

NÚMERO 308 / 2011

60

y más



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD



IMERSO

| LA NOTICIA

El nuevo Gobierno de España

| A FONDO

Abuelos y abuelas para todos

| ENTREVISTA

Rosa M^a Calaf, siempre en primera línea



TU TIEMPO ES TUYO.

Realiza tus gestiones por Internet
con tu DNI electrónico.



Infórmate llamando al 902 364 444 o en
www.usatudni.es



MINISTERIO
DE INDUSTRIA, TURISMO
Y COMERCIO

plan
avanza2»»



60

y más

Número 308 | Diciembre 2011

Sumario



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SALUD, 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.

PORTADA

Archivo.

ADMINISTRACIÓN

Concha Largo Rodríguez, Elena Garvía Soto.

COLABORADORES

Araceli del Moral, Andrea García, José M^a Calleja, Cristina M^a Alarcón y Patricia Pérez-Cejuela.

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.

6| LA NOTICIA

El nuevo Gobierno de España.

8| REPORTAJE

Expoclusura: Dulce patrimonio gastronómico.

14| ENTREVISTA

Rosa M^a Calaf, siempre en primera línea.

18| A FONDO

Abuelos y abuelas para todo.

24| ACTUALIDAD

29| CUADERNOS

2012 Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional. Jornada sobre el proyecto piloto "Cerca de ti". Cómo intervenir frente a la soledad de las personas mayores. Simposium Internacional sobre Envejecimiento Activo.

37| PUBLICACIONES

38| EN UNIÓN

Fundación Realmadrid: Programa Actividad Física para personas mayores.

42| CALIDAD DE VIDA

Diabetes, una enfermedad para tomársela en serio.

46| INFORME

La Globalización y su modelo de crecimiento: el Cuerno de África.

52| MAYORES HOY

Blanca del Rey, la mejor bailaora de flamenco.

56| CULTURA

Berthe Morisot, pintora impresionista.

58| MAYOR GUÍA

62| OPINIÓN

José M^a Calleja.



6/7 La Noticia



42/45 Calidad de Vida



46/51 Informe

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

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

LIBRO BLANCO DE LA COORDINACIÓN SOCIOSANITARIA EN ESPAÑA

En febrero de 2010 en el marco de la primera conferencia conjunta del Consejo Interterritorial de Sanidad y el Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia (SAAD) se acordó la elaboración de un Libro Blanco para la coordinación sociosanitaria, con la participación de las Administraciones competentes en la materia.

El Libro Blanco de la Coordinación Sociosanitaria en España sintetiza las experiencias que, sobre la materia, se están realizando por las distintas administraciones públicas. Ha significado el primer intento sistematizado por acercarse a las connotaciones peculiares de un asunto ciertamente complejo, pero cuyo tratamiento se hace imprescindible en los momentos actuales, en el que los sistemas de salud y de servicios sociales deben estar íntimamente coordinados en la medida en que lo importante son las necesidades concretas de las personas a quienes se dirigen.

El Libro se encuentra estructurado en dos partes diferenciadas. La primera parte se dedica a analizar el estado de situación de la coordinación sociosanitaria en España y al análisis de experiencias realizadas en el ámbito internacional, si bien con mayor detenimiento en las nacionales.

En esta primera parte se detallan las experiencias de coordinación sociosanitaria que se realizan en todas y cada una de las comunidades autónomas. El estudio se ha realizado a partir de los cuestionarios cumplimentados por ellas, así como de información complementaria que figura en las webs oficiales. Se describen con pormenor las citadas experiencias en cada una de las comunidades autónomas, agrupadas en los siguientes apartados: Normas y directrices que se encuentran vigentes. Organización de la coordinación sociosanitaria. Sistema asistencial. Administración y formación de profesionales. Sistemas de gestión. Financiación. Sistemas de información y nuevas tecnologías. Evaluación de la calidad y Análisis cuantitativo de las iniciativas desarrolladas por las comunidades autónomas.

La Segunda Parte contiene, sustancialmente, un conjunto de medidas concretas que podrían llevarse a efecto para poner en práctica, total o parcialmente, la coordinación sociosanitaria en nuestro país. Están relacionadas con el estado de situación de la atención sociosanitaria analizado en la primera parte.

El libro efectúa una labor de contextualización de las citadas medidas que resulta de interés para comprenderlas mejor: el progresivo envejecimiento de la población; la enfermedad crónica; la atención a la dependencia; la crisis económica y el gasto de los sistemas sanitario y social; el contexto estratégico, normativo y programático; y otras aproximaciones conceptuales y terminológicas, como la atención sociosanitaria, la atención integral, la atención integrada y atención global, el espacio sociosanitario, el centro sociosanitario, la red sociosanitaria, el paciente sociosanitario y la coordinación sociosanitaria.

El Libro Blanco contiene 63 medidas. Están definidas de manera concreta y precisa, y se acompañan con buenas prácticas que ya están llevando a cabo en comunidades autónomas. Las medidas se han agrupado en apartados y epígrafes dentro de cada apartado, según la estructura siguiente: Propuestas de innovación organizativa, propuestas de innovación asistencial y propuestas de innovación tecnológica.

Finalmente incluye un anexo en el que se recogen las reflexiones realizadas sobre la coordinación sociosanitaria en una jornada de trabajo con los agentes sociales, económicos y tercer sector con el fin de recibir sus sugerencias.

Asidua lectura

Después de recibir el nº 306 del 60 y Más, me atrevo a escribirle unas letras, para dar mi sencilla opinión al respecto.

El “Reportaje de la pág. 8 titulado “El verdadero secreto de la salud”, es una maravilla de exposición del tema. Es de una calidad y empatía que desborda al lector o lectora, que en este caso soy la que escribe estas letras.

En la pag 29 sobre la reunión del Pleno del Consejo Estatal creo que es muy acertada, para que en un futuro inmediato solucionar tantos problemas actuales y futuros inmediatos.

El artículo “Plan cuidate +” es tan apropiado para todos, que mi felicitación se extiende desde la primera letra, hasta la última (echa el freno con el salero).

Yo soy una asidua lectora de esta revista, desde hace muchos años. En aquel tiempo pertenecía al equipo de redacción de la revista mensual que editábamos en la Universidad Central de Barcelona para los alumnos mayores matriculados. Yo por un accidente terrorista el día 16-12-1986 en el que explotó una bomba en la casa de muebles Roix Bolax una firma francesa, me quedé sin vivienda. Todo se quemó y explotaron puertas, ventanas y tabiques. Lo perdimos todo, incluso se quemó mi “Obra Literaria” de toda una vida.

Cuando nos rehicimos del susto las perdidas y depresión, ya en otra casa, me matriculé en la universidad y en el año 1988 empecé de nuevo a escribir e hice un poema para la Paloma de la Paz, con un dibujo, que está esparcido casi por todo el mundo.

Mercé Nebot
Barcelona

Agradecimientos

Me dirijo a ustedes para agradecerles en nombre de la Fundación AMAYO, todos los envíos de la revista 60 y más, desde el año 2002, fecha en que hemos ido a la Conferencia Mundial sobre Envejecimiento. La revista es un ejemplo de todo lo que se puede hacer para los mayores, Nosotros de alguna manera seguimos trabajando para beneficio de los mayores en estado carenciados, desde el año 1989. Por fin, hemos terminado un comedor hermoso, con instalaciones muy buenas y damos un almuerzo semanal todo el año, van 200 mayores a la hora del almuerzo. Como los años pasan y nuestras fuerzas están un poco

debilitadas, hemos nombrado una coordinadora joven, que es la encargada de administrar los almuerzos y las donaciones. Últimamente hemos tenido la suerte, que una fundación nos ha donado alimentos para un año, pero sólo da para un día a la semana.

En fin que pienso que esta es una manera de informarles que seguimos en la lucha, como normalmente se dice, y así agradecerle al Imsero la atención que han tenido todos estos años enviándonos la revista. De paso quiero confesar, que envidiamos todo lo que hacen para beneficio de los Adultos Mayores.

Noemi Mello

GRACIAS MAMÁ

Hoy es un día triste. A nuestra madre se le ha parado el corazón para siempre... Por eso queremos rendirle un pequeño homenaje y decirle que, en el sorteo de la vida, podemos decir que hemos tenido la mejor madre del mundo.

Gracias Mamá:
Por habernos dado la vida.
Por enseñarnos las primeras palabras.
Por acompañarnos en nuestros primeros pasos.
Por soportar nuestras trastadas.
Por las largas noches en vela.
Por alimentarnos.
Por haber cuidado de papá.
Por haber estado todas las noches desvelada sin dormir.
Porque hemos tenido un padre

maravilloso, bueno y excelente persona.

Por abrigarnos.
Por habernos dado cariño.
Por haber sido una heroína ante las adversidades de la vida.
Por tus valores y por tus principios, destacando de ellos, la humildad, el respeto y la honradez.

Y por tanto sacrificio: Gracias Mamá. Tus hijos te adoran y, a partir de ahora, te llevaremos en nuestros corazones con todo el amor que te mereces. Nos sentimos muy orgullosos de ti.

Un beso eterno de tus hijos.

Concha Largo
Madrid

EL NUEVO GOBIERNO DE ESPAÑA



Foto de familia del nuevo Gobierno con los Reyes de España.

Coordina: Inés Gonzalez.

Fotos: Moncloa y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

El nuevo presidente del Gobierno español, Mariano Rajoy, anunció el pasado 21 de diciembre el equipo que le acompañará en la tarea de sacar al país de la crisis, rodeándose de un grupo de gran calado económico. Mariano Rajoy, cuyo partido consiguió la mayoría absoluta en las elecciones generales de noviembre, dio a conocer la composición a los integrantes de su Ejecutivo tras convertirse oficialmente en el sexto presidente del Gobierno

español desde la restauración de la democracia, al jurar su cargo en una ceremonia celebrada ante los Reyes y distintas autoridades.

El líder del PP volvió por la tarde al Palacio de la Zarzuela para comunicar al Rey la composición de su Gabinete, antes de hacerla pública en una breve comparecencia informativa celebrada en el Palacio de la Moncloa. Como se esperaba, la hasta ahora portavoz parla-

mentaria del Partido Popular y mano derecha de Rajoy, Soraya Sáenz de Santamaría, fue designada vicepresidenta del Gobierno, cargo que compartirá con el de ministra de la Presidencia y portavoz del Ejecutivo.

El nuevo Gobierno comprende trece ministros, de manera que será el más reducido de la democracia, con un miembro menos que los que tuvo el Ejecutivo de José María Aznar de 1996, hasta ahora el menor de esta etapa.



Composición del primer Gobierno de Mariano Rajoy de izda. a dcha y de arriba abajo: Vicepresidenta primera, ministra de la Presidencia y ministra Portavoz: Soraya Sáenz de Santamaría; Ministro de Economía y Competitividad: Luis de Guindos; Ministro de Asuntos Exteriores y Cooperación: José Manuel García Margallo; Ministro de Justicia: Alberto Ruiz-Gallardón; Ministro de Defensa: Pedro Morenés; Ministro de Hacienda y Administraciones Públicas: Cristóbal Montoro; Ministro de Interior: Jorge Fernández Díaz; Ministra de Fomento: Ana Pastor; Ministro de Educación, Cultura y Deporte: José Ignacio Wert; Ministra de Empleo y Seguridad Social: Fátima Báñez; Ministro de Industria, Energía y Turismo: José Manuel Soria; Ministro de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente: Miguel Arias Cañete y Ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad: Ana Mato.

ANA MATO

MINISTRA DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD



La nueva ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Ana Mato, recibe la cartera ministerial de manos de su antecesora en el cargo, Leire Pajín.

Ana Mato, Licenciada en Ciencias Políticas y en Sociología por la Universidad Complutense de Madrid y profesora tutora de la UNED, se hace cargo del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. A este ministerio le corresponde la propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia de salud, de planificación y asistencia sanitaria y de consumo, así como el ejercicio de las competencias de la Administración General del Estado para asegurar a los ciu-

dadanos el derecho a la protección de la salud.

Asimismo le corresponde a este ministerio la propuesta y ejecución de la política del Gobierno en materia de cohesión e inclusión social, de familia, de protección del menor y de atención a las personas dependientes o con discapacidad, y de igualdad. Este Ministerio dispone, como órgano superior, de la Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad.

Expoclausura: Dulce patrimonio gastronómico

Este año se celebra la XV edición de Expoclausura, la exposición de productos navideños de los conventos, abadías y monasterios de clausura, del 8 al 18 de diciembre, en el centro comercial ABC Serrano de Madrid. Gracias al trabajo y buen hacer de su promotor, Miguel Ángel del Puerto, los madrileños, y cuantos visitantes se acerquen a la capital, pueden disfrutar de los manjares tradicionales de estas fiestas, desde los polvorones, los mazapanes y los turrone, a los bombones, los mantecados, los hojaldres, las mermeladas y los vinos y licores de gran variedad y exquisitez, elaborados y embasados primorosamente por 42 conventos, con una relación calidad precio indiscutible.

forma ininterrumpida en Madrid, trasladando su ubicación en el año 2000 al Centro Comercial ABC Serrano.

Los entresijos de la Feria

Miguel Ángel cuenta con la ayuda de amigos y voluntarios así como con una empresa personal porque se necesita un ente legal para facturar, contratar, etcétera. "El Centro Comercial Serrano se involucra en la exposición y en la promoción publicitaria, aunque lógicamente nos tiene que cobrar, porque estamos en uno de los sitios más elitistas de Madrid".

Miguel Ángel dedica todo su tiempo libre a preparar la exposición, de hecho en el mes de marzo empiezan sus primeros contactos con los conventos y a partir de septiembre es un no parar porque hay cientos de productos diferentes, los precios son diferentes y provienen de distintos conventos.

Hasta ahora han ayudado 16 amigos pero para esta edición probablemente solo lo hagan 12, porque aunque son voluntarios trabajan 10 o 12 horas cada día y aunque no se les pague hay que tener un gesto con ellos. "Son personas de confianza porque según el coordinador, a los religiosos les tiene que llegar el cien por cien de los pedidos. Todos confían en mí y yo me vuelco para que salga bien". Teniendo en cuenta la situación de crisis económica, el objetivo es ajustar la mercancía todo lo posible para que no sobre nada y si queda algo sin vender, hacer un baratillo. Uno de los

Texto y Fotos: Andrea García y Archivo

Este mercado navideño cumple un doble objetivo, que los compradores adquieran los mejores productos de dulcería y que, al mismo tiempo, ayuden al mantenimiento de estas comunidades religiosas de vida contemplativa, que merced a su entrega y a su trabajo, están contribuyendo al sostenimiento de un singular patrimonio histórico artístico, como son las abadías, conventos y monasterios, distribuidos por toda España. En la pasada edición el balance fue de 10.000 visitantes, cifra que se espera igualar o superar esta Navidad.

Un geólogo decidido a ayudar a los conventos

El alma mater de Expoclausura es el geólogo y profesor de Instituto, Miguel Ángel del Puerto, responsable de la inauguración de este mercadillo,

por primera vez, en la Navidad de 1997, en el Centro Comercial Puerta de Toledo. Conoce de primera mano la situación de las congregaciones de clausura, por su relación con una tía abuela carmelita y porque durante sus desplazamientos, por razones de su profesión de geólogo, ha visitado los monasterios y los conventos. Miguel Ángel ha observado el envejecimiento de las congregaciones, las carencias con las que viven -recuerda que en uno de los conventos le contaron que solo comían pescado o carne una vez al mes-, y las dificultades económicas que atraviesan para poder restaurar y mantener los edificios. En algunos conventos -dice- han tardado varios años en poder cambiar los cristales rotos de las ventanas. Miguel Ángel tras una primera toma de contacto con varias congregaciones y con CLAUNE una congregación que ayuda a los conventos hizo posible el nacimiento de Expoclausura con la participación de 17 conventos, celebrándose de



que un producto sea distinto a otros.

¿Trabajan ustedes mucho para preparar la dulcería de Navidad?

Trabajamos muchas más horas aunque tampoco es que nos duramos el resto del año. Tal vez no haya tanta demanda por la época de crisis que nos toca vivir. Ciertamente durante los tres últimos años hemos venido notando

que vendemos menos. Los dulces no son un artículo de primera necesidad y claro las economías están muy ajustadas y la nuestra también, porque es nuestro trabajo y nuestro medio de vida.

¿Cómo transcurre una jornada de su trabajo?

Nos levantamos a las 6'30 de la mañana. Lo prioritario es el Señorxx que es a quien dedicamos nuestra vida y nuestra existen-

cia. Nuestra jornada comienza con tiempos largos de oración personal, oración litúrgica y con la celebración de la Eucaristía. Cuando concluimos ese espacio de tiempo, que es el mejor porque es cuando nos hemos levantado temprano y estamos despejadas, y nos hemos dedicado al Señor, desayunamos y comenzamos nuestro día de trabajo.

Expoclausura nos ofrece cientos de productos artesanales de la mejor calidad y tradición de la dulcería conventual a muy buenos precios. Como decía Santa Teresa "Dios anda entre los pucheros" y podemos añadir que también anda entre los obradores de estos conventos de clausura, que hacen de la repostería un arte divino. El coordinador Miguel Ángel del Puerto reitera su mensaje, se ayuda a un colectivo singular y muy necesitado, y es tan bueno lo que hacen, por las manos que tienen, que al comprar nos llevamos lo mejor que se puede encontrar en esta Navidad.



• **El turrón:** En el convento de las hermanas Clarisas de Ávila viven 16 hermanas y de su obrador sale uno de los mejores turrónes de yema. "Bueno eso es muy subjetivo", dice la hermana María Teresa, es verdad que se vende muy bien, pero

también tienen mucha aceptación los turrónes de chocolate, jijona y muchísimo el pan de Cádiz. El pan de Cádiz es diferente del resto de las tabletas de turrón, por eso se llama molde o pan. Es frecuente que los turrónes tengan una sola capa de

confitura de calabaza o de manzana, mientras que el nuestro lleva dos capas, una con relleno de yema confitada y la otra con frutas variadas picadas. El corte es muy bonito y está muy rico.

¿Son recetas de la comunidad?

Nuestras recetas son muy peculiares. Por ejemplo el turrón de yema tostada lo normal es que a la almendra y la yema se le ponga por encima un licor, que puede ser de ron o coñac y el azúcar para flamear. En cambio nosotras le ponemos una capa de yema confitada auténtica y la tostamos y esto hace que el sabor a yema tostada sea más intenso.

¿Innovan ustedes sus recetas?

Nos hemos dado cuenta que la venta se sostiene a base de una buena calidad y por eso, además de incluir nuevos productos, procuramos mejorar su elaboración como hemos hecho con nuestros chocolates. Elaboramos turrón de chocolate con piñones y pasas y otro con whisky. En Navidad también vendemos muchísimo "Corazones de Santa Teresa" y "Delicias de yema", unas piezas de almendra y yema que no se encuentran en otro sitio. Son unos dulces de creación nuestra y están entre las yemas y los pastelitos de gloria. La base de todos los productos navideños son la almendra, las frutas y las yemas. Luego están las proporciones, la forma de hacerlo y demás, lo que hacen





Polvorones.

la Estepa (Sevilla), en el que viven 13 monjas, ésta es su primera edición en Expoclausura. La superiora sor Josefa María dice que traen Mantecados, roscos de vino, mazapán y polvorones.

¿Desde cuando elaboran los polvorones y mantecados?

De toda la vida. Nosotras somos fundación desde 1599, pero hasta principios del siglo XX las monjas no comenzaron a elaborar en el obrador los polvorones y el mazapán. Se nos da a todas bien, vamos rotando mensualmente y siempre seguimos la receta tradicional.

¿Son diferentes sus mantecados y polvorones?

Creo que sí, porque incluso de aquí de la Estepa vienen los mantecaderos a comprarnos los roscos y los mantecados para sus familias. Fabricamos nuestros productos entre sep-

tiembre y diciembre y en el torno, entre los visitantes de la Iglesia, vendemos bastante. Tienen que animarse y probar nuestros polvorones y mantecados porque están buenísimos. No tienen comparación unos con otros, que los prueben y ya verán.

LA REPOSTERÍA NAVIDEÑA

En la repostería española se aprecian la influencia de la cocina del ándalus, la sefardí y la conventual. A partir de la Alta Edad Media los conventos y monasterios serían los depositarios de los conocimientos y secretos surgidos en torno a la repostería y la pastelería que elaborarían en sus obradores empleando los productos de sus huertas y granjas.

En el origen del turrón, atribuido Al – Ándalus, están las almendras y la miel, siendo posterior la invención del mazapán, que data del siglo XI, aunque no se divulgó este manjar hasta dos siglos después. Se atribuye su creación a las monjas del convento de San Clemente de Toledo, que trataron de paliar una terrible hambruna que se produjo tras la batalla de las Navas de Tolosa de 1212. La historia de los polvorones es muy posterior, comenzando en el siglo XVI y por motivos muy diferentes a los del mazapán, puesto que fue una abundante cosecha de trigo y un exceso de manteca de cerdo, bien en Antequera o bien en la Estepa fue lo que llevó al polvorón a ser un producto de nuestra confitería.

como las de los monjes de Santa María de Huertas (Soria). Los más sibaritas pueden degustar delicias como las castañas de mazapán bañadas en chocolate, de las monjas del Cister de Toledo, los madroños de mazapán, los mazapanes rellenos del convento de Llerena de Badajoz, los amarguillos bañados en chocolate de unas monjas de Calahorra (La Rioja) que son una auténtica locura, o unas virutas de hojaldre enroscado hecho de un convento de Gradefes (León).

Exquisiteces de norte a sur

Siguiendo una imaginaria ruta geográfica, en Expoclausura 2012 podemos adquirir pastas de nata y vainilla de las monjas de Trasmañó en Redondela, Pontevedra o de las carmelitas de Oviedo (Asturias); los turrone y mazapanes de las Clarisas de Ávila. Los monjes de



Miguel Ángel del Puerto.

Santa María de Huertas (Soria) nos ofrecen sus mermeladas de café, melón, cardamomo con canela, tomate, peras al vino, limón y frutas como la fresa o el melocotón, unos auténticos innovadores comparables a los creativos del restaurante el Bullí, dice sonriente Miguel Ángel. De un convento del pueblo madrileño de Valdemoro es el turrón de la abuela, consistente en un guirlache con almendra



picadita y bañado en chocolate y desde Extremadura, el convento de Siruela ofrece mazapanes y turrone e incluso panelles de nueces y café. De Toledo proceden los riquísimos mazapanes del convento de Santo Domingo de Toledo y del convento de Quintanar de la Orden (Toledo) son unas figuritas de mazapán planas muy raras. De la Estepa (Sevilla) llegan a la feria los mantecados, los polvorones y las barras de mazapán y de Benicasim (Castellón) el licor de los monjes Carmelitas del Desierto de las Palmas, comercializado desde 1986, además de los vinos de moscatel, de mesa y el licor de café.

PRODUCTOS DE LA MEJOR CALIDAD

• **El Mazapán:** En el convento cisterciense de Santo Domingo el Antiguo de Toledo viven 12 hermanas, la madre superiora nos explica que durante todo el año hacen mazapanes, galletas, hojaldres, mancheguitos, rosquillas de chocolate y empanadas de hojaldre por encargo. "Nos viene muy bien participar en la Feria a la que vamos desde el primer año".

¿Tiene algún secreto el mazapán de su convento?

No existe ninguna receta secreta, lo único es que no hay que echarle harina, sus ingredientes son el azúcar y la almendra, mitad de azúcar y mitad de almendra marcona.

• **Los Polvorones:** Para el monasterio de Santa Clara de Jesús de

mayores costes es el transporte, que se realiza normalmente a través de las agencias, pero que, cuando se pueda, se acuda a personas de confianza de los conventos, porque así la mercancía viene intacta.

Variedad de productos procedentes de 42 conventos

Actualmente se dedican a la repostería unos 250 conventos en toda España, de los cuales, 42 participan en la Exposición, haciéndolo por primera vez el de Santa Clara de la Estepa, que envían mantecados y un mazapán especial, y el de las jerónimas de Toral de los Guzmanes de León, que ofrecen unos dulces llamados naranjines y huesos de fray escoba, dulcería típica del convento de las Car-



boneras de Madrid que han dejado de elaborar, porque sólo quedan 9 hermanas. Normalmente, cuando desaparecen los conventos, sus miembros pasan a otras congregaciones llevándose con ellos sus obradores y sus rectas, de forma que sus conocimientos culinarios e incluso sus secretos pervivan. Secretos como, por ejemplo la fabricación de las yemas de San Lean-

dro en Sevilla, elaboradas con batata y con una corteza de azúcar gruesa, embaladas en cajas y que hay que conservar en frigorífico, o toques especiales que diferencian los mazapanes o los turrones.

Predominan en la exposición los dulces navideños como los turrones de 40 tipos, 60 clases de mazapán, polvorones, mantecados y además otros productos de repostería como las pastas de nata, de jerez y anís, los hojaldres o la carne de membrillo de una congregación madrileña. A diferencia de las monjas, los monjes se encargan de fabricar vinos dulces y algunos también de mes, como el licor Carmelitano y el moscatel de los monjes Carmelitas de Las Palmas de Benicasim y también mermeladas



Rosa María Calaf

Siempre en primera línea.

Todos recordamos sus crónicas, su análisis incisivo y detallado, su dominio del tiempo a la hora de contar el suceso, y su manera de explicarlo. Quedaba claro, entendíamos lo que escuchábamos y, lo que es más importante, nos lo creíamos. Rosa María Calaf tiene esa capacidad de convencer y hacer comprender, exponiendo argumentos de peso y sin prescindir de matices de opinión. Tras una larga carrera periodística, ahora continúa en primera línea a su manera, como siempre, contando lo que piensa, lo que ve y lo que aprende, poniendo su experiencia y conocimiento al servicio de la sociedad.

Texto y fotos: Cristina Alarcón

Llego a la estación de Atocha y veo que está hablando con otra mujer. Quiere aprovechar cada minuto para atender a todo el que quiere charlar con ella, y somos muchos. Cuando estoy sentada frente a Rosa, el tiempo pasa volando, y escucharla es un más-

ter en periodismo concentrado en unos minutos. Contesta a todo lo que se le pregunta ahondando en la materia, no se queda en la superficie y me da la impresión de que le pasa con todo en su vida. Solo mirar no sirve para ella, necesita poner los cinco sentidos y

morder la verdad, lo que vive en cada momento.

Periodista y abogada, Rosa Calaf ha trabajado en televisión y radio, persiguiendo la noticia durante casi cuatro décadas. Pero, sobre todo, será recordada por su trabajo como corresponsal en Moscú, Viena, Buenos Aires, Nueva York, Canadá, Roma y, por último, en la región Asia-Pacífico. Ha recibido numerosos e importantísimos premios, pero creo que para ella el mejor premio ha sido su profesión. Y ahí la tienen, jubilada y recorriendo el mundo siempre que puede para conocerlo todo, para vivir en primera persona cada realidad. Después la analiza, la interioriza, y suma a su experiencia y conocimiento todo lo que se ha colado a través de su retina. Como una gran dama, a mí me gusta decir que ella es “La Calaf”.

—Rosa, usted lleva muchos años luchando por cambiar el tratamiento



que se hace de los mayores en nuestra sociedad...

Es que creo que se ha avanzado muy poco en este tema. ¿Por qué se llama a una persona de 67 años anciano? ¿Por qué se critican ciertas cosas de la gente mayor? La sociedad no sigue el cambio social que hay, y las personas mayores tenemos que modificar ese concepto de “mayor” cuando llegamos a cierta edad. Está claro que, por razones obvias de salud, de formación, de posibilidades, etcétera, los mayores de ahora no son los mayores de antes. Eso no se ha explicado bien en los medios de comunicación, y se siguen perpetuando esos modelos totalmente obsoletos, como el típico “abuelo cebolleta” que refleja ciertas cosas, que es despistado, que no se entera... También se habla mucho del mayor como víctima: víctima del abandono, víctima del maltrato, de la soledad... Todo esto sí sale en los medios, y existe en algunos casos, pero no son la mayoría. Se produce entonces mucha distorsión de la imagen real. Por otro lado, no hay presencia de los mayores en actividades en las que realmente están, y eso podría ser bueno como aportación de experiencia, como aportación de conocimiento. Pero no, siempre aparecen como cuidadores, quedándose al tanto de los nietos, etcétera. En lugar de aparecer como personas que tienen la satisfacción del camino recorrido, y que en ese camino han aprendido un montón de cosas que les van a servir para iniciar una etapa nueva cuando llega la jubilación.

–Usted ya está jubilada, ¿cómo vive esa etapa?

Yo estoy muy bien, para mí no supuso un problema. Ése es otro error que se comete con frecuencia, pensar que la jubilación es el final, y no es final de nada, solo termina una etapa que da paso a otra que comienza. Y desde luego,

la presencia de los mayores puede servir de mucho y podemos aportar más aún a las generaciones que nos siguen. Nadie hemos nacido enseñados y qué mejor que aprender de aquel que sabe y ha vivido más. Ese vínculo del aprendizaje, de la memoria, de la historia... es muy importante no perderlo. Y hemos estado construyendo una sociedad que desprecia todo eso, que no lo valora y, sin darse cuenta, lo está perdiendo. Estamos perdiendo unos valores que en algún momento vamos a necesitar y veo que se está prescindiendo de algo que realmente se necesita. Por mi experiencia, tantos años viendo el mundo, he aprendido mucho y me he dado cuenta de que se cometen grandes errores. Hoy en día hay muchos países, por ejemplo Japón, que están cambiando su modo de pensar. Hubo un momento en el que, por la influencia occidental, se trataba de apartar a los mayores, siendo una cultura ésta con un gran respeto por las personas de avanzada edad y que reconoce la sabiduría. Pero, durante un tiempo, parecía que empezaba a suceder esto, que se arrinconaba a los mayores, se jubilaban muy pronto y comenzaban a tener una presencia casi ridícula. La situación está cambiando y se ha visto que la gente que puede tener un papel activo dentro de la sociedad, tiene que tener apoyo para desempeñarlo, aportando y contribuyendo con su experiencia. Por esta razón, se fomenta que las empresas no jubilen a las personas cuando llega la llamada “edad de la jubilación” si no lo desean los protagonistas, y si se producen dichas jubilaciones, se está intentando que se ofrezcan cursos diversos, programas de creación de empresas, etcétera. Básicamente, lo que se hace es promover que las personas mayores tengan la posibilidad de seguir moviéndose, siendo de utilidad a la sociedad y, al mismo tiempo, sintiéndose útiles –que no es lo mismo–, no solo en el ámbito personal y familiar. Este mensaje hay que transmitirlo y los medios

“La noticia es un bien muy delicado y no puede estar dependiendo de los intereses del mercado”

de comunicación no lo están haciendo, están perpetuando el estereotipo del mayor, y así perdemos todos.

–¿Ser mayor y mujer conlleva más dificultades?

Si ya el hombre mayor tiene poca visibilidad dentro de los medios, la mujer mayor, prácticamente ninguna. Ahora no recuerdo bien los datos, pero, según un estudio de la Unión Europea acerca de la televisión, creo que de 9.000 personajes que salían en este medio, solo 57 eran mayores, y la mayoría hombres, por supuesto. Ser mayor y mujer es anularte totalmente dentro de los medios. Parece que la mujer ha desaparecido cuando llega a esa edad, ¿por qué? Porque se supone que ha perdido ese papel atractivo que va unido al papel reproductivo, y eso hay que romperlo totalmente. Ése no es el único papel de la mujer y deberíamos terminar con estas creencias. Tiene que ver también con que, a pesar de que creamos lo contrario, no se ha logrado una igualdad real todavía entre hombre y mujer. En parte del mundo, por supuesto que no, pero es que, en la sociedad occidental, tampoco. Incluso, en este momento, se están produciendo retrocesos bastante serios, y eso, cuando se llega a ser mayor, se acusa todavía más; cada vez nos encontramos con más pretextos para figurar en primera línea. Ahí deberíamos ser todos muy conscientes de lo que sucede, y una buena manera de luchar contra lo que ocurre sería a través de los medios. Por ejemplo, tanto en prensa como en radio y televisión, contando con esas personas mayores cuando haya que buscar opiniones, cuando haya que escuchar a expertos en ciertas materias, en debates

y coloquios... Cuando aparece la figura de la mujer mayor, siempre es en el entorno personal y familiar. Y si resulta ser alguien con un bagaje profesional importante, suele hablarse de esa persona en un tono crítico o frívolo. Una mujer que llega a tener un papel importante en la política, en la empresa, en la ciencia, o en cualquier ámbito, siempre es criticada por algo. Y, en estos momentos, la presencia de la mujer mayor en activo en la televisión en España es prácticamente inexistente. Cada mujer, en su ámbito sea el que sea, ha realizado una serie de logros, todo eso hay que saber reconvertirlo en algo útil, que lo es sin ninguna duda, para cuando se es mayor y no se está en esa primera línea.

-Rosa, pero en su caso no ha ocurrido...

Yo estoy sorprendida porque, sinceramente, nunca pensé que haciendo noticias -que es lo que he hecho toda mi vida- iba a volver aquí y me iba a encontrar con que la gente me para por la calle con muchísimo cariño, me acogen con verdadero afecto, y resaltan que me creían cuando me escuchaban. Y eso es lo mejor que se le puede decir a un periodista. Mi primera línea ahora es, por un lado, transmitir a la gente joven esa necesidad de la buena información, de un periodismo riguroso, el periodismo como servicio... Y por otro, concienciar a la gente mayor de la necesidad de que se produzca un envejecimiento activo, que todo eso que has acumulado se reconvierta y se ponga al servicio de la sociedad y de los demás. No solo es un acto de generosidad, si no que beneficia a uno mismo, el hacer cosas por y para los demás siempre enriquece muchísimo. Eso tiene que ser reconocido y la lucha es responsabilidad de aquellos que tenemos acceso a los medios y a foros donde la gente te escucha. Ese valor tiene que ser reconocido y apreciado: el mayor tiene que desempeñar su papel fundamenta-

dentro de la sociedad, entre otras cosas, porque la memoria es algo importantísimo, y una sociedad sin memoria es tremendamente peligrosa para sí misma.

-¿Cómo disfruta de su tiempo libre?

La verdad es que, aunque esté jubilada, no tengo ningún tiempo libre. Nunca lo he tenido, siempre he creído que "mi tiempo libre" era para aprovecharlo en disfrutar haciendo mi trabajo cuando estaba en activo. Y ahora, seguir saciando mi curiosidad, observando todo lo que puedo, mirando a diestro y siniestro, tratando de contar lo que veo, y tratando de contar lo que creo que puede ayudar -aunque puedo estar equivocada, por supuesto-. Sigo viajando mucho, recorro España dando charlas y colaborando con asociaciones, ONGs, colegios, etcétera. Todo eso lo hago encantada para compartir experiencias, y porque me enriquece muchísimo. Pero, a parte de eso, todos los años me estoy marchando tres meses de viaje a otros países, en coche, pateándome todo y sean cuales sean las condiciones. El año pasado me hice 13.000 kilómetros en coche por Australia, este año me he hecho 8500 por Sudamérica, ahora me voy a Méjico y también haré otros tantos... Lo que quiero es seguir viviendo esa experiencia para seguir satisfaciendo mi curiosidad y "cargando pilas". Aprender como vive la gente, ver de primera mano como viven otros países y, además, hacerlo ahora sin prisa, con la posibilidad de saborearlo porque no existe una obligación de hacer nada de inmediato. Y eso lo noto muchísimo, ya que mis últimas etapas en el periodismo han sido muy agitadas, y con mucha presión en cuanto a las prisas. Y ésa es mi manera de crecer y de ejercer.

-¿Qué ha cambiado en usted?

Bueno, soy igual de curiosa, igual de entusiasta, igual que siempre... pero aho-

"Una sociedad sin memoria es tremendamente peligrosa para sí misma"

ra no tengo que trabajar de la misma manera todos los días. Es de otra forma, ese compromiso con el oficio y su servicio, lo que conllevaba... ha cambiado; ahora es un compromiso con la sociedad y conmigo misma. Yo creo que es algo que todos queremos, estar en paz con esta sociedad y dejar las cosas un poco mejor de lo que las hemos encontrado. La forma de hacerlo es que cada uno desarrolle su talento, su disfrute...

-¿No se ha planteado escribir un libro contando sus experiencias?

Me lo han propuesto muchas editoriales pero es que, realmente, escribir me da muchísimo respeto; ésa es la razón principal de por qué no lo hago, y, por otro lado, supondría pararme. Yo no sería capaz de escribir con esta agitación, no paro de moverme, voy a muchos sitios y hago muchas cosas y todas conllevan una preparación porque me gusta prepararme muy bien para todo. Dedico el tiempo que creo necesario. Ahora estoy en una etapa en la que, por una parte, disfruto de la enorme fortuna que es tener estos foros donde compartir experiencias y decir lo que yo creo, sin ningún tipo de presión competitiva; y, por otra parte, tengo la obligación de hacerlo, porque como mayor, tengo que contar todo lo que he aprendido y la experiencia que he adquirido. Siempre he pensado que he sido muy afortunada en mi vida, he tenido componentes, condiciones objetivas que me han permitido hacer muchas cosas -y eso es suerte-, no tiene más valor que la capacidad de aprovecharlo. Que se hayan dado todas esas circunstancias que me han permitido hacer todo lo que he hecho, me hace sentirme afortunada, aunque yo lo haya



aprovechado. Y ahora tengo que devolver algo de esa gran suerte.

—¿Ha sacrificado muchas cosas en el camino?

No, porque generalmente, enfocado a una mujer, se suele pensar en sacrificio a renunciar en el aspecto personal. No haber tenido hijos, por ejemplo, se ve como un sacrificio, pero yo nunca he querido tener hijos. Siempre he tenido claro, desde bien pequeña, que mi realización vendría por mi trabajo, por mi profesión y por hacer aquello que quería hacer. Si yo hubiera querido compatibilizar mi profesión con tener hijos, no habría sido posible siendo como soy. Para mí no lo era, no lo veía compatible, una cosa hubiera condicionado la otra, una de las dos se habría resentido, y no era justo. Lo que yo quería hacer es lo que he llevado a cabo, pero no es un sacrificio porque he sido muy afortunada y una privilegiada de poder hacer lo que más me gustaba.

—También ha sido muy valiente...

De alguna manera sí, porque mi trabajo requería en algunos momentos tener muy claro lo que quería, y tener la capacidad de sacrificar de vez en cuando mi tiempo en familia o con mis amigos, mi tiempo de ocio... Yo no he hecho vacaciones de un mes desde hace cuarenta años, no porque nadie me obligara, sino porque yo lo creía conveniente. ¿Eso es un sacrificio? Quizá por una parte sí, pero nunca lo he sentido como tal. Precisamente, por la suerte que he tenido, nunca he sentido que mi trabajo me pesara. Cuando se terminaban esos periodos de vacaciones y tenía que regresar a trabajar, me apetecía muchísimo y no me resultaba una faena. No digo que eso sea lo que hay que hacer o que es lo que está bien, pero sí era para mí lo que yo quería hacer y lo que me apetecía. Es mi opción y lo ideal es que cada uno elija lo que quiere o prefiere hacer, lo que le encaja más o lo que le va a permitir desarrollarse mejor, y eso tiene que estar en sintonía.

—¿Cree que la esencia del periodismo, tal y como usted lo vive, se ha perdido?

Se ha perdido muchísimo, claro que hay buen periodismo pero es una minoría. Se ha desviado el objetivo. Las empresas periodísticas se han convertido en eso, en empresas, y el objetivo ahora es la cuenta de resultados, no la excelencia informativa, y en el momento en que conviertes la noticia en mercancía, haces que pierda su valor. La noticia es un bien muy delicado y no puede estar dependiendo de los intereses del mercado. Ese componente de “servicio”, de ayudar a crear una sociedad sana, con elementos de juicio cabales, documentados, que le permitan decidir con conocimiento plural, honesto y riguroso, se está perdiendo. Si ahora nos fijamos, estamos eligiendo muchas cosas que son un peligro para nuestra sociedad y nuestro futuro.

—Eso va ligado a una pérdida de valores...

Por eso mismo yo creo que se está bariendo la experiencia y a los mayores de los medios de comunicación. Ahora se transmite una manera diferente de lograr el éxito, que es a base de conseguir cosas, no de ser persona. Se pretende crear una sociedad que consuma, no que piense y que trabaje por el bien común de la mayoría, y no solo de unos cuantos... Se frivoliza y se banaliza, por eso mismo los mayores estorban. Los jóvenes no sois más tontos o más malos, simplemente, habéis crecido ya dentro de este sistema, y es lo que hay que tratar de frenar. Hay que enseñar otras cosas porque la sociedad la construyen los pensadores, los científicos, todo aquel que trabaja por esa misma sociedad y no por el afán de tener. Si lo único que nos importa es esa capa frívola, ¿dónde vamos a parar? Estamos siendo peligrosos para nosotros mismos...

Según la investigación “Abuelos y abuelas... para todo. Percepciones en torno a la educación y el cuidado de los nietos”.

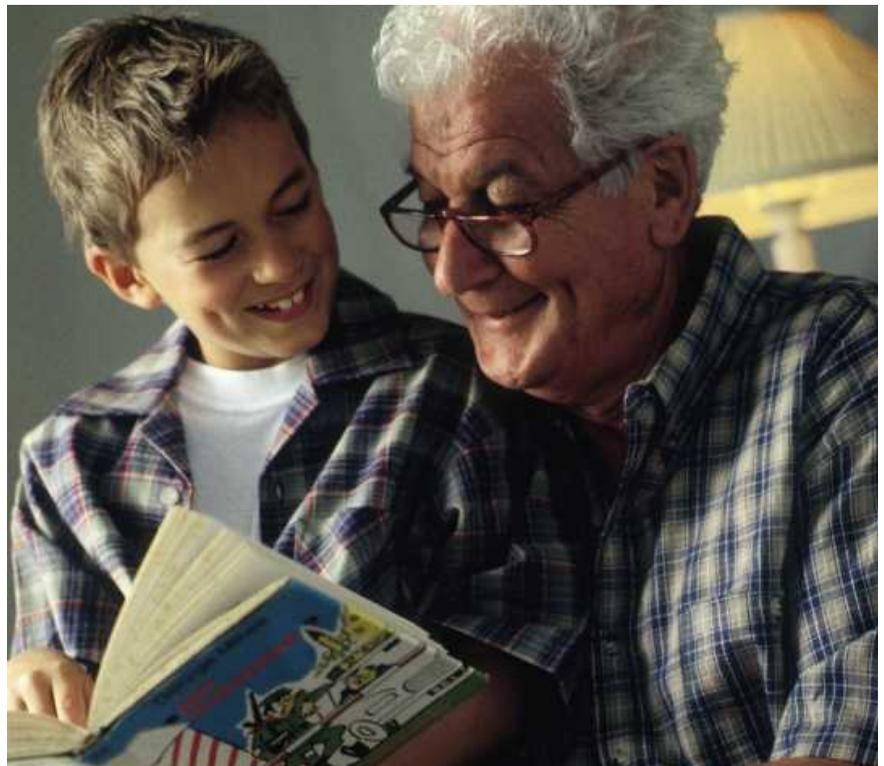
La clase social puede marcar la diferencia entre disfrutar de los nietos o sentirse “utilizados” por los hijos

Los abuelos y abuelas españoles se sienten divididos entre el disfrute que les produce poder pasar tiempo con sus nietos y el agobio que supone una excesiva responsabilidad en su cuidado y educación. La delgada línea divisoria entre ambos sentimientos viene marcada claramente por la clase social: En familias donde los recursos económicos son escasos (y no hay posibilidad de contratar canguros o guarderías) los padres delegan excesivamente en los abuelos y abuelas que afirman sentirse “angustiados” y “utilizados”.

Coordina: Inés González
Fotos: Archivo

Esta es una de las principales conclusiones de la investigación sociológica “Abuelos y abuelas... para todo. Percepciones en torno a la educación y el cuidado de los nietos”, realizada por la FAD y Obra Social Caja Madrid. La investigación pone de manifiesto que los abuelos y abuelas españoles se han convertido en el colchón protector de muchas deficiencias sociales sobre todo para familias de clase media/baja que no tienen posibilidad de acceso a recursos de apoyo para el cuidado de los más pequeños (canguros o guarderías fundamentalmente). Son conscientes de que pertenecen a una generación de mayores cuya dedicación familiar contribuye, de forma decisiva, al equilibrio y sostenimiento económico de la sociedad.

De hecho, y según datos del Imsero, más de un 50% de los



abuelos/as cuidan a sus nietos casi todos los días, y el 45% casi todas las semanas. Los abuelos comienzan a atender a los nietos con más frecuencia que las abuelas, pero las abuelas los cuidan más tiempo: 6,2 horas al día las mujeres por 5,3 horas los hombres.

Esta situación hace que los abuelos y abuelas hayan tenido que abandonar su pretensión de “malcriar” para ser auténticos educadores; esto significa asumir una nueva responsabilidad, que no siempre viven como propia, y arriesgarse a

un enfrentamiento con los criterios de sus hijos (tener que educar cuando realmente no se tiene la autonomía de criterio para hacerlo).

La situación más extrema la encontramos en las familias que se ven obligadas a dejar su hogar y volver a casa de los abuelos, camino de vuelta que tiene lugar tras algunas situaciones de paro prolongado y/o divorcios o separaciones.

Los abuelos y abuelas, conscientes de que sus hijos viven una situación especialmente complicada, brindan su bien más preciado (el tiempo) y también sus recursos económicos de forma voluntaria porque lo disfrutan. Afirman que el contacto intergeneracional les rejuvenece y que pueden disfrutar de esta relación incluso más que de la relación que tuvieron con sus hijos.

La investigación pone de manifiesto que los abuelos y abuelas se han convertido en el colchón protector de muchas deficiencias sociales y que su implicación en el cuidado de los nietos es lo que permite a muchas familias mantener su nivel de vida o, incluso, subsistencia.

Abuelos y abuelas... para todo, pero con límites

Sin embargo, el discurso mayoritario muestra claramente una demanda firme de los abuelos y abuelas: la necesidad de imponer límites que racionalicen la obligación de manera clara. Están dispuestos a aceptar su participación como cuidadores de los nietos solo en las situaciones en que verdaderamente sea necesario, cuando el padre y la madre tienen auténticas responsabilidades (laborales, principalmente), no para que estos puedan disfrutar de su tiempo libre a costa del de los abuelos y abuelas.

Cuando estos límites no se respetan, existe una queja generalizada de los mayores que afirman sentirse “utilizados”, “angustiados” ante la responsabilidad educativa. Incluso llegan a afirmar que “cuidaron de sus hijos, ahora cuidan de sus nietos y dudan mucho de que alguien vaya a ocuparse el día de mañana de cuidarles a ellos”.

Para dimensionar esta vivencia de obligación y “angustia” resulta esencial, de nuevo, considerar el hecho de que los abuelos tengan que cuidar habitualmente (a diario o casi a diario) de los nietos, algo que estará en clara relación con la clase social y con la posición económica de la familia.

Mientras que en las familias más acomodadas es frecuente la queja de los abuelos por no poder ver a sus nietos tanto como desearían,



en familias con recursos más escasos es mayoritario el sentir que son “esclavos de sus responsabilidades” o que “tienen la vida hipotecada”.

Desarrollo de la Investigación

El método de estudio empleado en esta investigación fue el análisis cualitativo, utilizado principalmente en el estudio de las ciencias sociales. Pretende explorar las relaciones sociales y los sentimientos de las personas, para llegar a conclusiones sobre el comportamiento humano. En este caso, de los abuelos españoles.

De esta manera durante el desarrollo del análisis se dividieron los abuelos en seis grupos de discusión mixtos. Éstos se eligieron según la clase social, la edad de los nietos, según la convivencia continua con los nietos y de acuerdo a la zona donde habitan.

También se formaron dos grupos T en Madrid. Estos grupos de confrontación estuvieron formados por grupos mixtos de padres y abuelos y divididos según la clase social.

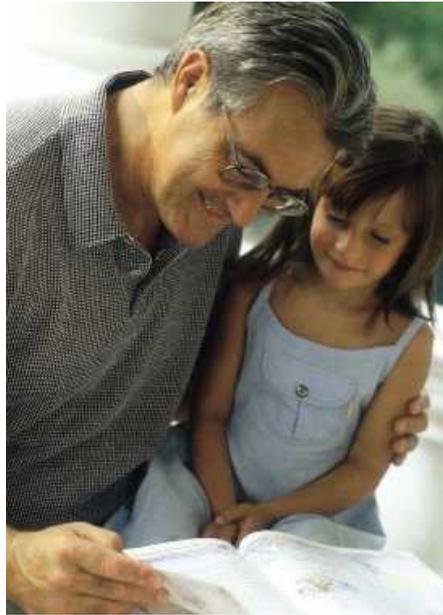
Más de 7 horas al día

Mientras que los europeos invierten cinco horas en el cuidado de los nietos, los abuelos y abuelas en España dedican más de siete horas al día. Es decir, que el fenómeno de los abuelos y abuelas que cuidan de sus nietos es común en el conjunto de Europa y en España se presenta con una frecuencia algo menor, pero cuando se da entre nosotros lo hace con una intensidad y dedicación bastante mayor: se ocupan de los nietos menos abuelos y abuelas que en otros países, pero lo hacen con mayores niveles de dedicación y responsabilidad.

El Imsero, nos ofrece más datos respecto a las personas mayores de 65 años en relación con el cuidado de sus nietos: El 37% de los abuelos y abuelas en España tiene contacto diario con los nietos, un 17% varias veces semana, el 7% una vez semana, y un 7% no tiene ningún contacto (Figura 1.1). La mitad de los abuelos cuidan a sus nietos casi todos los días (unas décimas más en hombres que en mujeres) 4, y el 45% casi todas las semanas. Los abuelos comienzan a atender a los nietos con más frecuencia que las abuelas, pero las abuelas los cuidan más tiempo: 6,2 horas al día las mujeres por 5,3 horas al día los hombres.

Conclusiones de la investigación

Para los nietos es importante la autoridad de los mayores como parte del proceso de aprendizaje. Sin embargo, los abuelos y abue-



las tampoco quieren fomentar en sus nietos una imagen de autoridad distante y severa que es la que ellos tienen de sus abuelos. Por tanto, surge el desequilibrio entre la necesidad de los más mayores de constituirse como figuras amables para los nietos, al mismo tiempo que asumen la importancia de no desautorizar a los padres y respetar sus parcelas de autoridad y sus. Aceptar la necesidad de no contradecir ni quitar poder a los padres, deriva en que los abuelos y abuelas asuman su menor capacidad de decisión respecto a cuestiones de comportamiento y cuidado. Cosas en las que no siempre están de acuerdo (de los desacuerdos disimulados surgen las mayores disputas), pero que los mayores aceptan con el objetivo de evitar conflictos. Esta situación hace que los abuelos y abuelas hayan tenido que abandonar su pretensión de “malcriar” para ser auténticos educadores; esto significa asumir una nueva responsabilidad, que no siempre viven como propia, y arriesgarse a un enfrentamiento con los criterios de sus hijos (tener que educar cuando realmente no se tiene la autonomía de criterio para hacerlo).

Vivimos en una sociedad en que hombres y mujeres trabajan fuera de casa y cumplen estrictos horarios laborables. Es entonces cuando se busca la ayuda de los abuelos que ofrecen su tiempo para el equilibrio de la familia. Más aún en tiempos de crisis económica, donde los recursos familiares que se pueden dedicar a que alguien externo a la familia cuide de los niños (canguros), o a centros especializados para ello (guarderías, escuelas infantiles...) escasean, o son directamente inexistentes. La situación extrema la encontramos en las familias que se ven obligadas a dejar su hogar y volver a casa de los abuelos, camino de vuelta que tiene lugar tras algunas situaciones de paro prolongado y/o divorcios o separaciones en el seno de familias de clase media-baja.

Encaran el cuidado de sus nietos y nietas desde una posición bien diferente a la que supuso en su día su papel como padres. La presencia habitual propicia que asistan a todas las etapas del crecimiento

“Abuelos y abuelas... para todo. Percepciones en torno a la educación y el cuidado de los nietos” presenta una visión completa de cómo viven los abuelos y abuelas españoles la responsabilidad asociada al cuidado de su nietos y nietas.

de los pequeños, pero sin los quebraderos de cabeza que supone asumir la principal y básica responsabilidad educativa.

Claro que la contrapartida de ese disfrute viene cuando no nos limitamos a considerar el hecho de que pasar tiempo con los nietos es una fuente de alegría y felicidad para los abuelos y abuelas. Si entrar en una edad más madura permite alcanzar mayores espacios de dedicación a lo personal, en base a las menores responsabilidades familiares y laborales, hacerse cargo de tareas sobrevenidas, generalmente no esperadas pero que se asumen sin aparente queja, deriva en que esos abuelos y abuelas tienen una menor oportunidad de disfrutar del tiempo que teóricamente los adultos llevan toda la vida esperando, tras haber cumplido con las responsabilidades que supone la madurez. Es entonces cuando aparecen las renunciadas (a las cosas que se podrían hacer con más libertad) y se pone de manifiesto un importante sentimiento de abnegación, como si el papel que les ha tocado desempeñar resultara una carga que se autoimponen. En este sentido, existe un acuerdo generalizado en torno a la necesidad de imponer límites que racionalicen la obligación; de manera clara, aceptando su participación como cuidadores de los nietos sólo en las situaciones en que verdaderamente sea necesario.

Evidentemente, para dimensionar esta vivencia de obligación



resulta esencial considerar el hecho de que los abuelos tengan que cuidar con una frecuencia diaria (o casi diaria) de los nietos, algo que estará en clara y directa relación con la clase social y con la posición económica de la familia. Estas circunstancias se traducen en que tanto el padre como la madre tengan la necesidad de trabajar fuera de casa, con horarios incompatibles o en la imposibilidad de dedicar el dinero para contratar a personas que realicen la labor de cuidado sustituto.

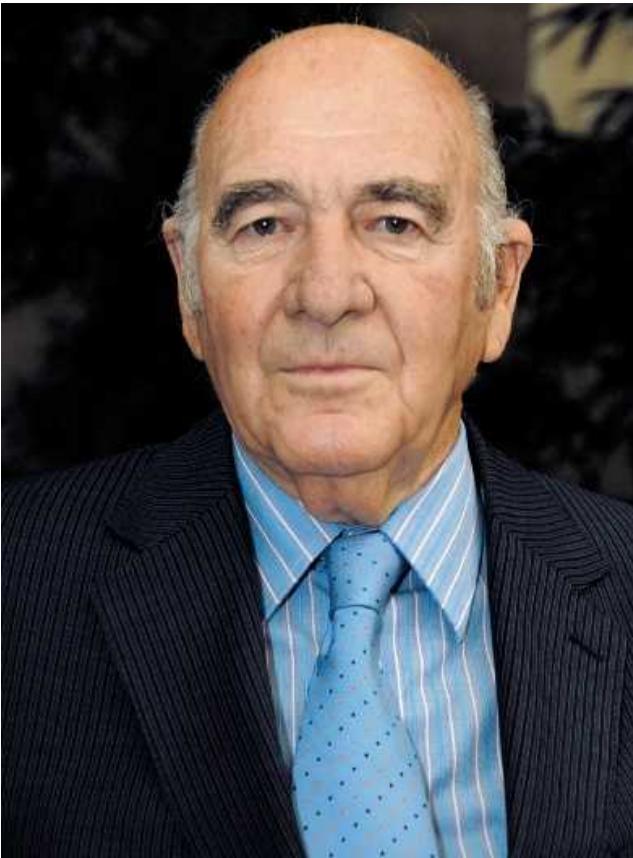
La diferencia es tan clara que los de clase social baja se llegó a escuchar de ellos que se sienten esclavos de sus responsabilidades y consideran tener la vida hipotecada por ello. Mientras que de los de clase social más alta afirmaban que desearían pasar más tiempo con sus nietos.

Por último, no se puede dejar de señalar que entre no pocos abuelos y abuelas emerge un discurso que incide en el desencanto que provoca el hecho de que socialmente no parece existir un reconocimiento adecuado de la labor que desempeñan. Refiriéndose de manera directa a sus hijos e hijas, a quienes tienden a disculpar repetidamente (en el sentido de que entienden sus necesidades), pero que no dejan de encarnar la manera en que la sociedad adulta trata y valora a los mayores. Abuelos y abuelas que están convencidos de pertenecer a una generación aislada, que cuidó de sus hijos y ahora cuida de sus nietos (con el convencimiento de que hace lo que quiere pero que no puede no quererlo), pero que se siente insegura cuando se pregunta quién cuidará de ellos y ellas cuando llegue el día en que sea necesario.

Consejeros del Consejo Estatal de las Personas Mayores

Industrial y ganadero, Marcial Fuentes Ramos, es en la actualidad, a sus 78 años, el Presidente de la Federación Provincial de Asociaciones de Jubilados y Pensionistas de Salamanca y de la Confederación Regional de Jubilados y Pensionistas de Castilla y León. En el Consejo Estatal forma parte de la Comisión Permanente y de los grupos de trabajo de “Envejecimiento Activo” y “Pensiones, Seguridad y Dependencia”.

Coordina: Inés González. Fotos: M^a Angeles Tirado



Además del tiempo que dedica a su organización y al Consejo. ¿Cuáles son sus aficiones e inquietudes como ser humano?

La verdad es que a pesar de mi edad y de estar jubilado no es mucho el tiempo libre del que dispongo, dados los cargos de representación para los que me han elegido

y la complejidad de dirigir una Confederación tan grande y variopinta como la nuestra. El que me queda suelo dedicarlo a la familia, a mi esposa, mis hijos y mis nietos; me gusta de vez en cuando echar una partida de cartas con los amigos, así como las tertulias que montamos tomando un vino. También leo la prensa a diario y procuro ver los informativos para estar al día. Una de mis pasiones de siempre han sido los toros. También me gusta leer un buen libro de vez en cuando si tengo tiempo.

¿Podría decirnos a qué organización representa y cuántos socios la componen?

En el Consejo Estatal represento a la Confederación Regional de Ju-

bilados y Pensionistas de Castilla y León, que está formada por nueve Federaciones Provinciales y en estos momentos somos ya más mil seiscientas asociaciones de personas mayores. Superamos las trescientas mil personas asociadas, repartidas por una de las Comunidades más extensas de Europa.

¿Cuál es el ámbito territorial de esta organización?

Nuestro ámbito de actuación se circunscribe a la Comunidad Autónoma de Castilla y León. Representamos a las personas mayores de las nueve provincias que conforman nuestra Región: Avila, Burgos, León, Palencia, Salamanca, Segovia, Soria, Valladolid y Zamora. Es un gran reto llegar a todos los rincones de una Comunidad tan extensa y tan diversa, pero con nuestro modelo de organización creo que lo hemos conseguido. A través de la Confederación procuramos estar presentes en todos los foros donde se nos invita.

¿Qué objetivos y actividades, de cara a las personas mayores, realiza su organización?

Nuestro objetivo, desde nuestra constitución en el año 1993, ha sido muy claro: incrementar la calidad de vida y el bienestar social

de todas las personas mayores de nuestra región, especialmente en el medio rural, que tanta importancia tiene para nosotros. De alguna manera, desde que comenzamos con nuestro programa de desarrollo comunitario y animación sociocultural hoy denominado “COSAS DE MAYORES”, hemos intentado inculcar en nuestros asociados y su entorno los principios rectores del “envejecimiento activo”, y potenciar todos los factores beneficiosos que giran a su alrededor.

A través de este programa, que está totalmente financiado por la Junta de Castilla y León, se desarrollan actividades de todo tipo: desde talleres de gimnasia y actividades físicas a talleres de mantenimiento y entrenamiento de la memoria, así como talleres que potencien el pensamiento positivo, pasando por todo tipo de actividades físicas y psicosociales que promuevan el envejecimiento activo y la promoción de la autonomía personal. También se realizan todo tipo de actividades socioculturales, de formación, conferencias, viajes, talleres de aprendizaje de las nuevas tecnologías, etc...

Una característica de nuestro programa es que es abierto, y las propias personas mayores, dentro de sus asociaciones, pueden proponer actividades a realizar.

Damos también mucha importancia al voluntariado, destacando la labor altruista que realizan los más de quince mil socios que

ejercen cargos dentro de las Juntas Directivas de las más de mil seiscientas asociaciones.

El programa se enmarca dentro de la promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia.

¿Cómo ve las necesidades, inquietudes y aspiraciones de las Personas Mayores en el territorio donde vive o desarrolla su actividad?

Castilla y León es una comunidad autónoma muy extensa, que cuenta con más de dos mil doscientos municipios. Los cambios producidos en nuestra sociedad en las últimas décadas, de todos conocidos, han originado un doble problema: por una parte el despoblamiento de las zonas rurales; por otro el sobre-envejecimiento de la población. Las aspiraciones del colectivo de personas mayores de Castilla y León pasan por vivir el mayor tiempo posible en nuestro entorno natural, de tal forma que conservemos todos los servicios básicos que cualquier persona mayor necesita, sobre todo los que hacen referencia a los cuatro pilares básicos de nuestra sociedad: un sistema de atención sanitaria que atienda todas nuestras necesidades, un sistema educativo permanente que desarrolle todas las facultades de la persona más allá de la jubilación, y un sistema de pensiones que garantice nuestro bienestar social y nuestra calidad de vida; todo ello unido al desarrollo de todo lo concerniente al paradigma del envejecimiento activo de la prevención de la depen-

dencia y del apoyo a la misma en el caso de que esta llegue.

Para terminar, nos gustaría que nos diera su opinión sobre el Consejo Estatal de las Personas Mayores, y sus sugerencias para poder mejorarlo.

Todos los sectores sociales tienen sus órganos de representación específicos que velan por los derechos de sus asociados. Me parece perfecta la existencia del Consejo Estatal de las Personas Mayores, pero creo que estamos en un punto en que hay que dotarle de más contenido y más capacidad operativa real.

Está muy bien que las personas mayores estemos representados a través de este instrumento a nivel institucional, pero hay que darle más capacidad de ejecución de sus acuerdos, no puede quedarse en una institución testimonial.

Debemos incrementar en el Consejo nuestra capacidad de análisis y de crítica constructiva. Pero deben abrirse muchas puertas que todavía tenemos cerradas, y pongo como ejemplo claro el “Pacto de Toledo”, donde se dirimen muchas de las cuestiones relativas a nuestras pensiones sin escuchar nuestra voz.

Yo pediría que se dote de capacidad al Consejo para ejecutar sus acuerdos, y que realmente sean escuchadas sus opiniones en todos los foros e instituciones. Las personas no perdemos nuestros derechos con la edad, y seguimos teniendo mucho que aportar a la sociedad.

La Reina Doña Sofía visita el CRE Alzheimer de Salamanca



La Reina Doña Sofía ha visitado el Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Alzheimer y otras Demencias del Imsero en Salamanca para conocer las instalaciones de la mano de la directora del CRE. Asimismo pudo hablar con usuarios y personal sanitario, tras lo cual destacó la eficacia y utilidad del centro, al considerarlo un recurso sobre el que se reconoció impresionada y que considera un plus para la sociedad.

Los profesionales del centro tuvieron ocasión de mostrar a Doña Sofía las intervenciones que se realizan a los usuarios del centro mediante terapias no farmacológicas. Durante la visita accedió a la sala de re-

habilitación, al centro de día, y a los módulos residenciales, de esta forma pudo conocer en profundidad el centro y las actividades que allí se realizan y tuvo ocasión de saludar a muchas de las personas afectadas de Alzheimer.

La Reina estuvo acompañada en el recorrido por la secretaria General de Política Social y Consumo, D^a Isabel Martínez Lozano, la directora General del Imsero, Purificación Causapié, el presidente de la Junta de Castilla y León, Juan Vicente Herrera, y el alcalde de Salamanca, Alfonso Fernández Mañueco.

La Reina mostró gran interés por las actividades realizadas por el CRE tanto por la labor

investigadora del centro como por las características de los módulos de centro de día, residencia y formación del CRE Alzheimer que cuenta con 200 profesionales y atiende a más de 200 familias afectadas cada año.

Doña Sofía recibió un CD que aborda el Alzheimer desde la perspectiva del niño y en el que se explica a los más pequeños “porqué el abuelo empieza a perder la memoria”. Al final del recorrido, la Reina descubrió la placa dando constancia de su visita al CRE Alzheimer del Imsero y no dudó en saludar a familiares de residentes en el centro, que la besaban, abrazaban y le daban la mano con auténtico cariño.

Web del Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional 2012

 Año Europeo del **Envejecimiento Activo** y de la **Solidaridad Intergeneracional 2012**



Con objeto de facilitar la coordinación del “Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional 2012” en España, el Imsero ha creado, dentro de su plataforma web, un nuevo espacio que permitirá transmitir información, compartir experiencias, movili-

zar a todos los agentes implicados y sensibilizar a la sociedad en general en relación con la actividad que se llevará a cabo en este ámbito.

Además mediante esta página, a la que puede accederse desde la dirección

www.envejecimientoactivo2012.es, se podrán realizar actividades de carácter on-line como encuestas, debates o concursos dirigidos a recoger las aportaciones de todas las personas interesadas en diferentes aspectos que rodean al envejecimiento activo y a las relaciones intergeneracionales.

El Gobierno aprueba 56 millones en subvenciones con cargo al IRPF a Cruz Roja y Cáritas

El Consejo de Ministros ha aprobado dos Acuerdos por los que se autoriza la concesión de dos subvenciones con cargo a la asignación tributaria del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas 2011 (IRPF), a Cruz Roja Española y a Cáritas Española por un importe total de 56.522.831,77 euros. Cruz Roja Española recibirá algo más de 36 millones de euros (36.497.446,16 euros) y Cáritas Española algo más de 20 millones de euros (20.025.385,61 euros).

En total, el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, a través de la convocatoria 2011 de subvenciones a ONG con cargo al IRPF, distribuye 207.528.175,50 euros. Respecto a Cruz Roja y Cáritas, debido a que la cantidad que cada una de las entidades recibe es superior a 12 millones de euros, su concesión requiere autorización previa del Consejo de Ministros.

En mayo de este año se publicaron en el BOE las bases reguladoras y la convocatoria de subvenciones para la realiza-

ción de programas de cooperación y voluntariado sociales con cargo a la asignación tributaria del IRPF.

La convocatoria prevé la realización de programas en distintas áreas, entre ellas infancia y familia, mujeres y jóvenes, personas mayores, discapacidad, atención a personas con problemas de drogodependencias, para el pueblo gitano, para personas migrantes, programas de inclusión social y para la promoción del voluntariado. En estas áreas se desarrollan parte de los programas puestos en marcha por Cruz Roja Española y Cáritas.

“Los medicamentos no los tomes a la ligera”

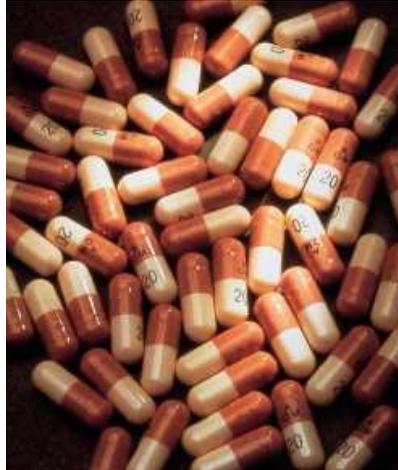
[El Ministerio de Sanidad pone en marcha una nueva campaña para fomentar un uso más racional de los medicamentos](#)

El Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad ha puesto en marcha la nueva campaña para fomentar el uso racional de los medicamentos que tendrá como lema “Los medicamentos no los tomes a la ligera” y cuyo objetivo principal es la promoción del uso adecuado y correcto de los medicamentos y evitar su utilización inapropiada o injustificada.

El secretario general de Sanidad, Alfonso Jiménez, y la directora general de Farmacia, María Dolores Vaquero, fueron los encargados de detallar el contenido de esta iniciativa, que se dirige a toda la población. Sin embargo, se quiere informar y sensibilizar especialmente a las personas mayores de 60 años, debido a que es el grupo de población que más utiliza los medicamentos.

“Los medicamentos no son un juego” es otro de los lemas empleados en esta nueva campaña que pretende incidir en la responsabilidad que los ciudadanos tienen en el cuidado de su propia salud. De esta manera, se insiste en fomentar una actitud activa de los usuarios en el uso adecuado de los medicamentos que les son prescritos.

La campaña se desarrolla a través de diversos soportes informativos y canales de comunicación como televisión (con



spots de 30 y 15 segundos), radio (con cuñas de 30 segundos), prensa escrita, cine (con un spot de 40 segundos en 700 salas), publicidad en exteriores (transporte urbano, cabinas, pantallas en farmacias, etc.), 15.000 carteles y 150.000 folletos e Internet y redes sociales. Toda la información de la misma se aloja en la página Web www.medicamentosnosonun juego.es, que contiene definiciones e información relacionada con los medicamentos, así como preguntas más frecuentes y enlaces de interés.

La ley 29/2006, de 26 de julio, de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios, determina la necesidad de priorizar las actuaciones para impulsar desde las administraciones públicas el uso racional de los medicamentos con el objetivo central de que todos los ciudadanos tengan acceso al medicamento que necesiten, cuándo y dónde lo necesiten, en condiciones de efectividad y seguridad. En este sentido, los principales mensajes de la campaña son:

- Los medicamentos no los tomes a la ligera. Los medicamentos son útiles cuando se utilizan bien y ayudan a resolver los problemas de salud. Para ello es importante que el ciudadano se informe sobre los medicamentos, cuanta más información tenga mejor preparado estará para evitar errores en la medicación.
- Con los medicamentos no se juega. Dado que los medicamentos no son inocuos, no se deben compartir medicamentos con otras personas porque pueden producir otros efectos a los esperados no mejorando e incluso pudiendo empeorar la salud.
- Pedir siempre información al médico o farmacéutico. Se destaca la importancia de que el ciudadano siga en todo momento las instrucciones de su médico respecto a su tratamiento, así como informarse en caso de duda sobre su tratamiento.
- Con una adecuada utilización de los medicamentos el ciudadano gana en salud y el sistema sanitario se evita gastos sanitarios innecesarios derivados del mal uso de los medicamentos.

En definitiva, el mensaje que se quiere transmitir al conjunto de la sociedad es que con el buen uso de los medicamentos se beneficia el conjunto de la sociedad, ya que el ciudadano resuelve satisfactoriamente su problema de salud y el sistema sanitario reduce los costes derivados del mal uso.

Información: www.medicamentosnosonun juego.es

29,7 Millones para la financiación de la Ley de Dependencia en Andalucía y Cataluña



DISTRIBUCIÓN A COMUNIDADES AUTÓNOMAS DEL CRÉDITO DEL NIVEL ACORDADO

Comunidad Autónoma	Importe
Andalucía	70.679.673
Aragón	11.372.760
Asturias	7.535.198
Baleares	5.215.497
Canarias	7.170.745
Cantabria	5.637.616
Castilla y León	22.535.200
Castilla-La Mancha	16.891.887
Cataluña	48.194.978
C Valenciana	20.721.873
Extremadura	8.482.178
Galicia	17.630.023
Madrid	27.073.197
Murcia	9.832.844
La Rioja	3.525.56
Ceuta y Melilla	698.195
Total	283.197.420

El Consejo de Ministros aprobó un Acuerdo por el que se destinan 29.718.662,5 euros para financiar el nivel acordado de dependencia en Andalucía y Cataluña. El importe que se aprueba es el 25 por 100 de la cantidad del nivel acordado que corresponde a cada Comunidad Autónoma, porque el otro 75 por 100 ya se ha hecho efectivo. Andalucía recibirá más de 17,6 millones de euros (17.669.918,25 euros) y Cataluña más de 12 millones de euros (12.048.744,5 euros).

Para recibir estos fondos es necesaria la suscripción de convenios de colaboración entre estas Comunidades Autónomas y el Estado. Cuando la cantidad que recibe cada una de las Comunidades supera los doce millones de euros, antes de la suscripción del conve-

nio, es necesario que lo autorice el Consejo de Ministros. Con estas dotaciones del nivel acordado, que para el conjunto del Estado superan este año los 283 millones de euros, se mejoran las prestaciones y servicios de atención a la dependencia en todas las Comunidades Autónomas, que ya reciben más de 742.455 personas beneficiarias de la Ley de Dependencia.

A través de estos convenios, la Administración General del Estado y las Comunidades Autónomas acuerdan los objetivos, los medios y los recursos para la aplicación de los servicios y prestaciones previstos en la Ley de 2006, incrementando el nivel mínimo de protección fijado por el Estado, de acuerdo con lo previsto en la Ley de Dependencia.

La reunión del Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia celebrada el 1 de junio de 2010 acordó el marco de cooperación interadministrativa y los criterios de reparto de créditos del Estado para la financiación durante el período de 2010 a 2013 del nivel acordado de protección.

Además del acuerdo con Andalucía y Cataluña, los convenios correspondientes al nivel acordado se firmarán en las próximas fechas con el conjunto de las Comunidades Autónomas según los importes fijados por el acuerdo del Consejo de Ministros de 10 de junio de 2011, de acuerdo con la distribución que figura a continuación.

La Seguridad Social compensará a 3.236.756 pensionistas de mínimas con 855,87 millones de euros por la desviación de inflación

La Seguridad Social compensará a los 3.236.756 perceptores de pensiones mínimas, SOVI (Seguro Obligatorio de Vejez y Enfermedad) no concurrente con otras pensiones, pensiones no contributivas y prestaciones familiares, con 855,87 millones de euros por la desviación de inflación al alza. Se trata de un 1,9% tras publicarse el 2,9% del

IPC consolidado de noviembre a noviembre sobre lo previsto para 2011.

Esta compensación se abonará en una paga que supondrá un desembolso de 441,69 millones de euros y se consolidará en su nómina del próximo ejercicio, lo cual significará otros 414,18 millones de euros.

La compensación por la desviación de inflación no afecta a las pensiones que hayan sido reconocidas a lo largo de 2011. El sistema de Seguridad Social español establece el abono de las pensiones en 14 pagas al año y prevé una compensación en caso de que se supere la inflación con la que se revalorizan las pensiones.

BENEFICIARIOS Y CUANTIAS DE PENSIONES MÍNIMAS 2011 (Incrementos 2004-2011)

TOTAL NACIONAL								IPC 2011 2,9%
CLASE DE PRESTACIÓN	Número de pensionistas en cuantías mínimas	IMPORTE 2004 euros/mes	IMPORTE 2010 euros/mes	IMPORTE 2011 euros/mes	IMPORTE 2011 con desviación IPC euros/mes	IMPORTE PAGA ÚNICA	Incremento 2011/2010(%)	Reval. 2011/2004(%)
JUBILACIÓN								
Titular con 65 o más años								
Con cónyuge a cargo	285.636	484,89 €	734,60 €	742,00 €	756,00 €	196,00 €	2,91%	55,91%
Con cónyuge no a cargo	668.220	411,76 €	564,70 €	570,40 €	581,10 €	149,80 €	2,90%	41,13%
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	353.585	411,76 €	595,40 €	601,40 €	612,70 €	158,20 €	2,91%	48,80%
Titular menor de 65								
Con cónyuge a cargo	11.222	453,16 €	688,50 €	695,40 €	708,50 €	183,40 €	2,90%	56,35%
Con cónyuge no a cargo	37.481	383,66 €	526,20 €	531,50 €	541,50 €	140,00 €	2,91%	41,14%
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	10.905	383,66 €	556,90 €	562,50 €	573,10 €	148,40 €	2,91%	49,38%
Titular con 65 años procedente de Gran invalidez								
Con cónyuge a cargo	1.024	727,34 €	1.101,90 €	1.113,00 €	1.134,00 €	294,00 €	2,91%	55,91%
Con cónyuge no a cargo	1.355	617,64 €	847,10 €	855,60 €	871,70 €	225,40 €	2,90%	41,13%
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	845	617,64 €	893,10 €	902,10 €	919,10 €	238,00 €	2,91%	48,81%
INCAPACIDAD PERMANENTE								
Gran invalidez								
Con cónyuge a cargo	706	727,34 €	1.101,90 €	1.113,00 €	1.134,00 €	294,00 €	2,91%	55,91%
Con cónyuge no a cargo	962	617,64 €	847,10 €	855,60 €	871,70 €	225,40 €	2,90%	41,13%
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	884	617,64 €	893,10 €	902,10 €	919,10 €	238,00 €	2,91%	48,81%
Absoluta								
Con cónyuge a cargo	8.931	484,89 €	734,60 €	742,00 €	756,00 €	196,00 €	2,91%	55,91%
Con cónyuge no a cargo	16.298	411,76 €	564,70 €	570,40 €	581,10 €	149,80 €	2,90%	41,13%
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	15.518	411,76 €	595,40 €	601,40 €	612,70 €	158,20 €	2,91%	48,80%
Total de 60 a 64 años (1)								
Con cónyuge a cargo	9.398		688,50 €	695,40 €	708,50 €	183,40 €	2,90%	
Con cónyuge no a cargo	26.549		526,20 €	531,50 €	541,50 €	140,00 €	2,91%	
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	9.084		556,90 €	562,50 €	573,10 €	148,40 €	2,91%	
Total derivada de EC menor de 60 años (2)								
Con cónyuge a cargo	2.418		370,20 €	374,00 €	381,00 €	98,00 €	2,92%	
Con cónyuge no a cargo	3.299		348,34 €	352,72 €	352,72 €	0,00 €	1,26%	
Sin cónyuge: Unidad económica unipersonal	7.042		370,20 €	374,00 €	381,00 €	98,00 €	2,92%	
VIUDEDAD								
Titular con cargas familiares	15.036	383,66 €	688,50 €	695,40 €	708,50 €	183,40 €	2,90%	84,67%
Titular => 65 años o discapacidad >65%	647.976	411,76 €	595,40 €	601,40 €	612,70 €	158,20 €	2,91%	48,80%
Titular entre 60 y 64	35.603	383,66 €	556,90 €	562,50 €	573,10 €	148,40 €	2,91%	49,38%
Titular menor de 60	29.074	306,15 €	450,70 €	455,30 €	463,80 €	119,00 €	2,91%	51,49%
ORFANDAD								
	127.912	124,46 €	181,80 €	183,70 €	187,10 €	47,60 €	2,92%	50,33%
FAVOR FAMILIAR								
	18.867	124,46 €	181,80 €	183,70 €	187,10 €	47,60 €	2,92%	50,33%
SOVI (pensionistas revalorizables)								
	271.541	299,67 €	380,60 €	384,50 €	391,70 €	100,80 €	2,92%	30,71%
TOTAL	2.617.371							

(1) 55% de la Base mínima de cotización del Régimen General.

(2) Cuantía mínima reconocida a partir de 2005.

(2) Cuantía mínima reconocida a partir de 2008.

60
y más

CUADERNOS

2012 AÑO EUROPEO
DEL ENVEJECIMIENTO
ACTIVO Y LA
SOLIDARIDAD
INTERGENERACIONAL

- Comité Organizador
- Programa de Actividades
- Envejecimiento Activo en toda España

JORNADA SOBRE EL
PROYECTO PILOTO
"CERCA DE TI".
COMO INTERVENIR
FRENTE A LA
SOLEDAD DE LAS
PERSONAS MAYORES.

- Voluntariado más tecnología

SIMPOSIUM
INTERNACIONAL
SOBRE
ENVEJECIMIENTO
ACTIVO2012 Año Europeo
del Envejecimiento
Activo y la Solidaridad
IntergeneracionalEl Instituto de Mayores y Servicios Sociales
coordinará las acciones que se realicen en EspañaTexto: Juan Manuel Villa / Fotos: M^a Angeles Tirado

El Instituto de Mayores y Servicios Sociales es la entidad designada por la Comisión Europea para coordinar en España el Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional 2012, que tiene como principales objetivos sensibilizar a la sociedad sobre el valor del envejecimiento activo y la importante contribución de las personas mayores a la sociedad; fomentar el debate y el intercambio de información y buenas prácticas para mejorar las políticas de envejecimiento activo;

ofrecer un marco para acción y la adopción de compromisos; y luchar contra la discriminación por razón de edad eliminando barreras y estereotipos negativos.

La primera reunión del Comité de Organización del Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional 2012, celebrada en la sede del Imsero en Madrid, ha permitido apuntar las líneas de acción para desarrollar una sociedad para todas las edades impulsando el envejecimiento

activo y las relaciones entre todas las generaciones.

Como Año Europeo se trata de una ocasión, para toda Europa y para todos sus ciudadanos, de reflexionar sobre el hecho de que los europeos viven ahora más y con más salud que nunca y por ello hay que asumir las oportunidades que representa este hecho. Así, el envejecimiento activo puede dar a la generación del “baby boom” y a las demás personas mayores del futuro la oportunidad de permanecer en el mercado laboral más tiempo y compartir su experiencia con otras generaciones y en todos los ámbitos sociales; seguir ejerciendo un papel activo en la sociedad como ciudadanos de pleno derecho; y vivir una vida lo más saludable y satisfactoria posible durante el mayor tiempo posible.

El otro aspecto del Año, complementario y esencial en una sociedad de todas las edades, es la idea de que es fundamental mantener la solidaridad intergeneracional en sociedades en las que aumenta rápidamente el número de personas mayores.

El Imserso, como coordinador nacional, tendrá un papel fundamental impulsando la colaboración de todas las partes interesadas pertinentes, incluida la sociedad civil, en las todas las actividades del Año Europeo

Por otro lado, desde la Comisión Europea se acentúa el papel de los poderes públicos al indicar que se trata de un reto para los políticos y los que se ocupan de estas cuestiones mejorar las oportunidades de envejecer activamente en general y de vivir independientemente, actuando en ámbitos tan distintos como el empleo, la sanidad, los servicios sociales, la formación de adultos, el voluntariado, la vivienda, los servicios informáticos o el transporte.

El Año Europeo, como objetivo, quiere concienciar sobre los distintos problemas y las mejores maneras de abordarlos, teniendo en cuenta que es necesario afrontar los retos y las oportunidades del envejecimiento demográfico. Pero más que nada, quiere animar a los responsables a establecer objetivos por sí mismos y actuar para alcanzarlos. 2012 debe ir más allá del debate y empezar a producir resultados tangibles en beneficio de todos los europeos, más allá de la propia mejora de la calidad de vida de las personas mayores.

Comité Organizador

La sede central del Imserso fue el lugar donde tuvo lugar la primera reunión del Comité organizador del Año Europeo en España. El encuentro permitió presentar la propuesta del programa nacional y la página web mediante la que se dará a conocer todas las acciones e informaciones referentes al Año Europeo del Envejecimiento Activo.

Purificación Causapie, directora general del Imserso, presidió la reunión en la que estuvieron las representaciones de:

- Las Administraciones públicas competentes a nivel nacional, autonómico y local.
- Las ONG, entidades y expertos relevantes en materia de envejecimiento.
- Los representantes españoles en los Comités de la UE en el ámbito social.
- Las organizaciones sindicales y empresariales.
- Representantes de la Comisión y del Parlamento Europeo en España.

El Imserso, como coordinador nacional, tendrá un papel fundamental impulsando la colaboración de todas las partes interesadas pertinentes, incluida la sociedad civil, en las todas las actividades del Año Europeo. Purificación Causapie explicó al Comité que la propuesta que planteaba el Imserso constituía una base en la que se trataba de rentabilizar al máximo los objetivos del Año Europeo al menor coste posible. Por otro lado indicó que el desarrollo del programa de acciones para el año está abierto a las propuestas que puedan plantear las distintas Administraciones, y las organizaciones y entidades sociales.

El programa que presentó el Imserso incorpora actividades donde se abordan todos los puntos clave del envejecimiento activo como la salud, la participación o el aprendizaje a lo largo de la vida y que se encuentran dentro de las competencias del Imserso. La directora General recordó que el programa de actividades se presentará a la Comisión Europea



para que se incorpore al conjunto de acciones que se desarrollarán con motivo del Año Europeo. De esta manera, Causapié apeló a todos los representantes miembros del Comité a una colaboración activa con la presentación de propuestas que permitan realizar el mejor programa posible para cumplir con los objetivos marcados por la Comisión Europea. “El año europeo es de todos y el programa y el proceso de desarrollo están abiertos”.

Durante el transcurso de la reunión del Comité, se avanzaron posibilidades y se apuntó la necesidad de programas acciones efectivas con motivo del Año Europeo de Envejecimiento Activo y la So-

Se quiere concienciar sobre los distintos problemas y las mejores maneras de abordarlos, teniendo en cuenta que es necesario afrontar los retos y las oportunidades que conlleva el envejecimiento demográfico

lidad Intergeneracional, y que cumplan los objetivos marcados, al tiempo que se precisa austeridad. En este sentido se pusieron de manifiesto acciones que ya se llevan a cabo en diversas áreas como servicios sociales, educación, deporte, salud o innovación que ya tienen un profundo carácter de impulso y apuesta decidida por el envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional.

Programa de actividades

La propuesta que el Imserso ha elaborado como base del programa de actividades de cara a la celebración del Año Europeo incorpora diversas áreas temáticas sobre las que se proyectará el cumplimiento de objetivos. El área más destacada es el de sensibilización social con 18 actividades, la participación social y la intergeneracionalidad con seis acciones, cada una, son los segundos campos de acción. La salud con cuatro actividades, el área de aprendizaje a lo largo de la vida con una, y el área laboral, también con una acción son las de menor trayectoria entre las propuestas.

En cuanto al tipo de actividad las conferencias, actos e inicia-

tivas permitirán profundizar en los fundamentos y en las buenas prácticas relacionadas con el envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones intergeneracionales. Así, desde la presentación oficial del Año Europeo en enero, se sucederán eventos como la celebración del Día Europeo de la Solidaridad Intergeneracional (29 de abril), la conferencia sobre modelos de participación social de las personas mayores en la toma de decisiones; la estrategia para el cambio de cultura en las estructuras productivas para valorizar el trabajo de las personas mayores y la responsabilidad social corporativa; o desarrollar iniciativas de divulgación del envejecimiento activo en el ámbito educativo.

La difusión del envejecimiento activo mediante acciones publicitarias y la puesta en marcha de la página Web sobre el Año Europeo permitirán visibilizar ante el conjunto de la ciudadanía los objetivos, retos y potencialidades del envejecimiento activo. Además otras actividades incidirán en el cumplimiento de los objetivos marcados por la Unión Europea. Las acciones propuestas deben aún ser aprobadas por el Comité y a las mismas se sumarán otras iniciativas y propuestas de colaboración de otros organismos y entidades públicas y privadas, así como del movimiento asociativo de las personas mayores.

Información:

http://www.envejecimientoactivo2012.es/imserso_01/envejecimiento_activo_2012/index.htm

<http://ec.europa.eu/social/ey2012.jsp?langId=es>

ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN TODA EUROPA

El objetivo principal establecido por el Parlamento europeo para el Año 2012 es facilitar la creación en Europa de una cultura del envejecimiento activo, basada en una sociedad para todas las edades. En este marco, el Año Europeo fomentará y apoyará los esfuerzos de los Estados miembros y sus autoridades regionales y locales, de los interlocutores sociales, de la sociedad civil y de la comunidad empresarial, incluidas las pequeñas y medianas empresas, para promover el envejecimiento activo y redoblar el esfuerzo por movilizar el potencial de las personas, cada vez más numerosas, próximas a los 60 años o mayores. De ese modo, fomentará la solidaridad y la cooperación entre las generaciones, teniendo en cuenta la diversidad y la igualdad entre las mujeres y los hombres. Promover el envejecimiento activo consiste en crear mejores oportunidades para que las mujeres y los hombres de más edad puedan participar en el mercado laboral, combatir la pobreza, en particular la de las mujeres, y la exclusión social, incentivando el voluntariado y la participación activa en la vida familiar y en la sociedad, y fomentando un envejecimiento saludable con dignidad. Esto supone, entre otros, adaptar las condiciones laborales, luchar contra los estereotipos negativos relacionados con la edad y contra la discriminación por razón de edad, mejorar la higiene y la seguridad en el trabajo, adaptar los sistemas de aprendizaje permanente a las necesidades de una mano de obra de más edad y garantizar que los sistemas de protección social sean adecuados y proporcionen incentivos correctos.

Los objetivos del Año Europeo consistirán en:

- Sensibilizar a la sociedad en general sobre el valor del envejecimiento activo y sus distintas dimensiones, y garantizar que se le concede una posición prominente en las agendas políticas de las partes interesadas a todos los niveles, a fin de destacar, y de apreciar en mayor medida la valiosa contribución que las personas de más edad hacen a la sociedad y a la economía, promover el envejecimiento activo, la solidaridad intergeneracional y la vitalidad y dignidad de todas las personas, y esforzarse más por movilizar el potencial de las personas mayores, independientemente de su origen, posibilitando que lleven una vida independiente;
- Estimular el debate y el intercambio de información, y desarrollar el aprendizaje mutuo entre los Estados miembros y las partes interesadas a todos los niveles, para promover políticas de enve-

jecimiento activo, identificar y difundir las buenas prácticas y fomentar la cooperación y las sinergias;

- Ofrecer un marco para asumir compromisos y realizar acciones concretas que permitan a la Unión, a los Estados miembros y a las partes interesadas a todos los niveles, con la participación de la sociedad civil, los interlocutores sociales y las empresas, y haciendo especial hincapié en el fomento de las estrategias de información, desarrollar soluciones, políticas y estrategias a largo plazo innovadoras, incluidas las estrategias globales de gestión de la edad relacionadas con el empleo y el trabajo, mediante actividades específicas y perseguir objetivos específicos en relación con el envejecimiento activo y la solidaridad entre las generaciones;
- Promover actividades que sirvan para luchar contra la discriminación por razón de edad, superar los estereotipos relacionados con la edad y eliminar barreras, en particular por lo que respecta a la empleabilidad.

En cuanto a las medidas que se citan para ser desarrolladas a escala local, regional, nacional o de la Unión se encuentran actividades como:

- a) conferencias, actos e iniciativas, con una amplia participación de todas las partes interesadas pertinentes, para promover el debate, sensibilizar a la sociedad y fomentar la asunción de compromisos con objetivos específicos, que contribuyan a crear unos efectos prolongados y permanentes;
- b) campañas de información, promoción y educación, utilizando recursos multimedia;
- c) intercambio de información, experiencia y buenas prácticas, utilizando entre otros el método abierto de coordinación y las redes de partes interesadas que trabajan por el logro de los objetivos del Año Europeo;
- d) investigación y realización de encuestas a escala regional, nacional o de la Unión Europea, y la difusión de los resultados, dedicando una atención particular al impacto económico y social de promover políticas de envejecimiento activo, y favorables al envejecimiento activo.

Además se indica que cuando se realicen las actividades a que se refiere el apartado 1, se prestará atención a la participación de todas las generaciones en el logro de los objetivos del Año Europeo, en particular intentando desarrollar un enfoque inclusivo y fomentando la participación de las personas mayores y de los jóvenes en iniciativas comunes.



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

La propuesta que el Inmerso ha elaborado como base del programa de actividades de cara a la celebración del Año Europeo incorpora diversas áreas temáticas sobre las que se proyectará el cumplimiento de objetivos. El área más destacada es el de sensibilización social con 18 actividades, la participación social y la intergeneracionalidad con seis acciones, cada una, son los segundos campos de acción. La salud con cuatro actividades, el área de aprendizaje a lo largo de la vida con una, y el área laboral, también con una acción son las de menor trayectoria entre las propuestas.

En cuanto al tipo de actividad las conferencias, actos e iniciativas permitirán profundizar en los fundamentos y en las buenas prácticas relacionadas con el envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones intergeneracionales. Así, desde la presentación oficial del Año Europeo en enero, se sucederían eventos como la celebración del Día Europeo de la Solidaridad Intergeneracional (29 de abril), la conferencia sobre modelos de participación social de las personas mayores en la toma de decisiones; la estrategia para el

cambio de cultura en las estructuras productivas para valorizar el trabajo de las personas mayores y la responsabilidad social corporativa; o desarrollar iniciativas de divulgación del envejecimiento activo en el ámbito educativo.

La difusión del envejecimiento activo mediante acciones publicitarias y la puesta en marcha de la página Web sobre el Año Europeo permitirán visibilizar ante el conjunto de la ciudadanía los objetivos, retos y potencialidades del envejecimiento activo. Además otras actividades incidirán en el cumplimiento de los objetivos marcados por la Unión Europea. Las acciones propuestas deben aún ser aprobadas por el Comité y a las mismas se sumarán otras iniciativas y propuestas de colaboración de otros organismos y entidades públicas y privadas, así como del movimiento asociativo de las personas mayores.

Información:

http://www.envejecimientoactivo2012.es/inmerso_01/envejecimiento_activo_2012/index.htm

<http://ec.europa.eu/social/ey2012.jsp?langId=es>

Jornada sobre el Proyecto Piloto "Cerca de ti: ¿cómo intervenir frente a la soledad de las personas mayores?"

Buenas prácticas de voluntariado de acompañamiento contra la soledad

Texto: Juan Manuel Villa / Fotos: M^a Angeles Tirado

"Cerca de Ti" es una iniciativa piloto que abordaba la necesidad de atención en las situaciones de soledad y aislamiento social de las personas mayores en las que confluyen diversos factores como la jubilación, la viudedad o la pérdida de relaciones sociales, entre otras, que pueden ocasionar aislamiento e incrementar aspectos negativos como deterioro de la salud, o incremento de las posibilidades de vivir situaciones de dependencia.

El Imsero organizó en la sede del CEADAC (Centro de Referencia Estatal de Atención al Daño Cerebral Adquirido) la jornada de presentación del informe derivado de la realización del proyecto piloto "Cerca de ti", desarrollado por el Imsero y en el que colaboraron entidades como Cruz Roja, Cáritas Española, la Federación de Municipios y Provincias (FEMP), la Fundación Vodafone España y la Asociación de Entidades y Empresas de Servicios Sociales de Teleasistencia.

El proyecto, desarrollado durante el año 2010, se ejecutó en diferentes lugares de España y contó con



la colaboración de la Diputación de Granada, la Diputación de Huesca, el Consell de Mallorca, la Diputación de Ourense, la Mancomunidad de la Comarca de la Sidra, y los Ayuntamientos de Alacant, Gijón, Jerez, Lleida y Valladolid. El objetivo principal de la iniciativa del Imsero era conocer las posibilidades de las acciones de acompañamiento a personas mayores que se sienten solas.

Se trataba de utilizar las redes de voluntariado, para romper

el aislamiento y la situación de soledad en las que viven. El papel de la persona voluntaria es clave porque además de acompañar a la persona mayor que vive sola, actúa de enlace con el entorno comunitario y trabaja para fomentar la convivencia y la participación de la persona acompañada para crear o recomponer una red social y comunitaria que la soledad y el aislamiento a deteriorado o suprimido. Por otro lado se tiene en cuenta, en la realización de actividades, los gustos, preferencias y aficiones de esas personas.

La labor de solidaridad de las personas voluntarias, la capacidad de las personas mayores en situación de soledad para salir de su aislamiento y el apoyo en las nuevas tecnologías, como la teleasistencia y el teléfono móvil, permitieron que el proyecto piloto, en su evaluación, recabara una importante información para conocer y describir las principales ventajas del acompañamiento voluntario como estrategia para combatir la soledad en las personas mayores, así como

profundizar en las principales dificultades que deben tenerse en cuenta para que estas acciones de voluntariado con apoyo de la teleasistencia tengan éxito

La presentación de la Jornada corrió a cargo del subdirector General de Planificación, Ordenación y Evaluación del Imserso, Antonio Balbotín quien aludió a la necesidad de dar respuesta desde las administraciones a la demanda de las personas mayores que viven en soledad. Las cifras que se reflejaron en su discurso indicaban que cerca de un millón cuatrocientas mil personas mayores de 65 años viven solas, lo que supone casi un 20 por ciento del total de personas mayores de 65 años; además esta tasa es creciente con la longevidad y alcanza un máximo del 31 por ciento entre las personas mayores entre los 85 y los 89 años. Otro aspecto a tener en cuenta es la feminización de la soledad entre las personas mayores ya que casi el 77 por ciento de estas personas que viven solas son mujeres.

Voluntariado más Tecnología

En el transcurso de la jornada se puso de manifiesto la labor fundamental de las personas voluntarias y del apoyo tecnológico para conseguir elevados grados de satisfacción y de mejora de la calidad de vida de las personas mayores que participaron en el proyecto Cerca de Ti.

Desde la Fundación Vodafone se expuso el valor del trabajo conjunto entre distintas entidades y la percepción que del proyecto se ha obtenido respecto

a las oportunidades de las TIC accesibles y al servicio de los colectivos más vulnerables. Así, se subrayó que el uso de las tecnologías de la Información y la Comunicación pueden ayudar de forma efectiva a las personas mayores en soledad, personas con enfermedades crónicas y en situación de dependencia.

La teleasistencia se mostró como eficaz herramienta que proporciona una respuesta valiosa a las necesidades de las personas que lo necesitan. Asimismo se aludió a la importancia de poder llegar a lugares con escasos recursos sociales y sanitarios con la implantación de este servicio de asistencia, de forma que se contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas. En este sentido se expresaron los representantes de ADESSTA.

Desde el punto de vista de las organizaciones de voluntariado se destacó la importancia del proyecto en cuanto a que el estudio permite desarrollar una metodología de trabajo en los programas de acompañamiento, teleasistencia y otros de atención. Además se incidió en lo significativo del estudio sobre el proyecto Cerca de Ti al acercarse al usuario y poder preguntarle su opinión, a ello se suma el conocimiento del impacto de la actuación.

Para las entidades de voluntariado, Cruz Roja y Cáritas, participantes en el proyecto los datos del estudio son demostrativos y definitivos acerca de los beneficios que las acciones de teleasistencia y acompañamiento

generan en las personas mayores que viven en situación de soledad.

Otro aspecto de relevancia y que se puso de manifiesto en la jornada fue el trabajo en red y el desarrollo de una filosofía de acción en la que la complementariedad y las sinergias entre administraciones, ONG y los instrumentos tecnológicos dan lugar a respuestas a las necesidades de las personas en función de sus diversas necesidades. De esta forma en el estudio se avanza en la personalización de la atención a la soledad al tenerse en cuenta las circunstancias personales, familiares, sociales y de entorno físico, desde la vivienda hasta el ámbito rural o urbano de la residencia y los recursos que existen.

Así el proyecto “Cerca de Ti” desarrolla un modelo de actuación centrado en la persona en el que la prevención y el mantenimiento de las capacidades permiten incrementar la calidad de vida, mejorar la autoestima y potenciar la autonomía, y potenciar la creatividad y la libertad de decisión. El voluntariado interviene con las personas mayores que viven solas y en situación de soledad con el fin de promover una animación estimulativa, que ofrece seguridad y apoyo emocional con el fin de romper hábitos de inactividad y propiciar la participación y la relación con el entorno.

Información:

http://www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/cercadeti/index.htm

Simposio Internacional sobre Envejecimiento Activo

Europa debate en torno a los retos del cambio demográfico

Texto: Juan Manuel Villa

El próximo año ha sido designado por la Comisión Europea como el Año Europeo del Envejecimiento Activo por este motivo se ha celebrado en Bruselas (Bélgica) el Simposio Internacional “Cuenta atrás para el Año Europeo del Envejecimiento Activo: Enfrentando el Desafío del envejecimiento de la población europea.

El Centre for Parliamentary Studies ha sido el organizador de este encuentro europeo a través del que se pretende sensibilizar, estimular el debate y la discusión política sobre acciones acerca de la mejora de la vida de las personas mayores, de su participación social, y de la eliminación de las barreras que existen entre las distintas generaciones. En este sentido el Simposio concretó que el envejecimiento activo debe contener la creación de más oportunidades para las personas mayores para seguir trabajando y contribuyendo a la sociedad a través del voluntariado. Al tiempo que se recordaba que estos objetivos deben ser apoyados por medidas políticas en todos los niveles de gobierno.

Los fundamentos del simposio se encuentran en el proceso de cambio demográfico que está experimentando la Unión Europea como consecuencia de que los europeos viven vidas más largas y

saludables. La esperanza de vida ha aumentado en ocho años, y las proyecciones demográficas prevén un crecimiento de cinco años aumentará en los próximos cuarenta años. La combinación de esto con bajas tasas de natalidad, da lugar a que el equilibrio entre jóvenes y personas mayores en Europa ha cambiado dramáticamente. Por otro lado, las proyecciones demográficas de Eurostat muestran un descenso de 6,8% en el número de personas en edad de trabajar para el año 2030, por lo tanto, dos personas en edad de trabajar será necesario para mantener a una persona se retiró.

La sociedad se enfrenta a varios retos con implicaciones para las autoridades locales, regionales y nacionales ante el posible aumento de la presión sobre los presupuestos públicos y los sistemas de pensiones, así como en la prestación social y atención a las personas mayores. Por otra parte, la vejez se asocia a menudo con la enfermedad y la dependencia, y las personas mayores pueden sentirse excluidos del empleo, así como de la familia y la sociedad.

Los asistentes a este encuentro sobre envejecimiento activo sin embargo, ante estos desafíos, recordaron la importante contribución de las personas mayores y el potencial de éstos para seguir

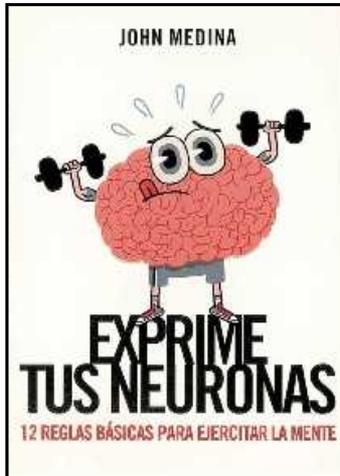
aportando a la sociedad. Por ello se destacó el reto de promover el envejecimiento activo y saludable para los ciudadanos europeos, ya que más años en buen estado de salud se traducirá en una mejor calidad de vida, más independencia y la posibilidad de permanecer activos.

Por otro lado, el envejecimiento de la población en buen estado de salud también significa menos tensión en los sistemas de salud y menos gente que se retira de su trabajo debido a la mala salud. Esto, a su vez, tendría un impacto positivo sobre el crecimiento económico de Europa.

El simposio permitió profundizar en el papel clave de la Unión Europea a la hora de desarrollar acciones en ámbitos como el de empleo, protección e inclusión social, salud pública, la sociedad de la información y el transporte. Al mismo tiempo se subrayó que el papel principal es el que deben desempeñar los gobiernos nacionales, regionales y locales, así como la sociedad civil y los interlocutores sociales para establecer medidas de promoción del envejecimiento activo.

Información:

<http://www.publicpolicyexchange.co.uk/index.php>



EXPRIME TUS NEURONAS

Autor: John Medina.
Edita: Gestión 2000.
Grupo Planeta.
ISBN: 978-84-9875-1314
344 Páginas. PVP: 18,95€

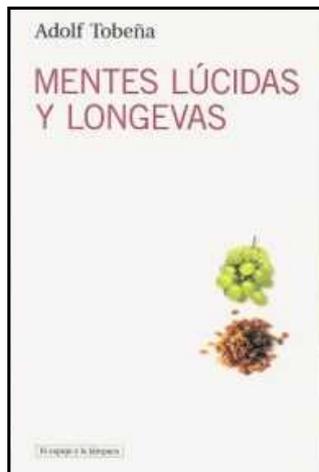
Conócete a ti mismo

El funcionamiento del cerebro es complejo. Los biólogos estudian el tejido cerebral, los psicólogos experimentales estudian la conducta, los neurocientíficos cognitivos estudian cómo lo primero se relaciona con lo segundo.

Este libro presenta doce aspectos conocidos sobre el funcionamiento del cerebro. En un primer lugar explica los principios científicos y, a continuación, ofrece ideas para investigar sus posibles aplicaciones en nuestra vida diaria. Las ideas que se proponen al final de los capítulos del libro no son normas. Son una llamada a indagar en el mundo real.

En cada uno de sus doce capítulos: ejercicio, supervivencia, “cableado”, atención, memoria de corta y de larga duración, sueño, estrés, sentido, visión, género y exploración, ofrece reglas, basadas en estudios científicos, para analizar el funcionamiento del cerebro y sacarle el máximo partido a través de sorprendentes e innovadoras ideas.

El autor, prestigioso científico norteamericano, revela hechos asombrosos sobre los mecanismos que rigen la mente, y con un lenguaje sencillo ofrece pautas para poner en forma nuestra mente, trabajar la memoria, reducir el estrés y estimular las neuronas.



MENTES LÚCIDAS Y LONGEVAS

Autor: Adolf Tobeña
Edita: Ediciones UAB . Servicio de Publicaciones de la Universidad Autónoma de Barcelona
ISBN: 978-84-938717-7-2
218 Páginas PVP 18€

Un secreto compartido

No todas las personas que alcanzan una edad avanzada lo hacen en las mismas condiciones. El libro pretende averiguar cuáles son los factores que propician una longevidad autónoma y fructífera, así como qué puede hacerse para preservar la mente lúcida hasta las épocas postreras de la vida.

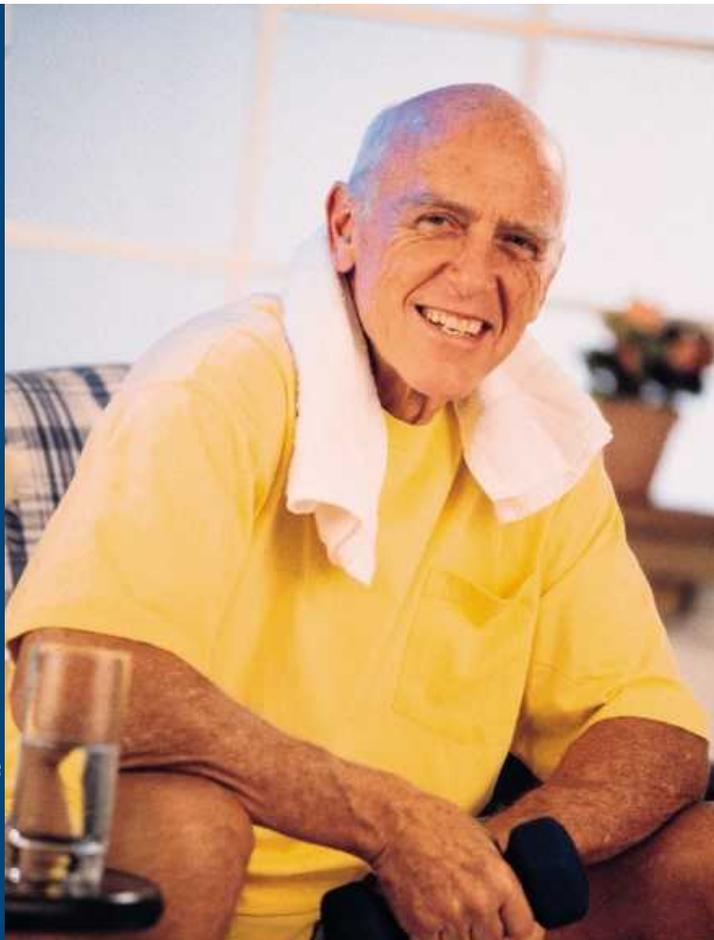
El autor, catedrático de psiquiatría en la Universidad Autónoma de Barcelona y con una dilatada experiencia investigadora reconocida y premiada por diversas universidades españolas y extranjeras, explica los conocimientos científicos actuales sobre el envejecimiento y revela las pautas de desgaste cerebral.

Su contenido ha sido ofrecido en auditorios de Barcelona, San Sebastián, Vigo, Madrid, Cádiz, Mérida, Ibiza, Murcia, Reus y Almería a grupos de mayores convocados por la Obra Social de la primera entidad de ahorros española. Ahora aquella conferencia se ha transmutado en este libro que amplía y expande aquel contenido manteniendo el guión y sustancia originales con el objetivo de ser útil para ayudar a cultivar talentos de madurez, sacando partido de los que ya ejercitaban antes de llegar a ella y aprendiendo a disfrutar con otros olvidados o marginados.

Fundación Real Madrid

Programa Actividad Física para Mayores

Una de las menciones honoríficas de los Premios Imsero Infanta Cristina 2011 ha recaído en la Fundación Real Madrid por su Programa Actividad Física para Mayores. Emilio Butragueño, director de Relaciones Institucionales del Real Madrid, fue el encargado de acudir al acto de entrega de dicho galardón. Dicho programa promueve el envejecimiento activo y la integración social de las personas mayores. Julio González Ronco, director gerente de la Fundación, nos explica en qué consiste. Está claro que el mundo del fútbol mueve masas, pero si además impulsa iniciativas de este tipo, debemos apoyarlas.



Texto: Cristina Alarcón

El pasado mes de octubre tuvo lugar la entrega de los Premios Imsero Infanta Cristina 2011, dirigidos a personas físicas o jurídicas que se hayan destacado en el trabajo a favor de las personas mayores y a personas en situación de dependencia, y de sus familias cuidadoras. Su Alteza Real la Infanta Cristina presidió la ceremonia de entrega.

La Fundación Real Madrid recibió una mención honorífica por el Programa Actividad Física para Mayores.

A través de dicho programa, se promueve el envejecimiento activo y la integración social de las personas mayores mediante la colaboración de instituciones públicas, la participación e implicación de los beneficiarios y el profesorado, la personalización de las actividades en función de las capacidades de los participantes y la solidaridad hacia las familias con menos recursos económicos.

Los Premios Imsero tienen como objetivo sensibilizar y concienciar a la sociedad de las

necesidades y demandas, tanto de las personas mayores, como de aquellas personas que se encuentren en situación de dependencia y sus familias cuidadoras. Asimismo, apoyan aquellas actividades que impulsan la investigación social y técnica en la búsqueda de soluciones que faciliten su integración social, laboral y familiar.

Julio González Ronco, director gerente de la Fundación Real Madrid, nos habla del Programa Actividad Física para Mayores, destacando los numerosos beneficios que tiene su práctica.

¿Cómo surgió este proyecto?

La Fundación RealMadrid lleva siete temporadas desarrollando este programa en la ciudad de Madrid –en las instalaciones de Canal de Isabel II–. Se trata de un programa con una gran aceptación, en donde participan 250 beneficiarios año tras año. La Fundación centra sus actividades, principalmente, en la infancia y la juventud, pero, manteniendo esa prioridad, se propuso atender también a personas mayores. Esta atención tiene carácter deportivo y está dirigida a mejorar la calidad de vida de quienes se benefician del programa. Dos días a la semana durante una hora realizan sesiones de actividad deportiva de mantenimiento, complementadas con charlas coloquio sobre pautas de vida sana y alimentación.

¿Cómo ha sido la acogida por parte de los mayores?

Muy satisfactoria, durante la última temporada participaron 250 personas. Teniendo en cuenta que muchos continúan año tras año, y sabiendo que el número de

Los programas no comprenden exclusivamente la realización de actividades motrices; se instruye a los participantes en todo lo referente al cuidado de la salud.



Emilio Butragueño recogió una de las menciones honoríficas de los Premios Imsero Infanta Cristina, que este año ha recaído en la Fundación RealMadrid.

plazas no ha aumentado –debido a la falta de disponibilidad de espacios–, podemos afirmar que por nuestra actividad han podido pasar desde su comienzo unas 1.750 personas, muchas de las cuales continúan participando activamente en nuestras escuelas.

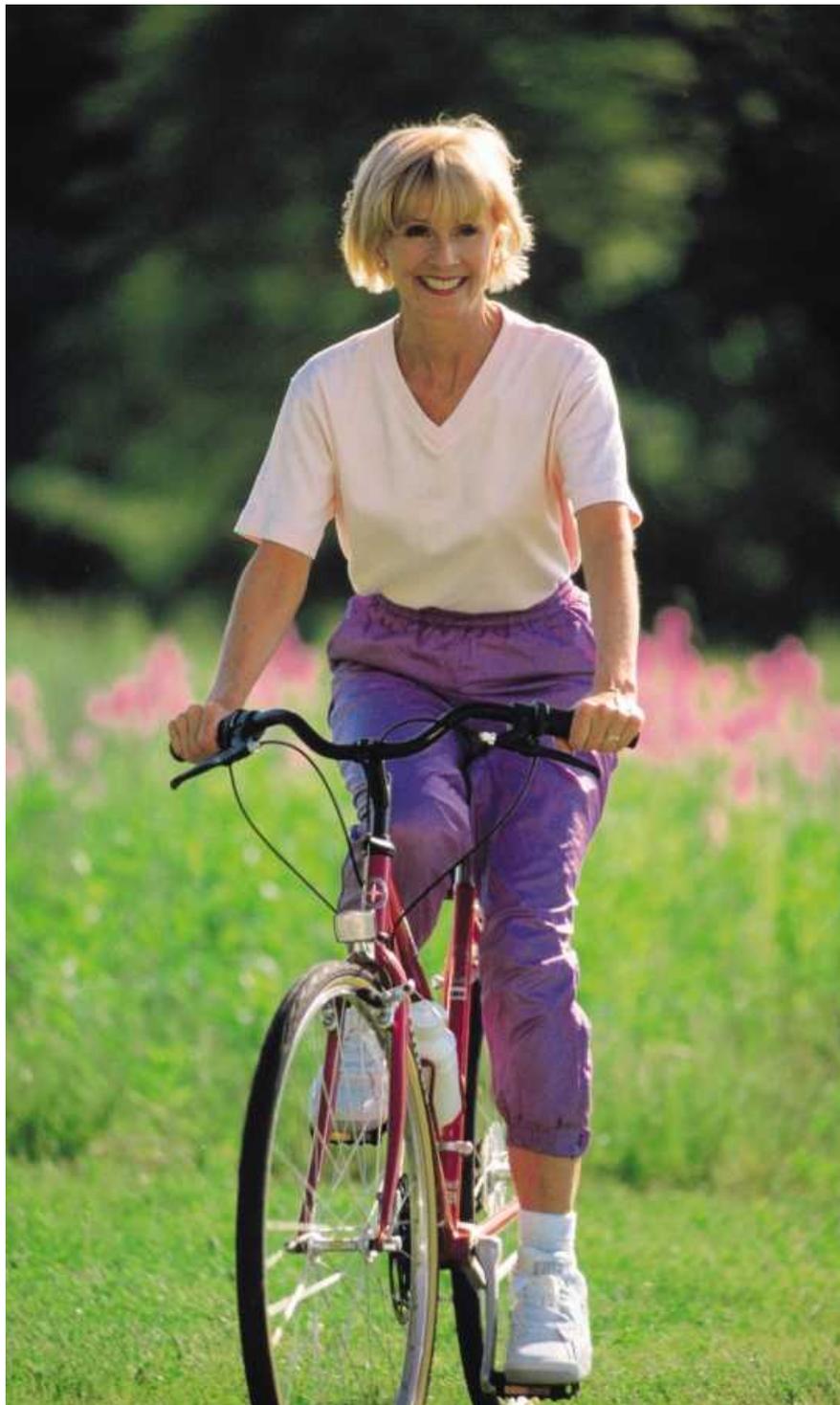
¿De qué manera adaptan la actividad deportiva a las edades de los participantes?

La actividad se ofrece a personas mayores de 65 años, aunque estos últimos años, debido a la mayor demanda de personas menores de esta edad –por prejubilaciones, paro, etc.–, se ha rebajado la edad de acceso a la actividad. Los programas de ejercicio para este colectivo, ante todo, son individualizados, y dirigidos a

trabajar las cualidades físicas “entrenables” en esta época de la vida. Como hemos dicho, dos días a la semana, una hora cada día, se trabajan dichas cualidades, que son:

- Resistencia.
- Coordinación y flexibilidad.
- Fuerza.

Los programas no comprenden exclusivamente la realización de actividades motrices, sino que, a la vez, se instruye a los participantes en todo lo referente al cuidado de la salud; incluso se debe explicar cuáles son los efectos que el ejercicio origina en el organismo, y cómo evitar las posibles alteraciones que en algún momento del programa pueden surgir.



Este programa, ¿supone un mayor beneficio físico o psicológico para los participantes?

La práctica de actividad física regular es una de las prioridades en salud pública como forma de prevención de enfermedades crónico-degenerativas, especialmente en las personas mayores. Los principales bene-

ficios evidenciados científicamente son:

- Control del peso corporal.
- Disminución de la grasa corporal.
- Aumento de la masa muscular, fuerza muscular, flexibilidad y densidad ósea.
- Aumento del volumen sistólico.
- Ventilación pulmonar.
- Consumo máximo de oxígeno.

- Disminución de la frecuencia cardíaca y de la presión arterial.
- Mejora del perfil de lípidos.

Se produce también una mejora del auto-concepto, la autoestima y la imagen corporal. Disminuye el estrés, la ansiedad, el insomnio, e, incluso, el consumo de medicamentos, y existe una mejora de las funciones cognitivas y de la socialización. Sin embargo, es importante saber que muchos de estos beneficios requieren una participación regular y continua, que pueden volverse rápidamente reversibles si se retorna a la inactividad.

¿Qué objetivos se persiguen con el Programa de Actividad Física para Mayores?

- Favorecer el mantenimiento de las cualidades físicas de los mayores.
- Facilitar su mejora individual, tanto a nivel fisiológico como psíquico.
- Contribuir a su autosatisfacción y a la mejora de sus relaciones sociales.

¿Y se logran dichos objetivos?

Sí, y entre los numerosos beneficios que se consiguen de manera individualizada gracias a este programa, nos encontramos con:

- Mejora de la sensación de bienestar general.
- Mejora de la salud física y psicológica global.
- Ayuda a mantener un estilo de vida independiente.
- Reduce el riesgo de desarrollar ciertas enfermedades –alteracio-

CÓMO ES UNA SESIÓN DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES

La estructura de la sesión consta de tres partes:

Calentamiento (15 minutos)

Es indispensable antes de practicar cualquier tipo de actividad física. Se debe realizar de forma progresiva sin cambios bruscos, preparando el organismo para el siguiente paso. Esta etapa va a servir como prevención contra lesiones innecesarias y dolores musculares: se estimula el corazón y los pulmones de forma moderada y progresiva. Al mismo tiempo, se aumenta el flujo sanguíneo y se incrementa la temperatura de la sangre y de los músculos de forma gradual.

Fase principal (35 minutos)

Está enfocada a conseguir los objetivos planteados. Éstos pueden ser el mantenimiento, el desarrollo de las distintas capacidades físicas, u otro tipo de objetivos como la mejora de la salud, fines recreativos, sociales, etc... Todas las actividades que exijan un esfuerzo continuado y de poca intensidad, con una duración mínima de 20 minutos, son las más apropiadas para conseguir una mejora del sistema cardio-respiratorio.

Enfriamiento o vuelta a la calma (10 minutos)

Esta fase consiste en detener la actividad que se está realizando sin cambios bruscos y de forma progresiva, buscando con ello la estabilización de las constantes fisiológicas y psicológicas.

nes cardiacas, hipertensión, etc...-.

- Ayuda a controlar enfermedades como obesidad, diabetes, hipercolesterolemia...
- Ayuda a disminuir las consecuencias de ciertas discapacidades y puede favorecer el tratamiento de algunas patologías que cursan con dolor.

¿Qué ha supuesto para ustedes el premio recibido?

Esta mención de honor supone un gran aliciente para continuar trabajando en esta línea del deporte, fomentando hábitos saludables de vida. Todos los que formamos parte de la Fundación queremos seguir impulsando estas actividades.

Disminuye el estrés, la ansiedad, el insomnio... e, incluso, el consumo de medicamentos.

¿Qué perfil tiene el personal docente?

Los entrenadores, están titulados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y tienen varios años de experiencia en el sector. Entre sus funciones destacan:

- Orientar la práctica deportiva como medio de mantenimiento de las cualidades físicas de las personas, así como elemento social.
- Conocer los beneficios de la práctica deportiva en las personas mayores y la forma de enseñarlo en este colectivo.
- Fomentar la participación de los beneficiarios.
- Conocer las posibles limitaciones de estas personas y adaptar los ejercicios para que puedan realizarlos sin problema.
- Implicarse en el proyecto.

¿Tienen en mente crear algún proyecto similar de cara al nuevo año?

Actualmente estamos en conversación con diferentes Entidades públicas o privadas, con el fin de trasladar este programa, tanto a residencias de personas mayores, como a hospitales, centros de día e instalaciones municipales.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Si deseas formar parte del Programa de Actividad Física para Mayores puedes ponerte en contacto con la Fundación Realmadrid:

Tel: 91 453 29 00
Correo electrónico: correo.fundacion@corp.realmadrid.com

Afecta a un 6,6% de la población mundial

DIABETES, UNA ENFERMEDAD PARA TOMARSELA EN SERIO

La diabetes mellitas es una enfermedad crónica que afecta al 6,6% de la población mundial (lo que supone casi 285 millones de personas entre los 20 y los 79 años). Las estimaciones para el año 2030 prevén un incremento del 54% en el número de afectados, que significaría que el 7,8 % de la población adulta mundial tendría diabetes (438 millones de personas). En España el porcentaje de población con diabetes es del 6,4%.

Coordina: Inés González
Fotos: Archivo

De ahí la importancia de que los ciudadanos nos concienciamos en la lucha con-

tra esta enfermedad, ya que el 90% de los casos diagnosticados es de diabetes tipo II, que está directamente relacionada con hábitos de vida poco saludables y evitables, como son el sobre-

peso, la ausencia de ejercicio físico y una dieta inadecuada (alimentación hipercalórica).

Combatir la obesidad infantil y juvenil, potenciar la dieta medi-



La actriz Verónica Forqué ha amadrinado la campaña, que contó con una carpa informativa durante tres días en el madrileño Mercado de La Paz.

terránea y realizar actividades físicas, son prácticas que contribuyen de forma notable a reducir las cifras de mortalidad prematura por causa de la diabetes y a mejorar la calidad de vida de las personas.

Para luchar contra esta patología, el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, en colaboración con las CCAA y las sociedades científicas y de pacientes, elaboró en 2006 la primera Estrategia de diabetes del Sistema Nacional de Salud. Dicha Estrategia fue evaluada en 2009 y ha permitido mejorar la coordinación de los programas de prevención, los diagnósticos y los tratamientos de los pacientes para ganar eficacia y salud.

Además, ha proporcionado a las CCAA un total de 4,3 millones de euros para implementar esta Estrategia en el periodo 2007-2010. En estos momentos la Estrategia está en fase de actualización, de modo que pueda presentarse al próximo Consejo Interterritorial un nuevo documento.

Es diabetes, tómatela en serio

Según los resultados de la Encuesta DIABETES, TÓMATELA EN SERIO de percepción a pacientes y profesionales sanitarios, revelan que los médicos implicados en el tratamiento de la enfermedad consideran la prevención y la adquisición de unos hábitos de vida saludables como la clave para evitar o retrasar la



aparición de la diabetes tipo 2 (DM2).

El secretario de la Sociedad Española de Diabetes (SED), José Ángel Díaz, reseñó el día de la presentación de esta Encuesta que para el 83% de los médicos encuestados, la mayor parte de los casos de diabetes tipo 2 podría prevenirse. También, des-

El sedentarismo, el sobrepeso y una dieta inadecuada son los principales factores de riesgo de la diabetes, especialmente del tipo II, que supone el 90% de los casos diagnosticados

RED SOCIAL COMUNIDAD DIABETES

Pulsomed, empresa editora de tuotromedico.com, ha puesto en marcha “Comunidad Diabetes”, una red social que sirve de instrumento de información, formación y comunicación de la enfermedad de la diabetes. Esta comunidad, accesible desde diabetes.tuotromedico.com, se dirige a personas diabéticas y tiene como misión aglutinar y estructurar conocimiento sobre esta enfermedad, y hacer partícipes de la misma a todos sus miembros.

La diabetes es una enfermedad crónica considerada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como uno de los principales problemas sanitarios, especialmente en los países de mayor desarrollo. Sólo en España, la cifra de diabéticos ronda los 3,5 millones de personas, si bien se da la circunstancia de que un millón y medio de personas más también la padece y lo desconoce.

Los enfermos de diabetes requieren tener un estilo de vida específico, hábitos alimenticios apropiados y los cuidados necesarios en todo momento, para lo cual necesitan disponer de información suficiente y veraz con la que pueda llevar un control de su enfermedad. En este sentido, Internet, y más concretamente las redes sociales, suponen un canal idóneo para que estas personas obtengan información y compartan su experiencia y conocimiento con otras personas.

Comunidad Diabetes nace con el objetivo de conectar a todas aquellas personas que padecen la diabetes y aprovechar las posibilidades que brindan las redes sociales para poder transferir información entre pacientes, y desde los profesionales sanitarios a los pacientes de forma rápida y efectiva.

Para ello el portal dispone de Grupos de Apoyo Virtuales como lugar de encuentro e intercambio de experiencias, y se complementa con un directorio de médicos endocrinos y guías informativas escritas por el cuadro médico de Pulsomed; esta información está certificada por Health On the Net Foundation (HON), un sello que distingue la calidad y fiabilidad de los contenidos sanitarios en la Red.

tacó que el 50% de los profesionales de la salud encuestados considera que no se ofrece información suficiente sobre la enfermedad y que el 52% de los pacientes no cumplen unos criterios adecuados de control. “El mantenimiento de una dieta adecuada y

la práctica regular de ejercicio siguen siendo fundamentales para la prevención de la DM2, una enfermedad que está teniendo un desarrollo alarmante”, en palabras de José Ángel Díaz. En este sentido, el representante de SED explicó que existen 5 millones

de diabéticos en España, de los cuales un millón y medio desconocen que sufren esta enfermedad.

Y es que la diabetes es una enfermedad que no produce síntomas en la mayoría de los casos, lo que provoca que muchas personas tengan cifras elevadas de glucemia sin saberlo, tal y como contó Sara Artola, coordinadora de la redGDPS. Artola subrayó que la mayoría de diabéticos son atendidos en Atención Primaria (AP), tal y como desvela la encuesta, y añadió que los médicos de AP, por su proximidad, pueden introducir e inculcar hábitos saludables entre los pacientes.

La coordinadora de red GDPS habló además de la necesidad de investigar en medicamentos que conlleven un menor riesgo de producir glucemias y no supongan riesgos en otros órganos para evitar la aparición de cardiopatías o nefropatías, entre otras complicaciones. “Según un estudio en marcha en Atención Primaria, existe hasta un 28% de prevalencia en enfermedad renal crónica en pacientes con diabetes”, alertó Artola.

También incidió en las complicaciones de la diabetes tipo 2 Ricardo Gómez Huelgas, coordinador del Grupo de Diabetes y Obesidad de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), quien defendió que la diabetes debe tener un abordaje integral ya que muchos órganos pueden verse afectados si no se lleva un control adecuado. Así, “los diabéticos tienen entre dos y tres veces más de probabilidades de sufrir un problema cardiovascular, es la



las dos únicas enfermedades que han despertado la alerta sanitaria mundial, junto con el sida.

El Sistema Nacional de Salud cuenta con una Estrategia de diabetes desde el año 2006

La encuesta arroja datos si no alarmantes, por lo menos preocupantes acerca de los hábitos de los pacientes con DM2, el principal de los cuales es que el 15% de los enfermos sigue sin considerar grave su enfermedad y el 16% sigue fumando. Por ello, hay que proporcionar a los enfermos las herramientas adecuadas para que puedan tener un mayor conocimiento de su patología y autogestionarla de forma correcta.

La actriz Verónica Forqué ha prestado su imagen a la campaña esDIABETES, TÓMATELA EN SERIO para contribuir a la concienciación de la población diabética. La campaña ha contó, durante tres días, con una carpa informativa en la que todas las personas interesadas se realizaron, de forma gratuita, una serie de pruebas para evaluar el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Tras abandonar Madrid, la carpa se han trasladado a los mercados municipales de Valencia, Sevilla y Barcelona para seguir concienciando sobre la importancia de mantener unos hábitos de vida saludables para prevenir y controlar la diabetes.

primera causa de ceguera en adultos, de amputaciones no traumáticas y de inclusión en tratamiento sustitutivo renal”.

Gómez Huelgas inició su exposición alertando que, según la Organización Mundial de la Salud, la diabetes es una de

Un modelo de crecimiento desigual: LA POBREZA SE GLOBALIZA

Texto: Patricia Pérez-Cejuela
Fotos: HelpAge International

En un mundo en el que la globalización ensancha a marchas forzadas la enorme desigualdad entre el norte y el sur, gestionar el envejecimiento de la población aparece como uno de los temas más importantes a tratar. Hasta hace poco tiempo el 95 por ciento del aumento demográfico mundial se registraba en zonas subdesarrolladas, en donde el bajo nivel de desarrollo cultural, unido a la dependencia en materia comercial de los países ricos, provocaba una degeneración progresiva de su aumento demográfico. A día de hoy se puede decir que esta situación ha dejado de ser exclusiva de los países del cono sur de planeta.

La proporción de personas mayores en Asia y América pasará del 8 por ciento al 15 por ciento de aquí a 2025. En África se espera que esta proporción aumente sólo del 5 al 6 por ciento durante el mismo período, pero se duplicará en 2050. En el África subsahariana, el porcentaje alcanzará la mitad de ese nivel. Mientras, en Europa y América del Norte, se espera que la proporción de personas mayores aumente del 20 por ciento al 28 por ciento en el caso de Europa



y del 16 por ciento al 26 por ciento en América del Norte. Además, según datos de la ONU, los años venideros estarán marcados por altos niveles de migración internacional de manera que los países del denominado Primer Mundo podrían recibir una afluencia de unos dos millones de personas al

año. Les conviene permitirlo porque si los países ricos deciden cerrar sus puertas a la inmigración, la población disminuirá antes de 2025, probablemente en no más de dos o tres años.

HelpAge es una ONG que ayuda a las personas mayores que viven en países en vías de desarrollo a reclamar sus derechos y luchar contra la discriminación y la pobreza para que puedan llevar una vida digna, segura, saludable y activa. Marina Lozano, Responsable de Comunicación y Donantes de HelpAge Interna-

HelpAge es una ONG que ayuda a las personas mayores que viven en países en vías de desarrollo a reclamar sus derechos y luchar contra la discriminación y la pobreza para que puedan llevar una vida digna, segura, saludable y activa.



tional España, explica que “los temas relacionados con personas mayores suelen ocupar un lugar secundario en los programas de desarrollo. Muchas veces las personas mayores simplemente no son tratadas como un grupo vulnerable con necesidades propias, como por ejemplo se hace con las mujeres o los niños. Esto implica que la atención no sea especializada y que sus necesidades sean relegadas a un segundo plano”.

En este sentido, la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento celebrada en Madrid en 2002,

aprobó un Plan de Acción que recogía numerosas estrategias políticas, económicas y sociales para hacer frente a esta nueva realidad, muchas de las cuales se han quedado tan sólo en una declaración de principios. “En estos momentos –continúa Marina Lozano– estamos evaluando los avances que se han producido desde el Plan de Madrid a través de foros de discusión en más de veinte países. Las conclusiones se presentarán en la sesión número 50 de la Comisión de Naciones Unidas de Desarrollo Social en febrero de 2012. Queremos que sean las propias personas mayores las que nos digan cómo de importantes han sido los cambios y cuánto han cambiado sus vidas”.

Realidades diferentes

La preocupación primordial de los países desarrollados es mantener sus sistemas de protección social para atender las necesidades de la población mayor en materia de pensiones, ocio, vivienda, participación social y dependencia, entre otras. Las corrientes migratorias aparecen como un elemento esencial para conseguir que las cuentas cuadren. Se han convertido en el principal apoyo para la atención a las personas mayores y, sus cotizaciones a la Seguridad Social jugarán un papel decisivo en el sostenimiento del sistema de pensiones.

El caso de los países en vías de desarrollo es bien distinto. Su principal problema no es el de discutir

Los mayores son un grupo especialmente vulnerable en situaciones de emergencia, porque dan prioridad a sus hijos y nietos cuando hay que realizar un reparto de alimentos.

si el sistema de protección social es o no adecuado, simplemente porque este sistema no existe en muchos casos. De ahí que la cuestión de asegurar la supervivencia del conjunto de su población sea el primer elemento a tratar. El envejecimiento de la población mundial se reduce a una cuestión de desequilibrios. Las potencias económicas afectadas por una baja natalidad perderán peso en el cómputo global, mientras que los países más desfavorecidos seguirán creciendo como países pobres, lo que acentuará aún más las diferencias económicas, sociales, biológicas, psicológicas e incluso de género. Los impactos son diferentes. Los Gobiernos de Europa, Japón o Norteamérica temen plantearse cuestiones derivadas de las políticas neoliberales, que expulsan de los sistemas de previsión social a cada vez mayor número de ciudadanos. Los países en desarrollo, en cambio, se enfrentan a un incremento de sus niveles de marginalidad, exclusión y vulnerabilidad.

Charles Knox-Vydmanov, experto en material de protección social en HelpAge International señala que “nuestra ONG trabaja para demostrar la viabilidad de la pensión de vejez universal en los países en vías de desarrollo y para presionar a los Gobiernos para que implementen medidas encaminadas a conseguirlo”. Tan sólo una de cada cinco personas mayores en el mundo recibe una pensión, lo que implica que muchos



En los campos de refugiados de Etiopía y Kenia, las personas mayores están siendo marginadas ya que el diseño de las intervenciones de emergencia a menudo las discrimina por sus limitaciones de movilidad y sus necesidades nutricionales especiales.

mayores estén obligados a trabajar a edades muy avanzadas o cuando ya son dependientes. “Las pensiones sociales (no contributivas) –continúa Knox-Vydmanov– son esenciales para asegurar que las personas mayores que han vivido en la pobreza y trabajado en la economía informal reciban una mínima seguridad en la vejez. Las pensiones además, contribuyen al mantenimiento de todo el tejido social. Un ejemplo son las personas mayores que tienen niños a su cargo y emplean el dinero para ayudar a pagar comida, tasas escolares, etcétera”. Según datos de Cruz Roja y la Media Luna Roja, se estima que sólo en África hay cinco millones de abuelos que han asumido el papel de padres con sus propios nietos. Con frecuencia, los abuelos ejercen esta función al mismo tiempo que atienden a sus hijos mayores y enfermos de VIH/SIDA. Esta situación desesperada se ve agravada por el estigma, la discriminación y el consiguiente aislamiento que sufren esas familias afectadas por el VIH/SIDA. “El Gobierno de cada país juega un rol clave para implementar esas pensiones aunque otros agentes sociales deben estar involucrados. La sociedad civil y las organizaciones de personas mayores tienen un papel esencial para vigilar que se cumplan los acuerdos y solicitar mejoras a sus Gobiernos”, concluye Charles Knox-Vydmanov.

TESTIMONIO EN ÁFRICA

TESO, 64 años. Borena, Etiopía



Teso no está segura de su edad pero cree que tiene unos 64 años. Su marido ha muerto y tiene 5 hijos, un nieto de dos años y cuida de otro niño cuyos padres han muerto. Cuenta que “voy a buscar agua y leña a la zona de arbustos bajos cada día. A veces consigo vender algo de leña en el mercado. Cuando los animales se han ido a alimentarse recojo raíces que puedo vender por 1 Birr (5 céntimos de euro aproximadamente) el manojo. También uso las raíces para hacer platos y decorar vasijas. Sólo tengo tiempo para hacer dos al año pero puedo conseguir unos 100 Birr (5 euros aproximadamente) por cada uno que vendo”.

Con el dinero que consigue compra ropa, alimentos, conchas y abalorios que usa para decorar sus mercancías. Por supuesto, Teso también cocina y cuida de los niños que tiene a su cuidado. “Las tareas más difíciles son buscar agua y recoger leña”, explica. Cuando le preguntamos sobre el nuevo generador de agua de la zona, Teso explica que “sin el generador y el agua, una vez las lagunas (o haro) se sequen podemos estar muertos en dos meses. Las lagunas no son suficientes para toda la población. El agua del pozo es además más limpia”.

Teso envió uno de los niños fuera para enseñarnos las raíces y una de las vasijas decoradas que fabrica. Sentada en un taburete con uno de los niños en sus rodillas nos enseñó como pela las raíces para utilizar el material fuerte y flexible como una cuerda que hay en su interior. Esto es lo que usa para hacer utensilios. “Enseño a mis hijos a hacer utensilios para que puedan ganar algún dinero que les ayude. Uno de mis hijos irá a Addis Ababa a estudiar en la Universidad el año que viene. Estoy muy contenta ya que pienso que la educación es muy importante. Como madre soltera mayor no tengo otra opción que no sea la educación. Solo tengo algunas ovejas y ganado y me costará mucho que mis hijos consigan una educación”.

Teso cuenta que HelpAge International es la primera organización que conoce que se preocupe y trabaje por las personas mayores. “Me alegro de que no nos hayáis olvidado. No sólo hay niños en Etiopía, también hay personas mayores”.



La pobreza se extiende y visualiza en más zonas del planeta.

Cuerno de África

La Organización de Naciones Unidas, ONU, ha declarado la crisis humanitaria del cuerno de África como la primera hambruna del siglo XXI. Más de diez millones de personas son víctimas de la peor sequía sufrida en la zona en 60 años. Grandes áreas como Somalia, Etiopía, Yibuti y Kenia están siendo azotadas por una grave crisis alimentaria que, junto con los conflictos armados, están dando como consecuencia un éxodo masivo de personas a otros países en busca de comida, agua y seguridad. En zonas como Etiopía, las comunidades de pas-

En África, al menos la mitad de los niños huérfanos como consecuencia del SIDA son cuidados por sus abuelos. Esto supone una gran carga física y emocional para ellos.

tores están dirigidas en gran parte por personas mayores que han perdido su posición de liderazgo, por el debilitamiento o muerte de casi todo su ganado.

Richard Blewitt, Director Ejecutivo de HelpAge International, ha visitado recientemente la zona y relata que “en los campos de refugiados de Etiopía y Kenia, las personas mayores están siendo marginadas ya que el diseño de las intervenciones de emergencia a menudo las discrimina por sus limitaciones de movilidad y sus necesidades nutricionales especiales”. Efectivamente, los mayores son un grupo especialmente vulnerable en situaciones de emergencia porque dan prioridad a sus hijos y nietos cuando hay que realizar un reparto de alimentos. “Esto hace –explica Richard Blewitt– que las personas mayores estén entre la más desnutridas. Quienes consiguen llegar a los campos de refugiados suelen estar al final de la cola para recibir ayuda. Sin embargo, muchas de estas personas están participando acti-

vamente a la hora de tomar el liderazgo en algunos de estos campos de refugiados, ocupándose de atender a los niños no acompañados y más desprotegidos”.

HelpAge International lleva trabajando en Etiopía 15 años, dando ayuda económica directa y paquetes de comida a 4.800 familias, y proporcionando empleo a personas mayores y sus familiares, cavando o reparando pozos.

Erna Mentenot Hintz, asistente del programa de HelpAge International en Etiopía, ha visitado recientemente Borana, una de las zonas de Etiopía más afectadas, y asegura que “Borana experimenta una crisis humanitaria muy compleja como consecuencia de la sequía, los conflictos armados y las enfermedades. Los sistemas tradicionales de pastoreo se han debilitado en la última década debido a la presión demográfica, los conflictos étnicos y a la invasión continua de la agricultura, entre otros factores. La devastadora sequía ha provocado la muerte de

| INFORME

gran parte del ganado, que es el sustento de las comunidades de pastores. Más de 250.000 vacas han muerto sólo en la región de Borana como consecuencia de la falta de agua y alimentos. Los ganaderos mayores no pueden confiar en su ganado para alimentarse o alimentar a sus familias”.

HelpAge International está financiando un proyecto en Borana, proporcionando ayuda de emergencia a 32.000 personas, también trabajan con el Comité de Emergencia de Desastres para proporcionar ayuda de emergencia a unas 20.000 fami-

lias, aproximadamente 140.000 personas. Alison Rusinow, Directora de Programas de HelpAge International en Etiopía explica que “nuestro trabajo actual proporciona apoyo tal como alimentación de emergencia para el ganado, distribución de carne fresca a los hogares más afectados y programas de trabajo por dinero para rehabilitar servicios esenciales de agua y saneamiento”.

Situaciones más urgentes

La seguridad alimentaria, la escasez de agua y el agotamiento



TESTIMONIO EN ÁFRICA

JOSEPHINE, 55 años. Kenia



Josephine Mwikali Kamau y su marido tuvieron seis hijos y vivieron una vida normal y feliz. La desgracia golpeó a su familia cuando sus hijos ya eran mayores y se habían marchado para empezar sus propias vidas. Uno de sus hijos mayores murió en un incendio y dos más murieron como resultado de enfermedades, incluida una hija que murió de SIDA. Dejaron atrás a siete nietos. Los niños ahora viven con Josephine y su marido.

Josephine y su marido trataron de ganar el dinero suficiente para cuidar de sus nietos cultivando su parcela de tierra. El marido de Josephine además, empezó a trabajar como peón ocasional. Cuando HelpAge conoció su situación, fue invitada a una reunión donde conoció a otras mujeres mayores que habían acabado siendo responsables de criar nietos jóvenes y adolescentes. “Conocí a un montón de mujeres con problemas similares a los míos. Recibimos formación sobre cómo cultivar, cuidar del ganado y cómo establecer otros negocios”.

Decidió poner un puesto para vender verduras y carbón. También recibió harina de HelpAge para vender en su tienda. Sin embargo, el negocio no iba bien y por necesidad Josephine y su familia consumían gran parte de lo que se suponía debían vender. “Entonces HelpAge nos dio un crédito. Me ayudó a abrir mi negocio actual, una tienda de verdad con gran variedad de servicios. Me enseñaron a llevar un negocio y se aseguraron de que mantenía registros, por lo que sé si estoy teniendo beneficios o perdiendo dinero”, cuenta Josephine. Ahora también vende frutas y verduras en un puesto provisional fuera de su tienda.

de los medios de subsistencia son las preocupaciones prioritarias en Borana. El precio del combustible es otro gran problema al que se enfrentan los etíopes. En Addis Abeba, un kilo de avena, que era de cinco birr etíope en 2008, cuesta ahora 11 (GBP0.40 o 0,65 dólares) el arroz, que hace tres años costaba seis birrs por kilo, ahora cuesta 15 (GBP0.55 o 0,88 dólares EE.UU.).

La situación es especialmente difícil en los campos de Dollo Ado, la región somalí de Etiopía, donde el número de refugiados es de más de 120.000, una cifra que va en aumento. Las necesidades más urgentes de los refugiados son el acceso a alimentos, agua, vivienda, sistemas de saneamiento y atención sanitaria. Alison Rusinow asegura que “una de la prioridades es el restablecimiento de fuentes de agua o perforaciones en mal estado. La solución a largo plazo para este problema es activar los programas de transferencias de efectivo para emergencias, de manera que podamos ayudar a las personas a satisfacer sus necesidades nutricionales. Esta seguridad



alimenticia a largo plazo estimulará la actividad económica y social de la zona”.

Los mayores continúan siendo la principal fuente de sustento para muchas familias, atendiendo a sus hijos, nietos o parientes jóvenes a su cargo. En África, al menos la mitad de los niños huérfanos como consecuencia del SIDA son cuidados por sus abuelos. Esto supone una gran carga física y emocional para ellos. Mariña Lozano explica que “HelpAge les proporciona ayudas para cubrir los costes escolares (como uniformes, libros, tasas escolares) y les ayuda a conseguir un trabajo, generalmente que se pueda realizar en casa y que ayude a la economía familiar”.

A pesar de ello, las políticas de desarrollo no suelen incluir en sus planes a las personas mayores que son a menudo olvidadas tanto por los Gobiernos como por las ONG's. HelpAge International trabaja para que se de respuesta a esta situación desde los Gobiernos y organismos internacionales como Naciones Unidas.

TESTIMONIO EN ÁFRICA

JOHN, 73 años. Uganda



Peter tiene 73 años. Su primera esposa murió en 1981 y ahora tiene otra esposa. Cuenta que “vine a vivir aquí en 1977, antes vivía a unas 6 millas de aquí en otro condado. Vine porque la tierra era mejor para el pastoreo y tenía unos cuantos animales. Tuve 23 hijos de mis dos esposas, la que murió y la que tengo ahora. Siete de ellos han muerto, todos murieron de esa nueva enfermedad, el SIDA. El primero murió hace diez años ahora y el último murió en noviembre de este año. Este último me ha dejado con 13 niños. Mi hijo tenía dos esposas: ambas todavía jóvenes, se han ido para buscar un nuevo marido y los trece niños ahora viven conmigo, desde diciembre. El mayor tiene 14 años, el más pequeño tiene sólo tres”.

Todos viven en esta casa, que sólo tiene seis habitaciones. Otros siete niños huérfanos viven en la casa de enfrente. “En mi familia he tenido un problema enorme tratando de averiguar cuántos niños tenemos, cuantas tasas escolares tenemos que pagar y quién tiene que ir a hacerse las pruebas del SIDA, ahora tengo un libro para controlar todo esto. Además de los tres que son VIH positivos otro de mis nietos tiene lepra y lo tengo que apoyar y dar cuidados especiales, no quería ir al colegio y ahora se queda en casa con los otros”.

Peter trabajaba para el Gobierno por lo que tiene una pequeña pensión de 110.000 chelines ugandeses (63.7\$) al mes, pero es su único ingreso. Con esta pensión tiene que comprar libros escolares, ropas, comida y mantener la casa. “Ahora soy el presidente de la Asociación de Personas Mayores Bohimba, que se encarga de proporcionar cuidado domiciliario y también dan créditos para actividades de Generación de Ingresos”.

Peter ha pedido un crédito para establecer un negocio de cría de pollos. Con él espera hacer algo más de dinero para apoyar a todos sus nietos. Confiesa que está preocupado si algo le pasa porque “no habrá nadie que mantenga a mi familia. Antes del VIH, las personas mayores eran cuidadas por sus hijos pero debido a la urbanización y a esta enfermedad la sociedad se ha fraccionado”.

CÓMO AYUDAR

HELPAJE INTERNACIONAL ESPAÑA

Dirección: Núñez de Balboa 9, 4º - 28001 Madrid.

Teléfono: 91 576 63 66 - 902 883 111 (atención al socio)

www.helpage.es

Email: correo@helpage.org



BLANCA DEL REY

LA MEJOR BAILAORA DE FLAMENCO

Texto: Andrea García. Fotos: Archivo

Sus primeros pasos de baile los dio siendo una niña. ¿Ha sentido nostalgia de su infancia?

Con seis años estaba bailando. El flamenco ha sido tan natural en mí que siempre digo que bailar es tan innato en mí como mi pelo, mi mano o mi pie. ¿Quién no ha sentido nostalgia de los momentos en los que estamos estrenando el alma, en los que nos afloran las ilusiones y creemos que podemos cambiar el mundo? Sonríe profundamente. Luego te das cuenta que la vida es otra cosa, pero – se queda un poco meditativa - ... pero no por ello dejas de estar siempre entusiasmada como ser humano,

porque si no existe el entusiasmo no existe la vida.

El flamenco es un arte difícil de sentir y de entender.

El flamenco hay que entenderlo con la mirada de un niño al que le está sorprendiendo la vida. Si no nos aproximamos al flamenco con un espíritu receptivo y con el alma abierta, lo entenderemos como un arte más o menos bonito que nos puede entusiasmar, pero el flamenco es mucho más. El flamenco es un lenguaje directo al alma. Por eso no importa el idioma ni el lugar a donde se interprete, porque en cualquier parte del mundo te entienden.

Personalmente qué le han aportado sus estudios e investigaciones sobre el flamenco.

Para entender los orígenes del flamenco tienes que empezar a entender que sientes cuando bailas y por qué sientes así. Tenemos una memoria ancestral, un bagaje cultural que tenemos que recordar, tratando de extraer los sentimientos tan profundamente arraigados. Si no hacemos esa inmersión entenderemos muy pobremente el flamenco, porque lo veremos simplemente como un arte y realmente el flamenco es una transformación continua de la personalidad a mejor. Un ejercicio para el entendimiento

de la vida en su profundidad y en su autenticidad.

He impartido muchas conferencias y además tengo el orgullo y el honor de haber sido distinguida, en el año 2006 por la Universidad de Córdoba, con el premio. Santo Tomás de Aquino por mi investigación sobre el origen del flamenco, por mi búsqueda de la raíz de este arte.

Blanca del Rey ha clausurado el primer curso de flamenco en la Universidad Complutense de Madrid, colaborando en la Cátedra de Flamencología de la universidad de Córdoba.

¿Sería usted la gran bailarina o bailaora que es, si no fuese usted andaluza?

Es correcto en mi caso bailarina y bailaora, porque tengo formación de bailarina, aunque fundamentalmente mi disciplina es de bailaora. Carmen Amaya era catalana, doña Pilar López vasca y Antonio Gades alicantino. Que duda cabe que el flamenco nace en Andalucía y esta tierra tiene su propia idiosincrasia, pero volviendo a lo de antes, el flamenco está en todos y en cada uno de los seres humanos que hay en la tierra. Porque lo que expresa el flamenco es vida y las canciones y los ritmos nacen de los latidos del corazón. Porque la pena duele, una persona, para poder superarla canta y baila y al hacerlo trata además de transformar lo negativo en positivo. A mí me hace mucha gracia cuando observo la popularidad de los libros de autoayuda de autores como Paulo Coelho y me digo ¡pero si esto es lo que hace el flamenco!



Ser una de las bailaoras más importantes de la historia del flamenco le habrá supuesto una gran disciplina y mucha entrega personal.

Cuando hay amor por lo que haces, la disciplina que conlleva es algo que ni siquiera piensas. Estás tan llena de deseo, de vida y de ganas de darlo todo que no hay sacrificio. Cuando algún profesional te dice es que es durísimo verdad Blanca, te quedas un poco pensativa porque si quieres desarrollarte y aportar algo, es lo que toca. Si vemos la vida así, con pesar, si vemos nuestro trabajo así, entonces solamente hay trabajo. En todo trabajo hay arte, depende de tu visión de la vida y de las cosas.

Ha viajado y actuado en España y en todo el mundo, que reacción del público le ha sorprendido más.

Francamente el flamenco donde va arrasa y la reacción a nivel mundial es impresionante. Pero si yo tuviera que destacar un pú-

blico exquisito, en cuanto a un público culto, me quedaría con el de la antigua Unión Soviética. Era tan conmovedor su comportamiento... En algunos teatros, y sin que nos diéramos cuenta, con un sigilo y un silencio impresionante, nos llenaban las escaleras de flores. ¡Fíjese que cosa más increíblemente maravillosa! En aquella época la compañía cenaba en el teatro, saliendo horas después y aún nos esperaba el público en la puerta. A mí se me saltaban las lágrimas. Aunque el ballet surgió en Francia, en realidad nació en Rusia, porque es allí donde se trabajó y alcanzó una expresión de máxima belleza. La zarina (Catalina La Grande) ordenó que llevaran a Rusia a todos los coreógrafos franceses para que diesen clases de danza, fíjese por donde empiezan las cosas, a los hijos de sus sirvientes y así nació la Escuela del Ballet Bolshoi, la compañía más importante de Rusia. Aunque

España enseñó a bailar al mundo porque en el siglo XVIII los coreógrafos franceses vinieron para conocer la Escuela Bolera y lo que hicieron fue poner a los pasos de danza nombres franceses, y de ahí nacería el ballet.

Ha actuado en los principales teatros de Japón a qué se debe el interés que sienten los japoneses por el flamenco.

El flamenco es como una religión para ellos. Están tan encorsetados por su educación que el flamenco les ha dado la vida y la libertad de expresión para desarrollar sus sentimientos. En Japón publican más de 15 revistas dedicadas al flamenco.

También ha bailado en el teatro de La Zarzuela, en el Teatro Real y en coliseos de todo el mundo.

El teatro más original, no el más importante, donde he bailado ha sido el Teatro Hemiciclo de la



Sorbona, a donde habían cantado Edith Piaf y Gilbert Beaud, No había bailado nadie y para poder actuar tuvieron que quitar la barandilla del teatro. El director lo hizo un poco a regañadientes, pero cuando terminé de actuar se puso de rodillas y me dio las gracias. Fue muy bonito. Recuerdo por ejemplo el teatro romano de Mérida que es

maravilloso por el embrujo que cuentan sus piedras. El escenario influye muchísimo.

Todavía puede existir una visión tóxica del flamenco, considerándolo un espectáculo de pandereta.

Realmente el flamenco empezó a divulgarse en los años 60. En la década de los 50 viajaban muy pocos artistas, a lo mejor Antonio Ruiz, pero realmente es a partir de los 60 cuando el flamenco se da a conocer en el extranjero. Ahora actuando en cualquier lugar del mundo puede acercarse una persona al camerino con una discografía antigua de Antonio Mairena el cantao o con el libro “Memoria del Flamenco” de Félix Grande, uno de los mejores estudiosos del flamenco. La ignorancia es muy osada y algunas mentes muy poco cultivadas asocian despectivamente la pandereta con el flamenco, cuando la pandereta es un instrumento del pueblo que figura en todas las grandes orquestas sinfónicas.

En su carrera artística y personal se las ha valido por si misma.

Siempre he tenido una gran inquietud por saber, por lo que doy siempre gracias a Dios. Lo que determina nuestra personalidad es el conocimiento. Hay dos cosas que para mi son fundamentales en la formación de una persona : el conocimiento y la humanidad. Hoy ser persona es un título más importante que un título nobiliario. El cultivar la humanidad es un título que revalidas todos los días.

De las coreografías que ha creado e interpretado de cuáles se siente más orgullosa.

Todas son como los hijos o como dedos de una mano. La que ha te-

EL CORRAL DE LA MORERIA

Manuel del Rey, esposo de Blanca del Rey, fundó el tablao flamenco El Corral de la Morería en el año 1956, enclavado en el conocido como Madrid de los Austrias, con vistas al Palacio Real y la Catedral de la Almudena. Su escenario consigue el mejor sonido del baile, estando considerado el más antiguo, el más famoso y el mejor del mundo, habiendo actuado grandes figuras como Blanca del Rey. El tablao tiene una colección de fotografías de sus ilustres visitantes, entre los que figuran los actores Michael Douglas,

Richard Gere, Rock Hudson, las actrices Marlene Dietrich, Nicole Kidman y Mariah Carey. De las muchas anécdotas, Blanca recuerda la que le contó su marido sobre el pintor Salvador Dalí quien pretendió entrar con una pantera. Por el tablao han desfilado la saga de los Kennedy y el presidente Ronald Reagan y su esposa Nancy cuya foto bailando dio la vuelta al mundo. El Corral de la Morería sigue siendo un local que figura en la agenda de personalidades de la política y la cultura, como los premios Nobel, los premios Príncipe de Asturias y también del público interesado en descubrir el duende del flamenco.

nido más trascendencia, porque más que una coreografía es un desarrollo y una escuela de la forma de mover el mantón, una manera de expresar el sentimiento con el mantón, es la Soleá del mantón. Luego está también el lenguaje del abanico que estaba totalmente olvidado y que lo incluí en ritmos olvidados como son los ritmos de ida y vuelta, es decir, la Guajira y la Colombiana, En 1983 creé la compañía Ballet Flamenco Blanca del Rey y con ella he montado nuevos espectáculos y coreografías sobre los distintos ritmos del baile flamenco. Hace cinco años que terminó nuestra singladura.

En 1984 El espectáculo “poemas y Danzas de Andalucía, presentado en el Centro Cultural de la Villa de Madrid, le valió a Blanca del Rey la consideración de la mejor bailaora.

Cómo ve la evolución de flamenco. Hay continuidad en el baile.

Hay muchos caminos ahora. Está el que crece y evoluciona con sus propias raíces, con su propia visión, con su embrujo, sin diluirse. Luego está aquel de los que quieren innovar, que introducen expresiones de danza contemporánea, y bueno es gente joven y también tiene derecho a equivocarse. No estoy muy de acuerdo con este camino, porque puede ocurrir que se esté cantando una letra dramática que no se corresponda por ejemplo con la expresión de los brazos. Hay un ramillete de gente joven maravillosa que baila divinamente así que hay futuro. En el Corral de la Morería tratamos de hacer siempre lo que inicialmente hizo mi esposo, que es ayudar a la gente con talento.



Su última actuación ha sido en el Festival Internacional del Cante de las Minas de la Unión Murcía.

Me despedí de los escenarios el pasado 8 de agosto. No se me olvidará nunca. Enrique Morente me iba a cantar en mi despedida del Corral de la Morería y del Festival de la Unión, pero se nos fue. El ha dado tanto al flamenco, que yo le diría: oye deja a otro que siga tu estela y que aporte alguna cosa más. Morente ha innovado muchísimo, pero con una profundidad enorme y un respeto grandísimo al flamenco, porque era un gran conocedor de lo que es este arte. Todo el que es un gran conocedor del flamenco lo respeta muchísimo.

Se va sin nostalgia.

Bueno me he ido con un sentimiento encontrado. Uno, dando gracias de poder elegir marcharme en el momento en el que estoy mejor. Todo el mundo me

dice que locura, estas mejor que nunca... Pues ahí hay que irse. Y otro sentimiento es el de que sabiendo que es lo que has hecho durante toda tu vida ya no volverás hacerlo más. En septiembre del 2012 representaré el personaje del destino de Carmen en la Ópera Carmen que se estrenará en Cádiz con motivo de los actos conmemorativos de la Constitución de 1812. Solamente haré esto. La trampa por la que mucha gente no se retira a tiempo es el público. Esto pasa en el teatro y en el flamenco pero hay que hacerlo. No tengo el mismo cuerpo que con 20 años y todo eso hay que asimilarlo y admitirlo bien a lo largo de la vida.

Una orientación cuando vayan a ver un espectáculo de flamenco.

Que vaya con ojos de niños y el alma igualmente a estrenar. Que no venga con conceptos e ideas. Para bailar bien tienes que dejarte llevar por la música y el cante, que ellos te muevan.

La pintora impresionista

Berthe Morisot

Coordina: Araceli del Moral



Paule Gobillard pintando, Berthe Morisot, 1887.

Por primera vez en España, una exposición monográfica dedicada a la artista impresionista Berthe Morisot permite descubrir el alma femenina, a través de paisajes, escenas cotidianas e íntimos retratos femeninos, en una pintura elegante y luminosa.

La muestra, organizada siguiendo un recorrido temático y cronológico en paralelo a la trayectoria vital de la artista, presenta también obras de pintores relevantes en su vida, como Corot, Boudin, Manet, Degas, Renoir, Monet y Pissarro.

Berthe Morisot –Bourges, 1841-París, 1895– fue la primera pintora que decidió unirse al Impresionismo, el grupo más avanzado

del arte de la época, participando en la mítica *Primera Exposición Impresionista* de 1874 y en otras posteriores.

El suyo es un caso excepcional en la Historia del Arte del siglo XIX, porque es el de una mujer perteneciente a la alta burguesía francesa que consigue desarrollar una importante carrera profesional como artista, vinculada a un movimiento nuevo, que entonces provocaba rechazo.

Casada con Eugène Manet, el hermano de Édouard Manet, la artista estuvo preocupada de manera especial por el estudio de la luminosidad y el color, y compartió el interés de los demás impresionistas por los reflejos de la luz.

Su carácter independiente y con cierto punto de rebeldía se deja ver en su obra, que permite acercarse también al papel de la mujer en la Francia de finales del siglo XIX, ya que no sólo fue una gran creadora sino también una mujer burguesa, urbana e interesada por la moda y la activa vida cultural de la época, que se relacionó con intelectuales y artistas como Manet, Renoir, Monet, Pissarro, Degas o Mallarmé.

La representación del universo de los sentimientos femeninos fue un asunto tan permanente en la obra de Morisot que su amigo el poeta francés Paul Valéry solía decir de ella que «vivía su pintura» y «pintaba su vida».



Pastora tumbada,
Berthe
Morisot, 1891.

Mujer y artista del XIX

Berthe Morisot fue educada en el gusto por las artes y la música. La educación artística oficial de la *École de Beaux Arts* no estaba entonces abierta a las mujeres, pero su interés y capacidad creativa hicieron que profundizase en su formación pictórica, junto a su hermana Edma, de mano de maestros que impartían clases privadas a jóvenes aficionadas.

Entre ellos se encontraba Joseph-Benoît Guichard, quien animó a ambas hermanas a entrar en el Museo del Louvre como copistas, ocupación habitual de los jóvenes pintores de la época. Esta experiencia del Louvre no sólo le serviría de aprendizaje, sino que le abriría todo un mundo de relaciones artísticas, en 1858 entró en contacto con Henri Fantin-Latour y Félix Bracquemond.

A comienzos de la década de 1860, con su nuevo maestro Camille Corot, las hermanas Morisot dejan las salas del museo y salen a pintar al aire libre. El viejo Corot, que se convirtió en un profesor informal, les enseñó su modo luminoso de reflejar la naturaleza sobre el lienzo, un aprendizaje que Berthe nunca olvidaría.

Gracias a Fantin-Latour las hermanas Morisot conocieron en 1868 a Édouard Manet, para el que Berthe se convirtió en modelo destacada de varias de sus obras, entre ellas *El balcón* (1868-69), inspirada en *Las majas en el balcón* de Francisco de Goya.

A partir de entonces mantuvieron

una estrecha relación artística y personal, que permitió además a Morisot trabar amistad con un grupo de jóvenes pintores que se inspiraban en la vida diaria y en la frenética actividad urbana para elaborar un nuevo tipo de pintura suelta y libre, muy alejada de las pautas académicas, que poco después, cuando decidieron crear una Sociedad de Artistas invitaron a Morisot a participar en las que serían las exposiciones impresionistas.

En 1869 su hermana Edma abandonó la carrera artística tras contraer matrimonio y dejar la casa familiar, por lo que Berthe continuó en solitario su actividad pictórica. Su temática se centra en la pintura de interiores, esos interiores domésticos que abordaron por primera vez los pintores holandeses y que los impresionistas volvieron a recuperar. Un mundo íntimo, en el que encontramos mujeres vestidas con sus vestidos informales, mujeres cosiendo, leyendo, meditando, madres con niños y, excepcionalmente, mujeres en actos públicos.

En 1890 y 1891 los Manet Morisot pasaron una temporada en una casa de campo con vistas al Sena al noroeste de París. A este periodo corresponden las escenas rurales recogidas en la exposición, escenas en las que pintó en numerosas ocasiones a su hija Julie –que desde su nacimiento en 1878 se había convertido en su nueva protagonista.

Tras la muerte de su marido Eugène en 1892, Berthe se traslada a un apartamento cerca del *Bois de Boulogne* que se convirtió en



En la orilla del lago, Berthe Morisot, 1883.

uno de sus lugares preferidos para buscar motivos. El gran parque fue para ella como una prolongación de su hogar, y la estrecha relación entre su pintura y su vida se refleja en sus cuadros en los que podemos observar un parque solitario que se asemeja a un jardín privado.

BERTHE MORISOT.

LA PINTORA IMPRESIONISTA

Museo

Thyssen-Bornemisza

Paseo del Prado 8,
Madrid

De martes a domingo de
10.00 a 19.00 h.

Los sábados de 2011 de 10.00
a 23.00 h.

Tarifas Exposición temporal:

- Entrada general: 5€
 - Entrada reducida: 3,50€ para mayores de 65 años, pensionistas, y estudiantes y miembros de familia numerosa
 - Entrada gratuita: menores de 12 años y ciudadanos en situación legal de desempleo
- Hasta El 12 de febrero de 2012

Más información:

www.museothyssen.org

Exposiciones

Belén en un pueblo castellano

Esta cita anual del mes de diciembre y enero permite mostrar el buen hacer de asociaciones de belenistas, coleccionistas, artistas y artesanos de diversas ciudades y regiones de España, dejando bien patentes las distintas

maneras de entender y concebir el hecho evangélico desde un punto de vista creativo y artístico.



Este año el belenista José María Villa nos traslada a un pueblo castellano de la zona de Tierra de Campos de los años 50 donde, un portalón da cobijo a la Sagrada Familia, en el que la Virgen María y San José acostaron sobre el heno al Niño Jesús recién nacido, aterido de frío, entre el buey y la mula.

En el resto de las salas, la exposición acoge una colección de siete dioramas, donde se representan las diferentes escenas o acontecimientos relacionados con el momento histórico de la Navidad (Pidiendo Posada, El Taller del Alfarero, La Adoración de los Reyes, Almazara, La Familia de Nazaret, Casa de los Arcos en Nazaret y Mercado).

Navidad en Caja Segovia

Salas del palacio del Torreón de Lozoya
Pza. San Martín, 5
Segovia.

Todos los días de 18 a 21 h.

Los sábados y festivos también de 12 a 14 h.

Entrada gratuita.

Del 1 de diciembre de 2011 al 6 de enero de 2012



La vida cotidiana del mundo romano



Nuevo concepto de exposición de divulgación histórica pensada para todos los públicos. Traslada a los visitantes a un paseo por una ciudad romana poco antes de la destrucción de Pompeya, en el año 79 d.C., en plena época imperial.

Al uso innovador de distintos elementos -ruidos y olores característicos de la época- se une la interacción entre el espacio escenográfico y un gran audiovisual.

Romanorum Vita

Vial Norte (Avenida de la Libertad)
Córdoba.

Entrada gratuita

Hasta el 17 de enero de 2012.

Nota: La exposición ofrece audiodescripción y una guía en lenguaje braille para personas con deficiencias visuales.

Relojes reales

En las salas de exposiciones temporales del Palacio Real de Madrid, Patrimonio Nacional muestra más de cincuenta piezas pertenecientes a la magnífica colección de relojes de esta Institución.

La Medida del Tiempo

Relojes de Reyes en la Corte española del siglo XVIII.

Palacio Real de Madrid.

Bailén s/n.

Juguetes de museo

Con motivo de las fiestas navideñas el Museo del Traje exhibe diferentes juguetes y objetos usados por los niños en sus juegos que reproducen al detalle el mundo de los adultos.

Junto a utensilios de cocina, coches, muebles, instrumentos musicales o, incluso los aperos agrícolas, son reducidos a unas dimensiones aptas para los niños.

Se muestra una impresionante casa de muñecas valenciana de estilo modernista del año 1910 perfectamente equipada con muebles de la época.

De verdad y de juguete

Museo del Traje. CIPE (Centro de Investigación del Patrimonio Etnológico).

Avenida Juan de Herrera, 2.

Metro: Moncloa/Ciudad Universitaria
Madrid.

Hasta el 11 de marzo de 2012

Asistencia libre y gratuita.

Coche Renault, tipo
A. Año 1899 © Museo
del Traje. CIPE
Fotógrafo: David
Serrano Pascual



Metro Opera.
Madrid.

Lunes a domingo
de 10 a 18 h.
Excepto cierre por
actos oficiales.

Hasta el 15 de ene-
ro de 2012.



Los Mayores también creen en los Reyes Magos



Un año más, la Asociación Edad Dorada- Mensajeros de la Paz convoca la campaña navideña de ámbito nacional cuyo objetivo es hacer renacer en los mayores la ilusión de la infancia.

Los destinatarios de los regalos, que serán preferentemente personas mayores que vivan en residencias, esperan cosas sencillas: un pañuelo, unas zapatillas, una bufanda..., lo más importante, es el detalle y el cariño.

La campaña está abierta a la participación tanto de particulares a título individual, como a empresas, colegios, compañeros de trabajo, grupos de amigos, u otros colectivos.

Dónde dejar los Regalos:

Desde el 12 de diciembre hasta el 4 de enero, todos aquellos que deseen participar, pueden dejar los regalos, sin coste alguno, en cualquier oficina de la empresa de Mensajería MRW de la península, indicando en el paquete *"para la Campaña de Mayores"*.



Espectáculos

Empezar el año en un teatro



Es un musical español donde hasta los buenos son malos... Una comedia policiaca empapada de amor, deseo y amistad. Encarnada por los personajes nacidos en la extensa obra musical y poética de Joaquín Sabina, con una cuidadosa selección de sus canciones como protagonistas musicales.

En ese ambiente, entre pícaro y humano, puede resultar atractivo

iniciar el año tomando las uvas en el entreacto con la presencia de los actores en el escenario. Por eso el día de Nochevieja habrá una función especial que incluye cotillón, uvas y barra libre de cava.

MÁS DE 100 MENTIRAS, El Musical,

Teatro Rialto

Gran Vía, 54

Madrid.

Precio de las entradas de la Función especial de Nochevieja del Sábado 31: desde 35 a 110€.

La magia vuelve por Navidad

Juan Tamariz es un mago andaluz nacido en Madrid, que lleva más de medio siglo dedicado al ilusionismo especializado en cartomagia, principalmente, y en magia de cerca.

Ha desarrollado una gran teoría psicológica para sus sesiones a lo largo de su carrera, y ha realizado varias publicaciones de dicha teoría, además de dictar conferencias a comunidades mágicas en distintos países.

Elegido Mago del Año en EEUU en 1993 y Campeón del Mundo de Cartomagia en 1973. En abril de 2011 el Con-

Los CantaJuegos cantan en Navidad

En 2004 se lanzó el primer volumen de CantaJuego, un DVD y CD musicales con una revisión del cancionero popular infantil español e iberoamericano. Desde entonces constituyen el fenómeno infantil de los últimos años.

Ahora, en Navidad los CantaJuegos viajan por 18 ciudades españolas para celebrarla con un colorido espectáculo lleno de música, ritmo, humor y una importante puesta en escena.

El 4 de diciembre comienza el recorrido en Almería; 8 en Mallorca, 17 en Madrid, 18 en Jérez de la Frontera, 19 en Huelva, 20 en Se-

villa, 21 en Cáceres, 22 en Córdoba, 23 en Granada, 26 en Murcia, 27 en Viladecans, 28 en Alicante, 29 en Castellón, 30 en Valencia.

A Zaragoza llegarán el 2 de enero, Santander el 3, Lugo el

4 y finalizan esta gira el 7 de enero del nuevo año 2012 en Zamora.

Toda la información de venta de entradas para cada ciudad en www.cantajuego.com



sejo de Ministros de nuestro país le otorgó la Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes.

Navidades Mágicas de Juan Tamariz

Teatro Marquina Prim, 11 (Metro Banco de España) Madrid.

Diciembre 14, 15, 19, 20, 21 y 22 y enero 3, 4 y 5 de enero.

Entradas en la taquilla del teatro o en www.entradas.com desde 25€.



Cine, libro y exposición

La Academia de las Artes y las Ciencias Cinematográficas de España y Acción Cultural Española (AC/E) festejan el 25 aniversario de los Premios Goya, con esta exposición, una publicación y la emisión de las 25 películas que han obtenido el Goya.

La exposición recorre la historia del cine español desde 1987 hasta nuestros días, a través de las películas premiadas. También analiza los cambios que se han producido en la sociedad como la progresiva incorporación de la mujer, como Isabel Coixet e Icíar Bollaín, al oficio de cineasta.

Por su parte, el libro *Viaje al cine español. 25 años de los Premios Goya*, editado por Lunwerg, aborda la evolución de nuestro cine en el último cuarto de siglo, guiado por los testimonios de relevantes figuras de nuestra industria audiovisual.

Teatro Fernán Gómez.

Centro de Arte. Colón s/n. Metro: Colón y Serrano, Madrid.

Martes a sábado de 10:00 a 21:00 h. Domingos y festivos de 10:00 a 19:00 h.

Entrada gratuita

Hasta el 8 de enero de 2012.

Caperucita Roja en Ballet

Charles Perrault fue el primero que recogió la historia de Caperucita Roja y la incluyó en un volumen de cuentos en 1697. Los hermanos Grimm, crearon una nueva versión de éste relato en 1812.

En este espectáculo, cinco bailarines en escena narran las aventuras de Caperucita, la niña que camina hacia la casa de su querida abuelita para ofrecerle unos dulces y su agradable compañía. La escena se llena de colores, movimientos y acción



asegurando un divertido espectáculo gran interés cultural tanto por la moraleja básica del cuento como por la fusión entre teatro y ballet.

Caperucita Roja.

El cuento.

Teatro Galileo Calle Galileo, 39 (Metro Quevedo) Madrid.

Funciones a las 12,00 h., los domingos del 11 de diciembre y hasta el 8 de enero y Funciones especiales los días 26, 27, 28, 29, 30 de diciembre y 2, 3 y 4, de enero.

LOS ABUELOS SE LO CONTARÁN A LOS NIETOS

Jose María Calleja
Escritor y periodista

¿A itona, qué le pasó al aita?

La entrada al colegio electoral del centro de San Sebastián para votar en las últimas elecciones generales se produce en medio de una tranquilidad inédita. Un par de jóvenes muy jóvenes preguntan a los votantes con cortesía democrática: ¿necesita usted algo? No hay ni un policía municipal uniformado de azul, no hay ertzainas con sus casacas rojas y su txapela a juego, no hay policías nacionales de paisano, tan fáciles de identificar para los que llevamos años acompañados por ellos. Los policías, cuya intensa presencia formaba parte del paisaje electoral vasco, han desaparecido. Todo rezuma una normalidad recién estrenada que resulta emocionante. En el momento de la votación el interventor de “los malos” te mira, tú le devuelves la mirada –sin la tensión de antes– y él agacha la cabeza. Canta tu número el primero, cuando la presidenta de mesa recita su nombre. Tu sonríes con los nervios que no tuviste antes y votas sin ninguno de los incidentes violentos y desagradables que hasta hace unos meses formaban parte del escenario de cada cita electoral.

Entras en la parte vieja donostiarra y, en medio de la memoria de los lugares en los que sabes que fueron asesinadas personas, ves como los propietarios de los bares te saludan sin importarles el qué dirán de los que antes marcaban el territorio del miedo con sus miradas de odio. Los camareros te saludan, te invitan y te dan la mano, un gesto poco habitual hace no tantos años. La gente te mira con una sonrisa que es toda una declaración de alegría compartida dentro de la parquedad gestual tan vasca. Hay gente que incluso te abraza y hace que te emociones con ellos en esa certeza compartida de que las cosas no son ahora como fueron hasta hace un rato. Mientras sacas tus miedos y te emocionas, miras los lugares en los que un día contaste que hubo un asesinato y piensas en las víctimas mortales, que no verán este final, y en sus familiares, con su dolor irreparable, en sus huérfanos. Haces memorias de los desgarros, del sufrimiento, del destrozo que el terrorismo ha supuesto para esta sociedad vasca y para el resto de la sociedad española. Das gracias por estar vivo y poder contarlo. San Sebastián, esa hermosa ciudad llena de muerte.

Los asesinos no volverán a matar, con casi absoluta seguridad; pero falta aún tiempo para que se ventile la habitación, para que se quiten las costras estratificadas del odio, para que desaparezcan los miedos del todo, para que llegue el día en que podamos pasear por la calle sin mirar todo lo que aceche cerca de nuestras nuca.

Se acaba un periodo en el que los padres han enterrado a los hijos, síntoma antibiológico de que algo va mal en una sociedad, un tiempo en el que demasiados hijos pequeños no se han criado con sus padres.

Los hijos crecerán, pasará el tiempo y más pronto que tarde harán la pregunta con la que empezaba este artículo: ¿abuelo, por qué mataron a mi padre?

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 (CEPAT)

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

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

Correo electrónico: cepat@imserso.es

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



¡Estamos para informarle y asesorarle!

No somos un centro de venta, pero podemos ayudarle a conocer estos productos y sus distribuidores



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