de las medidas impulsadas por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad para adecuar las dispensaciones de los medicamentos a las necesidades específicas de los tratamientos prescritos por los médicos.

EL 74% DE LA CIUDADANÍA ESPAÑOLA OPINA QUE EL SISTEMA NACIONAL DE SALUD FUNCIONA BIEN O BASTANTE BIEN

Un año más los datos del Barómetro Sanitario (2010) muestran que la sanidad pública es una de las prestaciones mejor valoradas por la ciudadanía española. Según este estudio anual realizado por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad en colaboración con el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) y presentado por la ministra Leire Pajín, el 73,88% de la población española encuestada considera que el Sistema Nacional de Salud (SNS) funciona bastante bien o bien, aunque necesite algunos cambios. Tan sólo un 3,51% manifiesta que habría que rehacer por completo el sistema sanitario.

Además, el estudio refleja que, en una escala de puntuación de 1 a 10, la valoración positiva de los ciudadanos y ciudadanas con el sistema sanitario público se sitúa en 6,57 puntos, lo que confirma la paulatina tendencia al alza en los últimos años. En 2005, la puntuación fue de 6,14 puntos.

Según explicó la ministra Leire Pajín, “el objetivo fundamental del Barómetro Sanitario es observar y conocer el funcionamiento del Sistema Nacional de Salud a través de los ojos y la opinión de la ciudadanía. Es una oportunidad de mejora. El conocimiento que se obtiene ayuda a seguir trabajando para mantener en su nivel de calidad los aspectos mejor valorados y para redoblar los esfuerzos encaminados a mejorar aquellos que son menos considerados”.

La ministra añadió sobre la función del Barómetro que “se trata de la opinión y valoración de la ciudadanía, la mejor de nuestras herramientas para avanzar en co-



hesión, equidad y calidad del Sistema Nacional de Salud”.

Preferencia por lo público

La mayoría de los ciudadanos y ciudadanas se manifiesta partidaria del uso del sistema sanitario público frente al privado. Además, 3 de cada 10 personas acudieron a un servicio de urgencias en el último año y la mayoría de ellas utilizó los servicios de los hospitales públicos.

El Barómetro también recoge que cuando se pregunta a qué centro acudirían si tuvieran opción de elegir en caso de sufrir una enfermedad grave, 6 de cada 10 ciudadanos y ciudadanas elegirían la atención sanitaria pública, 3 optarían por los servicios asistenciales privados y 1 acudiría indistintamente a unos u otros servicios.

Para las personas encuestadas, los principales motivos para escoger la red pública de servicios sanitarios serían los medios y la tecnología de los centros, la capacitación de los profesionales sanitarios y la información que reciben sobre sus problemas de salud. Por el contrario, quienes prefieren la sanidad privada lo hacen por la rapidez de su atención y la comodidad de sus instalaciones.

Entre los aspectos mejor valorados en conjunto, hay que destacar la excelente valoración que hacen las personas encuestadas del trabajo de los profesionales sanitarios. En concreto, el 84,3% confía en la labor de las personas que ejercen la medicina; el 83,4% también manifiesta confianza en la labor del personal de enfermería y el 78,2% en el resto de personal sanitario.

Entre los aspectos mejorables destacan el tiempo que los médicos especialistas tardan en ver a los pacientes desde que se pide una cita (4,89 sobre 10), el retraso en la entrega de los resultados de las pruebas diagnósticas (4,87) y el tiempo de demora para el ingreso no urgente en el hospital (4,74).

Del mismo modo, las personas encuestadas muestran una valoración desfavorable con las listas de espera, ya que el 49,7% opina que en el último año el problema de las listas de espera sigue igual.

Por otra parte, los ciudadanos y ciudadanas reclaman coordinación a las Comunidades Autónomas a la hora de ofrecer nuevos servicios y el 83,6% considera que deberían ponerse de acuerdo con ese fin.

60
y más

CUADERNOS

I CONGRESO DE
MUJERES MAYORES.

- Perfiles
- Oportunidades
- Mujeres activas y participativas
- Protagonistas en todos los ámbitos

CONGRESO DE MUJERES MAYORES
LAS OPORTUNIDADES DE LA EDAD: MUJERES SABIASI Congreso de
Mujeres Mayores

Homenaje a una generación de mujeres con una capacidad de superación y una experiencia imprescindible para la sociedad

Texto: Juan M. Villa
Fotos: M^a Ángeles Tirado



Leire Pajín inauguró el Congreso, junto a ella, Luis Martín Pindado, vicepresidente del Consejo Estatal de las Personas Mayores y Yolanda Besteiro, vicepresidenta del Consejo Estatal de Participación de las Mujeres.

Cientos de mujeres acudieron a una cita en la que se reivindicó una mayor presencia de las mujeres mayores en la sociedad a la que han contribuido de forma fundamental a su desarrollo. Con el lema “Las oportunidades de la edad: mujeres sabias” el encuentro sirvió para poner de relieve la fortaleza, las necesidades y las demandas del diez por ciento de la sociedad española representado por mujeres procedentes de toda España, que en su diversidad biográfica y personal transmitieron su capacidad para estar al frente de sus vidas como ciudadanas activas en plenitud.

El Ministerio de Sanidad Política Social e Igualdad organizó a través del Imsero y del Instituto de la Mujer el primer Congreso de Mujeres Mayores que coincidió con la celebración del Día Internacional de la Mujer, y que contó con la presencia del presidente del Gobierno Rodríguez Zapatero. En la inauguración del encuentro de mujeres la ministra Leire Pajín destacó la capacidad “de superación y la experiencia” de estas mujeres que protagonizaron por primera vez la jornada reivindicativa del Día de la Mujer, en este sentido Pajín aseguró que se trataba de un “merecido homenaje” a las mujeres mayores que forman parte de “una generación que ha luchado y se ha dejado la piel por este país”.

Aludiendo al lema del Congreso la ministra subrayó que las mujeres han convertido su edad en una oportunidad para poner en marcha nuevos proyectos con múltiples posibilidades de desarrollo personal ya sea a través del deporte, el voluntariado, el asociacionismo, la universidad, las nuevas tecnologías, los viajes, entre otras. “La sociedad os necesita más que nunca, dijo Leire Pajín, por la templeza, la fortaleza, el amparo o el consuelo; y os necesita activas, saludables y reivindicativas porque vuestra generación tiene mucho que decir en la actualidad”.

Por otro lado; la ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad reclamó a las mujeres mayores una actitud “crítica” y una ma-



La promoción de la autonomía personal de las mujeres mayores fue objeto de debate con la presencia de Purificación Causapie.

yor presencia en la vida pública. Sobre la futura ley Integral de Igualdad de Trato y No Discriminación, Leire Pajín explicó que servirá para evitar discriminaciones “también por edad” de forma que nadie pueda impedir a las mujeres mayores acceder a los recursos y servicios.

Las mujeres participantes en el encuentro, que pertenecen al ámbito asociativo de personas mayores y de mujeres, desarrollaron un espacio de debate sobre los ejes de la salud, la autonomía, y la cultura y el ocio con el objetivo de potenciar un mayor reconocimiento de las estrategias y líneas de actuación que incidan en un envejecimiento activo y saludable de las mujeres mayores en función de sus necesidades y potencialidades.

En el congreso se escenificó el reconocimiento de la sociedad a la labor casi siempre silenciosa e invisible de las mujeres mayores; al esfuerzo y al buen hacer de

unas generaciones de mujeres que han contribuido al desarrollo de la sociedad española. Se trata de una tarea cotidiana en las labores doméstica y en el cuidado de personas, que simultaneaban con trabajos remunerados en un marco sin protección legal. Sus vivencias de niñez, juventud y madurez se encontraron limitadas ante los impedimentos para lograr plena autonomía e independencia personal, para participar en la vida pública, por acceder al trabajo y a la educación en igualdad de condiciones que los hombres. Por otro lado, son ellas las que reivindicaron con la democracia una presencia real en el espacio público y se esforzaron por proyectar a sus hijos e hijas, con el acceso a la educación y la formación, una vida mejor.

Ahora estas mujeres, que acogieron los nuevos modelos de sociedad, son las que transmiten a sus hijos e hijas y a sus nietos y nietas un valioso patrimonio de valores, de experiencia y cultural.



El presidente del Gobierno y la Ministra de Sanidad, Política Social y Consumo con la actriz Lola Herrera durante la lectura del manifiesto.



Perfiles

Las Mujeres Mayores no son un todo homogéneo sobre el que se pueda establecer generalizaciones. A ellas las une su pertenencia a una generación y el disfrutar de una edad que sobrepasa los 60 años, pero su heterogeneidad habla de distintos recorridos vitales,

distintas aspiraciones, distintas necesidades, distintas capacidades económicas, físicas e intelectuales, distintos ámbitos sociales y culturales, distintas inquietudes.... Sin embargo, las características que pueden englobarlas hablan de su importancia poblacional al ser un 10 por ciento de la población española y de que su

esperanza de vida es de las más altas del mundo al alcanzar los 84 años (siete más que los hombres) y al estimarse que esta esperanza de vida seguirá aumentando en el futuro cercano.

La directora general del Imsero, Purificación Causapie Lopesino, destacó algunas cifras que ponen de manifiesto la situación actual de las mujeres mayores españolas a la hora de intentar una aproximación a su realidad. De esta forma, señaló que el 44,5 por ciento de las mayores están viudas frente al 12,2 por ciento de los hombres; el 89,6 por ciento considera muy satisfactoria sus relaciones familiares; el 67 por ciento de ellas tiene contacto diario con hijos y el 92 por ciento dedica su tiempo al hogar y la familia, un 20 por ciento más que los hombres. Por otro lado, las mujeres mayores tienen un nivel educativo menor que el de los hombres por cuanto el 62 por ciento de las personas mayores con estudios son hombres, y dentro de la población analfabeta ellas representan el 75,4 por ciento.

La directora general del Instituto de la Mujer, Laura Seara, explicó por su parte que la mayor esperanza de vida de las mujeres no se traduce en una mayor calidad de vida de modo que, en líneas generales, “están más solas, son más pobres y tienen peor salud”; de hecho, como ejemplo, Seara ha indicado que las mujeres duermen de media una hora menos que los hombres cada día, además son cuidadoras de la familia y tienen muchos menos beneficios sociales.

El homenaje a las Mujeres Mayores contó con la presencia del presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero, quien, en la clausura, destacó que las mujeres constituyen uno de los colectivos más dinámicos y participativos de nuestro país, al tiempo que recordó que para luchar por la igualdad hacen falta la educación y la cultura, y para ello es bueno que exista diálogo entre las asociaciones de mujeres y las instituciones.

El presidente del Gobierno, junto a la ministra de Sanidad, Política Social e Igualdad entregaron durante el Congreso las Medallas a la Promoción a los Valores de Igualdad a la ensayista Celia Amorós, a la escritora Soledad Puértolas, a las periodistas Soledad Gallego y Susana Olmo (a título póstumo) y a la pedagoga y escritora Josefina Aldecoa.

Oportunidades

Las oportunidades de la edad era el lema de este Congreso, los centenares de mujeres que participaron en el encuentro saben muy bien lo que significa no tener oportunidad de hacer, de aprender, de expresarse, de decidir...por el hecho de ser mujer. El presente de las mujeres mayores es mejor porque ellas han contribuido a hacerlo mejor. Ahora pueden optar y decidir por lo que es mejor para cada una de ellas en función de sus necesidades, de sus proyectos, de su situación económica, de sus capacidades, de sus potencialidades y sus limitaciones.



La secretaria de Estado de Igualdad, Bibiana Aido, en la mesa "La edad como oportunidad".

Cada una de las asistentes, cada mujer mayor, tiene su mundo personal, rico en experiencia y en vivencias, pero también existe un mundo compartido por todas ellas en el que la edad se plantea como oportunidad. Un mundo compartido con el conjunto de la sociedad porque ellas forman una parte esencial de la sociedad, en su labor cotidiana, en las relaciones familiares, en su pertenencia a asociaciones, en su acceso al conocimiento en aulas universitarias o en cursos en casas de la cultura o en un millón de cosas en las que están y en las que son. Sin embargo aún queda mucho por hacer visibilizando y poniendo en valor ante la sociedad su labor silenciosa; queda que las mujeres mayores accedan de forma normalizada a labores directivas, un mejor acceso a los recursos sociales, una mejor situación económica que las permita acceder en igualdad de condiciones a todas las oportunidades que se presentan en la sociedad actual. Para

todo lo que queda por hacer, los hombres tienen que desarrollar un importante papel en el que ellos deben participar activamente, y que es el de poner en práctica la igualdad de género, la igualdad de oportunidades para mujeres y para hombres en todos los ámbitos, desde el doméstico hasta los espacios públicos en toda su dimensión.

Yolanda Besteiro, vicepresidenta del recientemente creado Consejo Estatal de Participación de las Mujeres, explicó en el congreso que en la actualidad "las mujeres tienen más esperanza de vida, pero el rostro de la pobreza es el de una mujer mayor, con escasos recursos económicos y que padece soledad", para Besteiro la condición de mujer mayor debe ser una condición "digna, llena de honorabilidad y respeto".

El desarrollo del congreso se concretó en la realización de mesas redondas y debates. Al tiempo que las mujeres participantes, representantes de aso-



Las congresistas compartieron experiencias y reivindicaron un papel protagonista en todos los ámbitos.

ciaciones de personas mayores y de asociaciones de mujeres, intercambiaban experiencias y conocimientos desde sus múltiples experiencias vitales, desde sus diversidades.

Mujeres activas, y participativas

La primera mesa redonda se centró en “La edad como oportuni-

dad”. La secretaria de Estado de Igualdad, Bibiana Aido, moderó esta mesa en la que indicó que si por un lado las mujeres viven más también tienen mayor probabilidad de vivir una situación de dependencia; y tienen oportunidad para realizar todo aquello que han aparcado pero también cuentan con menos ingresos. En esta

mesa estuvieron exponiendo su opinión la escritora Rosa Regás que afirmó que si bien no es fácil envejecer “lo que no puede envejecer es la mente” y apostó por tener la mente activa para “ser capaces de todo y tenerla despierta a la curiosidad y al compromiso”. Josefina Samper, militante sindical, compartió su experiencia en la lucha antifranquista al lado de su marido Marcelino Camacho. Cristina Almeida, abogada jubilada y política en activo, indicó que “tenemos que feminizar la sabiduría porque sabemos hacer más de lo que nos aportan porque hacemos más de los que nos piden”. Por su parte, Joaquina Alemany, presidenta de la Asociación Dones per la Llibertat i Democracia, apostó por terminar de construir el futuro “que es nuestro” porque de otro modo se perderá ya que los jóvenes creen que tienen todo hecho.

“De cuidar a cuidarnos” fue el título de la segunda mesa redonda en ella sus participantes incidieron en la necesidad del autocuidado sin que la edad pueda ser una excusa para dejar de cuidarse; esta mesa fue presentada por la directora general del Instituto de la Mujer, Laura Seara. Carmen Alborch, senadora y ex ministra de Cultura afirmó que “hay que seguir cultivando el encanto porque no envejece”, y hay que cultivar la creatividad y la amistad que no deben estar vinculadas a la juventud. María Area, deportista, dijo que “en mi dieta no faltan verduras, el agua y el optimismo. Siempre intento levantarme con la sonrisa pues-



La mesa "Vivir nuestro tiempo" incidió en la presencia activa de las mujeres mayores en la sociedad actual.

ta". La presidenta de la Asociación de Mujeres por un Envejecimiento Saludable, Mariqueta Vázquez, aludió a la vitalidad física y mental. Ana María Pérez del Campo, presidenta de la Federación de Asociaciones de Mujeres Separadas y Divorciadas subrayó la capacidad de las mujeres para "hacer lo que queramos hacer" al tiempo que indicó que "yo lo que no quiero es permanecer callada".

Protagonistas en todos los ámbitos

Isabel María Martínez Lozano, secretaria general de Política Social y Consumo, moderó la mesa "Vivir nuestro tiempo". Martínez Lozano constató que ser mujer mayor ya no es sinónimo de enfermedad, soledad ni de dependencia, "vamos a vivir más y mucho mejor" indicó, y subrayó que "después de los 60 las mujeres inician proyectos vitales extraordinarios". La diputada y ex ministra de Sanidad, Ana Pastor, demandó políticas activas en pro de la salud de las mujeres "porque

tenemos condiciones distintas a los hombres", además denunció el escaso conocimiento social cuando se llama "mandona" a una mujer que sabe organizar, sabe hacer y sabe trabajar o se le dice que es "trabajadora" cuando es brillante porque es inteligente, lista y resolutiva. Matilde Fernández, senadora y ex ministra de Asuntos Sociales explicó el enorme valor de las mujeres mayores porque "hemos sido solidarias entre nosotras de generación en generación". La psicóloga y pedagoga Dolors Renau consideró que hay que eliminar la edad como etiqueta y afirmó que "este es nuestro tiempo y tenemos que vivirlo como afirmación, como propuesta y como orientación". Mercé Mas, miembro del Consejo Estatal de Personas Mayores, reivindicó que las mujeres mayores son muy distintas y también conscientes de que son ciudadanas de pleno derecho con derechos y obligaciones; "me da coraje, dijo,

que me quieran incluir en la sociedad porque hace mucho tiempo que estoy incluida en la sociedad".

El debate de mujeres sobre las "Claves para preservar nuestra autonomía personal" permitió que las participantes en la mesa expresaran su opinión acerca de la vejez, la moderadora del debate fue la directora general del Inmerso, Purificación Causapié Lopesino. En el debate se reivindicó la palabra "vieja" como sinónimo de sabia y experimentada. Anna Freixas, catedrática de Psicología, afirmó que "somos muchas en número y somos muy diferentes, no hay dos viejas iguales, pero la diferencia es riqueza". Inmaculada Álvarez Morillas, presidenta de la Asociación de Mujeres Empresarias y Gerencia Activa OMEGA, indicó que "somos viejas pero siempre estamos a tiempo de aportar un montón de cosas, tene-



mos que seguir al frente de todo aquello que nos importa”.

“Que nadie me arrebatase las arrugas de mi frente conse-

guidas a través del asombro ante la belleza de la vida” expresó Elena Las Heras, de la Librería de Mujeres y editora de Horas Horas, que apostó por lo positivo de la experien-

cia vital al “aprender a descartar lo que no sirve, porque una vida no da para cambiar una vida”. La acción voluntaria como opción de participación activa fue el argumento de Margarita García Durá, directiva de la UDP, que explicó que “convertirnos en personas voluntarias significa practicar la generosidad aportando lo mejor de nosotras mismas”. Por su parte la socióloga Judith Astelarra argumentó que el periodo de vejez es una etapa a la que se llega a partir de



La directora general del Instituto de la Mujer, Laura Seara en la mesa "De cuidar a cuidarnos".



“una construcción que hemos hecho a lo largo de toda la vida”, al tiempo que destacó que las mujeres mayores “somos capaces de inventarnos cosas diferentes con rentas antiguas”.

Una de las novedades del congreso fue su retransmisión en directo por Internet a través de la Web del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad y de la Web de la Obra Social de la Caixa, esta entidad además posibilitó el desarrollo de una videoconferencia entre asistentes al congreso y mujeres mayores de las usuarias de las ciberaulas que La Caixa gestiona en toda España. Este ejemplo de

uso de las nuevas tecnologías abundaba en la necesidad de potenciar el uso de las TIC por parte de las mujeres mayores como instrumentos que mejoran su calidad de vida y posibilitan su inclusión social.

El congreso fue el escenario de la exposición fotográfica “Las oportunidades de la Edad” en la que se exhibieron las fotografías ganadoras del concurso organizado por el Instituto de la Mujer.

La clausura de este encuentro incluyó la lectura del Manifiesto del Congreso por parte de la actriz Lola Herrera en el que se resumían las líneas

fundamentales de todo lo debatido por las mujeres mayores en un primer congreso que permitió a sus participantes expresar sus demandas y plantear respuestas a los retos que tienen en la actualidad, además de recibir un homenaje que no sólo se planteaba a su trayectoria si no también a su presente de actividad y contribución a la sociedad española.

Información:

Todo el Congreso (las comunicaciones, debates, mesas redondas y el manifiesto) son accesibles en www.youtube.com/inmujer y en www.inmujer.es



EL MASAJE EN GERIATRÍA

Autoras: Mª Jesús Vázquez,
Aranzazu Vázquez,
Solana Galdamez
Natural Ediciones.
ISBN: 9788493722425
158 Páginas
PVP: 15€

Los beneficios del masaje en personas mayores

El masaje es un arma terapéutica importante para mejorar la calidad de vida: reduce o suprime el dolor y las contracturas, previene lesiones y facilita la realización de la actividad física en condiciones más favorables.

Si las personas mayores tienen unas características especiales propias de la edad, cualquier técnica de masaje que se les aplique también debe estar adaptada a esas peculiaridades.

Con esta obra se pretende exponer, de forma sencilla y comprensible, los distintos procedimientos y las múltiples respuestas que el masaje puede aportar a las diferentes necesidades que

presenta una persona a lo largo de su proceso fisiológico de envejecimiento.

De manera clara y sencilla, ofrece al profesional interesado en el tema las técnicas manuales que se pueden utilizar en la asistencia de las personas mayores, tanto sanas como enfermas.

Firmado por tres autoras expertas en masaje en personas mayores, describe con claridad las técnicas más eficaces de masaje, manipulaciones, objetivos, precauciones, contraindicaciones y tratamiento en diversas patologías. Incluye fotografías e ilustraciones en blanco y negro y ofrece ejercicios prácticos.



¡CUÁNTO TE QUIERO!

Autor: Xavier Guix
Santillana Ediciones
Generales, S.L.
ISBN: 9788403131699
212 Páginas
PVP: 16€

Cuidar y mejorar los vínculos afectivos

El ser humano necesita establecer relaciones saludables con su entorno para ser feliz. Sin embargo, en ocasiones amar y ser amado no es una tarea fácil. Hay muchas formas de amar pero un solo amor.

Este libro de autoayuda nos muestra cuáles son nuestras dificultades a la hora de amar y, gracias a un estilo ameno y reflexivo, nos ayuda a comprender el apego y el vínculo -aspectos esenciales de la naturaleza humana que influyen en las relaciones con el otro-,

o los estilos afectivos: huidizo, preocupado, seguro, temeroso; factores que determinan nuestras relaciones adultas y que mal gestionados son fuente de sufrimiento.

Su lectura nos adentra en el mundo de los lazos afectivos y las relaciones personales para darnos las claves que nos enseñarán a amar de un modo sano que nos una y nos refuerce para construir una sociedad más feliz.

“Haz lo posible, no tienes excusas”

Contribuir a una sociedad más comprometida y participativa donde todas las personas y organizaciones tengan su protagonismo para trabajar por un mundo mejor es el gran objetivo

Texto y fotos:
Ana Fernández Martínez

Hazlo posible es una organización que trabaja para impulsar de forma innovadora la interacción y la participación de la sociedad en causas solidarias aprovechando el potencial de las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación. Todo ello con la intención de contribuir a la consecución de una sociedad más comprometida y participativa en la que cada persona y organización sea protagonista en la construcción de un mundo más justo y sostenible.

Los fundamentos de esta organización son el compromiso a través del que se pretende construir un mundo más justo y sostenible sin que éstas sean palabras huecas. Por ello desde “Hazlo posible” se trata de un compromiso diario que supone poner talento, energía y dedicación para lograrlo. La **diversidad** supone la conciencia de que todos somos distintos, somos iguales. De esta manera en esta organización cabe todo el mundo – personas, organizaciones grandes y pequeñas, empresas y administraciones públicas – con distintas visiones,

creencias, ideologías o estilos de vida. ¿Por qué?, ellos lo expresan con rotundidad: “¡La diversidad nos enriquece!”

Generar dinámicas e impulsar acciones es otra de las esencias de la fundación; por ello la **energía** es importante. En Hazlo posible se facilitan las opciones para que las cosas sucedan para que las cosas crezcan y se desarrollen: “¡Nuestra energía no se acaba nunca: se transforma y se transmite!”. La **creatividad** es clave así manifiestan que “nuestros ojos y oídos están permanentemente abiertos a lo que ocurre alrededor. Captamos, seleccionamos lo que realmente es más necesario, y lo pasamos todo por la batidora de ideas felices. ¡Así lo hacemos posible”.

Los orígenes de la Fundación parten en 1999 un grupo de amigos, jóvenes emprendedores (algunos trabajaban en Europa Press), deciden poner sus capacidades al servicio de asociaciones solidarias y organizaciones no gubernamentales para ayudarlas a darse a conocer no sólo en



En la fundación se trabaja para poner

momentos de catástrofes. Nace así CHANDRA, un espacio, un punto de encuentro entre las ONG y las personas que quieren ayudar, que quieren ser solidarias y hacer del voluntariado un estilo de vida. Hace un año, que Chandra ha cambiado de nombre y ha pasado a llamarse Hazlo posible; un nombre más identificativo de la labor que se realiza en esta fundación, cuyo fin no es otro que aumentar y facilitar la participación de la sociedad en temas sociales, en voluntariado, en ONGS, mediante aportaciones, cartas, opiniones, que canalicen esas ganas de la gente por ayudar hacia las causas solidarias. La Fundación Hazlo posible es una organización aconfesional que no mantiene ningún vínculo político.



internet al servicio de la solidaridad.

En Hazloposible hay cinco canales o vías para la solidaridad:

www.canalsolidario.org es el primer proyecto que se creó. Nace en Noviembre de 1999. Internet era la forma más barata de crear un espacio de información, un periódico de solidaridad, donde

“La fundación Hazloposible es un punto de encuentro gratuito entre las ONG y las personas que quieren ser solidarias. Una forma de conectar a la buena gente con las buenas causas”.



Marisol García es la directora de Hazloposible y forma parte de esta fundación desde 1999.



Paloma Ortega es la responsable de comunicación y marketing de la fundación.

además de dar todo tipo de información sobre ONGS, de ser un directorio de las ONGS, se expone la información necesaria para que cualquier persona que quiera, pueda implicarse y hacerse voluntario. CanalSolidario.org contribuye a crear una ciudadanía más concienciada y participativa. Se financia gracias a las Administraciones Públicas.

www.hacesfalta.org es como una infojob gratuita de voluntariado, es decir una web donde las ONG publicitan sus ofertas de traba-

“Haz lo posible, no tienes excusas”

jo para todas aquellas personas que así lo quieran. Se ha financiado, sin publicidad, gracias al apoyo del grupo VIPS.

www.solucionesong.org es el espacio idóneo para facilitar y potenciar una mayor profesionalización de las asociaciones de voluntariado; por ejemplo, ofrece un servicio de asesoría gratuita online para la gestión interna de estas organizaciones. Las ONG hacen sus consultas en la web y asesores profesionales voluntarios les dan respuesta. Los principales temas de consulta son fiscalización y legislación. El registro está abierto a toda persona, independientemente que sean personas jubiladas, jóvenes, profesionales; simplemente han de cumplimentar un cuestionario, y una vez revisado y aprobado, podrán acceder de manera gratuita a los servicios de este espacio.

www.voluntariadocorporativo.org crea en las intranets de las empresas un espacio dedicado a la promoción del voluntariado corporativo y a la sensibilización social, asumiendo el diseño, la implantación, la generación de contenidos y la gestión diaria de este Portal. En esta relación, la fundación acompaña a la empresa en la definición del Portal, en su difusión y en la generación de los contenidos. Permite a los empleados de las empresas proponer hacer cosas de voluntariado y además canaliza la acción social de sus empleados a través de este portal.

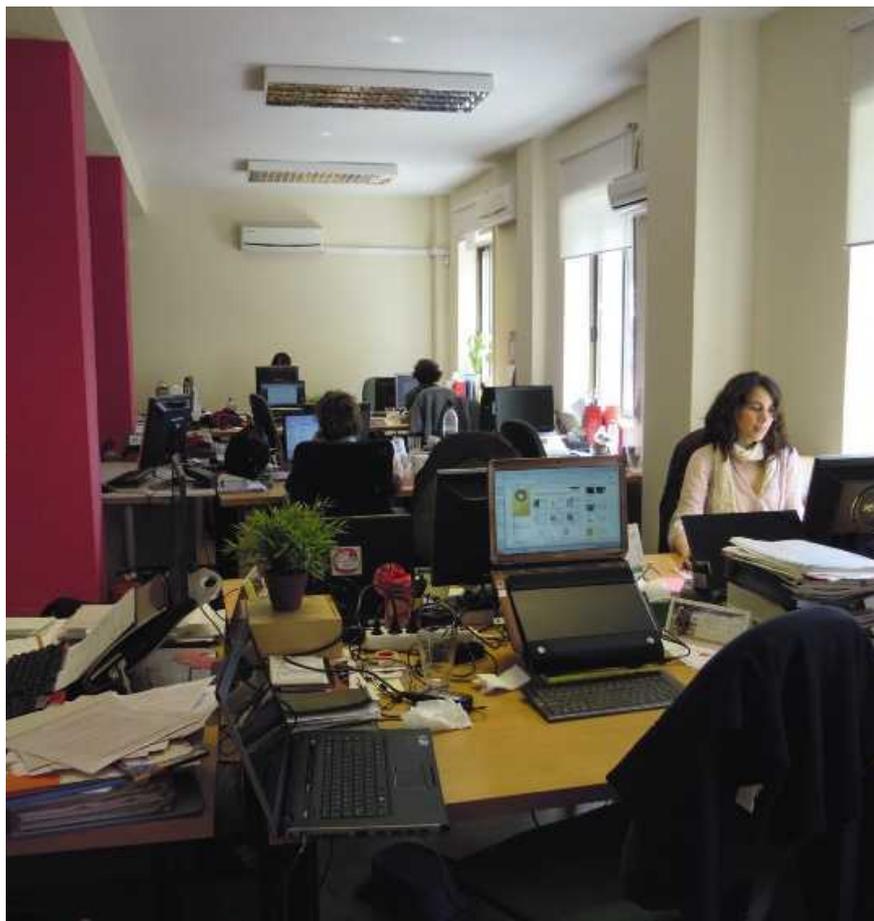
www.ekoos.org es un proyecto dirigido a periodistas que desean o buscan fuentes de información en temáticas sociales. Una forma de acercar las fuentes de información social a los profesionales de la comunicación. Se desarrolla a través de preguntas online en la web. Es también un buen medio para encontrar historias de interés público, social y humanitario.

Esta fundación se basa en unos valores como son el compromiso de intentar lograr un mundo más justo, dar cabida a todo el mundo, independientemente de sus ideologías o creencias, facilitar que las opciones disponibles puedan realizarse, y la creatividad.

La directora de todo este proyecto es Marisol García, que forma parte de Hazloposible desde sus inicios hace ya doce años: - “La transparencia es fundamental para nosotros y no sólo implica rendir cuentas sobre nuestras finanzas, sino también proporcionar la información veraz, clara y pertinente a quien lo necesite sobre nuestro trabajo, nuestras vinculaciones y alianzas. Yo trabajaba en consultoría de sistemas a la vez que colaboraba en una ONG. Nuestra fundación

“Todos podemos ser los protagonistas en la construcción de un mundo mejor, más participativo, más comprometido y más justo, y en Hazloposible tienes todas las herramientas para hacerlo realidad”.

40 **Más activos**



En la fundación se respira la ilusión por acercar el mundo del voluntariado a todos.

se apoya en la tecnología y en internet y es algo que me gusta porque es un entorno creativo, donde se produce el impacto al minuto, las reacciones, efectos y consecuencias son inmediatas”.

Más de 6000 ONG participan el proyecto de Hazloposible, de ellas actualmente existen 3600 activas; el modelo de financiación está diversificado, alcanzando un equilibrio entre los fondos públicos y privados y las colaboraciones con organizaciones privadas. Así, Paloma Ortega, responsable de comunicación y marketing explica que “cuando se registra una ONG tiene que pasar un formulario y se comprueba que está registrada en el Ministerio, porque la claridad es uno de nuestros imperativos”. Para Paloma, Hazloposible “Es un servicio que da las herramien-



El portal contiene el directorio de ONG más completo.

tas necesarias para que la labor de los voluntarios y asociaciones tenga más impacto y una mayor difusión, de forma gratuita, en la sociedad”.

"Si quieres ser voluntario, si quieres hacer algo por los demás, en la Fundación Hazlo posible tienes todos los medios y las herramientas necesarias para facilitarte la implicación en causas solidarias. Ya no hay excusas".



Para ser solidario no importa la edad, la raza o el sexo.

Fundación Hazlo posible

Fundación Hazlo posible

Creada en 1999, hasta el pasado año se llamó Chandra.

Cuenta con unas 3.600 ONG activas.

Es un espacio de encuentro, un catalizador entre personas y empresas en su implicación para causas solidarias.

Objetivos: generar y fortalecer iniciativas sociales aprovechando las nuevas tecnologías, canalizando de forma gratuita las inquietudes solidarias de las personas o empresas.

Información:

Sede en Madrid: Paseo de la Castellana 197, 2º D.

Tlfno.: 915544314.

Sede en Barcelona:

C/ Méndez Núñez 1; 3º, 2ª.

Tlfno.: 933151870.

Web: www.hazloposible.org

Una de las consecuencias de los cambios sociales producidos en las últimas décadas es que ha aumentado considerablemente el número de personas mayores que viven solas. Nos encontramos en una sociedad que está sufriendo un progresivo envejecimiento. Junto a estos importantes cambios cuantitativos que nos llevarán a contar con un numeroso colectivo de población mayor, se han producido unos cambios cualitativos importantes. En una sociedad con avances tecnológicos, las personas mayores han perdido su papel, la sociedad actual no recoge para las personas mayores un papel específico, prima el modelo juvenil y todo lo que venga de la tercera edad es rechazado. Hay que tener en cuenta que las mujeres españolas que hoy tienen más de 70 años conocen cuatro generaciones, de cuatro sociedades relativamente diferentes, cuatro modos de entender las relaciones sociales, familiares o los roles de género. Su reto y el de la sociedad en general es entender y superar las contradicciones entre estos mo-

delos. Este podría ser un primer paso para reforzar los vínculos de integración entre las personas mayores y el resto de la sociedad y aprovechar las relaciones positivas en ambos sentidos.

Las personas mayores pueden encontrar en la Fundación Hazlo posible un medio para reconciliarse con la tecnología de un modo fácil y sencillo, a la vez que un canal idóneo donde buscar en qué invertir su tiempo, conocimientos y capacidades de forma útil y solidaria, buscando cuales son las mejores opciones de voluntariado para ellos, cómo acceder a esas ONG, y cuál es la mejor opción de ayudar a los demás de manera desinteresada. Así, Marisol García puntualiza que: "Uno de los objetivos más inmediatos de Hazlo posible es poner en marcha un proyecto dirigido exclusivamente a las personas mayores muy fácil y de doble dirección, es decir, crear un espacio específico donde para nuestros mayores sea muy fácil interaccionar en temas de voluntariado".

| CALIDAD DE VIDA

El Centro Médico OHP presenta un Programa de Rehabilitación Cardíaca pionero y revolucionario

Para pacientes cardíacos, Rehabilitación

Texto: Rosa López Moraleda
Fotos: Archivo

De la importancia de este Programa de Rehabilitación Cardíaca entre pacientes con problemas cardiovasculares o que han sufrido algún infarto o dolencia isquémica hablan los siguientes datos: disminuye la mortalidad en un 20% y la morbilidad, o tasa de afectados por estas enfermedades, en un 50%, esto es la mitad.

Y es de aquí, esta conclusión fruto de un profundo estudio realizado en diferentes países, de donde nace la importancia de combinar los cuidados médicos con un elaborado plan de ejercicio físico, nace el Programa de Rehabilitación Cardíaca (PRC), puesto en



La rehabilitación cardíaca aumenta la esperanza de vida de los pacientes cardiológicos o que han sufrido alguna dolencia isquémica. Tanto, que reduce la mortalidad en un 20% y la morbilidad (tasa de afectados por estas enfermedades) justamente a la mitad (50%). De la importancia de combinar los cuidados médicos con un elaborado y progresivo plan de ejercicio físico, nace el Programa de Rehabilitación Cardíaca (PRC), puesto en marcha por el Centro Médico del Deporte OHP. Un Programa revolucionario y pionero.

marcha en España por el Centro Médico del Deporte OHP (Optimal Health & Performance), con el fin de conseguir que los pacientes obtengan una mejor calidad de vida.

Hasta 1960, el infarto de miocardio se trataba con reposo y seis semanas de restricción de la actividad física. A partir de la década de los 80, diversos estudios pusieron en evidencia que la movilización temprana post-infarto no incidía en un crecimiento de la

mortalidad o de complicaciones cardiopatas. Ahora, en la actualidad, se puede afirmar con pruebas que el ejercicio físico evita las alteraciones relacionadas con el “desacondicionamiento” físico.

Lo prioritario, prevenir

Las enfermedades cardiovasculares continúan siendo la primera causa de mortalidad en los países desarrollados como España. De ahí, que siga siendo un problema que preocupa a la población. Sólo en la Comunidad de Madrid, existen entre 6.000 y 8.000 personas, al año, con síndromes coronarios agudos y alrededor de 2.000 con otras cardiopatías, todos ellos susceptibles de rehabilitación. En la actualidad, el tratamiento que se realiza en la recuperación de los pacientes está empezando a cambiar el escenario.

De todas las cardiopatías, menos del 5% forman parte de algún programa de rehabilitación cardiaca. Un dato éste, que contrasta con países como Suecia, Noruega, Canadá o Estados Unidos, donde ese porcentaje se eleva, en algunos casos, hasta el 80%.

En palabras de Leandro Plaza, presidente de la Fundación Española del Corazón, “hay que iniciar la prevención lo antes posible enseñando los hábitos de vida saludables desde edades tempranas”. Sin embargo, una vez que la persona ha sufrido un infarto se inicia una segunda fase de recuperación y es, según el mismo doctor “cuando empieza una nueva vida”.

Se trata de un programa revolucionario y pionero en España, dirigido a todos aquellos que ha-

El innovador programa de rehabilitación cardiaca combina el ejercicio físico con la supervisión médica, según explicó en su presentación el presidente de la Fundación Española del Corazón, Leandro Plaza

yan sufrido una dolencia isquémica. “Nuestro objetivo –según la doctora María Jesús Nuñez Martí, responsable del área de Medicina del Centro Médico OHP– es exclusivamente el paciente cardiológico. Sostiene que para ello se tiene un equipo multidisciplinar, formado por los siguientes profesionales: un cardiólogo, un médico deportivo, un fisioterapeuta (que se encarga del entrenamiento físico junto con un enfermero), un psicólogo y un nutricionista.

Ventajas de la Rehabilitación

El Programa de Rehabilitación Cardiaca que ha puesto en marcha el Centro Médico del Deporte OHP (Optimal Health & Performance) dispone de la tecnología más avanzada en materia de recuperación, lo que hace que el entrenamiento físico del paciente sea seguro, según todos los estudios previos.

OHP ha introducido por primera vez en España un especialista en Medicina del Deporte, algo que se lleva haciendo varios años en otros países pero que, hasta el momento, no era una práctica



habitual en nuestro país. Esto, dicho de otro modo, significa haber logrado una suerte de programa de recuperación profesionalizado en todas y cada una de sus áreas.

Así las cosas, se trata de un clásico programa individualizado, haciendo buena, una vez más, la máxima entre los médicos de que “no hay enfermedades sino enfermos”. Según el doctor Valeriano Sosa –responsable de Cardiología

del Centro Médico OHP– “cada paciente es distinto, de forma que se incide en los aspectos más importantes de cada uno de ellos de forma personalizada”. “No es lo mismo una persona propensa a la obesidad – añade Sosa- que alguien con un problema de tabaquismo”.

Los diferentes pasos a seguir en el Programa, dirigido individualizadamente para cada uno de los pacientes que optan por esta

“Cada paciente es distinto, por lo que se incide en los aspectos más importantes o peculiaridades de cada uno de ellos de forma personalizada: no es lo mismo una persona propensa a la obesidad –dice el doctor Sosa– que otra con un problema de tabaquismo”

Rehabilitación, quedaría de esta forma así esquematizado:

Programa de Rehabilitación Cardíaca (PRC). Paso inicial

- Se programará un equipo pluridisciplinar para cada paciente en concreto, formado por un cardiólogo, un médico especialista en Educación Física y Deporte, un fisioterapeuta, un/una enfermero/a con experiencia cardiológica, un psicólogo, un nutricionista y un entrenador personal, licenciado en Ciencias del Deporte.
- EL Programa se centra en la fase de rehabilitación, comenzando una vez obtenida el alta hospitalaria (Fase II) y la duración del Programa será de 8 semanas.
- El Centro Médico OHP se ocupa de la prescripción y control del entrenamiento físico,



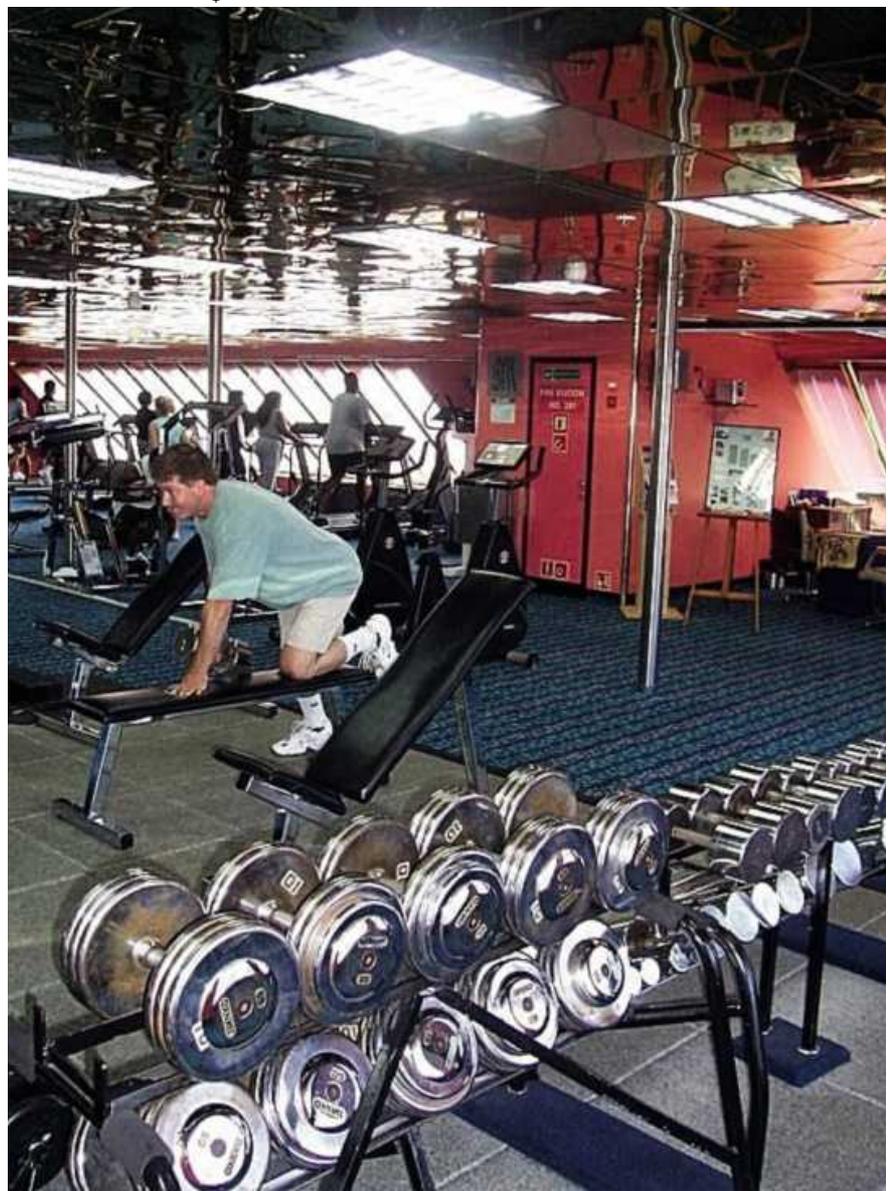
así como de otras actuaciones incluidas en el Programa de Rehabilitación, siendo su cardiólogo quien se ocupará del control clínico de cada paciente.

Dirigido a estos pacientes:

- Pacientes cardiopatas, fundamentalmente coronarios, pero también aquellos que sufren insuficiencia cardiaca; valvulares, arritmias, trasplante cardiaco y otras.
- Personas sin patología aparente, pero que dan muestras de tener importantes factores de riesgo de enfermedad cardiovascular.

Objetivo

- Rehabilitación cardiaca y prevención de la enfermedad, mediante una actuación de distintas disciplinas, con especial énfasis en la elaboración de planes individualizados de actividad física en un entorno médicamente controlado. Todo ello en estas cuatro fases:
 - 1.-Programa progresivo de ejercicio para mejorar la forma física y la capacidad funcional.
 - 2.-Actividades que ayuden al paciente a modificar su estilo de vida y sus hábitos no saludables (por ejemplo el tabaco).
 - 3.-Control del estrés y la ansiedad.
 - 4.-Preparación del paciente para su reincorporación a su trabajo diario.



El PRC se centra en la fase de rehabilitación, que comienza una vez obtenida el alta hospitalaria (Fase II). La duración del programa será, desde entonces, de unas 8 semanas

Estructura

- La consulta inicial informativa sobre el Programa de Rehabilitación Cardíaca tienen carácter gratuito.
- Valoración pre-programa: prueba de esfuerzo inicial, exploración exhaustiva del

aparato locomotor, valoración nutricional y psicológica y programa de entrenamiento físico.

- Programa de rehabilitación cardiaca (8 semanas de duración): programa de ejercicio físico controlado por fisioterapeuta, más control nutricional, apoyo psicológico y educación sanitaria.
- Protocolo de seguimiento: se realiza el seguimiento del paciente con entrenador personal, una vez concluido el programa (éste último protocolo siempre con carácter opcional).

Para más información:
Centro Médico OHP

Mujeres mayores:

Conquistando su propio futuro

La celebración del día de la mujer, el 8 de marzo de este año, tuvo entre sus actos centrales la realización en Madrid de un Congreso auspiciado por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, a través del Instituto de la Mujer y del Imserso, dedicado a la Mujeres Mayores y su sabiduría para reconocer y agradecer el esfuerzo vital que las mujeres mayores realizan a favor de nuestra sociedad. El Congreso abrió la posibilidad de conocer y profundizar en la realidad de las mujeres mayores españolas. En él participaron activamente más de quinientas mujeres mayores, miembros de las asociaciones y organizaciones de personas mayores y mujeres procedentes de todas las comunidades autónomas que, junto a otros representantes de la sociedad, concluyeron con la elaboración de un Manifiesto donde se recogieron las líneas fundamentales presentadas y debatidas en el Congreso.

Texto: M^a Adela Mateo
Técnico del IMSERSO
Fotos: M^a Angeles Tirado

Las mujeres españolas mayores de 65 años alcanzan en estos momentos la cifra de cuatro millones y medio (4.522.270). Estas mujeres nacieron antes del año 1946 y en sus procesos vitales han superado difíciles situaciones económicas, políticas y sociales motivadas por las circunstancias históricas que se desarrollaron en nuestro país en el siglo pasado.

Estas mujeres pasaron de vivir en el campo a la ciudad y muchas de

Los datos estadísticos que aparecen en este artículo han sido confeccionados por personal del IMSERSO y el Instituto de la Mujer.

46 [Más información](#)



ellas cruzaron las fronteras para intentar mejorar sus condiciones de vida. Junto con los cambios residenciales, se constituyeron en protagonistas de las profundas modificaciones en las estructuras demográficas, sociales y económicas, conduciendo una modernización de la sociedad en el marco de la convivencia familiar e impulsando la educación y la formación de los hijos, y en particular de las hijas, como medio para lograr su plena incorporación en el espacio público. En este empeño de lograr mejores condiciones de vida para todos, han continuado aportando su trabajo en la invisibilidad del espacio privado, contribuyendo a la creación de bienestar social y proporcionando apoyo a su entorno familiar en las actividades de la vida cotidiana, en particular a las personas necesitadas de cuidados.

La posición actual de España, con altas tasas de desarrollo económico y bienestar social, se asienta en buena parte sobre el esfuerzo y buen hacer de estas generaciones de mujeres. Reconocer sus aportaciones a la sociedad es una oportunidad que debe ser aprovechada para el desarrollo de su vida activa, para proporcionarles una mayor seguridad y lograr una ciudadanía plena.

El envejecimiento tiene rasgos femeninos

Es por todos conocido que nuestro país envejece, representando las personas mayores de 65 años un 17,2% de la población total española y en este envejecimiento sobresale el género femenino. Las mujeres mayores españolas representan casi el 10% de la población total de nuestro país. (INE Base 2011. Revisión padrón a 1 de enero de 2010). Esta diferencia sustancial es una realidad en todos los países de nuestro entorno europeo que se ha ido produciendo



El envejecimiento en España tiene rasgos femeninos.

do a lo largo de todo el siglo XX, aunque la tendencia actual sea a un acortamiento de este indicador entre ambos géneros.

La esperanza de vida ha aumentado significativamente a lo largo de los últimos cien años, alcanzando para las mujeres los 84,65 años y los 78,66 años para los hombres (INE. Enero 2011). Es decir, que las mujeres superan en seis años a los hombres en la esperanza de vida al nacer. Esta mayor longevidad de la mujer determina que el envejecimiento tenga rasgos femeninos.

La tendencia a la urbanización creciente que tuvo su período más intenso en la segunda mitad del siglo XX distribuyó en el territorio a la población española de forma desigual, desequilibrio que dibuja un mapa del envejecimiento que no es homogéneo. El vaciamiento poblacional que se produjo en el medio rural ha propiciado un sobre-envejecimiento, sobre todo, en los municipios menores de 2.000 habitantes que sufrieron una pérdida de un 30% de su población en la primera década de este siglo. Esta pérdida viene motivada, principalmente en el último tercio del siglo pasado, por la marcha de

las mujeres jóvenes con un buen nivel formativo en busca de mayores posibilidades de desarrollo personal, revirtiendo en el medio rural su peso poblacional. La masculinización del medio rural, donde los varones (51%) superan a las mujeres (49%), es un hecho hasta los 65 años, edad en que se equilibran las poblaciones de hombres y mujeres y toma cuerpo la tendencia general de tener un mayor peso las mujeres mayores. (<http://www.mapa.es/desarrollo/>)

Las carencias existentes en la sociedad española en que crecieron las personas mayores actuales tuvieron un claro reflejo en el nivel educativo que alcanzaron. Casi el 83% de las personas mayores no traspasa los estudios primarios, y es en las mujeres donde esta baja cualificación incide de forma más intensa: su tasa de analfabetismo es mayor y tan sólo representan un tercio de las personas mayores con educación superior.

Estos factores demográficos básicos intervienen en las condiciones de vida de las mujeres mayores de 65 años actuales, siendo su mayor longevidad un elemento clave en su proceso de envejecimiento.

INFORME

Una buena salud es determinante para la calidad de vida y aunque las mujeres viven más que los hombres, la percepción que tienen de su salud es peor que la que manifiestan los hombres. Más de la mitad de los hombres que tienen entre 65 y 75 años valoran su salud como buena o muy buena y casi un 40% de las Mujeres de ese mismo grupo de edad tienen esta opinión positiva. La Encuesta Europea de Salud (INE. 2009) cuantifica en un 10,3% las mujeres de 65 a 74 años que tienen graves limitaciones debidas a problemas de salud. Este porcentaje asciende hasta un 25,2% para las mujeres que han cumplido los 75 años. Las cifras para los hombres son mucho más alentadoras con un 7% y un 17,6% respectivamente.

La Encuesta de Discapacidad, Autonomía Personal y situaciones de Dependencia, (INE/IMSERSO, 2006), mostraba la misma tendencia: a partir de los 65 años y a medida que se cumplen años, las tasas de discapacidad muestran un perfil muy diferencial según el sexo, incrementándose, de forma significativa, en el caso de las mujeres.

El mayor peso de patologías diagnosticadas a las mujeres, que procesan asociadas con limitaciones para la realización de las actividades básicas de la vida diaria, parece incidir sobre la autovaloración que hacen las mujeres mayores de su salud.

Los indicadores de otros factores que se correlacionan con una mejora de la calidad de vida, como el sobrepeso, la obesidad, la calidad del sueño y la práctica de la actividad física juegan en contra de las mujeres mayores, a excepción del sobrepeso. Más de la mitad de los varones mayores de 65 años tienen sobrepeso, mientras que, en el caso de las mujeres, los porcentajes se reducen hasta el 43,6% en el grupo de mujeres de 65 a 74 años, y hasta el 39%, en el caso de las mayores de 75



años. (Encuesta Europea de Salud en España, 2009). Por el contrario, las mujeres mayores presentan una mayor obesidad, practican menos actividad física intensa, (aunque un 43% declara que realiza una actividad física moderada) y duermen menos que los hombres.

La cultura ha tratado durante largo tiempo de forma oscurantista e inapropiada los diferenciales biológicos que actúan en la salud de las mujeres a lo largo de la vida y han obviado estas particularidades propias del proceso de envejecimiento femenino. Los avances que se han producido en estos últimos años animan a proseguir en los procesos de investigación que ahonden en el conocimiento y la mejora de la salud de la mujer y de las mujeres mayores en particular.

Más viudas que viudos

La vida en pareja tiene una influencia directa en la calidad de vida de las personas mayores al aminorar las posibilidades de vulnerabilidad como la pobreza o la exclusión social, junto con una mejor provisión de cuidados en caso de necesitarlos.

La mayor longevidad femenina condiciona el estado civil y la propia estructura de los hogares de las personas mayores. El tamaño de los

hogares de las mujeres mayores españolas es reducido, un 47% se compone de dos miembros y un 16% consta de tres miembros. Cuatro de cada diez de las mujeres mayores casadas viven con su pareja, el 18,8% lo hace con su cónyuge y algún hijo/hija, el 14,2% con algún hijo/hija y un 11,8% en otras circunstancias (IMSERSO.EPM.2010).

La mayor pervivencia femenina concentra la viudedad en su género. Los datos son concluyentes. Las mujeres viudas suponen un 44,5% del total de mujeres mayores y los hombres viudos un 12,2%. La mitad de las mujeres mayores de 80 años son viudas (INE. EPA, 2009).

Este hecho biológico tiene una plasmación en la estructura social de los hogares. El número de los hogares unipersonales de personas mayores son mayoritariamente femeninos. Las mujeres viven solas en un porcentaje mayor y por un período más amplio de tiempo que los hombres (12,7 años las mujeres y 9,7 años los hombres), tendiendo a disminuir a medida que avanza la edad. La tendencia a que haya cada vez mayor número de hogares unipersonales de mujeres mayores, manifiesta también un importante cambio de comportamiento social: el afrontar esta circunstancia como un reto y una oportunidad

para desarrollar una autonomía e independencia, que les permite traspasar el umbral de la vida privada a la pública, cambiando una concepción de los vínculos familiares, unas mujeres, para las que el peso de la familia ha tenido y tiene una especial relevancia en su proceso vital. El hecho que casi un 85% de las mujeres mayores (IM-SERSE. EPM. 2010) prefiera vivir en su casa aunque sea sola es consecuente con la nueva perspectiva de afrontamiento de la viudedad.

La vida en solitario permite nuevas oportunidades en el desarrollo personal, pero también puede derivar en una vida en soledad que incrementa los riesgos de vulnerabilidad. Numerosas investigaciones refrendan que las personas mayores que viven solas no observan adecuadamente las prescripciones médicas, siguen unas pautas de alimentación deficientes, están expuestas a una probabilidad mayor de accidentalidad y tienen mayor tendencia a caer en estados depresivos. En este sentido, hay que constatar que las mujeres mayores sufren en mayor medida que los hombres de un sentimiento constante de soledad (13,4% frente al 8,6% de los hombres), circunstancia que debe mantener en alerta a los diferentes actores sociales para paliar los posibles efectos negativos de la vida en solitario.

En comparación con otros países de la Unión Europea hay que señalar que las mujeres mayores españolas viven solas en menor medida y que consideran las relaciones familiares como altamente satisfactorias, muy satisfactorias 61,9% y bastante satisfactorias 27,7% (IM-SERSE. EPM. 2010), satisfacción que se correlaciona con la intensidad y fortaleza de sus relaciones familiares, tanto en sentido vertical como horizontal: un 67% de las mujeres mayores tienen contacto diario con sus hijos e hijas, un 37%

con sus nietos y nietas y cerca de un 21% con sus hermanos y hermanas biológicos y/o políticos.

La permanencia en el espacio privado ha favorecido a las mujeres mayores la construcción y persistencia de fuertes redes de amistad, vecindad y comunidad, creadas durante años y que tienden a permanecer inalterables al llegar a los 65 años, en contraposición con los hombres, cuyo retiro del mercado laboral lesiona las redes sociales moldeadas alrededor del mundo profesional. Un 78,8% de las mujeres mayores están satisfechas con sus relaciones de amistad, (IMSERSE. EPM. 2010), que no circunscriben a su generación, sino que extienden a generaciones más jóvenes más allá de su propio ámbito familiar, lo que les permite aceptar y acomodarse a los cambios sociales y familiares más fácilmente. Es en este entramado de redes sociales donde las mujeres mayores, además de los apoyos domésticos, aportan y mantienen la cohesión familiar en un mundo en que los parientes están cada vez más dispersos en hogares diferentes y donde su mayor longevidad les permite vivir un hecho insólito hasta ahora: la pervivencia de cuatro generaciones juntas.

El valor económico del trabajo cuidador de las mujeres

Mientras acogen y se adaptan a las nuevas formas familiares, la distribución tradicional de las actividades de las mujeres mayores permanece de acuerdo a los roles de género. Un 92,8% de las mujeres mayores dedica tiempo al hogar y a la familia (casi un 20% más que los hombres) con una media diaria de 4 horas cuarenta y cinco minutos (dos horas más que los hombres) (INE. Encuesta de empleo del tiempo, 2010). Las tareas vinculadas con el trabajo en el hogar son las que más realizan las mujeres a excepción de

“hacer pequeñas reparaciones” y “realizar gestiones” de las que se encargan los hombres en mayor proporción. Lavar la ropa, hacer la limpieza o cocinar las llevan a cabo más de un 70% de mujeres mayores.

El tiempo de ocio lo dedican principalmente a ver la Televisión y a oír la radio, ocupando un amplio espacio aquellas actividades relacionadas con sus quehaceres. Hacer la compra, ir a pasear, coser, hacer punto y leer, son por este orden las actividades que realizan todos los días un mayor número de mujeres mayores.

A pesar del peso que tienen todavía el ocio “tradicional” la tendencia es a la incorporación paulatina a otro tipo de actividades como pueden ser las formativas, las culturales y el voluntariado institucionalizado donde las mujeres muestran una mayor predisposición que los hombres. El interés por aprender y conocer que muestran las mujeres mayores queda reflejado en los programas de envejecimiento activo del IMSERSE, (vacaciones y termalismo social) donde la participación de las mujeres es mayoritaria en una relación aproximada de tres a dos, aunque la incorporación a las nuevas tecnologías y a su aprendizaje crece lentamente.

Pero, sin duda, una de las ocupaciones a las que más tiempo ha dedicado y sigue dedicando la mujer son las relacionadas con el cuidado de las personas dentro del hogar. Las mujeres mayores lo siguen haciendo, bien sean niños, personas enfermas y/o personas dependientes. Un 30% de las mujeres mayores dicen cuidar actualmente de sus nietos, un 25,5% de las mujeres mayores son las encargadas fundamentalmente del cuidado de una persona en el hogar enferma, cifra que se eleva en doce puntos al aportar ayuda a vecinos y amigos. (IMSERSE. EPM. 2010).

INFORME

La gran importancia que tiene el cuidado como valor económico se ha resaltado en numerosos estudios. Sólo el cuidado de nietos supone un monto del 0,8% del PIB según los cálculos realizados por las investigadoras Dizy, Ruiz Cañete y Fernández Moreno¹. Pero además, el cuidado tiene elementos esenciales basados en la confianza y las emociones, sobre todo cuando el cuidado se proporciona a personas vulnerables, donde la tarea de cuidar va más allá de las importantes funciones técnicas.

Este cuidado proporcionado con afectos es el valor añadido que las mujeres mayores dan al cuidado diario, valor afectivo donde las cuantificaciones monetaristas no tienen cabida. El deseo que manifestamos de por quién queremos ser cuidados en caso de necesidad, puede ser un buen indicador de la importancia que tienen los cuidados proporcionados en el hogar. La respuesta de la sociedad española es clara: ante la eventualidad de necesitar cuidados, un 66,8% prefieren los cuidados otorgados por la familia (cónyuge e hijos/hijas). Las mujeres mayores expresan la misma inclinación. (CIS. Estudio 2801, mayo 2009).

El perfil de la mujer mayor española muestra la importancia que tiene dentro del grupo familiar siendo un elemento fundamental para la cohesión del grupo, como enlace de diferentes generaciones y como productora de bienestar.

Perceptoras mayoritarias de pensiones no contributivas

Uno de los logros de los estados de bienestar es el aseguramiento de ingresos que mantengan la dignidad de la vida ante los infortunios vita-

¹ Dizy, D., Fernández, M. y Ruiz, O. (2008). Economía y personas mayores. Madrid: IMSERSO.

les y el envejecimiento que reduce las capacidades productivas.

La diferente trayectoria sociolaboral de las mujeres mayores respecto de los hombres repercute y persiste en las condiciones económicas al hacerse mayores. A finales del año pasado, el 74% de las personas beneficiarias de pensiones contributivas de la Seguridad Social eran mayores de 65 años, situándose la edad media de las personas pensionistas, en 73 años para las mujeres y 69 años para los hombres. El número de pensiones contributivas en vigor alcanzó la cifra de 8.739.732 pensiones, de ellas, las pensiones de jubilación alcanzaban los 5.193.107; las de viudedad, 2.300.877. El 97% de las pensiones de viudedad las perciben mujeres mayores de 65 años, desequilibrio existente entre los pensionistas de esta modalidad que ejemplifica la mayor longevidad de las mujeres. (Seguridad Social. Estadísticas. Diciembre 2010).

Un dato que aún esclarece más el diferencial establecido en las carreras laborales de las mujeres mayores actuales, son las pensiones de jubilación no contributivas, que en Diciembre de 2010 alcanzaban un total de 34.841 (17,57%) hombres y 163.435 (82,43%) mujeres. El perfil del pensionista de PNC de jubilación, es predominantemente el de mujer española casada con una edad comprendida entre los 70 y 79 años, y conviviendo en una unidad familiar formada por dos y/o tres miembros.

Es conocido que la principal fuente de renta de las personas mayores procede de las pensiones y el diferente punto de partida perjudica a las mujeres mayores en sus niveles de renta. El establecimiento del derecho de garantía de mínimos cuando una pensión no alcanza la cantidad mínima establecida tiene mayor incidencia entre las mujeres que en los varones, como no podría ser de

otra manera, a tenor de las desiguales carreras laborales que se reflejan en las cuantías de las pensiones, mínimos que permiten de esta manera “acomodar” las incompletas trayectorias de cotización de las mujeres.

No cabe duda, que el peso de las pensiones en la estructura económica tiene un importante apoyo en la solidaridad intergeneracional, pero hay que destacar que las personas mayores contribuyen positivamente con los retornos al sistema y sobre todo con sus aportaciones a la economía relacional en el que las mujeres mayores son actrices principales a través de la donación de su trabajo en labores de apoyo al grupo familiar y a la sociedad.

La puesta en práctica de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia ha reforzado el sistema de protección de servicios sociales que complementan las prestaciones económicas, que establecen un suelo de seguridad para las personas mayores. En febrero de 2011, un 67% de los beneficiarios de este sistema de protección son mujeres y un 33% hombres (IMSERSO. SISAD 2011). La edad y el género determinan que haya un 23% más de mujeres mayores de 80 años que de hombres beneficiarias del sistema, reflejo de dos factores mencionados, la esperanza de vida y la incidencia mayor sobre las mujeres de las afecciones incapacitantes.

Aun así, el servicio social más utilizado por las personas mayores son los hogares y clubes que tienen una oferta de actividades variada que se va acomodando a sus demandas. El número de usuarios de este servicio social asciende a 3.237.301 de los que un 55% son mujeres (IMSERSO. OPM. 2010).

El desarrollo de la totalidad de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Per-

sonas en Situación de Dependencia contribuirá al desarrollo pleno de la autonomía personal de las personas mayores y la realización de su trayectoria vital en el marco de un envejecimiento satisfactorio. La promoción de la investigación, innovación e implantación de nuevos servicios sociales que tengan en cuenta las particularidades de los colectivos con menor grado de atención por factores como el hábitat o el género completará las necesidades de atención de las personas mayores con necesidades extraordinarias.

Imagen de la mujer mayor y participación

La imagen más difundida cuando los medios de comunicación social quieren ilustrar a las personas mayores, es la de una mujer en situación de fragilidad. En contraposición, la exigencia de la sociedad hacia la mujer de mantener una imagen atractiva que se asimila a juventud, propicia que los referentes mediáticos de las mujeres mayores difundan una imagen física que no se corresponde con los cambios biológicos que se producen con el progreso del tiempo.

La edad narra unas experiencias y unos cambios físicos que implican para las mujeres pérdida de atractivo, al evaluarlo de acuerdo a unas demandas sociales cuyos cánones actuales de belleza se asimilan a la juventud y a unos contornos de una figura física que pasaron hace tiempo. Su imagen física, cuando aparece en los medios, está alejada de esa realidad y las noticias sobre hechos acontecidos se limitan a hablar de las mujeres mayores cuando son protagonistas de las páginas de sucesos.

Afortunadamente, las políticas públicas de acercamiento a una imagen más real de las personas mayores van calando en la percepción de la sociedad y comienza a verse como un colectivo heterogéneo y diverso. De hecho la percepción de cuándo



una persona puede ser considerada como “mayor” es heterogénea y difiere entre las mujeres que han cumplido los 65 años y las que no han llegado todavía a esa edad. Las mujeres mayores consideran que la edad biológica puede ser uno de los muchos elementos definidores de cuándo una persona entra en la vejez. Para un 36% de ellas, ser considerada como persona mayor no depende de la edad (CIS. Estudio 280. Mayo 2009) En cambio, para casi la mitad de las mujeres españolas mayores de 18 años, una persona es mayor a partir de los 70 años.

La proyección social de la imagen es elemento importante para un buen envejecimiento debido a que, como subraya la doctora Fernández Ballesteros, las imágenes sociales negativas vinculadas a la edad son posibles límites al envejecimiento activo y saludable y una autopercepción positiva incrementará las posibilidades de superar con éxito los retos de nuevas adaptaciones vitales.

En general, podemos decir que una gran parte de las mujeres mayores españolas percibe su situación de forma positiva: la mitad de ellas, se sienten satisfechas con su situación actual, con sus relaciones familiares y con sus relaciones de amistad y están mayoritariamente seguras y confiadas con la gente que les rodea.

Un 60% de las mujeres mayores tienen sentimientos de confianza, seguridad y apoyo de otras personas.

En el lado de los sentimientos negativos, un 24,4% de las mujeres mayores dice tener un sentimiento general de vacío, un 7,1% echa en falta gente a su alrededor y un 2,9% se siente rechazada en ocasiones. Esta autovaloración positiva que tienen la mayoría de las mujeres mayores va unida a un alto grado de actividad y solidaridad.

Ahora bien, de forma paralela, la percepción negativa de la vejez se impregna de una imagen de fragilidad que proyecta a los mayores como personas que no pueden valerse por sí mismas y necesitan cuidados; imagen que tiene un hondo calado en la sociedad (un 36,2% lo piensa) y que difunden mayoritariamente los medios de comunicación social. Esta imagen negativa, viene influenciada por los principales miedos relacionados con el temor universal de pérdida de salud y deterioro físico. La mitad de las personas mayores temen una pérdida de salud y las mujeres suman una mayor preocupación que los hombres sobre las “dolencias sociales” de soledad y de sentirse una carga: un 30% temen la soledad, un 28,7% sentirse inútil y un 25,7% no poder valerse por sí misma.

Xavier Vilamala i Vilà.
 Presidente del Gremio de Panaderos de Barcelona

“Hay que recuperar el gusto por el pan”

Texto y fotos: Jesús Ávila Granados
www.jag.es.vg

El Gremio de Panaderos de Barcelona, aunque ahonda sus orígenes en el siglo XII, su primera referencia documental data del año 1368, de tiempos del monarca aragonés **Pedro IV “el Ceremonioso”**, resultado de la unión de los entonces gremios independientes de panaderos y de horneros de la Ciudad Condal. Se trata, sin duda, de una de las instituciones sociales más antiguas del Estado español y, probablemente, una de las pocas corporaciones europeas todavía en activo, y de forma ininterrumpida, su condición gremial, además de su actuación en defensa de la profesión panadera y calidad de producción, después de 643 años de existencia.

Al frente de esta emblemática entidad, y desde 1980, se encuentra su presidente, **Xavier Vilamala i Vilà**, una de las personas que más entienden de pan de nuestro país, y quien mejor puede contar los momentos cruciales

vividos durante su dilatada trayectoria como máximo responsable de la panadería barcelonesa.

¿Qué puede decirnos sobre la amplia trayectoria del Gremio que preside?



–“Naturalmente, durante este desarrollo histórico se han producido altos y bajos. Las personas que actualmente formamos el Gremio de Panaderos de Barcelona sabemos que participamos plenamente en una cronología histórica que incluye a todos cuantos, desde hace tantos siglos, han formado parte de nuestro gremio. Es importante, por ello, que como los primeros agremiados barceloneses, tengamos noción de la calidad de nuestros productos, sepamos estar unidos y dar importancia a la celebración de nuestra fiesta gremial. Evidentemente, las personas, la ciudad, la sociedad y la vida han cambiado notablemente a lo largo de estos 643 años, pero hay unos conceptos básicos que no deberían cambiar nunca”.

¡Háblenos de la fiesta gremial!

–“Nuestro primer patrón fue San Miguel

Arcángel, pero en el siglo XVIII éste fue cambiado por San Honorato, un santo de origen francés, que fue obispo de la ciudad de Amiens, cuya festividad celebramos el 16 de mayo, día del fallecimiento de este santo, en el año 600. La parte más espiritual de la fiesta tiene como escenario la basílica de Santa María del Mar, en donde, desde hace un par de años, hemos recuperado una capillita a nuestro santo, y una misa solemne acoge a todos los miembros asociados de la panadería barcelonesa”.

¿Han sido muy grandes los cambios que la cultura del pan ha experimentado en los últimos 50 años?

–“Pues sí; los cambios que ha experimentado la cultura del pan en los últimos 50 años han sido importantes. Hemos pasado de tener mucha cultura a muy poca durante los últimos 15 años, y volver a tenerla actualmente, debido al esfuerzo realizado por los profesionales del sector a través de nuestros gremios y escuelas de formación”.

¿Qué le debe usted a la cultura del pan?

“A la cultura del pan le debo todo lo que soy, tanto a nivel profesional como personalmente”



–“A la cultura del pan le debo todo lo que soy, tanto a nivel profesional como individualmente”.

¿Cuál ha sido el reto más importante que usted ha tenido que afrontar en su vida profesional?

–“El reto más importante fue la disyuntiva de tener que decidir entre mis estudios de Profesor Mercantil y tomar las riendas del negocio de mis padres, de cuya decisión no me arrepiento en absoluto”.

¿Y alguna anécdota?

–“Más que anécdota, quiero recordar la terrible nevada que, en el invierno de 1962, cubrió de nieve a la ciudad de Barcelona: toda la actividad ciudadana quedó paralizada durante una semana larga. Los panaderos, sin embargo, tuvimos que elaborar pan cada día como podía-

mos para que la población no quedase desabastecida. La gente también iba a buscar el pan a la panadería de la mejor manera posible, entre auténticas montañas de nieve que se producían cuando se apilaba para abrir caminos mínimamente transitables. Pero todo pudo superarse porque el Gremio de Panaderos, en perfecta sintonía con el Gobierno Civil, diseñó y llevó a cabo una auténtica operación de abastecimiento a los obradores de Barcelona”.

¿Cuáles son las causas por las que la sociedad española esté perdiendo interés hacia el consumo del pan?

–“Estamos perdiendo interés por el consumo de pan, principalmente a causa de los nuevos hábitos alimentarios que nos impone la sociedad y los mensajes publicitarios. Afortunadamente, a ni-

“Debemos hacer productos de calidad para recuperar el gusto por el pan tradicional, diferenciándolo del industrial y el congelado”

vel general, se han dado cuenta de esta equivocación”.

¿Y qué cambios inmediatos deben llevarse a cabo para recuperar la tradición del pan?

–“Debemos seguir varias líneas: hacer productos de mucha calidad para recuperar el gusto del pan tradicional y diferenciarlo del industrial y el congelado”.

¿Háblenos de algún logro que Vd. se sienta muy satisfecho?

–“Media docena de

nuevas variedades panaderas se han creado durante mi mandato, por artesanos del Gremio de Panaderos de Barcelona: el pan de Sant Jordi, en 1984; el pan de la Cruz Roja, en 1990; el pan de Bodas, consumido en el banquete de la celebración de la boda de S.A.R. la Infanta Cristina de Borbón con Iñaki Urdangarin, aquí en Barcelona, en septiembre de 1997; el pan del Centenario, en 1999; el pan Barcelona, en 2001, y el pan de las Culturas, en 2004”.

De no estar equivocados, usted es el presidente con mayor experiencia en el cargo de todos los gremios de panaderos

españoles. ¿Cuenta algunas de sus experiencias en su larga trayectoria?

–“No sé si soy el presidente con mayor experiencia en el cargo de los gremios españoles. Lo que sí puedo decir es que son 35 años. Y en cuanto a mis experiencias, éstas han sido muchas, pero me quedo con el mal recuerdo de una huelga de pan en el año 1985, que fue muy negativo para nuestro sector. Aunque también ha habido buenos momentos”.

¿El consumidor es consciente de la labor que, a diario, desarrolla el



Gremio de Panaderos en defensa del pan?

–“Pienso que sí. Actualmente estoy contento de la conciencia del consumidor hacia el pan de calidad”.

¿Cómo está afectando la presente crisis al sector?

–“Pues de forma muy grave, como el resto de los sectores del tejido económico del país. Hay un exceso de puntos de venta, comercialización totalmente descontrolada y un descenso de ventas del 15% ó del 20%”.

¿Las familias españolas están educando bien a los hijos acerca de la importancia del consumo del pan tradicional?

–“Pues parece ser que ahora sí; también es importante y encomiable la labor que se está llevando en este sentido en los colegios, y también de los propios padres”.

¿Es preciso hacer cambios, tanto en ingredientes como en diseño, en los panes que se elaboran actualmente, para conseguir incrementar la demanda y consumo del principal alimento?

–“Las variedades de panes que se están elaborando actualmente están



Xavier Vilamala i Vilà, nacido en Barcelona en 1935 en el seno de una familia con más de 100 años de tradición panadera en la Ciudad Condal. Cursó sus estudios en el Colegio de *La Salle-Comtal*, obteniendo más tarde los títulos de Peritación y Profesorado Mercantil. En 1956 se incorporó al negocio familiar de panadería y comenzó su vida gremial a través de la entidad “Juventud Panadera”, de cuya Junta Directiva formó parte en diferentes ocasiones. Después se incorporaría a las tareas gremiales con la Junta Directiva presidida por el señor Isidre Iglesias, donde entró a formar parte de la Comisión Consultiva, pasando más tarde a contador, luego a ocupar el cargo de secretario y, en 1980, resultado de las elecciones a la Junta Directiva celebradas el día 6 de noviembre, elegido Presidente del Gremio de Panaderos de Barcelona.

muy bien. Continuar en esta línea es necesario e imprescindible y, por supuesto, hay que mejorar en lo posible”.

¿Qué proyectos tiene para un futuro a corto y medio plazo?

–“Sin duda, continuar en esta línea de calidad y servicio, y también priorizar la formación de nuestros trabajadores que es fundamental”

¿Qué consejos daría a otros presidentes de gremios de la panadería españoles?

–“Que continuaran animando al panadero a seguir en esta línea. Y, por supuesto, mucha unidad en el sector. Me gustaría acabar diciendo que todo lo que he podido hacer se lo debo a mi esposa, Margarita, también de origen panadero; ella es la principal protagonista”.

“Las variedades de panes que actualmente se elaboran están muy bien. Continuar por esta senda es necesario, e incluso mejorarla si es posible”

Obras maestras del Museu Nacional d'Art de Catalunya en Madrid

El Esplendor del Románico

Coordina: Araceli del Moral

La exposición “El esplendor del Románico”, organizada por la Fundación MAPFRE en colaboración con el Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC) presenta las obras maestras del románico procedentes de la colección del museo barcelonés, considerado poseedor de la colección más importante de arte románico europeo.

La muestra está compuesta por una cuidadosa selección de 59 obras en

las que se encuentran representadas todas las técnicas y temáticas principales de este periodo artístico. La exhibición se encuentra dividida en cinco secciones, donde se muestran las obras aplicadas a arquitectura: pintura mural, escultura en piedra; y los objetos de mobiliario litúrgico: pintura sobre tabla, escultura sobre madera, orfebrería y esmaltes.

Una de las piezas más destacadas de la muestra es la reproducción,

a tamaño real, de las pinturas de una absidiola de Sant Quirze de Pedret, realizada exclusivamente para la muestra, además de la inclusión de una reproducción virtual en 3D de la portada de Ripoll, realizada en 2008.

Destaca también la presencia de la Lapidación de San Esteban, que ha sido objeto de una cuidada restauración, cuyos resultados se presentan por primera vez al público en esta exposición.

Las Claves del Románico

Entre los siglos XI y XII tuvo lugar una época de gran desarrollo económico y comercial, que propició la comunicación y el intercambio entre diferentes ideas y culturas. El románico es la manifestación artística que se corresponde a esta época, y un planteamiento artístico donde prevalece lo simbólico. La Iglesia creó una gran red de centros de peregrinación de Compostela a Jerusalén, que se convirtieron en ricos centros de comunicación e intercambio. La idea de un Dios autoritario pero protector es el vehículo principal de un arte al servicio del mensaje, mensaje éste que debía ser representado de forma pictórica y sencilla, debido a la sociedad analfabeta de la época.

El concepto de arte románico se fraguó durante el siglo XIX para designar y compartimentar una fase de la Edad Media comprendida básicamente entre los siglos XI y XII. Con ello se dotaba de entidad propia a la primera manifestación artística que, tras la Antigüedad



Baldaquino de Tost. Ca. 1200. Temple, relieves de estuco y restos de hoja metálica corlada sobre tabla. Iglesia de Sant Martí de Tost (Alt Urgell Nacional d'Art de Catalunya) Barcelona. Museu Nacional d'Art de Catalunya. Foto: Fernando Maquieira.

romana, mostró en Occidente un panorama relativamente homogéneo. En la actualidad, el Románico es uno de los referentes de la identidad europea, y objeto de estudio y atracción desde distintos sectores sociales y culturales. Incluso en algunos casos constituye un eje de dinamización turística y territorial.

El esplendor del Románico FUNDACIÓN MAPFRE. Instituto de Cultura. SALA RECOLETOS

Paseo de Recoletos nº 23 Madrid
Hasta el 15 de mayo de 2011
Entrada gratuita

Horarios

Lunes de 14.00 a 20.00 hrs.

De martes a sábado
de 10.00 a 20.00 hrs.

Domingos y festivos
de 11.00 a 19.00 hrs.

Cómo llegar

Autobuses:

5 - 14 - 27 - 37 - 45 - 53 - 150

Metro: Línea 4 (Colón)
y línea 2 (Banco de España)

Cercanías:

Líneas: C-2, C-7, C-8 y C-10

Visitas guiadas

Martes de 12:00 hrs a 19:00 hrs

Visitas para grupos

Reservas para grupos: Concertación de cita previa en el teléfono (+34) 91 581 61 00

Servicios para discapacitados

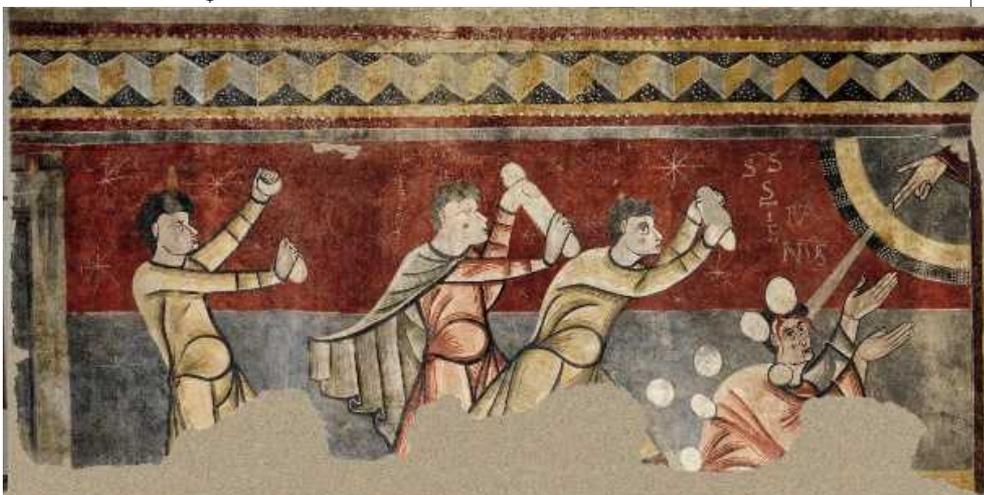
La Sala Recoletos dispone de una serie de servicios dirigidos a las personas con discapacidad.

Audioguías con audiodescripción

Su guión y producción es elaborado específicamente para usuarios con discapacidad visual, cuya finalidad es lograr la mayor autonomía posible dentro del recinto utilizando técnicas de descripción para transformar las imágenes en explicaciones sonoras.

Signoguías

Dispositivo portátil multimedia equipado con una pantalla que reproduce un video en el que se explica una selección de las obras más destacadas de la exposición mediante la lengua de signos y subtítulo.



Pinturas de Boí: Lapidación de San Esteban. Ca. 1100. Fresco traspasado a lienzo. Iglesia de Sant Joan de Boí (Alta Ribagorça, Lleida). Museu Nacional d'Art de Catalunya. Foto: Fernando Maqueira.

En ningún otro lugar de Europa se ha preservado tanta pintura mural románica como en Cataluña. Su carácter alegórico es evidente, y la capacidad narrativa de las escenas, difícilmente igualable. Los Apóstoles de Àger y el intenso fragmento de Disputa y arresto de Santa Catalina son una buena prueba.

Los vivos colores de estas pinturas se justificaban por razones didácticas y propuestas estéticas al tiempo que buscaban reforzar la magnificencia del edificio y el poder de quienes sufragaban la obra.

La Web de Colecciones Artísticas FUNDACIÓN MAPFRE

La nueva página Web de la Fundación MAPFRE actualiza y mejora los contenidos y las funcionalidades de la anterior Web de colecciones creada en 2007. Con ella se da un paso más hacia la interacción de los usuarios de Internet con las obras de arte que se conservan en los museos y fundaciones artísticas que son referencia internacional.

Esta web ofrece, junto con una detallada información sobre las obras, los artistas y los múltiples contenidos relacionados con todos ellos, una novedosa y exclusiva manera de visualizar y navegar por las diferentes colecciones que conforman este valioso patrimonio artístico. Dentro de la opción

Mapa interactivo de la colección el usuario puede navegar por las colecciones y visualizar la totalidad de las obras que las componen de una manera ágil y sensorial.

Entre los objetivos que irán desarrollándose en este proyecto evolutivo destacan la incorporación de contenidos didácticos, la propuestas de acciones participativas a través de redes sociales y la colaboración con otros museos e instituciones culturales, especialmente de Iberoamérica, con el fin de complementar a través de Internet el amplio programa expositivo que el Instituto de Cultura de FUNDACIÓN MAPFRE realiza en América Latina.

La nueva Web de las Colecciones Artísticas FUNDACIÓN MAPFRE se encuentra accesible desde la dirección: www.coleccionesfundacionmapfre.com

Además, con objeto de ampliar los contenidos de la exposición y hacer accesible al público general esta muestra, se ha desarrollado una página web monográfica sobre la misma: www.exposiciones-mapfrearte.com/romnico/.

También se presenta la exposición en el portal educativo enredarte (www.enredarte.com), donde familias, profesores y niños podrán seguir profundizando y jugando con los contenidos de la exposición.

Exposiciones

La evolución de España hasta la actualidad



En 2010 se celebró el 40 Aniversario de la primera edición de las Páginas Amarillas. A lo largo de los años, y a través de sus contenidos, soportes y servicios, esta guía ha reflejado fielmente la transformación de la sociedad y del tejido empresarial en España, así como los cambios en los hábitos de consumo.

Maestro del bodegón

Antológica exposición dedicada a Jean Siméon Chardin (1699-1779), uno de los más relevantes exponentes de la



pintura francesa del siglo XVIII, gran maestro del bodegón y de la pintura de género. El recorrido de las 57 obras expuestas sigue un orden cronológico atravesando los aspectos más destacados desde los inicios de la vida artística de Chardin, en la segunda década del siglo XVIII, hasta los pasteles de los años setenta.

Chardin
 Museo del Prado
 Paseo de Recoletos
 Madrid
 Lunes cerrado

Homenaje al ilustrado Jovellanos

La muestra es el retrato de medio siglo de transformación social y empresarial de España expresado a través de las 80 imágenes seleccionadas se reflejan los usos sociales, la ascendencia de nuevas profesiones y sus transformaciones.

Esta exposición, que inició su itinerario en Barcelona, seguirá exhibiéndose por otras ciudades españolas.



El retrato pintado por Francisco Goya sobre el más famoso ilustrado gijonés, Gaspar Melchor de Jovellanos, es una de las 256 piezas que se exhiben en esta exposición, organizada por Acción Cultural Española, el Ayuntamiento de Gijón y Cajastur, que se enmarca en el programa de actividades diseñado para recordar a Gaspar Melchor de Jovellanos en el bicentenario de su muerte.

El Instituto Feijoo de Estudios del Siglo XVIII de la Universidad de Oviedo es la entidad responsable del comisariado de la muestra que se exhibe simultáneamente en Gijón, el Centro Cultural Cajastur Palacio Revillagigedo y la Casa Natal de Jovellanos.

La luz de Jovellanos
 Gijón
 Hasta el 4 de septiembre

Servicios

Programa de ayuda para familiares

El Instituto de Estudios de la Familia de la Universidad CEU San Pablo oferta un programa gratuito de ayuda para los cuidadores de personas con demencia que imparte el profesor de Psicología Javier López, profesional con una amplia experiencia en la atención de cuidadores y personas con demencia.

Se trata de un programa gratuito e individualizado que consta

de 8 sesiones. Cada sesión tiene una duración de una hora y media aproximadamente y se imparten una vez por semana.

Actualmente el programa se está llevando a cabo en la sede del Instituto de Estudios de la Familia: c/ Julián Romea nº 23 de Madrid.

Para pedir más información y ponerse en contacto con el profesor López: jlopezm@ceu.es.

Manuales sobre atención a personas mayores

La Asociación Edad Dorada Mensajeros de la Paz Murcia ha publicado dos estudios sobre atención geriátrica: el Manual de Buenas Prácticas en Residencias de Personas Mayores y el Manual de Cuidados Domiciliarios para Personas Mayores, que han sido elaborados por Agustín García Belunze y Carmelo Gómez Martínez, fruto

de del profundo conocimiento y experiencia profesional de los autores en este campo.

Ambas obras pueden descargarse gratuitamente, pinchando bajo los iconos correspondientes, a través de la Web de Mensajeros de la paz en el link directo: http://www.mensajerosdelapaz.com/noticias_ver.php?id=e866d

Libros de la biblioteca del Imserso a domicilio

La biblioteca de los Servicios Centrales del Imserso tiene un servicio de entrega de préstamos a domicilio para aquellas personas, residentes en Madrid y su área metropolitana, que por impedimento físico grave no puedan desplazarse. Para utilizarlo es necesario enviar un escrito, por correo postal o electrónico, exponiendo las razones de la solicitud e indicando su nombre, número de DNI (o de pasaporte o tar-

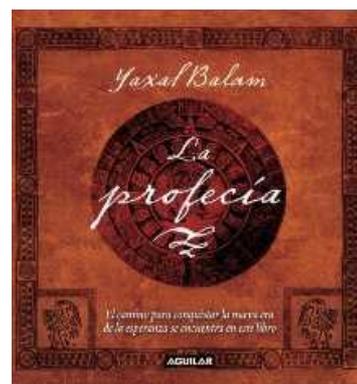
jeta de residencia), dirección postal, número de teléfono y publicaciones que solicita en préstamo.

Entrega a domicilio

Instituto de Mayores y Servicios Sociales - Biblioteca
Avda. de la Ilustración, c/v Ginzo de Limia, 58 - 28029 Madrid
Tfno. Mostrador atención al público: 917 033 975
Correo electrónico: biblioteca@imserso.es

Libros

El camino para conquistar la nueva era



La hora final se aproxima. Ha llegado el momento de que tomemos conciencia plena de lo que nos espera y de que sepamos cómo afrontar el mañana.

El secreto para desarrollar nuestro potencial humano y prepararnos para la llegada de una nueva era en la que la naturaleza, el autoconocimiento y la relación con el entorno marcarán los pilares de una nueva armonía cósmica se encuentra en estas páginas.

El secreto para conquistar la nueva era de la esperanza se encuentra en este libro, que descubre el enigma del pueblo maya, su última profecía, y afronta el año 2012 con esperanza y nueva luz.

La profecía

Autor: Yaxal Balam
Editorial Aguilar
Páginas: 248 Precio: 18,50 €
ISBN: 9788403101395

Espectáculos

La influencia del trabajo en la vida

Un encargado a punto de jubilarse y el joven destinado a sustituirle comparten cinco jornadas en un mismo lugar: un enorme almacén vacío donde aparentemente nunca ocurre nada. El paso del tiempo, el incómodo silencio espacio, la desesperación de la espera, el conflicto generacional entre ambos personajes y el peso de una gran mentira irá forjando entre ellos un vínculo inquebrantable.



Almacenados

Teatro Arenal
c/ Mayor, 6 - Madrid

Amores reñidos

La zarzuela Luisa Fernanda vuelve al escenario madrileño con amores reñidos y desinteresados en un Madrid convulso y un paisaje extremeño con toques idílicos; conflictos amorosos y políticos en el final del reinado de Isabel II.

Luisa Fernanda, comedia lírica en tres actos estrenada el 26 de

marzo de 1932. Música de Federico Moreno Torroba. Libro de Federico Romero y Guillermo Fernández-Shaw.

<http://teatrodelazarzuela.mcu.es>

Teatro de la Zarzuela
c/ Jovellanos, 4 - Madrid

Hasta el 22 de mayo de 2011.
A las 20,00 h (excepto lunes y martes).
Miércoles (día del espectador) y Domingos a las 18,00 h.

Mayores de 65 años y Familia numerosa: 50% descuento.
Menores de 26 años: 30%.



En mayo música ante el Palacio de Oriente

Como viene siendo habitual, dentro del programa de actividades de Patrimonio Nacional, se celebra el Ciclo de conciertos “Primavera Musical en Palacio” durante los domingos del mes de Mayo:

Domingo, 8 de mayo: “El Ballet”

Domingo, 15 de mayo: “La Música Madrileña”

Domingo, 22 de mayo: “La Música para un Aniversario”

Domingo, 29 de mayo: “La Música Militar”

“PRIMAVERA MUSICAL EN PALACIO”

Plaza de Oriente a las 12,00 h.
ENTRADA LIBRE



Película solidaria

Mezcla de comedia, drama y romance, cuenta la historia de dos generaciones unidas por un clásico. La historia de Chano, un hombre de 70 años que decide



cumplir su sueño inscribiéndose en la universidad y se encuentra con el mundo de los jóvenes, de costumbres y tradiciones muy diferentes a las suyas. Con el Quijote siempre como ejemplo, Chano atraviesa la brecha generacional que los separa. Una historia inspiracional, motivadora y romántica que aborda temas de amistad, de lucha por alcanzar los sueños, de solidaridad y de amor. Dirigida por el mexicano Roberto Girault, la película se estrenó en México con una excelente acogida por parte del público. En España

se han organizado preestrenos solidarios en Madrid y Sevilla a beneficio de *Fundación Integra*, en Barcelona a favor de la *Fundación Soñar Despierto* y en Bilbao a beneficio de *Lo que de verdad importa*.

El Estudiante



LA PRIMAVERA

Germán Ubillos Orsolich

Cuenta la leyenda que el primer hombre y la primera mujer que habitaron la tierra quedaron aterrorizados al ver como el sol desaparecía más allá del horizonte y se hacía la noche. Pensaban que nunca más volverían a ver su luz y con ella todo el colorido del paisaje, de los campos, de las montañas, de los frutales, del mar. Algo parecido debió de acontecer cuando fueron cayendo las hojas de los árboles, hojas amarillas, naranjas, rojas y penetró el frío inmisericorde del invierno. También pensaron entonces que nunca jamás volvería la templanza, el calor, el viento suave del verano; se guarecieron en profundas cuevas, en cavernas, y comenzaron a pintar en sus rugosas paredes escenas de su vida desaparecida, de los animales, de la caza, de las pieles y los vestidos que se ponían cuando la temperatura era más elevada. Como experto en el “cambio climático”, sé que en determinado momento de la edad de los metales la temperatura en nuestro planeta subió cien grados en tan solo cien años y aún no existía ni la rueda ni el fuego y los habitantes de todo el planeta Tierra alcanzaban, escasamente, el millón de habitantes y no por eso desaparecimos ni nos extinguimos sino que continuamos la lucha por la vida.

Bien, tras el largo frío y oscuro invierno, llegó de forma imprevista lo que llamamos la primavera; un suave, progresivo y escalonado ascenso de las temperaturas, con el florecimiento de las flores, la nueva aparición de las hojas en los árboles y sus frutos, la hierba verde en los prados y en las montañas, y así ha sido durante miles y millones de años. Los seres humanos se vuelven más alegres, aumenta el apetito sexual (la primavera, la sangre altera: piénsese en la estrecha relación que existe entre la temperatura y la sexualidad, el apareamiento, la procreación, sobre todo en el mundo animal). Por eso, a la oscuridad de la noche sucede la luz del día, y al frío del invierno la templanza de la primavera y el calor del estío. ¿Por qué a esta vida, tantas veces tan dura, no va a suceder de una forma sorpresiva otra más amable y satisfactoria?, ¿por qué detrás de la muerte orgánica, como más allá de la noche y del invierno, no puede haber una nueva primavera y lucir de nuevo el sol; un sol que de tanta alegría nos parecería otro diferente en su luz y en su calor?

Los seres humanos, los terrestres, no podemos vivir sin luz y sin calor. Sin estos dos elementos tan indispensables no existiría la vida, ni la función clorofílica y si nos remontamos más atrás, mucho más atrás, no existiría ni el agua, ni la lluvia, ni el mar, ni el viento. Somos una maravilla dentro de otra maravilla. La vida en sí es un conjunto de excesivas casualidades maravillosas, aunque no estemos exentos tampoco del dolor, de la enfermedad y de la muerte. Pero tampoco lo están otros elementos de lo que llamamos la creación o el cosmos o el universo visible.

Los poetas siempre se han sentido muy inspirados en la primavera, también los enamorados, hasta los viejecitos sienten gratitud hacia el calorcillo del sol primaveral. Mi tía Angelina –una mujer soltera e inolvidable– decía que en el verano podían vivir igualmente los ricos y los pobres. En invierno, añadía, sólo podían vivir bien los ricos. Era la época de la postguerra civil española, los años cuarenta del siglo pasado que yo recuerdo muy bien.

Demos la bienvenida a esta nueva primavera en la que los pájaros, las plantas y los pobres de la Tierra pueden vivir sin apenas nada, sólo con el calor y la luz del astro rey.

Productos de apoyo para la vida autónoma



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



Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas

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

¡Estamos para informarle y asesorarle!

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

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

Tel.: 91 703 31 00 Fax: 91 778 41 17

Correo electrónico: ceapat@imserso.es

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



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD

SECRETARÍA GENERAL
DE POLÍTICA SOCIAL
Y CONSUMO



ANIVERSARIO
DEL PROGRAMA DE VACACIONES
PARA PERSONAS MAYORES

IMERSO

Un programa
con grandes
beneficios sociales
y económicos