



## ESPAÑA, AL FRENTE DE LA LUCHA ANTITERRORISTA

La Administración del siglo XXI: electrónica, interconectada y transparente

**Entrevista con Gustavo Blanco, director general de MUFACE**

La importancia de la Educación Infantil

# LA SENSACIÓN DE ESTAR BIEN ASEGUARADO.

**Génesis**  
La decisión inteligente



Génesis es la decisión inteligente. Por eso te ofrecemos seguros de **Coche, Hogar y Vida con condiciones exclusivas y coberturas muy completas**. Como siempre, contarás con un servicio ágil y preferente, y del **asesoramiento personalizado** de nuestros profesionales.

Y por ser empleado y/o mutualista de MUFACE, disfruta de:

Coche		7% de descuento	+	40€ o 25€ al contratar Todo Riesgo al contratar a Terceros
Hogar		Mejoramos el precio de renovación	+	20€ de transferencia
Vida		7% de descuento	+	20€ de transferencia

Del 02 de marzo al 02 de junio de 2015

¡PIDE AHORA TU PRESUPUESTO PERSONALIZADO!



91 273 79 91  
o al 902 62 74 38



Contacta con:  
Alba Saavedra  
alba.saavedra@libertyseguros.es



[www.genesis.es/muface](http://www.genesis.es/muface)

Sujeto a condiciones de prima mínima. El ingreso se hará efectivo en la cuenta donde tienes domiciliada tu poliza, una vez cobrado el recibo. De conformidad al Art. 33 de la Ley 35/06 de 28 de noviembre del IRPF, estos pagos tendrán consideración de ganancias patrimoniales. No acumulable a otras ofertas. Quedan excluidos de los reemplazos. RICO (c) 2004, Liberty Seguros, Compañía de Seguros y Reaseguros, S.A. Domicilio social: Paseo Doce Estrellas, 4, 28042, Madrid. Reg. Merc. de Madrid, Tomo 29777, Secc. Bº, Hoja M-377257, Folio 2 - CIF A-48037642. La finalidad de los datos que nos facilitas voluntariamente, es adecuar nuestras ofertas comerciales a tu perfil particular y remitirte información. Tus datos serán recogidos en un fichero automatizado cuyo responsable es Liberty Seguros, Compañía de Seguros y Reaseguros, S.A., Paseo Doce Estrellas, 4, 28042, Madrid, CIF A-48037642, donde podrás ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, por escrito, adjuntando una fotocopia de tu DNI, o a través de la web [www.genesis.es](http://www.genesis.es). Todo ello en cumplimiento de lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal.

Liberty Seguros, Compañía de Seguros y Reaseguros S.A., es la entidad aseguradora de los productos comercializados bajo la marca Génesis.

## Equipo de Redacción

**Redactora jefe:**  
Chus Sáez Valcárcel

**Producción**  
Esperanza Alonso

**Colaboradores**  
Jesús Nuño (fotografía)  
Ángel Vivas  
Daniel Vila  
Vera Castelló  
Lourdes S. Villacastín  
Natalia Pérez  
Miguel A. Maestre  
Víctor Martín  
Dionisio Pérez Sanz  
J. Barberá  
Miguel Núñez  
Aurora Campuzano

**Edita**  
Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado.  
Pº de Juan XXIII, 26  
Teléfono 91 273 95 00  
28040 Madrid.

**Imprime:** Rivadeneyra

Depósito legal: M-13019-2012

NIPO: 636-15-012-1

ISSN: 1695-2995

**Publicidad:** IMP. S.L. Madrid.  
Tfno.: 91 350 63 36

**Maquetación:** Emeten Asociados

Con la colaboración de **BBVA**

La "Revista de Muface" no comparte necesariamente las opiniones expresadas por sus colaboradores. Se autoriza la reproducción total o parcial del contenido de la revista mencionando su procedencia.

Descargue en su teléfono móvil  
la revista MUFACE



**en portada**  
Sombra al yihadismo  
José Luis Olivera Serrano, DIRECTOR DEL CENTRO DE INTELIGENCIA CONTRA EL TERRORISMO Y EL CRIMEN ORGANIZADO (CITCO) 4



**entrevista**  
Jorge Fernández Díaz  
MINISTRO DEL INTERIOR 8



**tribuna pública**  
FERNANDO CARRATALÁ, VICEDECANO DEL COLEGIO PROFESIONAL DE LA EDUCACIÓN DE LA COMUNIDAD DE MADRID Y CATEDRÁTICO DE LENGUA Y LITERATURA 12



**área de Función Pública**  
La Administración del siglo XXI  
Velando por la salud en el trabajo  
ENTREVISTA A Mª Dolores Limón Tamés, DIRECTORA DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO 14



**área de actualidad**  
Exposición universal 2015  
ENTREVISTA A FERNANDO BURGAZ, DIRECTOR GENERAL DE LA INDUSTRIA ALIMENTARIA  
PROGRAMA DE TERMALISMO SALUDABLE 2015 22



**área de MUFACE**  
Gustavo Blanco, director general de MUFACE  
Convocatoria de ayudas de protección sociosanitaria para el año 2015  
Nueva aplicación de MUFACE para dispositivos móviles  
Ayudas en los casos de parto múltiple para 2015  
Muarma, la nueva aplicación para la gestión de recetas 28



**área de educación**  
La importancia de Educación Infantil  
ENTREVISTA A LUIS FERNANDO VÍLCHEZ MARTÍN, PROFESOR UNIVERSITARIO Y PSICÓLOGO 34



**área de salud**  
Cuando la salud está "en sus manos"  
ENTREVISTA A MIGUEL VILLAFAINA, PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS DE FISIOTERAPEUTAS DE ESPAÑA (CGCFE) 38



**área de mayores**  
El placer de comer con una boca sana  
GUILLERMO PRADIES RAMIRO, MIEMBRO DE SEPES (SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PRÓTESIS ESTOMATOLÓGICA) Y DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO DE ESTOMATOLOGÍA I DE LA UCM 42



**área de cultura**  
Sebastián Roa, escritor  
Teresa de Jesús, una personalidad que honra a la humanidad  
libros / agenda. 46



Descarga la Revista Muface en Internet: [www.muface.es](http://www.muface.es)

Consulta de números anteriores: [www.muface.es](http://www.muface.es)

La revista Muface se edita en papel reciclado de Acuerdo con el Plan de Contratación Pública Verde de la Administración General del Estado y sus Organismos Públicos. La edición impresa y en una tirada limitada, está destinada fundamentalmente a aquellos colectivos en especial desprotección.

España, al frente de la lucha antiterrorista



# Sombra al yihadismo

Partimos de una diversidad de definiciones sobre el terrorismo internacional que, sin embargo, se refieren a actos que se cometen con fines como intimidar gravemente a una población, desestabilizar gravemente o destruir las estructuras fundamentales, políticas, constitucionales, económicas o sociales de un país.

**Es posible derrotar al terrorismo y la radicalización, pero es necesario un firme compromiso político y social**

Una de las definiciones más aproximadas y aceptadas expone que el terrorismo internacional es, en primer lugar, "el que se practica con la deliberada intención de afectar a la estructura y distribución del poder en regiones enteras del planeta o incluso a escala de la sociedad mundial. En segundo término, aquel cuyos actores individuales y colectivos hayan extendido sus actividades por un significativo número de países o áreas geopolíticas, en consonancia con el alcance de los propósitos declarados". En este sentido, España ha adquirido relevancia por dos aspectos principales: la concerniente al entorno geoestratégico en el que se inserta, en el que confluyen los escenarios europeo y norteafricano; y una segunda que incide en la evolución reciente del fenómeno yihadista dentro de nuestras fronteras.

Durante la última conferencia internacional contra la radicalización violenta, el ministro del Interior, Jorge Fernández Díaz afirmó que "el terrorismo no es una amenaza transitoria y que la experiencia de España nos ha enseñado que es posible derrotar al terrorismo y la radicalización, pero que es necesario un firme compromiso político y social". Durante el pasado mes de febrero asistimos a la firma del pacto contra el terrorismo yihadista entre el presidente del Gobierno, Mariano Rajoy, y el secretario general del PSOE, Pedro Sánchez, el cuarto acuerdo antiterrorista suscrito en la democracia. Populares y socialistas sacaron adelante en el Congreso de los Diputados un pacto antiterrorista que supone un acuerdo para afianzar la unidad en

## España ha adquirido relevancia en la evolución reciente del fenómeno yihadista dentro de nuestras fronteras

defensa de las libertades y en la lucha contra el terrorismo, a falta del apoyo de otras fuerzas políticas, y concretaron aspectos como el reconocimiento de la prisión permanente revisable.

### Prevención y colaboración ciudadana

Entre los máximos responsables de la lucha antiterrorista están la Policía Nacional, la Guardia Civil, el Centro de Inteligencia contra el Terrorismo y el Crimen Organizado (CITCO) y el Centro Nacional de Inteligencia (CNI). Las nuevas actuaciones de la Policía Nacional están dirigidas a un nuevo modelo de seguridad en el que se refuerza la prevención y la colaboración ciudadana. El número de infracciones penales cometidas ha descendido en los últimos cuatro años en casi un 14%, situando a España como el cuarto país más seguro de la Unión Europea, casi 17 puntos por debajo de la media europea. La capacidad de la Policía Nacional para hacer frente a nuevos retos como el cibercrimen o el terrorismo yihadista se refleja en la profesionalidad de todos sus departamentos. Entre las Unidades Especiales se encuentra el Grupo Especial de Operaciones (GEO), una unidad de élite preparada, entre otras funciones, para la reducción o neutralización de los integrantes de bandas terroristas, grupos armados o delincuentes peligrosos. Los TEDAX son también una unidad de élite que depende de la Comisaría General de Información (Lucha Antiterrorista), fundamentalmente destinada a intervenir y actuar ante la presencia y detección de supuestos artefactos explosivos e incendiarios y todo tipo de agentes NRBQ.



## La Policía Nacional está preparada para hacer frente a los nuevos desafíos y mantener a España entre los países más seguros de Europa

Las alertas tecnológicas han adquirido especial relevancia en los últimos años en la lucha contra el terrorismo yihadista. Para evitar cualquier amenaza, la Brigada de Investigación Tecnológica está diseñada para velar por la seguridad de los internautas y de los ciudadanos en general: "Nuestra misión consiste en obtener las pruebas y perseguir a los delincuentes". La formación continua de los investigadores y la participación activa con foros internacionales de cooperación policial y ciudadana son algunas de las herramientas básicas de esta unidad.

### Nuevos retos

Durante el pasado año, los agentes especializados en la lucha contra el terrorismo detuvieron a 49 personas vinculadas con el terrorismo yihadista en

siete operaciones policiales. En este sentido, y en relación con la seguridad global en las grandes ciudades, el director general de la Policía, Ignacio Cosidó, siempre ha destacado que "la Policía Nacional está preparada para hacer frente a los nuevos desafíos y mantener a España entre los países más seguros de Europa, en un proyecto común de futuro en paz y libertad".

Para mantener a España como una de las democracias más seguras del mundo, la Policía debe hacer frente obligatoriamente a los nuevos desafíos para garantizar un futuro sostenible de seguridad para los españoles. Entre esos desafíos el director de la Policía destaca el cibercrimen y el terrorismo yihadista, retos que se han convertido en prioritarios y contra los que hay que actuar para prevenir y erradicar el terrorismo en cualquiera de sus formas, por ello es preciso "potenciar los mecanismos de inteligencia de la Policía Nacional".

### Organismos internacionales

En la actualidad existe una serie de organismos de carácter internacional que intentan dar una respuesta al panorama terrorista que vive la sociedad global. Así, las Naciones Unidas han estado en activo en la lucha antiterrorista, adoptando

**José Luis Olivera Serrano,  
director del Centro de Inteligencia  
contra el Terrorismo y el Crimen  
Organizado (CITCO)**



La primera razón de ser del Centro de Inteligencia contra el Terrorismo y el Crimen Organizado es la importante labor analítica y de inteligencia que desempeña. El pasado enero tomó posesión como director del CITCO el comisario principal, José Luis Olivera, que tendrá como función fundamental recibir, integrar y analizar la información estratégica. Orgánicamente, depende de la Secretaría de Estado de Seguridad, y está formado por hombres y mujeres de la Guardia Civil, Cuerpo Nacional de Policía, CNI e Instituciones Penitenciarias.

## **“Resulta difícil concebir la amenaza yihadista sin la Red”**

**El intercambio de información, la coordinación entre países, adoptar criterios y políticas similares... ¿En qué garantizará el éxito retomar medidas comunes?**

Respecto a la amenaza de los conocidos como terroristas transnacionales o Foreign Fighters, aunar esfuerzos y elaborar medidas comunes supone una estrategia fundamental para luchar contra este fenómeno. Si centramos nuestra atención en Europa, las cifras de personas que se desplazan para participar activamente en lugares de conflicto como Siria o Irak crecen de manera alarmante. Las medidas adoptadas por los estados miembro de la UE en el marco de un objetivo común, a través de sus grupos de trabajo, pueden contribuir enormemente a socavar las actividades y posibles acciones de estos combatientes terroristas, entre ellas las de sus redes de reclutamiento y traslado de personas a zonas de conflicto, financiar o evitar proporcionar o recibir adiestramiento con fines terroristas.

**Si hablamos de terrorismo yihadista, ¿qué importancia tiene el análisis y la rápida recepción de la información en la elaboración de la inteligencia estratégica y prospectiva?**

Hoy en día es fundamental tener un repositorio y una capacidad de manejo de los conocimientos a nivel mundial de manera casi inmediata, ya que se están produciendo respuestas personales de ciertos individuos en el interior de nuestros países bajo una bandera o como respuesta a hechos que se han producido a miles de kilómetros.

La globalización nos ha aportado mucha calidad de vida, pero también debemos asumir que las noticias y las respuestas a hechos que acontecen al otro lado del mundo se producen de forma inmediata, en ocasiones de forma trágica en nuestro vecindario. Al fin y al cabo nos tenemos que mover en un mundo de incertidumbre. La prospectiva no nos describe el único futuro posible, sino futuros probables, ayudándonos a no encontrar una realidad no deseada.

**¿En qué se diferencia el terrorismo yihadista de cualquier otro terrorismo?**

Históricamente, podríamos hablar de los inicios y evolución del terrorismo yihadista que comienza en Egipto a partir de los años setenta, bajo la idea de un yihad clásico, con una visión takfiri, en la que se pretende derrocar a los gobiernos

musulmanes mediante el uso de medios violentos y con una agenda eminentemente nacional. La aparición de Al Qaeda marca un cambio de tendencia sobre el terrorismo yihadista. Se tiene la voluntad de mantener una guerra defensiva, cuya finalidad es liberar la tierra del Islam, ampliando su ámbito de actuación a otros escenarios que considera subyugados, queriendo además implantar regímenes islamistas en países de mayoría musulmana (califato islámico).

La reciente creación del grupo terrorista DAESH y su objetivo de lograr un califato mundial, por el medio o forma que sea, alcanza términos insospechados sobre el uso de la violencia extrema y el sometimiento. Su ambición por liderar la yihad global no tiene límite y marca una clara diferencia entre otros grupos terroristas e incluso la propia organización Al Qaeda. A pesar de que la mayoría de los actos perpetrados por organizaciones terroristas (secuestros, atentados con artefactos explosivos, asesinatos selectivos) tiene por objeto producir el mayor daño posible, DAESH ha legitimado un sistema operativo global, asimétrico e indiscriminado, que busca la provocación directa a Occidente y la perturbación de su estado de bienestar, así como la de aquellos países musulmanes que no acepten su ideología.

**El CITCO coordina actualmente más de 200 investigaciones ¿En qué medida se investiga la captación y reclutamiento de yihadistas a través de las redes sociales e Internet?**

Hay que tener en cuenta que entre los numerosos grupos terroristas que existen el que mejor ha sabido aprovechar las capacidades que ofrece Internet, convirtiéndolo no solo en un medio sino en una herramienta fundamental para el desarrollo de sus actividades, ha sido el terrorismo de carácter yihadista. Resulta difícil concebir esta amenaza sin la Red, hasta el punto que se la identifica como una idea que se propaga a través de Internet y las redes sociales. El uso que AQ ha realizado de Internet ha ido evolucionando paulatinamente de forma que ya no se circumscribe solo a la difusión de su propaganda. En este sentido, estos grupos han desarrollado una extensa red de páginas web, foros, blogs, perfiles en redes sociales, etc., que les permiten interactuar con sus simpatizantes.

## El que mejor ha sabido aprovechar Internet ha sido el terrorismo de carácter yihadista

una serie de medidas, a través de la Asamblea General y el Consejo de Seguridad, que se objetivan en resoluciones, convenios, protocolos y convenciones.

### Manejar la información

El Cuerpo Nacional de Policía cuenta con una red de agregados y enlaces en diferentes países y embajadas del mundo, y mantiene un número de oficiales de enlace en organizaciones como Interpol, Europol, Consejo de la Unión Europea, Parlamento Europeo y la Oficina de Lucha Antifraude (OLAF), con expertos nacionales destacados ocupando puestos de relevancia en algunas de esas organizaciones.



## El Cuerpo Nacional de Policía cuenta con una red de agregados y enlaces en diferentes países y embajadas del mundo

El pasado 24 de febrero la Guardia Civil dirigió una operación antiterrorista que acabó con la detención de cuatro personas relacionadas con el terrorismo yihadista. Varios de ellos eran responsables de la creación y administración de diversas plataformas de Internet mediante las que difundían todo tipo de material propagandístico de grupos terroristas, especialmente del conocido como DAESH. La información es un ejemplo del trabajo de la Guardia Civil, y en especial del servicio de información (SIGC). Este departamento se centra, entre sus competencias, "en la lucha antiterrorista, gestionando la captación, recepción y tratamiento de la información de interés para el orden y la seguridad pública".

Miguel Núñez Bello

**BBVA**

# t5 & tus condiciones especiales por ser de MUFACE

En BBVA te ofrecemos un **descuento<sup>(1)</sup>** y una **financiación exclusiva** para la adquisición de tu vivienda en nuestra web [bbvavivienda.com](http://bbvavivienda.com)

**5%** de descuento en la compra de tu casa

Descubre más ventajas & beneficios en:  
[bbvacolectivos.com/muface](http://bbvacolectivos.com/muface)

**adelante.**

Promoción válida hasta el 31/05/2015.

(1) 5% de descuento sobre precio fijado en las viviendas que aparecen en [bbvavivienda.com](http://bbvavivienda.com) en propiedad de BBVA o Anida Operaciones Singulares, S.A.U. Promoción ofrecida por BBVA Servicios, S.A.U., para viviendas publicadas en su web [www.bbvavivienda.com](http://www.bbvavivienda.com) BBVA Vivienda es una marca licenciada a BBVA Servicios, S.A.U. BBVA financia hasta el 100% del valor de tasación o de compra (el menor de ambos). Las condiciones de financiación están sujetas a previo análisis y concesión, en su caso, por BBVA, pudiendo además solicitar la vinculación y toda la documentación que BBVA estime necesarias para el estudio de la operación solicitada. BBVA podrá requerir garantías adicionales como requisito previo a la concesión de cualquiera de los productos incluidos en esta oferta. Todos los gastos inherentes a las operaciones de financiación incluidas en esta oferta serán por cuenta de la parte pretaria.

Jorge Fernández Díaz, ministro del Interior



Es ingeniero industrial de formación y pertenece al Cuerpo de Inspectores Superiores de Trabajo y Seguridad Social del Estado. Vallisoletano de nacimiento, Jorge Fernández Díaz cuenta con una dilatada carrera política y ha desempeñado, entre otros, los cargos de gobernador civil de Asturias y Barcelona, en donde ha sido también concejal. Además, ha sido secretario de Estado para las Administraciones Territoriales, de Educación, Universidades e Investigación, y de Relaciones con las Cortes. El titular de Interior considera que España es un referente en la lucha contra la criminalidad en general y contra el terrorismo en particular.

**“Libertad y seguridad son valores compatibles que se necesitan entre sí”**

**¿Considera a España un país seguro?**

Las cifras revelan que, en efecto, España es un país seguro. La política de seguridad desarrollada en el Ministerio del Interior a lo largo de esta legislatura ha ido dirigida hacia ese objetivo, y para conseguirlo han sido imprescindibles las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado. El Cuerpo Nacional de Policía y la Guardia Civil, con su trabajo y profesionalidad, unidos a los múltiples planes de gestión, son los artífices de que hoy España sea uno de los países más seguros del mundo. Cuando llegamos al Gobierno a finales de 2011, la tasa de criminalidad era de 48,4 infracciones penales por cada 1.000 habitantes y hemos finalizado 2014 con una cifra de 44,8. La reducción es, pues, de cuatro puntos. Para hacerse una idea de lo que representa este dato: Reino Unido posee una tasa de criminalidad de más de 60 y Alemania, en torno a 70.

Esta significativa caída en la tasa de criminalidad la perciben no solo los españoles al situar a las fuerzas y cuerpos de seguridad entre las instituciones mejor valoradas, sino también los turistas extranjeros. 65 millones de turistas eligieron España para sus vacaciones y lo hicieron valorando, junto a sus atractivos paisajísticos, la seguridad de nuestras

calles. Además, solo el 2,9% de los españoles percibe la inseguridad ciudadana como un problema, según el CIS. Este dato es también muy revelador.

**Está claro que no se puede bajar la guardia. El atentado al semanario *Charlie Hebdo* en París así lo evidencia. ¿Qué medidas ha sido necesario tomar?**

En el Ministerio del Interior analizamos la situación desde el primer momento y por este motivo a las pocas horas de registrarse los trágicos atentados de París convoqué una reunión urgente con los máximos responsables de la lucha antiterrorista de las fuerzas y cuerpos de seguridad y del Centro Nacional de Inteligencia, porque somos plenamente conscientes del grado de amenaza que supone el terrorismo yihadista. Tras hacer una evaluación de la situación, se tomó la decisión de modificar el nivel de amenaza terrorista. Se pasó, así, del nivel 2 de amenaza en grado de intensidad bajo al nivel 3 de amenaza en grado de intensidad alto, es decir, se modificó el nivel de amenaza al inmediatamente superior. No existen elementos objetivos que permitan hablar de un riesgo inminente de atentado, pero el escenario internacional nos permite hablar de una amenaza genérica contra Occidente. No nos engañemos, los peligros existen y pueden llegar a materializarse pese al extraordinario trabajo de dos de las instituciones más valoradas y queridas por los españoles: la Guardia Civil y el Cuerpo Nacional de Policía, con cuya labor han convertido a España en un referente internacional en la lucha contra la criminalidad.

**¿Qué otras medidas han adoptado?**

El terrorismo yihadista es el nuevo terrorismo del siglo XXI y constituye una amenaza global. Dicha amenaza ha sido identificada en la "Estrategia de Seguridad Nacional: Un proyecto compartido" (ESN) aprobada el 31 de mayo de 2013, que tiene como objetivo la defensa ante los riesgos y amenazas que acechan al bienestar de los ciudadanos y a la estabilidad de la nación. La ESN recoge al terrorismo como uno de esos riesgos y contempla el extremismo ideológico como uno de los factores potenciadores de aquél. Además, ya en 2012 se aprobó la Estrategia Integral contra el Terrorismo Internacional y la Radicalización

**"El Cuerpo Nacional de Policía y la Guardia Civil, con su trabajo y profesionalidad, son los artífices de que hoy España sea uno de los países más seguros del mundo"**

(EICTIR), diseñada para dar una respuesta específica en el ámbito nacional al compromiso adquirido por España como miembro de la UE en su lucha coordinada y global contra el terrorismo. En el ámbito penal, hay que destacar la modificación en marcha del Código Penal, tras el importante pacto de estado alcanzado con el PSOE. Hemos de tener muy presente, por otro lado, que este tipo de actividad criminal no se soluciona únicamente con detenciones o interrumpiendo viajes a Siria, sino que hay que actuar con una contra-narrativa y unos planes de prevención que anulen los argumentos de los violentos. De ahí la importancia del Plan Nacional de Lucha Contra la Radicalización Violenta, que el pasado 30 de enero fue aprobado por el Consejo de Ministros y que es un instrumento esencial de prevención. Además de esta medida de gran calado, se ha creado el CITCO, que nace de la fusión del Centro Nacional de Coordinación Antiterrorista (CNCA) y del Centro de Inteligencia contra el Crimen Organizado (CICO). La razón principal de esta unión es el hecho objetivo y contrastado en la coordinación entre las fuerzas y cuerpos de Seguridad del Estado.

**Ha mencionado el pacto antiterrorista firmado con el PSOE, ¿por qué es tan importante?**

Con una clara vocación de consenso y abierto a todas las fuerzas parlamentarias, el presidente del Gobierno y el secretario general del PSOE firmaron el 2 de febrero un pacto de estado que, unido a la reforma penal que conlleva, coloca a España en los primeros puestos del liderazgo mundial en la lucha contra el yihadismo. España, por desgracia, sabe cómo se ha de luchar contra el terrorismo. Y por ello desde el inicio de esta legislatura hemos sido conscientes de que eran necesarias determinadas reformas legislativas. Si con el actual Código Penal hemos conseguido derrotar policialmente a ETA, ante el terroris-

mo yihadista precisamos de una normativa *ad hoc* debido a que nos encontramos con nuevas tipologías hasta ahora desconocidas como, por ejemplo, los "lobos solitarios", "los retornados", el uso de Internet como medio de captación y adoctrinamiento. Estos perfiles, que definen y hacen singular al terrorismo yihadista, no estaban en ETA, y era necesario que estas nuevas figuras estuvieran contempladas en nuestra legislación para que los jueces y las fuerzas de seguridad puedan utilizarlas en la lucha contra el terrorismo. Hay un dato que pone de manifiesto la importancia de este pacto de estado y la necesidad de la reforma del Código Penal: mientras anteriormente la mayor parte de los casos de radicalización violenta se daba en prisiones o centros de culto, en los últimos años, el 80% de los radicalizados se adoctrinó en Internet. Con ETA no pasaba esto, luego tenemos que hacer frente a los nuevos fenómenos con herramientas adaptadas a la realidad de los hechos. El acuerdo es una buena noticia para España, para nuestra democracia y para nuestro estado de derecho. La proposición de ley ya ha sido aprobada en el Congreso por una amplia mayoría (PP, PSOE, UPN, CC y Foro Asturias).

**Han anunciado la creación del PNR, un registro de viajeros de avión. ¿Este fichero puede afectar a la privacidad de las personas?**

Actualmente existe una gran preocupación debida a la compleja situación de los europeos que se desplazan a Siria para unirse a DAESH (Estado Islámico). El riesgo para la seguridad interior de la UE que representan estas personas a su regreso es evidente, y los datos recibidos mediante el uso del Registro de Nombres de Pasajeros (PNR) podrían ser fundamentales para ayudar a detectar e investigar los viajes de los combatientes yihadistas a Siria y otras zonas de conflicto. El PNR es un registro de datos que contiene información relevante relacionada con una reserva aérea. La finalidad de este registro es realizar un análisis de los datos procedentes de las reservas aéreas, mediante el uso de una serie de indicadores de riesgo que sirvan para identificar posibles terroristas y otros delincuentes peligrosos antes de que inicien el viaje. Sobre la puesta en marcha de este registro en el plano europeo, Espa-

**“65 millones de turistas extranjeros eligieron España para sus vacaciones y lo hicieron valorando, junto a sus atractivos paisajísticos, la seguridad de nuestras calles”**

ña siempre ha mostrado su apoyo al proyecto de Directiva del Registro de Nombres de Pasajeros (PNR) de la UE, que considera crucial en la lucha contra el terrorismo yihadista y el crimen organizado, y siempre ha mantenido una posición a favor del desbloqueo de esta directiva, que, por cierto, respeta los derechos fundamentales y los principios de la Carta de los Derechos Fundamentales de la UE. Además, debe quedar bien claro que los datos no van estar basados en motivos religiosos o de raza, sino en indicadores objetivos de riesgo. La intimidad está debidamente garantizada porque solo tendrán acceso a este registro los investigadores policiales y con códigos especiales.

**Hay un eterno debate entre libertad y seguridad. Ante el incremento de la amenaza yihadista, ¿cómo se puede conseguir ese nuevo equilibrio?**

Esta pregunta me trae a la memoria la frase del filósofo Edmund Burke que dice: “Lo único que necesita el mal para triunfar es que los hombres buenos no hagan nada”. Con ETA hemos desarrollado una estrategia antiterrorista en todos los frentes, y por ello esta banda terrorista se encuentra en la actualidad en estado comatoso a la espera del certificado de defunción. Con el terrorismo yihadista nuestros esfuerzos no van tener tampoco descanso. Porque si España es hoy uno de los países más seguros de Europa, es porque no estamos dispuestos a que ningún grupo terrorista condicione nuestra forma de vida y asfixie nuestras libertades. Debemos actuar convencidos de la fuerza de nuestros argumentos, respetando por supuesto el adecuado equilibrio entre la búsqueda de la seguridad y la defensa de la libertad. Además, tiene que quedar bien claro que la libertad y la seguridad son valores perfectamente compatibles que se necesitan entre sí.

**Usted ha señalado en más de una ocasión que tenemos los mejores profesionales para responder a las nuevas amenazas.**

Sí, y no solo lo digo por ser ministro del Interior, sino porque España está siendo un referente en la lucha contra la criminalidad en general y contra el terrorismo en particular, como lo demuestran las felicitaciones que en diferentes foros internacionales he recibido por el trabajo que realizan los miembros de las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado. Fruto de este trabajo tenaz y sumamente cualificado, en España se han realizado en lo que llevamos de legislatura un total de 28 operaciones con 62 personas detenidas. Solo en 2014 el Cuerpo Nacional de Policía y la Guardia Civil han desarrollado 12 operaciones contra el terrorismo yihadista con 33 detenciones. La última operación realizada en España fue el pasado 24 de enero en Ceuta, en la que la Policía Nacional detuvo a cuatro terroristas yihadistas que formaban parte de una célula que estaba preparada para cometer atentados en España. En cuanto a ETA, los más de 130 detenidos en esta legislatura demuestran la lucha sin tregua que el estado de derecho tiene contra esta banda hasta su total desaparición, que se producirá con su disolución. Hemos sufrido durante décadas el terror de ETA, que pretendía imponernos su proyecto totalitario y excluyente mediante la socialización del terror y el sufrimiento; y hoy podemos decir que la banda terrorista nada ha conseguido.

**Y ¿respecto a la delincuencia en la Red?**

La Red es un espacio de libertad, de oportunidades y que colabora al desarrollo humano. Sin embargo, también es un lugar donde hay amenazas. Por ello suelo decir que la cibercriminalidad es la criminalidad de un siglo XXI que ya está aquí. Siendo conscientes de esto, se ha creado la Oficina de Coordinación Cibernética (OCC), en el seno del Centro Nacional de Protección de las Infraestructuras Críticas (CNPIC), con el objetivo de centralizar todas las actividades relacionadas con la cibercriminalidad, el ciberterrorismo y la protección de las infraestructuras críticas. Una oficina diseñada para que sirva de enlace entre las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado y el Centro de Respuesta a Incidentes de Seguridad Cibernética (CERT), ubicado en León.

**“No existen elementos objetivos que hablen de un riesgo inminente de atentado, pero el escenario internacional nos permite hablar de una amenaza genérica contra Occidente”**

En esta legislatura se han hecho avances para dar respuesta a los riesgos y amenazas en la Red como son el cibercapitalismo, la ciberdelincuencia, los grupos “hacktivistas” y el ciberterrorismo, entre otras. Uno de los elementos más graves de la ciberdelincuencia es el anonimato, delincuentes anónimos que pueden comunicarse libremente sin riesgo a ser detectados y que están siendo un puente infinito para el comercio ilícito de drogas, armas, mercancías robadas, captación y adiestramiento de terroristas y la explotación sexual de menores. Un ejemplo es el cibercrimen, motor de la economía sumergida, capaz de proporcionar una amplia gama de servicios comerciales que son fuente de delitos, como los “Crime as a service” o supermercados del crimen.

**En la era de la globalización, ¿cómo es la colaboración con países amigos y entes internacionales como Interpol o Europol?**

Las fuerzas y cuerpos de seguridad tienen una colaboración modélica con la práctica totalidad de las policías del mundo y en particular con las de su entorno más próximo. Con Marruecos, el Ministerio del Interior mantiene una fructífera y estrecha colaboración que se ha plasmado en muchas ocasiones en importantes operaciones conjuntas contra el yihadismo. La más reciente se desarrolló el pasado mes de enero cuando fue desmantelada una célula yihadista, cuyos integrantes tenían un perfil similar a los autores de los atentados de París. Esta crucial operación fue fruto del trabajo codo con codo de la Comisaría General de Información del Cuerpo Nacional de Policía con los servicios policiales marroquíes. Con Francia, tanto el Cuerpo Nacional de Policía como la Guardia Civil tienen una excelente colaboración, como se ha puesto de manifiesto durante años en la lucha contra ETA. Con países de Suramérica tenemos sólidos



compromisos de cooperación. También tenemos acuerdos muy importantes con Senegal y Mauritania en materia de lucha contra la inmigración irregular.

**¿Qué medidas ha adoptado el Ministerio en cuanto a las víctimas del terrorismo?**

Las víctimas del terrorismo siempre han estado y estarán en el centro de atención del Ministerio del Interior. A ellas les debemos toda nuestra gratitud, nuestro homenaje permanente y la elaboración del verdadero relato de todos estos años de terrorismo. Con ese objetivo, el Ministerio del Interior está trabajando en la creación del Centro Memorial de las Víctimas del Terrorismo, que, con sede en Vitoria, será un instrumento de preservación de la memoria, de la dignidad y la justicia de las víctimas. Tengámoslo claro: es primordial librar la batalla del relato y de la verdad de lo sucedido. Además, durante esta legislatura se han aprobado iniciativas y mejoras en la atención a las víctimas, tanto en lo referente a la ampliación y mejora de derechos como al propio reconocimiento como víctimas mediante indemnizaciones a quienes nunca fueron reparados. Debemos poner en valor la aprobación del Reglamento de la Ley de Reconocimiento y Protección integral a las Víctimas del Terrorismo, aprobado el pasado mes de septiembre, que, entre otras medidas, incrementa las ayudas por daños materiales, eleva las ayudas psicológicas y mejora la regulación de las ayudas educativas y psicopedagógicas. Como ministro esto me hace sentir muy orgulloso, pues las víctimas del terrorismo siempre estarán en nuestros corazones y en nuestra acción política.

**Según el CIS, la Policía Nacional es una de las instituciones mejor valoradas.**

Los españoles se sienten orgullosos de sus fuerzas y cuerpos de seguridad y del trabajo que realizan en defensa de nuestro sistema democrático de libertades y derechos. Valoran su labor, su abnegación y su profesionalidad. No es de extrañar que tanto la Policía Nacional como la Guardia Civil sean las dos instituciones públicas que más confianza generan, pues fruto de su servicio diario estamos consiguiendo que España sea en la actualidad uno de los países más seguros del mundo. Esto no nos debe

**“El pacto antiterrorista es una buena noticia para España, nuestra democracia y nuestro estado de derecho”**

hacer bajar la guardia ni mucho menos caer en la autocoplacencia, ya que siempre existen amenazas, entre otras las de quienes pretenden acabar con nuestros sistemas democráticos. Los españoles nos sentimos legítimamente orgullosos de todos los policías nacionales que protegen y velan por nuestras vidas, en muchas ocasiones hasta el extremo de llegar a dar la suya en acto de servicio, demostrando un heroísmo y un valor por encima de lo exigible. Quiero aprovechar esta entrevista de MUFACE para recordar de manera especial a dos policías fallecidos recientemente en acto de servicio: la agente Vanessa Lage, muerta en un atraco a una entidad bancaria en Vigo, y a Francisco Javier Ortega, trágicamente arrollado en el metro de Madrid. Y a aquellos jóvenes policías muertos en La Coruña, para siempre conocidos como los héroes de Orzán. Pero tampoco olvido a los guardias civiles muertos en agosto en León en el accidente de helicóptero, o a los motoristas de la DGT, y a tantos otros que dieron su vida en acto de servicio.

**¿Cuál es grado de implicación ciudadana con las fuerzas de seguridad del Estado?**

La Policía Nacional se siente muy satisfecha, y también muy agradecida, del grado de colaboración de los españoles, puesto que son muchos los casos en los que la cooperación ciudadana es uno de los factores decisivos en la resolución de un hecho delictivo. Como ejemplos de esta colaboración podría citar diferentes casos prácticos, pero me ceñiré a la lucha contra la trata de personas, asunto de máxima preocupación y atención por parte del Ministerio del Interior. En la primera fase del plan específico contra este tipo de delitos –la segunda ya está en marcha–, la Policía Nacional logró libe-

rar a 44 personas y detener a 56 gracias a la solidaridad ciudadana.

Además, pensando en la proximidad del ciudadano con su Policía, desde la Secretaría de Estado de Seguridad se ha desarrollado la aplicación móvil Alertcops. Un servicio pionero en la UE que permite, de una forma sencilla e intuitiva, enviar una alerta geolocalizada a los cuerpos policiales, facilitando al ciudadano la posibilidad de avisar sobre una situación delictiva de la que es víctima o testigo a través de los smartphones. Es una herramienta de comunicación bidireccional entre los ciudadanos y los cuerpos policiales sin precedentes. A través de este sistema no solo se gestiona el tipo de alerta (robo, vandalismo, acoso escolar, desaparecidos, etc.) y su información detallada (a quién, dónde, cuándo), sino que ofrece incluso la posibilidad de abrir un chat para intercambiar información adicional con las salas operativas de las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado. No quiero dejar de mencionar que las redes sociales son un instrumento útil para la interacción y comunicación de los ciudadanos con las fuerzas y cuerpos de seguridad.

**El Cuerpo Nacional de Policía el segundo colectivo de empleados públicos, solo por detrás de los docentes. ¿Qué mensaje transmítiría al colectivo mutualista?**

El reto de la seguridad del siglo XXI nos obliga a formar policías y guardias civiles con capacidades integrales, que protejan, prevengan, enseñen y sirvan de consuelo a los ciudadanos en los momentos críticos o de incertidumbre. Cada uno de los policías es una referencia de seguridad y de confianza para los ciudadanos, convirtiéndolos en baluartes del sacrificio, el esfuerzo, la constancia, la lealtad y la vocación de servicio a España y a los españoles. Allá donde hay un policía, el Estado está presente y dignificado por su esfuerzo y compromiso en la defensa de la libertad y la seguridad. Todas y cada una de las personas que forman parte de la Policía Nacional son fundamentales dentro de la gran red de seguridad de España. Por ello, doy las gracias desde estas páginas de MUFACE a todos los policías nacionales por construir un referente para los españoles dentro y fuera de nuestras fronteras.

Chus Sáez

**Fernando Carratalá,  
vicedecano del Colegio  
Profesional de la Educación  
de la Comunidad de Madrid  
y catedrático de Lengua y  
Literatura**



## **Vigencia de santa Teresa en su función educadora**

En 2015 conmemoramos el V centenario del nacimiento de Teresa de Cepeda y Ahumada, cuya actividad reformista en la Orden del Carmelo tiene una extraordinaria trascendencia: las carmelitas descalzas, que surgen en Ávila en 1562, con la primera fundación teresiana, el convento de San José, y que están presentes hoy en los cinco continentes, dedicadas, en el ámbito de la clausura, a combinar la vida comunitaria, basada en la fraternidad entre las hermanas, con el retiro en soledad, para cultivar la oración y la meditación.

Extraordinaria trascendencia tiene también la producción literaria de Teresa de Ávila, de carácter ascético y místico, que toma como base sus propias experiencias, y de la que se sirve para difundir los más intrincados efectos de la unión del alma con su Creador, en un lenguaje sencillo y espontáneo en el que el ideal de escribir como se habla –en realidad,

de hablar por escrito– llega a su más completa realización.

Muchos y atractivos son los valores humanos que encierra la personalidad de Teresa de Ávila, beatificada en 1614 por el papa Paulo V –solo 32 años después de su muerte en 1582–, canonizada en 1622 por el papa Gregorio XV, junto a san Isidro, san Ignacio, san Francisco Javier y san Felipe Neri, y elevada por la Iglesia Católica a la condición de Doctora de la Iglesia bajo el pontificado de Pablo VI, en 1970. Unos valores que pueden convertirse en referentes para los jóvenes actuantes en proceso de formación. De entrada, era santa Teresa de Jesús una infatigable lectora: había leído en su juventud obras profanas y conocía casi todos los libros ascéticos escritos en España. Precisamente, en las *Constituciones* dadas a sus conventos puntualiza la santa: “Tenga cuenta la priora con que haya buenos libros, [...] porque es en parte tan necesario este mantenimiento para el alma, como el comer para el cuerpo”. Y, en efecto, el mundo de la cultura –una de cuyas vías principales de acceso es la lectura– constituye, en sí mismo, una forma de entender la existencia, que se traduce en un continuo “aprender a ser”, potenciando los aspectos intelectuales, afectivos, físicos, espirituales y trascendentes de la persona; y nos ayuda a tomar una postura ante el universo del que formamos parte como criaturas humanas, y en el que encontramos poco a poco nuestro propio espacio vital para realizar un proyecto de vida tan personal como intransferible.

### **Total disponibilidad**

También destaca en santa Teresa su total disponibilidad, tanto hacia sus monjas como hacia los designios divinos. Precisamente, una de sus composiciones poéticas comienza y termina con un estribillo que podríamos considerar como un verdadero lema que define sus actitudes vitales y espirituales: “Vuestra soy, para Vos nací, / ¿qué mandáis hacer de mí?”. Y, en efecto, como puede leerse a lo largo de este poema, la santa nunca cambia esa actitud de disponibilidad hacia los designios divinos, siempre dispuesta a cumplir con la voluntad de Dios “esté penando o gozando”. Y, en nuestro caso –en el mundo de la educación, ya sea docente o

### **Muchos y atractivos son los valores que encierra la personalidad de Teresa de Ávila**

discente–, los sentimientos de afecto y solidaridad hacia el prójimo, de buena voluntad, simpatía y comprensión hacia los demás nos enriquecen como personas, tanto más si se cambian las actitudes egoístas por otras más amistosas y benévolentes. Es el mismo concepto de “disponibilidad” teresiano aplicado a nuestro entorno diario.

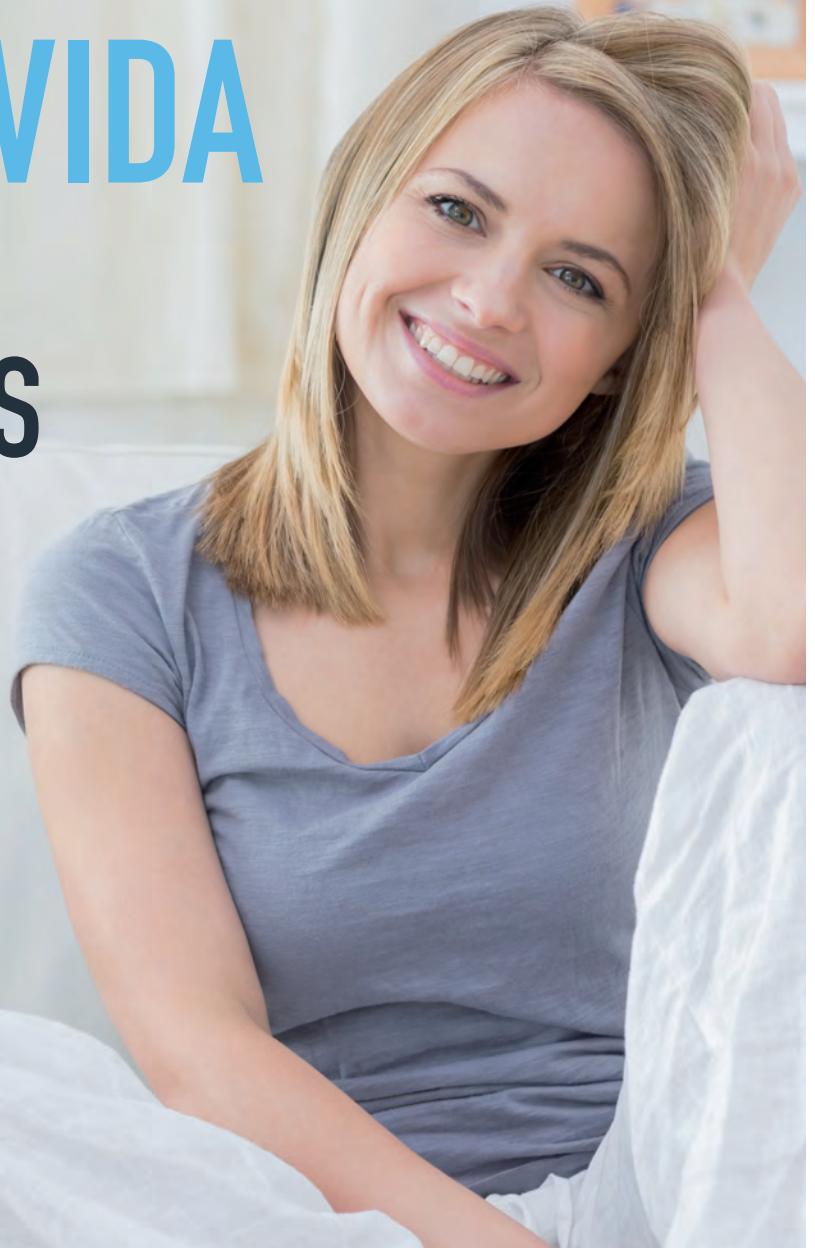
Es también santa Teresa mujer de firmes convicciones, que no se amedrenta cuando surgen dificultades, sean las que fueren; antes por el contrario, las afronta con resolución, desde la fortaleza de ánimo. Por eso le repugnan las actitudes de abandono espiritual, y convierte la fructífera actividad en el complemento necesario de la meditación, distinguiéndolo con nitidez los supuestos “arrobamientos” de los “embobamientos”: “No pensemos que está todo hecho en llorando mucho, sino que echemos mano del obrar mucho y de las virtudes, que son las que nos han de hacer al caso, y las lágrimas vénganse cuando Dios las enviare, no haciendo nosotras diligencias para traerlas”. (Cf. *Las Moradas. Moradas sextas*, capítulo 6). La propia santa Teresa –por citar un ejemplo consabido– se ve obligada a escribir por mandato de sus confesores, aunque ello le costara, en no pocas ocasiones, grandes esfuerzos –“Algunas veces tomo el papel como una cosa boba, que ni sé qué decir ni cómo empezar” (*Moradas primeras*, capítulo 2)–; y lo hacía sin más preocupación que la de expresarse con la mayor claridad posible, para poder ser entendida por lectoras poco instruidas: unas monjas a las que ayudaba con sus escritos a conducirse por la senda de la piedad. Y si el mandato de escribir surge en conversación con el padre Jerónimo Gracián a finales de mayo de 1577, lo cierto es que seis meses después estaba concluida la obra *Las Moradas*. Frente a tantas trivialidades que hoy nos conmueven, pero que ofenden a la inteligencia y nos degradan como personas, santa Teresa, desde su altura moral, nos sigue dando un ejemplo de comportamiento responsable y ético.

# VIVE LA VIDA SIN GAFAS NI LENTILLAS

## PROMOCIÓN EXCLUSIVA

para mutualistas  
y familiares directos de

**MUFACE**



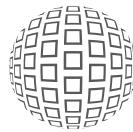
SOLICITA YA TU 1<sup>a</sup> CONSULTA PREOPERATORIA

SÓLO HASTA EL 30 DE JUNIO

795€  
POR OJO

+ CONSULTA  
PREOPERATORIA  
**GRATUITA**

902 130 100 • [clinicabaviera.com](http://clinicabaviera.com)



**CLINICA  
BAVIERA**

### Electrónica, interconectada y transparente



# La Administración que viene

El Gobierno acaba de presentar dos nuevas leyes, la de Procedimiento Administrativo, que regula las relaciones externas de la Administración con ciudadanos y empresas, y la de Régimen Jurídico del Sector Público, que simplifica su funcionamiento interno y las conexiones que establece con otras administraciones. Se avanza así en la culminación del proceso de reforma administrativa emprendido en los inicios de la presente legislatura. La Administración española entierra definitivamente los viejos prejuicios del “vuelva usted mañana”, y se sitúa entre las más avanzadas y eficaces del mundo.

En palabras pronunciadas por el presidente del Gobierno, Mariano Rajoy, en un reciente acto celebrado en el Palacio de la Moncloa sobre el uso de las nuevas tecnologías en la Administración Pública española, “hoy, el 99% de la tramitación de la Administración General

del Estado puede realizarse ya electrónicamente, y a esta estrategia global se están uniendo con éxito comunidades autónomas y muchos ayuntamientos. Si los trámites que hoy se realizan electrónicamente tuvieran que hacerse acudiendo a la ventanilla, el coste para los

**Se facilitan las relaciones electrónicas de los ciudadanos y las empresas con la Administración, así como las comunicaciones electrónicas entre las administraciones**

ciudadanos sería de 20.000 millones de euros más”.

“Nos encaminamos a un nuevo modelo de Administración”, según explicó la vicepresidenta del Gobierno, Soraya Sáez de Santamaría, al hacer balance de las reformas administrativas emprendidas en el programa CORA, “acorde con las nuevas tecnologías, asentado en una estructura totalmente electrónica, transparente e interconectada. Un modelo que piensa en los ciudadanos y dice adiós a las ventanillas, sustituyéndolas por portales electrónicos, con registros interconectados, firmas electrónicas y ausencia física de papeles. Un modelo que piensa en las empresas, implantando la obligatoriedad de comunicaciones electrónicas, que simplifica los trámites administrativos, reduce cargas y unifica pagos con calendarios públicos previamente establecidos. Una Administración, en resumen, que reorganiza su funcionamiento interno y unifica sus conexiones con otras administraciones”.

Un modelo que, de hecho, “ya está funcionando”, en opinión de Alejandro Alaya, gerente de una empresa de informática y proveedor habitual de la Administración: “Es más que evidente que la relación entre los ciudadanos y la Administración ha cambiado vertiginosamente en los últimos años. Empieza a ser muy raro que una gestión administrativa requiera nuestra presencia física en un organismo oficial. Hemos cambiado la ventanilla por el teclado de un ordenador, e incluso, en los últimos tiempos, por un teléfono móvil. El reto, ahora, pasa por

**La apuesta es por una Administración Pública, íntegramente electrónica, con cero papel e interconectada**

**Los ahorros generados a la sociedad por el uso generalizado de las nuevas tecnologías en 2014 ascienden a 20.000 millones de euros**

simplificar al máximo los trámites de manera que todos los ciudadanos podamos participar, sin exclusiones y sin demasiados gastos de adaptación, como es lógico, en este proceso de modernización”.

**e-Administración**

“El objetivo es llegar completamente a la Administración electrónica, es decir, hacerlo desde un planteamiento integral: que la Administración sea íntegramente electrónica, en la que desaparecerá el papel y que estará totalmente interconectada”, señaló Cristóbal Montoro, ministro de Hacienda y Administraciones Públicas, tras la aprobación por el Consejo de Ministros de la ley de Procedimiento Administrativo y la de Régimen Jurídico de las Administraciones, el pasado mes de enero. “Los ciudadanos podrán realizar sus gestiones administrativas en cualquier momento, a lo largo del día, las 24 horas del día, y con independencia de cuál sea el organismo al que se dirijan. Además, ningún ciudadano se encontrará con que no puede realizar un trámite porque le falte algún documento, sino que será la propia Administración la que obtendrá las copias que necesite de cualquier documento que esté registrado electrónicamente”, añadió.

“Para poder extender la Administración electrónica también se van a simplificar los medios que permiten la identificación de los ciudadanos y la firma electrónica. Para ello, se facilitarán claves electrónicas concertadas en el momento, para realizar el trámite, y aquellos ciudadanos



que necesiten ayuda recibirán la asistencia de los empleados públicos, obviamente. Además, los ciudadanos también podrán conocer a través de Internet las principales reformas que se tiene previsto abordar cada año”.

“Cuando esta reforma esté totalmente en vigor”, concluyó el titular de Hacienda y Administraciones Públicas, “las empresas tendrán que relacionarse obligatoriamente de forma electrónica con la Administración, de la manera que ya lo están haciendo con la Administración Tributaria, con la Agencia Tributaria o con la Seguridad Social, cuyo modelo de gestión pretendemos extender al conjunto de la Administración, una vez que hemos comprobado su eficacia. Las empresas tampoco podrán aportar documentos que ya hayan sido registrados con anterioridad o elaborados por la propia Administración, lo que, sin duda, también va a agilizar mucho los procedimientos administrativos. Además, podrán otorgar poderes electrónicamente para que sus representantes realicen trámites administrativos”.

Darío Muñoz, experto en administración de empresas, considera que “éste es el momento de dar el gran salto; se trata de vencer la resistencia al cambio que tienen algunas empresas respecto a sus usos y costumbres con la Administra-

ción. Dejar de mirar el Boletín Oficial del Estado todas las mañanas y encender el ordenador, entrar en las páginas web, asociarse e interconectarse. Una empresa que no esté plenamente adaptada a las nuevas tecnologías difícilmente podrá sobrevivir”.

**Menos tiempo**

Al igual que ocurre con ciudadanos y empresas, se pretende que el funcionamiento interno de las comunicaciones entre administraciones sean íntegramente electrónicas. No existirá otra forma de relación, con lo que se reduce el tiempo de conocimiento de información y el tiempo de tramitación. Además, se creará un inventario único y público de todos los organismos y entidades para que puedan ser conocidos por los ciudadanos y empresas. Con la misma filosofía se creará un registro estatal en el que se incluirán todos los órganos de cooperación en los que participa la Administración General del Estado y todos los convenios que ésta tiene suscritos con el resto de las administraciones.

Este proceso de renovación y modernización de la Administración puesto en marcha ya está suponiendo un importante ahorro para los ciudadanos y para el erario público, según se subraya desde del Ejecutivo. De hecho, las medidas de reforma de la Administración

## El 99% de la tramitación de la AGE puede realizarse ya electrónicamente

abordadas desde el inicio de la legislatura han supuesto unos ahorros acumulados cercanos a los 20.000 millones de euros, de los cuales cerca de 5.000 millones corresponden a la Administración General del Estado, 10.510 millones a las comunidades autónomas y 2.904 millones a las entidades locales, según subraya la vicepresidenta Soraya Sáenz de Santamaría. "A ello hay que añadir los casi 1.700 millones de euros de ahorro para los ciudadanos y empresas derivados de las menores cargas burocráticas. En este capítulo se puede destacar la supresión neta de un total de 2.029 entidades en el conjunto de las Administraciones Públicas. En la Administración General del Estado se ha procedido a la supresión de 105 entidades, además de la racionalización en otras 163 entidades, mientras que las comunidades autónomas han procedido a la supresión de 675 entes, cifra que en las corporaciones locales asciende a 1.244".

### Leyes decisivas

Según Eugenio Gil, profesor de Nuevas Tecnologías de la Información de la Universidad de Navarra, "ya nadie duda de que las nuevas tecnologías asociadas con Internet y la telefonía móvil están contribuyendo de manera decisiva a mejorar la relación de empresas y ciudadanos con las Administraciones Públicas, pero, además, son ya un canal de comunicación de primer orden con las administraciones".

"El Gobierno", añade Gil, "está respondiendo con eficacia al reto que supone la modernización de las administraciones. De hecho, el *corpus* legislativo creado al efecto en los últimos años es impresionante, desde la nueva Ley General de Telecomunicaciones, que desarrolla la economía y el empleo digital, hasta la Ley de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Buen Gobierno, pasando por la Ley de Garantía de Unidad de



## Informe Telefónica 2014: España, un país líder en e-Administración

**Los programas en este ámbito han sido reconocidos en 2014 por la ONU**

Nuestro país lleva años liderando la implantación de la Administración Electrónica, según destaca en su informe anual la Fundación Telefónica. Los progresos en este terreno han sido reconocidos en 2014 por la ONU, otorgando al Gobierno de España un premio por su innovación en la puesta en marcha de la Plataforma de Intermediación de Datos, del Ministerio de Hacienda y Administraciones Públicas, que permite que ciudadanos y empresas no tengan que solicitar de nuevo certificados o documentos que ya obran en su poder. El uso de esta plataforma supone un ahorro anual por encima de los 152 millones de euros para ciudadanos y empresas y tres millones de euros de ahorro para el Estado.

Otra muestra de la evolución de la e-Administración proviene de los indicadores publicados periódicamente por el Observatorio de Administración Electrónica (OBSAE), que establece el gran crecimiento en el número de notificaciones electrónicas enviadas a ciudadanos y empresas, que ha pasado de 10,1 millones en 2013 a 50 millones en mayo de 2014. En cuanto a la facilidad de uso de la e-Administración, España obtiene la tercera mejor puntuación de toda la UE, con 85 puntos. En el indicador relativo a la transparencia del eGovernment, España se sitúa en sexto lugar con 65 puntos. Otro elemento destacado relacionado con la e-Administración es la apertura de datos públicos para su reutilización. En este ámbito también se han producido avances destacados, ya que en el portal de datos abiertos <http://datos.gob.es> en mayo de 2014 existían 2.215 datasets (conjuntos de datos) frente a los 1.579 que existían a finales de 2013.

En cuanto a un fenómeno reciente, el del uso de las redes sociales en las administraciones, destaca sobremanera el trabajo desarrollado por la Policía Nacional en Twitter. Este cuerpo de seguridad ha sido el primero del mundo en superar el millón de seguidores en dicha red social, por encima incluso del FBI. La Policía es, además, la segunda de las administraciones públicas españolas en el índice Klout que mide el grado de influencia de personas y organizaciones a través del análisis de su presencia y actividad en las siete principales redes sociales. La Policía cuenta con 79 puntos sobre una puntuación máxima de 100, solo superada por Turespaña (@spain). La Guardia Civil aparece en este ranking en tercer lugar, con 73 puntos.

Mercado, o la Ley de Impulso de la Factura Electrónica, entre otras".

#### **Menos cargas**

De forma inmediata, los ciudadanos van a ver también cómo se suprime algunas de las cargas a las que estaba acostumbrado hasta ahora y se facilitan otro tipo de trámites. Se crea así el Punto Único de la Administración General del Estado en Internet para la remisión de facturas electrónicas de los proveedores y se simplifica el método de obtención de la firma electrónica. Se permitirá también el cambio de domicilio a través de la plataforma de intermediación de datos; habilitar centros de reconocimiento de conductores para la gestión de la renovación del permiso de conducir a las personas con discapacidad, o, por ejemplo, la solicitud telemática de certificación del informe de gastos en I+D+i ante el Centro de Desarrollo Tecnológico Industrial. La supresión de todas estas cargas supondrá un ahorro de casi 75 millones de euros al año. Los ahorros de las reducciones de cargas



aprobadas hasta hoy alcanzan los 6.420 millones de euros.

#### **Futuro digital**

En resumen, "la puesta a punto de nuestro sector público pasa, de modo irrenunciable, por impulsar la Administración digital", según destaca el presidente del Gobierno, Mariano Rajoy. "Ésta es una apuesta que no tiene vuelta atrás, porque es la única manera de afianzar la excelencia en la prestación de servicios al ciu-

**Se rationaliza la estructura administrativa y se establece por primera vez un régimen de supervisión, evaluación y extinción de los entes públicos**

dano y porque es un activo para ganar en competitividad económica". "Contamos con una Administración tan excelente como nuestros servidores públicos" y "eso es un orgullo para todos". "Por eso", concluye Mariano Rajoy, "la apuesta por la Administración digital es un paso más hacia su modernización, porque la Administración del futuro será digital o simplemente no será".

Víctor Martín

**50%  
dto.  
audífonos**  
oferta válida para afiliados muface  
**euro'sone**  
Centros Auditivos

C/ José Ortega y Gasset, 94  
28006 · Madrid  
914 019 818

[www.euro-sone.com](http://www.euro-sone.com)

C/ Mieses, 2  
28220 · Majadahonda  
916 388 774



#### **Además:**

- Revisión auditiva gratuita
- Garantía de adaptación: Satisfacción o reembolso
- Prueba gratuita de sus audífonos al momento y sin compromiso
- Financiación a 1 año sin intereses
- 5 años garantía y seguro de rotura, pérdida y robo

C/ Constitución, 4  
28231 · Las Rozas  
916 363 214

C/ Capuchinos, 5  
47006 · Valladolid  
983 222 250

[info@euro-sone.com](mailto:info@euro-sone.com)



Si existe un organismo público que cuide y se preocupe de nuestra salud mientras realizamos nuestras actividades laborales cotidianas, es el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Una organización diseñada para realizar una labor de formación, divulgación e investigación con el objeto de que el trabajo diario sea más seguro y con menos riesgos.

La misión del INSHT, en palabras de su directora, M<sup>a</sup> Dolores Limón, "consiste en el análisis y estudio de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo, así como en la promoción y apoyo de mejoras". Para llevar a cabo esta misión, el instituto realiza acciones acordes con las necesidades actuales y futuras. Y para conocer esas necesidades, señala Limón, "contamos con la colaboración de los agentes sociales, las entidades y organizaciones dedicadas a la prevención así como con las comunidades autónomas".

Las estadísticas señalan que los trabajadores con falta de sueño presentan dos veces más problemas de rendimiento que el resto, que la mala gestión del estrés ocasiona pérdidas de 5,3 horas por semana y trabajador, que los trabajadores con sobrepeso o con obesidad presentan mayor número de bajas, que

el total de días de trabajo perdidos es significativamente mayor para fumadores que para no fumadores, lo que se traduce en importantes pérdidas de productividad, o que las personas que no hacen ejercicio acumulan el doble de bajas que las personas que lo hacen. Las iniciativas saludables reportan beneficios económicos a las organizaciones que las implementan en términos de incremento de productividad, competitividad y sostenibilidad de las empresas y disminución de los costes sanitarios y de Seguridad Social. Por cada euro gastado en programas de bienestar en las empresas se obtiene un retorno de la inversión promedio de 2,54 euros. Conocedores de la importancia de estos datos y conscientes de su papel, desde el instituto se fomenta una cultura preventiva para lograr una reducción de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales. En estos momentos, señala Limón, "es

## Las iniciativas saludables reportan beneficios económicos a las organizaciones que las implementan

necesario dirigir nuestros esfuerzos a mejorar los mecanismos tecnológicos existentes y los recursos y fuentes de información disponibles para que sean accesibles a todos y en cualquier lugar de consulta”.

### Estructura y competencias

En 1978 se crea el Instituto Nacional de Higiene y Seguridad del Trabajo, un organismo autónomo dependiente del Ministerio de Trabajo, pero es en 1982 cuando se establece su estructura y se desarrollan sus competencias. Desde entonces, y bajo la influencia de acontecimientos políticos, sociales y económicos como la entrada de España en la Unión Europea y el traspaso de competencias a las comunidades autónomas, la creación de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales o la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, se marcan y concretan las funciones en la prestación de asesoramiento técnico, en el desarrollo de la normalización, tanto a nivel nacional como internacional así como en actividades de formación, información, investigación, estudio y divulgación en materia de prevención de riesgos laborales. Limón señala que “es necesario partir de la premisa de que el principal activo del instituto lo constituye su personal, ya que somos un organismo de carácter eminentemente científico-técnico, divulgador y formador”.

Para todas estas actividades, además de la sede central, en Madrid, el INSHT cuenta con cuatro centros nacionales y dos gabinetes en las ciudades de Ceuta y Melilla. Cada uno de ellos, además de abordar la prevención, es referente en determinados temas. Así, Madrid, tiene competencia sobre la seguridad en los lugares de trabajo, la construcción y los riesgos ergonómicos. El centro de Barakaldo se ocupa de temas relacionados

con el amianto, los nanomateriales o metrología de agentes químicos. Sevilla está especializado en medios de protección personal y el sector marítimo-pesquero del sector agrario. Barcelona tiene atribución en temas como los riesgos químicos, físicos y biológicos y, por último, los servicios centrales tienen el dominio sobre la gestión de la prevención y la promoción de la salud en el trabajo. Su directora concluye: “Los técnicos distribuidos en los diferentes centros con su apoyo y asesoramiento, y su alto nivel de cualificación en los diferentes campos, permiten poder llevar a buen fin las líneas de acción establecidas, así como ejecución de proyectos y estudios en base a las exigencias y necesidades de cada momento”.

### Pilares fundamentales

Una de las misiones del INSHT es la promoción y la divulgación, para dar a conocer las actividades que desarrolla. Antonio Rodríguez de Prada, director del departamento, señala que “la divulgación se realiza tanto en papel como online”, para ello se editan más de 100 documentos, 80% digitales y 20% en papel. También se desarrollan anualmente más de 100 actividades gratuitas, en las que intervienen unas 15.000 personas entre actividades y cursos. En el aspecto formativo, el centro trabaja en formación bajo demanda, que se centra en la Administración Pública, comunida-



des autónomas y en la formación internacional, en colaboración con la Organización Internacional del Trabajo (OIT). Rodríguez de Prada señala que uno de los objetivos de su departamento es inculcar a los jóvenes la filosofía y los métodos para trabajar de una forma más segura y esto se hace a través de los diversos niveles educativos –Infantil, Primaria, Secundaria, Formación Profesional y Universitaria-. También se desarrollan programas para la formación de empresarios, representantes y delegados sindicales y autónomos, cuyos cursos seminarios, talleres y jornadas divul-

## Prevención 10.es

La reducción de cargas administrativas es uno de los objetivos marcados por el Gobierno. Financiado por la Seguridad Social, el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo en colaboración con las comunidades autónomas ha desarrollado Prevención 10.es, un programa con la finalidad de asesorar en materia preventiva a empresas de diez trabajadores y que pueden llegar hasta 25, así como a los trabajadores autónomos, colectivos que tienen mayores dificultades para cumplir la normativa sobre prevención de riesgos laborales. Entre otras funcionalidades, destaca la herramienta Evalúa-t, basada en un modelo simplificado de evaluación de riesgos laborales constituido por chequeos específicos para diversas actividades. Otra herramienta, Autopreven-t, facilita a los autónomos la preceptiva coordinación de actividades empresariales y promueve una instrucción en materia de prevención de riesgos adaptada a este colectivo. Instruye-t es la plataforma formativa telemática destinada a facilitar la formación de empresarios de pequeñas empresas que deseen asumir personalmente la actividad preventiva con ayuda de la herramienta Evalúa-t.

Para más información: <https://www.prevencion10.es/site-web/home.seam>

M<sup>a</sup> Dolores Limón Tamés, directora del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo



## “La prevención se basa en la participación de todos”

### ¿Existe una cultura sobre la seguridad e higiene en el trabajo?

Uno de los pilares sobre los que se sostiene el desarrollo e implantación de una auténtica cultura preventiva de riesgos laborales en la empresa es integrar la seguridad y salud en el trabajo en la conciencia y las actitudes de los empresarios y trabajadores. Para lograrlo, un elemento esencial es la participación de los trabajadores: si no hay una participación, las medidas de prevención que se impongan no van a dar su fruto. Si no hay un verdadero liderazgo por parte del empresario, tampoco las medidas de prevención van a dar su fruto. La prevención se basa en la participación de todos. Que se lo crea el empresario, que es el que tiene que establecer las medidas, y que se lo crean los trabajadores, que las tienen que trasladar en su trabajo diario. Para eso se disponen de mecanismos eficaces. Están los delegados de prevención y los comités de seguridad y salud mediante los que hay que establecer las medidas de prevención en las empresas.

### “Los avances de la ciencia y la técnica son elementos competitivos a tener presentes, pero sin ignorar que también pueden generar nuevos riesgos”

#### ¿Las empresas ven la prevención como un coste o como una inversión?

Las empresas siempre deben optimizar sus recursos, pero, si cabe, en estos momentos lo deben hacer con mayor intensidad. La gestión de la prevención que cada empresa debe llevar a cabo tiene que partir de un análisis de necesidades exhaustivo, hay que intensificar la información sobre los daños a la salud para poder tener un conocimiento actualizado que le permita focalizar los esfuerzos allá donde se encuentran los problemas, sin olvidar que la prevención de riesgos laborales debe considerarse como una realidad en permanente cambio. Si bien la incorporación de los avances de la ciencia y de la técnica son claramente elementos competitivos que las empresas deben tener presentes, no deben ignorar que también pueden ser generadores de nuevos riesgos frente a los que se deben tomar las medidas adecuadas. La prevención de riesgos laborales ha de ser entendida como un factor de competitividad, y para ello es fundamental que la empresa realice un análisis coste-beneficio que se integre en el sistema de gestión de la misma, y que incluya una dimensión económica, pero también legal, moral y social de la prevención.

#### En España, la mayor parte de las empresas son pymes. ¿Qué medidas se contemplan?

Es necesario que las administraciones públicas, tanto en el ámbito nacional como autonómico, nos esforcemos en diseñar líneas de acción y en ejecutar medidas concretas dirigidas a facilitar a las pymes la aplicación de la normativa en prevención de riesgos laborales. Por este motivo, el Ministerio de Empleo y Seguridad Social, a través de este instituto y con la colaboración de las comunidades autónomas y los agentes sociales, presta asesoramiento específico en materia de seguridad y salud en el trabajo a empresas de hasta diez y 25 trabajadores.

### ¿En qué sectores se hace más necesaria la prevención?

Respecto a los sectores más vulnerables, el Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo ha publicado recientemente un informe. El estudio toma como referencia el índice de los accidentes de trabajo con baja en jornada de trabajo para las diferentes ramas de actividad, clasificándolas de mayor a menor, y como dato complementario determina dónde se encuentra agrupado el mayor número de susceptibles. En base a la siniestralidad del año 2013, son, por este orden: asistencia en establecimientos residenciales; industrias de la alimentación; fabricación de productos metálicos; actividades de construcción especializada y construcción de edificios. Por otra parte, si se considera el índice de incidencia de accidentes laborales en jornada de trabajo graves y mortales con la población expuesta a riesgo, las ramas de actividad más vulnerables y sobre las que se deben establecer actuaciones prioritarias son: agricultura, ganadería, caza y servicios relacionados, fabricación de productos metálicos; construcción de edificios; actividades de construcción especializada y transporte terrestre y por tubería. La mayor dificultad para dar cumplimiento a la normativa en prevención de riesgos laborales, con independencia del sector de actividad, la presenta la microempresa y pequeña empresa, tanto por la diversidad de normativa como por su complejidad, de ahí que las administraciones estén volcando todos sus esfuerzos en facilitar herramientas que permitan la simplificación y faciliten la aplicación.

#### ¿Cómo favorece el desarrollo tecnológico a la seguridad e higiene de los trabajadores?

En las últimas décadas ha influido en la forma de realizar el trabajo y, por tanto, en el diseño de los puestos, de los equipos y de las herramientas. Todo ello ha repercutido de forma positiva en la seguridad y salud del trabajador, incrementando su seguridad a la hora de realizar el trabajo y, por tanto, evitando accidentes laborales. La premisa sobre la que se ha partido es la de eliminar o reducir los riesgos laborales de equipos, productos e instalaciones en el origen, es decir, la prevención en la fase de diseño del equipo, proceso o maquina.

## Uno de los objetivos es inculcar a los jóvenes la filosofía y los métodos para trabajar de forma más segura

gativas tienen por objeto la promoción de la prevención en los distintos niveles laborales.

Otro departamento fundamental dentro del INSHT es la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. José Yanes, su responsable señala que "es el máximo órgano de participación institucional del Estado en materia de prevención de riesgos laborales", y está compuesto por 76 miembros, pertenecientes a la Administración General del Estado, comunidades autónomas más Ceuta y Melilla, empresarios y sindicatos. Su función, añade Yanes, "es proponer las líneas de prevención de salud del país. Cualquier documento de la Administración tiene que pasar por un informe de la Comisión Nacional. También desempeña funciones de coordinación con la Inspección de Trabajo".

Otra de las misiones claves del instituto la desarrolla el departamento de Información e Investigación. Su misión es estudiar, analizar y detectar las causas de los accidentes de trabajo, así como avanzar en el conocimiento de los riesgos laborales nuevos con el objetivo de anticipar su prevención. Marta Zimmermann, directora del departamento, señala que una de sus funciones es elaborar estudios estadísticos sobre accidentes de trabajo y enfermedades profesionales a demanda de los organismos del Estado o instituciones políticas. "Mensualmente, indicadores de siniestralidad, y anualmente se elaboran informes específicos sobre todo tipo de accidentes laborales. También se realizan encuestas sobre las condiciones laborales de los trabajadores y sobre la gestión preventiva a los responsables de las empresas". En cuanto a los accidentes más comunes, señala Zimmermann, "muchos son percances por esfuerzos y trastornos musculoesquelé-

## Empresas saludables

España, como en el resto de países desarrollados, ha globalizado los mercados y mejorado los niveles de vida, pero también ha incrementado factores negativos como hábitos alimentarios inapropiados, la disminución de actividad física y un mayor consumo de tabaco. Estos factores, unidos al progresivo envejecimiento de la población, a la prolongación de la esperanza de vida y a la mejora de la atención sanitaria y de los procesos asistenciales, han contribuido al incremento paulatino de ciertas enfermedades crónicas, como la obesidad, la diabetes mellitus, las patologías cardiovasculares y cerebrovasculares y la hipertensión, que, junto con algunos tipos de cáncer, son causas importantes de discapacidad y de muerte prematura.

Los sistemas públicos de salud han centrado su actuación en las personas enfermas, pero por sostenibilidad es necesario desarrollar y reforzar estrategias de actuación entre la población sana. Por eso el lugar de trabajo es un entorno muy apropiado para el desarrollo de actuaciones de promoción y prevención de la salud. En este ámbito surge el concepto de la Promoción de la Salud en el Trabajo (PST), una estrategia empresarial moderna que aspira a la prevención de los riesgos profesionales y a aumentar la capacidad individual de los trabajadores para mantener su salud y su calidad de vida.

También en este ámbito, la Red de Empresas Saludables es una iniciativa del instituto cuya finalidad es reconocer el trabajo de las empresas en el ámbito de la mejora de la salud y el bienestar de sus trabajadores, así como promover la cultura de la salud y el intercambio de experiencias empresariales, y que sirve para evaluar las actividades de empresas y organizaciones. En este proyecto se han desarrollado herramientas para evaluar el tabaquismo, la actividad física, nutrición, estrés, alimentación, salud mental, gestión de la edad y gestión de las enfermedades crónicas. En estos momentos son casi un centenar las empresas y organizaciones, de distintos ámbitos, adheridas al proyecto, incluidas organizaciones públicas y del sector socio sanitario.

Más información: <http://www.insht.es/portal/site/PromocionSalud/>

ticos, y la mayoría de los accidentes mortales tienen su causa en infartos y accidentes de tráfico". También remarca que de 1998 a 2014 se han reducido en medio millón los accidentes laborales.

Las relaciones internacionales tienen gran protagonismo en el INSHT: "Con respecto a la Unión Europea", señala Mª Mercedes Tejedor, consejera de Relaciones Internacionales, "participamos con los otros 28 países miembros de la UE para armonizar y homogeneizar toda la legislación y normativa sobre la seguridad y la salud en el trabajo". También se mantienen reuniones periódicas con la Organización Internacional del Trabajo (OIT) o los institutos equivalentes de Francia (INRS), Italia (INAIL) o Portugal (ACT), entre otros, además de con el Observatorio Iberoamericano de Seguridad y Salud (OISS).

### Marco estratégico europeo

La Comisión Europea, en el Marco Estratégico Europeo en materia de seguridad y salud en el trabajo para el periodo 2014-2020, publicado el pasado junio, establece los retos y objetivos en materia preventiva. Limón señala que "hay dos objetivos generales, uno es ayudar a una mejor aplicación de la legislación en las comunidades autónomas, especialmente en las pequeñas y medianas empresas, y un segundo, que es abordar en su dimensión la prevención de las enfermedades relacionadas con el trabajo, un asunto este último importante, porque se trataría de un índice de accidentes de trabajo derivados de enfermedades que tienen una causa laboral". Toda esta estrategia tiene un alcance hasta el año 2020.

Miguel Á. Maestre

## Exposición Universal 2015



# Milán, un escaparate para los alimentos españoles

La Exposición Internacional de Milán es este año una cita con la alimentación, una nueva oportunidad para que nuestro país presuma ante el mundo de la calidad de sus productos. La Marca España sigue ganando adeptos y nuestros alimentos son la mejor carta de presentación para promocionarla.

Tendrá lugar entre el 1 de mayo y el 31 de octubre en una de las ciudades con más *glamour* de Europa. Milán, la ciudad de la moda y del buen gusto, acogerá la nueva Exposición Universal, con un lema que define todo un reto: "Alimentar el planeta. Energía para la vida". Y es que Milán 2015 pretende ser un escaparate para que cada país participante dé a conocer sus mejores productos, aquellos que mejor le identifican, los más atractivos para el reclamo turístico y los de mayor calidad. Pero hay más: la muestra servirá también para demostrar

**El certamen acogerá alrededor de 150 expositores que nos acercarán a los mejores productos del planeta**

que nuestra civilización puede ser un ejemplo de solidaridad, y que quienes contamos con el privilegio de pertenecer al primer mundo podemos ayudar a quienes menos tienen.

El certamen acogerá alrededor de 150 expositores que nos acercarán a los mejores productos del planeta. Se trata de una feria que quiere invitar a probar, a comparar, a disfrutar de olores y colores, incluso a practicar la experiencia de cocinar los alimentos más originales y de mayor calidad. Un lujo para los sentidos, para el olfato y el gusto; y también para la vista, porque cada país ha buscado sorprender en cada pabellón, convertir los espacios en un hábitat de descanso placentero, exótico, acogedor, minimalista, relajante y sorprendente. Hay que mostrar y exhibir "lo mejor de cada casa" para lucirse en el escenario.

España acude a Milán 2015 a través de Acción Cultural Española (AC/E), un organismo público dedicado a impulsar y promocionar nuestra cultura y nuestro patrimonio. AC/E nació en abril de 2010 de la fusión de tres entidades públicas: la Sociedad Estatal de Conmemoraciones Culturales (SECC), la Sociedad Estatal para la Acción Cultural Exterior (SEACEX) y la Sociedad Estatal para Exposiciones Internacionales (SEEI).

### Sabores del mundo

Según explican los organizadores, llevamos a la ciudad italiana un pabellón en el que son protagonistas "nuestras naranjas, nuestros caldos y nuestro aceite de oliva, el pescado o los mariscos...". Como no puede ser de otro modo, la dieta mediterránea será la gran protagonista, no solo por ser nuestra seña de identidad, sino también como garantía de calidad y salud; al mismo tiempo se expondrán nuestros platos más tradicio-

## El pabellón español quiere demostrar al mundo que somos pioneros en acudir a la tecnología de cultivo, de trasformación, distribución y procesamiento de alimentos

nales, pero también los más vanguardistas, los que actualmente marcan tendencia y nos identifican.

“También mostraremos lo más tradicional y genuino de la Marca España y lo que hemos aportado como país a lo largo de la historia”, explican los responsables de Acción Cultural Española. “Nuestra contribución como país a la evolución de la alimentación ha sido esencial a lo largo de toda la historia, así que mostraremos nuestro papel en la aclimatación y difusión de plantas de diversos continentes a Europa, y de las cultivadas en España hacia muchos lugares de América”.

Además, el pabellón español quiere demostrar al mundo que somos pioneros en acudir a la tecnología de cultivo, de regadío, de transformación, distribución y procesamiento de alimentos con tendencias innovadoras de última generación. “España significa futuro y es un país que busca el equilibrio de nuestros ecosistemas. Destacaremos la apuesta por la producción y el procesamiento ecológico de alimentos que contribuyen a la recuperación de los sistemas de producción y a disminuir el impacto de la producción alimentaria sobre el equilibrio medioambiental”, argumentan desde la AC/E.

### Tradición y vanguardia

En otras palabras, la apuesta es convenir a la comunidad internacional de que “tradición y vanguardia no son incompatibles” y que la producción agropecuaria tradicional se puede conjugar a la perfección con otros procesos innovadores y de mayor productividad, que ayuden a reducir la lacra social que supone el hambre, la incapacidad para alimentar a millones de ciudadanos que soportan carencias de alimentos y desnutrición. “Es el lado solidario de nuestra presencia”, explican los organizadores.



## La arquitectura se luce

Milán 2015 será también una oportunidad para disfrutar de la arquitectura más innovadora, de los diseños más espectaculares, de pabellones que son obras de arte en sí mismos. Los arquitectos Jacques Herzog, Mark Rylander, Ricky Burdett, Stefano Boeri y William McDonough han desarrollado un plan maestro consistente en un parque agrícola que deja espacios para los pabellones de los diferentes países. Cada participante buscará sorprender, atraer y compartir sus mejores alimentos.

Angola presentará el pabellón más grande, de 3.000 metros cuadrados, como una forma demostrar al mundo los avances sociales conseguidos en los últimos años. El espacio de México está inspirado en uno de sus alimentos característicos, el maíz, y Chile ha elegido al arquitecto Cristián Undurraga, que desplegará una estructura romboidal de madera proveniente de los bosques chilenos, con la que se pretende destacar la variedad de su territorio y el cultivo de alimentos que son exportados a todo el mundo. EE.UU. ha buscado un mensaje solidario y muy tecnológico, “Comida americana 2.0: Unidos para alimentar al planeta”, en un edificio con la forma de un granero típico americano. Y el país anfitrión destacará con un pabellón más sofisticado: un bosque urbano de 13.000 metros cuadrados envuelto en una intrincada piel de cemento biodinámico que atrapa los contaminantes del aire y los convierte en sales inertes.

La exposición de Milán será una cita con doble fondo. Muchos piensan que resulta incompatible compaginar el escaparate de colores y sabores del mundo, la riqueza y la abundancia de alimentos que ofrecerán los pabellones, con un mensaje solidario y de lucha contra el hambre. Para desmentir dicha creencia está previsto que acudan a Milán numerosas organizaciones internacionales de ayuda humanitaria y hay programadas distintas charlas y coloquios para que los miles de visitantes de la muestra no olviden un mensaje claro y conciso: todavía 850 millones de personas en el planeta tienen serias dificultades para alimentarse.

Acción contra el Hambre es una de las organizaciones más comprometidas con ese reto, con presencia en varios continentes. Uno de los responsables de esta organización apunta que “hoy tenemos 100 millones menos de hambrientos que

hace una década, 209 millones menos que hace 20 y 63 países en desarrollo han cumplido el primer Objetivo del Milenio a tiempo; además, la prevalencia de la malnutrición ha caído del 18% al 11% en los últimos diez años”. No hay que olvidar que desde 2008, fecha en que los países del G8 incluyeron esta cuestión en la agenda política mundial, los avances han sido sustanciales. Mientras, algunos gobiernos de América Latina han apostado por programas como el soporte nutricional en los 1.000 primeros días de vida, el apoyo a la pequeña agricultura o el establecimiento de redes de protección nutricional. “Los resultados saltan a la vista cuando se ponen en marcha las políticas adecuadas”, señala un portavoz de Acción contra el Hambre.

### Alimentación para la salud

Pero hay otros retos pendientes, porque vivir en la parte privilegiada del planeta

Fernando Burgaz, director general de la Industria Alimentaria



## **“Nuestros sistemas de control protegen el buen nombre de los alimentos españoles”**

Ingeniero agrónomo por la Universidad Politécnica de Madrid y funcionario de carrera desde 1982, Fernando Burgaz ha desempeñado varios cargos de responsabilidad en la Administración. Desde 2012, se ocupa de la dirección general de la Industria Alimentaria, organismo que, entre otras funciones, garantiza la calidad y la seguridad de los productos que consumimos. Este año asume un reto añadido: la Exposición Universal de Milán estará dedicada a la alimentación, y España tendrá la oportunidad demostrar al mundo su enorme potencial en el

### **“El sector agroalimentario es uno de los que mejor se ha comportado durante la crisis”**

#### **¿Cuáles son las señas de identidad de nuestros productos alimenticios?**

El lema de nuestro pabellón en la próxima Exposición Universal de Milán lo define muy bien: “El lenguaje del sabor”. Va ser un recorrido por la variedad de paisajes y producciones de la agricultura, la ganadería y la pesca españolas, en el que destacaremos algunos de nuestros principales atributos, como la variedad y calidad de nuestros alimentos, la perfecta conjunción entre tradición e innovación en nuestra industria agroalimentaria o la promoción de una gastronomía de prestigio, que nos permite presumir de contar con algunos los mejores cocineros y escuelas de cocina del mundo.

#### **¿Podemos ser un acicate para situarnos entre las primeras economías mundiales?**

El sector agroalimentario es uno de los que mejor se ha comportado durante la pasada crisis económica. A pesar de la retracción del consumo interno, ha sido capaz de incrementar su presencia en los mercados exteriores; han aumentado las exportaciones y, gracias a eso, hemos conseguido mejorar el resultado final de balanza comercial. Desde el comienzo de la legislatura, el Gobierno apostó por el apoyo a la internacionalización de nuestra economía y, concretamente, el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente lideró la creación del Grupo de Trabajo Interministerial (GTISA) con ese objetivo. Las Líneas Estratégicas para la Internacionalización del Sector Agroalimentario, que fueron presentadas en mayo de 2013, han dado resultado.

#### **¿Qué representa el sector en cuanto al PIB?**

La aportación del sector agroalimentario y pesquero representa, en conjunto, más del 9% del PIB, y genera casi dos millones y medio de empleos, con un superávit comercial que el pasado año ha alcanzado los 9.610 millones de euros. Las exportaciones del sector suponen el 16,2% del total de las exportaciones españolas, y eso nos sitúa en el octavo lugar en el ranking mundial de países exportadores de productos agrarios y el cuarto de la UE.

#### **¿Qué controles asumen nuestros alimentos?**

Como en todos los estados miembros de la UE, existe un Plan Nacional de Control Oficial de la Cadena Alimentaria, que se aplica a todos los alimentos y piensos, de la granja a la mesa, para garantizar su salubridad y calidad, y para proteger el buen uso de las menciones de calidad diferenciada, es decir, alimentos con denominación de origen o ecológicos. También verifica cumplen todos los requisitos sanitarios en cuanto a la producción primaria y al bienestar animal.

#### **¿Quienes asumen el control?**

Existen varios programas que son implementados por las autoridades autonómicas competentes y coordinados por la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN), del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Además, existen programas de específicos que aseguran la protección del consumidor y la lealtad entre operadores. Por ejemplo, para el control de los productos importados de terceros países hay programas de control oficial en frontera, con la particularidad de que, en este caso, la competencia es de la Administración General del Estado mediante los Puntos de Inspección Fronterizos (PIF); y, en comercio exterior, mediante la inspección del SOIVRE de la Secretaría de Estado de Comercio del Ministerio de Economía y Competitividad. En definitiva, se vigilan todos los eslabones de la cadena concentrando la presión inspectora sobre los puntos más débiles de la cadena. De este modo se obtiene el máximo nivel sobre la seguridad y calidad de los productos puestos a disposición del consumidor, sea cual sea su tipo u origen.

#### **¿Somos un país solidario en alimentación?**

Hemos promovido la estrategia “Más alimento menos desperdicio”, para comprometer a los agentes económicos y concienciar a la población de la necesidad de aplicar criterios más racionales en nuestros hábitos de consumo. Le aseguro que los españoles somos un buen ejemplo para el mundo: según la Federación Española de Bancos de Alimentos (FESBAL), las donaciones de comestibles a los bancos de alimentos por parte de particulares y empresas aumentaron un 37% en el último año, alcanzando los 100 millones de kilos en 2014.



no significa que todo esté conseguido. En la actualidad los ciudadanos de los países desarrollados se enfrentan a graves problemas de salud vinculados a una mala alimentación. Tener alimentos en la mesa no se traduce en que comamos bien, de ahí que la educación nutricional sea una necesidad en el llamado "primer mundo".

Marisa González Montero, miembro del grupo de investigación EPINUT de la Universidad Complutense de Madrid, asegura que en España tenemos un problema con las nuevas generaciones: "Los análisis realizados demuestran que los españoles estamos inmersos en un deterioro paulatino de la calidad de la dieta; esto, unido al sedentarismo, se traduce en prevalencias crecientes de patologías crónicas como diabetes o enfermedades cardiovasculares, por ejemplo".

El exceso de peso es especialmente preocupante en la infancia y en la adolescencia, donde las cifras de nuestro país oscilan entre el 26,3% y el 45%. La estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) puesta en marcha en 2005 por el Ministerio de Sanidad y Consumo persigue, entre otras cosas, concienciar y educar

**Está previsto que acudan a Milán numerosas organizaciones internacionales de ayuda humanitaria y hay programadas distintas charlas y coloquios**

a los españoles sobre la importancia que tiene la lucha contra la obesidad. De ahí que el grupo EPINUT, desde sus inicios realice proyectos destinados a formar a los docentes en educación nutricional: "Trabajamos con niños y adolescentes en la escuela y con sus profesores, y nuestras investigaciones demuestran que un programa de intervención nutricional en la escuela es capaz de modificar positivamente los hábitos de alimentación", señala Marisa González Montero.

**¿Alimentos buenos frente a caros?**

Alimentarse bien no significa comprar alimentos caros. Alimentarse bien significa nutrirse adecuadamente e ingerir todos los nutrientes necesarios (ni más, ni menos) para el buen funcionamiento del cuerpo. Esto se consigue con una dieta variada que aporte, por un lado, vitaminas, minerales, agua y fibra, y, por otro, un equilibrio de glucidos (55%-60%), lípidos (25%-30%) y proteínas (15%-20%). Y la industria puede ayudarnos a conse-

uirlo: "A través del avance industrial y tecnológico se puede incrementar la producción de alimentos, tan necesaria en un planeta que posee cada vez mayor número de habitantes. Para eso es imprescindible conservar y mejorar los recursos naturales, incrementar la productividad de modo sostenible y aumentar la inversión en los países desarrollados en proyectos de investigación y desarrollo (I + D) dedicados a la agricultura y la mejora alimentaria", señala esta investigadora de la Universidad Complutense de Madrid.

Mostrar cómo España está contribuyendo a los Objetivos del Milenio, destinados a reducir la malnutrición en el mundo y a garantizar la seguridad alimentaria para las generaciones venideras son algunos de los retos de esta cita. Milán intentará atraer a 29 millones de turistas, con una media diaria de 160.000 visitantes. Será una buena ocasión para difundir la Marca España, pero también la oportunidad para lanzar al mundo la pregunta inevitable ¿Seremos capaces de erradicar el hambre algún día? La próxima cita, dentro de cinco años en Dubái, nos dará alguna respuesta.

Aurora Campuzano

## Programa de Termalismo Saludable 2015



# Los beneficios del agua al alcance de nuestra salud

Es una de las iniciativas del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad que mejor acogida recibe entre los pensionistas en general, incluidos los mutualistas de MUFACE, que cumpliendo ciertos requisitos relacionados con la edad y la salud, participan todos los años en el Programa de Termalismo Saludable del IMSERSO. En esta ocasión hay disponibles 210.500 plazas en más de 100 establecimientos repartidos por todo el país. Hasta el 18 de mayo se puede presentar la solicitud con prioridad en la adjudicación de plaza para los turnos de los meses de septiembre a diciembre de 2015, y en la lista de espera para acceder a las vacantes que vayan surgiendo.

Ya en la *Odisea*, Ulises glosaba los placeres de los baños termales; los romanos construyeron termas públicas en las ciudades y extendieron esta cultura en sus dominios. Y para los árabes, como es bien sabido, el agua era un elemento fundamental en la vida cotidiana y en su cultura. Placer y salud. Y pasan los siglos y seguimos confiando en los beneficios de las terapias termales para el cuerpo e, incluso, para el alma. ¿Quién, que haya probado baños, lodos, chorros o saunas, no ha notado también mayor serenidad?

Los balnearios son un entorno propicio para mejorar procesos crónicos o curar determinadas enfermedades, así como para prevenirlas y obtener una mayor calidad de vida desde una perspectiva integral. "En este contexto, convencidos de sus efectos positivos sobre la salud y la calidad de vida en una sociedad que tiende al envejecimiento progresivo, el Programa de Termalismo es una iniciativa del IMSERSO para lograr un envejecimiento activo y saludable, incidiendo especialmente en esta última vertiente, la mejora de la salud y de la calidad de vida", asegura Cesar Antón Beltrán, director general del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).

Así, cada año el Estado proporciona a los pensionistas, que por prescripción facultativa precisen los tratamientos que

se prestan en los balnearios y que reúnan determinados requisitos, el acceso a precios reducidos a estos establecimientos. En esta convocatoria, se han ofertado 210.500 plazas en más de 100 establecimientos repartidos por todo el país, mediante un programa que está organizado y financiado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través del Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Este año el IMSERSO contribuye a la financiación del coste de las plazas con una aportación media por plaza de 170,22 euros, oscilando su importe entre 117,47 euros y 219,33 euros, en función del tipo de turno y su mes de desarrollo.

### A tener en cuenta

El Programa de Termalismo Saludable incluye los siguientes servicios: alojamiento y manutención en régimen de pensión completa y en habitaciones dobles de uso compartido; tratamientos termales básicos con seguimiento médico y póliza colectiva de seguro turístico, no estando comprendidos los desplazamientos de los beneficiarios entre las estaciones termales y sus domicilios. Hasta el 18 de mayo se puede presentar la solicitud con prioridad en la adjudicación de plaza para los turnos de los meses de septiembre a diciembre, ambos inclusive. En cuanto a los meses anteriores, puede solicitar su inclusión en lista de espera para acceder a las posibles vacantes que vayan apareciendo.

Toda la información se puede consultar al detalle en la página web del IMSERSO ([http://www.imserso.es/imserso\\_01/envejecimiento\\_activo/index.htm](http://www.imserso.es/imserso_01/envejecimiento_activo/index.htm)) o en el Boletín Oficial del Estado del 13 de diciembre de 2014. Allí encontrará el listado com-

## La convocatoria oferta 210.500 plazas en más de 100 establecimientos repartidos por todo el país

pleto de los establecimientos incluidos este año, la duración de los turnos –entre diez y 12 noches– y el precio a pagar por el beneficiario así como el lugar, el plazo, la forma de presentación de la solicitud y el baremo o criterios para adjudicar la plaza. El teléfono de atención e información es el 901 109 899, cuyo horario de atención se extiende de lunes a viernes de 9 a 18 horas.

### Mejoras año tras año

Hay que resaltar que año tras año mejora la calidad de los establecimientos termales participantes en el programa. De hecho, para atender las crecientes demandas de calidad de la sociedad en general y de los usuarios, en particular, este año se tiene en cuenta la certificación de calidad ISO o Q de calidad turística española para la calificación de los establecimientos termales y los hoteles.

En la continua mejora de los establecimientos también ha influido la repercusión que tiene el propio programa del IMSERSO, recuerdan desde el organismo, al asegurar a los centros una demanda de plazas amplia y estable a lo largo de prácticamente todo el año, “lo que ha permitido que la iniciativa privada pudiera acometer proyectos para la mejora y modernización de las instalaciones y servicios de los balnearios en funcionamiento y apertura de nuevos centros termales. Producíendose así un impulso de la actividad y, con ello, la mejora de casi todos los establecimientos termales”, asegura Antón Beltrán. De hecho, del total de balnearios que participan en el programa, 37 se han reabierto o han modificado totalmente sus instalaciones, y en el resto de establecimientos se han realizado importantes obras aumentando la calidad de la oferta.

Pero no solamente la repercusión se centra en los propios establecimientos termales, sino que su impacto, según el director general del IMSERSO, “alcanza a potenciar el desarrollo económico de las zonas en las que se asientan los balnearios, principalmente zonas rurales, en donde son la principal actividad económica”.



## Requisitos para optar a una plaza

- Estar jubilado y tener más de 60 años, aunque cualquier persona que tenga una pensión por invalidez, siempre que pueda valerse por sí misma, puede optar a una plaza.
- Poseer un diagnóstico médico de dolencia o patología que le haga precisar el tratamiento solicitado.
- No padecer enfermedad infeccio-contagiosa alguna o alteraciones de la conducta que puedan dificultar el buen uso de las instalaciones.
- El pensionista puede ir acompañado de su cónyuge o la persona con quien conviva en relación de pareja aunque ésta no sea pensionista o no tenga necesidad de recibir tratamiento

### ¿Beneficiosos para la salud?

Los tratamientos termales, que se conocen desde la antigüedad, han demostrado su efectividad terapéutica y rehabilitadora. Algo que también constató el IMSERSO cuando promovió la realización de un estudio con objeto de cuantificar el impacto del Programa de Termalismo Social en la reducción del gasto farmacéutico ya en el año 1994. El estudio se centró en el análisis de las patologías osteoarticulares y en los medicamentos para este tipo de patologías, así como para el aparato digestivo y el sistema nervioso central. Gracias a dicho estudio se pudo constatar que los usuarios del Programa de Termalismo Saludable que acuden a los balnearios para tratarse esas patologías mostraron una reducción en el consumo de fármacos, en el periodo de seis meses posterior a la cura termal, cuantificada en un 39%.

Más recientemente, en el año 2010, la Agencia Estatal de Evaluación de las Políticas Públicas y la Calidad de los Servicios (AEVAL) realizó encuestas de las que, aunque no es posible evaluar los efectos netos del programa sobre la salud de los participantes a partir de la información aportada por ellos mismos, puede deducirse un efecto positivo tanto desde el punto de vista subjetivo, como por la evolución del consumo de servicios sanitarios después de su estancia en un balneario. Actualmente, “el IMSERSO tiene en proyecto la realización de un nuevo estudio sobre la incidencia de los tratamientos termales en la salud de los usuarios, principalmente en aquellos que refieren problemas relacionados con las patologías reumatólogicas, seguidos de las afecciones respiratorias”, promete Antón Beltrán.

Vera Castelló

## En cifras

El Programa de Termalismo Saludable genera 2.173.614 estancias en 104 balnearios en 14 comunidades autónomas, de un total de 110 balnearios en nuestro país, 14.780 empleos directos e indirectos y un impacto de actividad económica de 118 millones de euros.

Además, la aportación del IMSERSO al programa se ha incrementado cada año, incluso en los últimos ejercicios de ajustes presupuestarios, pasando de casi 4.300.000 euros en 1990, a 34.700.000 euros en 2011 y 35.870.000 euros en 2015.

Gustavo Blanco, director general de MUFACE



Gustavo Blanco reitera en esta entrevista que el concierto para 2015 mantiene los mismos requisitos de accesibilidad y calidad de acuerdos anteriores e integra todas sus especialidades –oncología, psiquiatría, cardiología, etc.– sin necesidad de copagos o fórmulas de aseguramiento complementario.

**¿Qué tiene que decir ante las diferentes informaciones y rumores aparecidos en las últimas semanas sobre una eventual desprotección de los mutualistas enfermos?**

En primer lugar, me gustaría lanzar un mensaje de tranquilidad a todo el colectivo protegido por MUFACE. No es cierto que las coberturas de la Mutualidad hayan disminuido o que no queden cubiertos algunos tratamientos, por lo que no hay situación de desprotección de los mutualistas, y mucho menos de los enfermos.

Antes al contrario. Tal y como hemos puesto de relieve en fechas recientes

ante determinadas informaciones que han venido apareciendo, la Mutualidad tiene la obligación legal de proporcionar –y así lo garantiza el concierto para 2015–, al menos, las mismas coberturas que el Sistema Nacional de Salud en el que se integra, con todas sus especialidades (oncología, psiquiatría, cardiología, etc.), y sin necesidad de copagos o fórmulas de aseguramiento complementario. Con la particularidad, con respecto del resto del sistema, de que el mutualista de MUFACE puede elegir en el mes de enero, entre los servicios públicos de salud y las entidades concertadas con MUFACE, que para 2015 son las mismas que en 2014, es decir ASISA, ADESLAS, DKV e Igualatorio de Cantabria.

**¿No existe, por tanto, ningún motivo para que mutualistas y beneficiarios puedan sentirse desprotegidos en caso de enfermedad, sea cual fuere ésta?**

No, no existe motivo para la preocupación. Los conciertos gozan de instrumentos suficientes para que la Mutualidad vele de forma activa por los dere-

**“No es cierto que las coberturas de la Mutualidad hayan disminuido o que no queden cubiertos algunos tratamientos”**

**“El Concierto 2015 garantiza plenamente que el Mutualismo Administrativo es un sistema de éxito”**

chos de los mutualistas, en aquellos casos en que pueda existir algún problema en la atención por parte de las entidades. En estos casos, los mutualistas han de dirigirse a MUFACE, bien a través de sus Servicios Provinciales u Oficinas Delegadas, por medio de la página web, o de la Oficina de Información Telefónica de Atención al mutualista. Ello es necesario para que la Mutualidad pueda actuar y aplicar con todo rigor los principios y reglas recogidos en el concierto, garantizando una asistencia de la máxima calidad a mutualistas y beneficiarios.

**¿El concierto de MUFACE para 2015 mantiene los mismos requisitos de accesibilidad de acuerdos anteriores?**

Sí, así es. El concierto 2015 mantiene los mismos requisitos de accesibilidad y calidad de conciertos precedentes, y, por tanto, se orienta a garantizar una asistencia completa e integral a los mutualistas y a sus beneficiarios. No obstante, y con la entrada en vigor del nuevo concierto para 2015, y como ha venido sucediendo en años anteriores, se han producido cambios –altas y bajas– en los

**“Quiero agradecer a todos los empleados públicos de MUFACE su profesionalidad y trabajo, gracias al que los mutualistas tienen un alto grado de satisfacción”**

medios y recursos sanitarios ofertados por las entidades concertadas. Por tanto, en algunos casos la prestación de asistencia sanitaria se proporciona a través de otros recursos distintos de los ofertados en conciertos anteriores. Pero dichos cambios no han supuesto ninguna disminución de coberturas, sino una sustitución de algunos prestadores privados de servicios sanitarios. Toda la información sobre los medios y recursos sanitarios disponibles en cada entidad, se encuentra recogida en sus respectivos catálogos provinciales, y puede consultarse bien en la web, a través de los Servicios Provinciales de MUFACE o en la entidad de adscripción elegida en el mes de enero.

**¿Qué instrumentos prevé para que la asistencia sanitaria proporcionada a los mutualistas sea integral y de calidad en los medios privados de su elección?**

El concierto 2015 prevé diversos mecanismos para tutelar y vigilar que la asistencia sanitaria a los mutualistas proporcionada por las entidades sea de calidad. Me gustaría destacar fundamentalmente tres: el primero de ellos, el sistema de reclamación del que gozan los mutualistas frente a las entidades denominado Comisión Mixta, tanto provinciales como nacional, que, con carácter previo a la vía de recurso ordinario, permite a la Mutualidad examinar y valorar las razones por las cuales ha habido algún tipo de incidencia en la asistencia sanitaria y, llegado el caso, obligar a la entidad a asumir el tratamiento o coste de que se trate.

En segundo lugar, la posibilidad de que gozan los mutualistas de cambiar de entidad o al servicio público de salud en determinados casos tasados a lo largo de todo el año, además de en el mes de enero, asegurando con ello que siempre

estarán disponibles todos los recursos públicos y privados para que los mutualistas o sus beneficiarios que estén enfermos reciban asistencia sanitaria. Y, en tercer lugar, el principio de “continuidad asistencial”. El concierto garantiza la continuidad del tratamiento a los pacientes que ya lo hubieran comenzando a recibir en aquellos recursos sanitarios que dejan de estar concertados por parte de las entidades, cuando el mutualista desee seguir siendo atendido por estos recursos, en lugar de por los nuevos recursos privados que se ofertan. Este principio garantiza dicho tratamiento, con cargo a la entidad de adscripción del mutualista, durante seis meses en caso de enfermedades graves y de hasta un año –que es el periodo de duración del concierto 2015– para el caso de enfermos oncológicos y psiquiátricos.

**¿Los mutualistas de MUFACE y sus beneficiarios tienen completamente garantizadas, al menos, las mismas coberturas que el resto del Sistema Nacional de Salud y con todas sus especialidades?**

Absolutamente sí. No es cierto que se hayan reducido coberturas, o que sea necesario un aseguramiento complementario o copago para acceder a determinados tratamientos, como se ha venido señalando en algunos medios de comunicación. No es legalmente posible. Y, desde luego, el concierto 2015, como los anteriores, tiene mecanismos reforzados de protección para pacientes con enfermedades graves, especialmente oncología y psiquiatría, porque entendemos que son las situaciones más vulnerables y que merecen una atención reforzada. De hecho, podemos afirmar que la cobertura que proporciona el concierto de este año es más amplia que la carta común de servicios del Sistema Nacional de Salud, y cuenta con particularidades que no se dan en el resto del sistema y que se orientan en este sentido: señaladamente, la libertad de elección de entidad, y, dentro del catálogo de la entidad, del médico, especialista o centro en el que el mutualista desea ser atendido.

**Y en cuanto a la entrada en vigor del concierto para 2015, ¿qué porcentaje de altas y bajas se ha producido con respecto a años anteriores?**

**“El concierto 2015, como los anteriores, tiene mecanismos reforzados de protección para pacientes con enfermedades graves, y especialmente oncología y psiquiatría”**

Los cambios ordinarios de entidad efectuados en el mes de enero se han situado en un marco de estabilidad. Este año 2015 se han producido 68.410 cambios, mientras que en 2014 se produjeron 102.042 cambios y en 2013 60.145 cambios. Y la proporción de mutualistas que escogen entidades privadas frente a los servicios públicos de salud se sitúa, de forma estable, en el entorno del 81%, por lo que podemos hablar de que el proceso de cambio del concierto 2015 se enmarca en una situación de normalidad en la gestión. Desde aquí quiero agradecer a todos los empleados públicos de MUFACE su profesionalidad y trabajo, gracias al que los mutualistas tienen un alto grado de satisfacción y los procesos de cambio y comisión mixta se desarrollan con total normalidad.

**Y para terminar, ¿qué mensaje tranquilizador puede transmitir al colectivo?**

Quiero transmitir el mensaje de que la Mutualidad está para velar por sus derechos, que el concierto 2015 garantiza plenamente. Y también que el Mutualismo Administrativo es un sistema de éxito y de futuro, con una situación económica y patrimonial saneada, querido por su colectivo protegido y que lo va a seguir siendo en los próximos años. En este sentido, más allá de mis palabras, les animo a que consulten toda la información que la Mutualidad pone a su disposición tanto en papel como en la página web y a que nos trasladen, por el medio que consideren más adecuado, o acudiendo a su Servicio Provincial u Oficina Delegada más cercana, las incidencias en la asistencia sanitaria que puedan tener, a fin de que podamos seguir mejorando las prestaciones de MUFACE.

Chus Sáez



## Convocatoria de ayudas de protección sociosanitaria 2015

Estas ayudas forman parte de diversos programas y están destinadas a facilitar la autonomía personal y la atención a personas drogodependientes, enfermos celíacos y oncológicos, entre otros.

El Boletín Oficial del Estado del pasado 3 de febrero publicaba una resolución de la Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado por la que se convocan ayudas de protección sociosanitaria durante el año 2015. Tanto la dotación presupuestaria como el número de expedientes tramitados en los últimos años demuestran que dichas ayudas de MUFACE suponen un esfuerzo constante en la atención al colectivo protegido, independientemente del ajuste presupuestario de las prestaciones sociales de

### Se han adoptado medidas organizativas y de actualización de los medios informáticos para acortar los plazos de gestión de las ayudas

la Mutualidad. Solo el pasado año MUFACE destinó casi ocho millones de euros a estos fines.

Estas ayudas sociales de la Mutualidad para 2015 contemplan los siguientes programas: autonomía personal –incluye ayudas para mantenimiento y potenciación de la capacidad residual, para eliminación de barreras arquitectónicas y para medios técnicos–; atención a enfermos psiquiátricos crónicos; atención a personas drogodependientes; estancias temporales en centros específicos durante los períodos de convalecencia con pérdida transitoria de autonomía; atención a enfermos celíacos; y atención a enfermos oncológicos. También existe un programa de prolongación de efectos de las antiguas ayudas de protección sociosanitaria, para quienes, reuniendo los requisitos de discapacidad o dependencia y económicos correspondientes, no tengan reconocido el derecho a prestaciones concedidas por el Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD).

#### Novedades

Al igual que sucedía en 2014, en la convocatoria de este año se sigue reforzando la relación entre la ayuda directa que se otorga y la capacidad económica mensual de los beneficiarios. En este sentido, se seguirán limitando las ayudas a perceptores que acrediten una capacidad económica mensual que resulte igual o inferior a cuatro veces el Indicador Público de Renta de Efectos Múltiples (IPREM) en los programas dirigidos a facilitar la autonomía personal, contribuir a los costes de estancias temporales y las ayudas a los enfermos celíacos.

También se han precisado los requisitos de la ayuda a enfermos psiquiátricos crónicos: se refuerza la no obtención de la

ayuda por no tener derecho a asistencia sanitaria para esta contingencia, y también que el informe médico sea de un facultativo independiente del centro objeto del internamiento.

Otra novedad, en el caso de los enfermos celíacos, es el requerimiento de la aportación de informe médico junto con la solicitud de la ayuda para dichos enfermos, aunque solo en el caso de no haberlo aportado en anteriores convocatorias.

Al mismo tiempo, se refuerza en esta resolución de convocatoria de 2015 la garantía de que las ayudas contempladas por el programa de prolongación de efectos de las antiguas ayudas sociosanitarias de MUFACE se otorguen únicamente en los supuestos de beneficiarios no cubiertos por el SAAD, por causa no imputable a los mismos y estrictamente durante el tiempo que tales beneficiarios no perciban ayudas del mencionado sistema. Para ello la convocatoria sigue incluyendo controles tendentes a asegurar el cumplimiento de los requisitos de los beneficiarios y modulaciones en los importes de determinadas ayudas en los casos en que varíen los requisitos por los que se concedió la ayuda inicialmente.

#### Apoyo domiciliario

Además, en la modalidad de "apoyo domiciliario" se sigue unificando su importe con la cuantía máxima de la prestación económica para cuidados en el entorno familiar regulada en la disposición transitoria décima del Real Decreto Ley 20/2012.

Igualmente, se siguen contemplando los supuestos de pago de atrasos por ayudas adicionales a la dependencia correspondientes a reconocimientos de ayudas del SAAD con efectos previos al 1 de enero de 2013. En este sentido, MUFACE seguirá manteniendo el esfuerzo de liquidar las ayudas vinculadas a los atrasos en un único pago.

Por último, al objeto de facilitar la tramitación de estas ayudas, se han dictado instrucciones internas y se han adoptado medidas organizativas y de actualización de los medios informáticos para acortar los plazos de gestión.



## Nueva aplicación de MUFACE para dispositivos móviles

La aplicación permite actualmente realizar el trámite de petición de talonarios de recetas y la descarga del documento de afiliación electrónico.

Acaba de entrar en funcionamiento la nueva aplicación gratuita MUFACE Móvil para usuarios de dispositivos móviles con sistemas operativos Android e iOS. Para poder prestar un servicio de mayor calidad y responder a las demandas de los mutualistas –solo en 2013 hubo más de un millón de solicitudes al respecto–, esta aplicación permite actualmente el trámite de petición de talonarios de recetas y la descarga del documento de afiliación electrónico.

La aplicación ha sido desarrollada para que su uso sea sencillo e intuitivo, e incluye, además, dentro de la funcionalidad de petición de talonarios, las opciones añadidas de elección de la dirección postal para la recepción del talonario,

**El único requisito previo para el uso de la aplicación es estar registrado en la sede electrónica de MUFACE**

información sobre el historial de talonarios entregados y estado de las peticiones pendientes de entrega.

La aplicación se ubica en el marco de la sede electrónica de MUFACE. El único requisito previo es estar registrado en dicha sede electrónica, en la que actualmente hay inscritos más de 250.000 mutualistas.

### Documento de afiliación

A través de la aplicación se mostrará al usuario un conjunto de imágenes. La primera de ellas es el anverso del documento de afiliación, que tendrá el mismo aspecto que el documento en soporte papel: de color amarillo y con los datos del mutualista, es decir, nombre, apellidos, NIF, número de afiliación, entidad médica y fecha de alta en la misma. En cuanto al reverso del documento de afiliación, al igual que en la tarjeta física, se mostrará la relación de beneficiarios, con su correspondiente número de afiliación, dependientes del mutualista.

Una vez que se ha accedido a la aplicación, el documento de afiliación se almacenará internamente y podrá ser mostrado durante los 30 días siguientes al acceso sin necesidad de conexión a una red móvil/Wi-Fi. Por ello, cuando se acceda a la opción de visualización de dicho documento, el usuario recibirá un aviso indicando que se va a proceder a visualizar el documento generado en la última sesión conectada.

La aplicación está disponible para los dispositivos móviles y tabletas que cuenten con alguno de los dos principales sistemas operativos: Android e iOS, y puede descargarse, desde Google Play y App Store respectivamente.



## Ayudas en los casos de parto múltiple

Las ayudas económicas en los casos de parto múltiple y asimilados, de pago único, consistirán durante 2015 en un subsidio especial y en una prestación económica.

Una vez actualizadas para este año las cuantías de las ayudas económicas en los casos de parto múltiple, van a consistir en un subsidio especial por maternidad en el caso de parto múltiple y en una prestación económica de pago único por parto múltiple, siempre de acuerdo con la normativa que adapta al ámbito de MUFACE las prescripciones dictadas para el Régimen General de la Seguridad Social. La cuantía del subsidio especial será el 100% de la base de cotización a la Mutualidad que corresponda al día del hecho causante, aplicada al periodo de seis semanas de descanso obligatorio y calculada en función del número de hijos habidos en el mismo parto o de hijos adoptados o acogidos simultáneamente a partir del segundo.

En el caso de la prestación económica de pago único por parto múltiple, consiste en el pago de cuatro, ocho o 12 veces el Salario Mínimo Interprofesional (de una cuantía de 648,60 euros al mes para 2015) mensual vigente el día del nacimiento o en la fecha de la resolución judicial de adopción según sean dos, tres o más los hijos habidos en el parto múltiple. Toda la información en: [www.muface.es](http://www.muface.es)

## Acción conjunta con los Colegios Oficiales de Farmacéuticos



## Mufarma, aplicación para la gestión de recetas

Con la entrada en vigor del nuevo concierto suscrito entre MUFACE y el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, se ha puesto en funcionamiento también Mufarma, una nueva aplicación informática que controla todo el ciclo de vida de la facturación de la receta, tanto en soporte papel como en formato electrónico, a fecha de hoy solo desplegada en Extremadura.

Mufarma ya funciona desde el pasado 10 de febrero, coincidiendo con las fechas de revisión de la facturación de enero de 2015 realizada por los 52 colegios oficiales de Farmacia (COF). La nueva aplicación parte de otra similar desarrollada por ISFAS en sus delegaciones, y aprovecha la experiencia de MUFACE en lo relativo a la receta electrónica implantada en la Comunidad de Extremadura de forma experimental. De esta forma, a partir de los datos necesarios

para la facturación, como el Nomenclátor Nacional de Medicamentos, las facturas remitidas por los COF en formato Excel y los datos grabados de las recetas remitidos telemáticamente por el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF), Mufarma se convierte en una potente aplicación que realiza todos los cálculos necesarios de comprobación, ayuda a los gestores a la revisión de recetas y control del pago mensual que se realiza a los COF.

**El volumen mensual de recetas es muy superior a los dos millones, lo que da una idea del ahorro de tiempo que supone la nueva herramienta**

### Servicios Provinciales

La funcionalidad más destacada desde el punto de vista de los Servicios Provinciales es la revisión de la muestra de recetas a considerar, tarea que hasta ahora se realizaba de forma manual. Así, mediante unos criterios de selección introducidos por el gestor, Mufarma extrae las imágenes de las recetas objeto de revisión y, al mismo tiempo, realiza los cálculos automáticamente y genera la documentación necesaria para enviar a los COF, a las Comisiones Provinciales o a la Comisión Central y a la Intervención Delegada para la aprobación del expediente de gasto.

El volumen mensual de recetas es muy superior a los dos millones, lo que da una idea del ahorro de tiempo y gestiones que supone la nueva aplicación. Teniendo en cuenta el aumento de productividad que va a significar la entrada en funcionamiento de Mufarma, se podrá revisar un número mayor de recetas sin perder en ningún momento la transparencia de las operaciones que realizan los Servicios Provinciales de la Mutualidad.



## Descuentos en Paradores

La Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado ha renovado el Acuerdo de Colaboración con Paradores de Turismo de España, S.A. por el que se aplican unas tarifas especiales al colectivo de la Mutualidad. La oferta de paradores supone un descuento de alrededor de un 5% sobre las tarifas oficiales

Las reservas sujetas a disponibilidad serán efectuadas por los beneficiarios a través de la Central de Reservas de Paradores (Tel.: 902 547 979 – Fax: 902 525 432 – E-mail: [reservas@parador.es](mailto:reservas@parador.es)) o directamente a cada parador, identificándose como afiliado o empleado de MUFACE. Recuerde que cualquier acompañante que no sea beneficiario deberá abonar la tarifa oficial en vigor en cada parador.

# PRECIOS ESPECIALES: MUTUALISTAS MUFACE

**FIBER CELLIANT**, es la última tecnología desarrollada y aplicada a los materiales de descanso. Esta tecnología introduce en las fibras micro-partículas minerales naturales que forman parte permanente de las mismas. **CELLIANT-TM**, gracias a su efecto de retención de energía, redistribuye la misma al cuerpo durante el sueño, siendo más reparador, proporcionando mayor vitalidad al despertar.

**Si su colchón no está para cambiarlo y quiere beneficiarse de las propiedades de Fiber Celliant. Le ofrecemos su Topper de 1 cm. de Viscoelástica.**



## VISCO FIBER CELLIANT

-50%



Nórdico Oxigenación



Aumenta los niveles de oxígeno en sangre.- Mejora la circulación sanguínea.- Regula la temperatura corporal.- Mejora la calidad del descanso.-Reduce el dolor y la fatiga corporal.

- Libera la electricidad estática que acumulamos durante el día. Muchas de las siguientes dolencias mejoran después de 2 o 3 días. Alivia el estrés, fatiga, cansancio, inflamaciones, artritis reumatoide, artrosis degenerativa, cefalea, dolores de espalda, etc...

## GELFRESH



Dormir en una nube

intense



VISCOFRESH

**Tejido Intense:** Compuesto por materiales con propiedades anti-humedad y anti-presión, dotado de una estructura que genera en todo momento una temperatura y ventilación óptimas, cualidades que refuerzan la identidad del colchón, un descanso agradable en un entorno adecuado al sueño. Libera del cuerpo la electricidad estática. Tejido Carbono, placa ignífuga, ideal para personas alérgicas. Cara inferior tejido 3D máxima ventilación.

**GEL-FRESH.** Núcleo Pur, con gel 100 % Natural de la flor de la Malva, el gel es el mayor avance para el descanso por sus altas prestaciones y calidad. No se endurece. Su estructura ergodinámica favorece una postura más adecuada.

**VISCO-FRESH.** Núcleo Pur, con Viscoelástica, se trata de un material que se adapta por presión-calor a todos los puntos del cuerpo, evitando así cualquier tipo de presión. Con terminación de tejido 3D para su máxima ventilación. Colchón firme y muy confortable.

VISCO - BAMBOU  
DOS CARAS 24 CM.



	COLCHÓN F. CELLIANT	TOPPER F. CELLIANT	NÓRDICO F. CELLIANT	GELFRESH 23 Cm.	VISCOFRESH 24 Cm.	VISCO BAMBOU 24 Cm.	ALMOHADAS:					
	PVP (2.015) MERCADO	50% DTO.	PVP (2.015) MERCADO	50% DTO.	PVP (2.015) MERCADO	35% DTO.	PVP (2.015) MERCADO	50% DTO.	PVP (2.015) MERCADO	35% DTO.	75/75 Cm. = 50 €	
90x180/190	1.091 €	546 €	534 €	267 €	150X220 Cm	120 €	662 €	430 €	518 €	259 €	305 €	198 €
105x180/190	1.255 €	627 €	582 €	291 €	180X220 Cm	127 €	729 €	474 €	586 €	293 €	346 €	225 €
135x180/190	1.522 €	761 €	654 €	327 €	220X220 Cm	143 €	858 €	558 €	746 €	373 €	423 €	275 €
150x180/190	1.686 €	843 €	766 €	383 €	240X220 Cm	152 €	912 €	593 €	822 €	411 €	455 €	296 €

Colchón Visco Bamou con densidad PUR: 28 Kg. (Firmeza suave, agradable y de gran adaptabilidad), con ambos acolchados especial para mayor confort. Tejido suave higiénico Aloe-tex, Absorbe la humedad, con tratamiento: Atémico, antihongos y antibacteriano. Las dos caras de 3 cm. de viscoelástica y acolchado. Máxima ventilación.

Colchón Volteable.



VISCOWASH  
LAVABLE:  
70, 75 Y 90 Cm.  
(VISCOELÁSTICA NORMAL  
TODAS LAS MEDIDAS)



**Medidas superiores: 10 % + por cada 10 cm.**  
**Para mayor higiene en el transporte, se envían enrollados al vacío.**

 **DICEP S.L.**  
Grupo Distin

Teléfono de información y Pedidos: 955.513351 [www.dicep.es](http://www.dicep.es)

(Identifíquese como Mutualista Muface), Incluidos portes e impuestos en: Península, Islas Baleares y Paises de la CEE (Andorra, Canarias, Ceuta y Melilla. Consultar)

**Facilidades de pago, si lo realiza con tarjeta 5% Dto. Sobre precio especial.**

(OFERTAS VÁLIDAS HASTA EL 31.12.2015 - EXTENSIBLE: Familiares y Amigos.)

Una etapa decisiva para el desarrollo personal y emocional



# La importancia de Educación Infantil

Es una etapa decisiva por muchas razones. De las experiencias vividas en este periodo dependerá el futuro desarrollo social y personal de niños y niñas. Es el tiempo del juego, de aprender a moverse, de comenzar a hablar, de descubrir el entorno, de adquirir autonomía y relacionarse con los demás... Y es también un momento educativo clave, porque la escolarización a edades tempranas ayuda a compensar desigualdades y previene el fracaso y el abandono escolar prematuro.

El psicopedagogo italiano Francesco Tonucci, también conocido con el seudónimo de *Frato*, lo ha dejado bien claro en multitud de artículos, entrevistas y conferencias: la escuela más importante es la de los primeros años. “A pesar de ello, los sistemas educativos siguen poniendo el énfasis en los niveles más altos”, dice el responsable del proyecto *Ciudad de los Niños*. “Los profesores más preparados, los mejor pagados y en condiciones sociales mejores son los que enseñan en la universidad o en los institutos. Si es verdad que los años decisivos de la vida son los primeros, no coincide el interés social en nuestras sociedades sobre esta etapa”.

Tonucci viene a refrendar la opinión generalizada de muchos expertos sobre la educación infantil, que se trata de un periodo fundamental para el desarrollo de niños y niñas en sus primeros años, les permite construir su personalidad, ampliar sus experiencias y favorecer su desarrollo emocional. Además, la etapa infantil contribuye decisivamente a compensar desigualdades sociales, culturales y económicas.

Y esto último se hace cada vez más palpable. Un reciente informe de la Fundación La Caixa, titulado *Aprendizaje y ciclo vital. La desigualdad de oportunidades desde la educación preescolar hasta la edad adulta*, demuestra que “la educación temprana es una etapa formativa decisiva, que influye directamente en los resultados futuros de los niños en competencias básicas, sea cual sea su origen socioeconómico”. Según sus autores, Leire Salazar y Héctor Cebolla, doctores en Sociología por la Universidad de Oxford, los hijos de las familias más desfavorecidas son los que más se benefician del acceso a una educación preescolar de calidad, que es clave para prevenir el fracaso escolar en edades más avanzadas y para mitigar la desigualdad de oportunidades educativas.

Los centros educativos españoles de primaria y secundaria no alteran las condiciones de partida que los niños traen de sus hogares, es decir, no modifican las desigualdades de origen. Para Leire Salazar “el efecto de la asistencia a la educación infantil es positivo en todos

## Este ciclo contribuye decisivamente a compensar desigualdades sociales, culturales y económicas

los alumnos, independientemente del origen socioeconómico de sus familias, pero es doblemente beneficioso entre los alumnos cuyas familias tienen menos recursos. Esto significa que es importante invertir en esta etapa, primero porque el gasto pasa a ser más redistributivo que en ciclos posteriores, y segundo porque la inversión es muy superior en términos de coste-beneficio".

### Ecuación Heckman

La cuestión puede enfocarse también desde el punto de vista macroeconómico. El norteamericano James Heckman, premio Nobel de Economía en el año 2000 y profesor de la Universidad de Chicago, asegura que "educar es rentable" y que "recibir una buena formación desde las edades más tempranas lo es aún más". Y no solo para las personas sino para la sociedad en general. La conocida como *ecuación de Heckman* sería la siguiente: *invertir* en recursos educativos y de desarrollo para las familias desfavorecidas + *desarrollar* habilidades cognitivas, aptitudes sociales y bienestar físico en niños a temprana edad –de recién nacidos hasta los cinco años es cuando más importa– + *sustentar* el desarrollo temprano con educación efectiva hasta la edad adulta = *ganar* más ciudadanos capaces, productivos y valiosos que pagan dividendos para las generaciones venideras.

La teoría del profesor Heckman, basada en estudios realizados junto a un grupo de economistas, psicólogos, estadísticos y neurocientíficos, apuesta por la educación como inversión rentable, sobre todo entre niños más desfavorecidos y en situación de riesgo. Por ejemplo, asegura que la inversión presupuestaria en esos niños previene gastos futuros en programas de educación especial y reinserción social y ahorra a las administraciones dinero en los servicios de rehabi-

## Cuidados y seguridad, pero también estímulos y exigencias

"La educación comienza con el nacimiento". Lo ha dicho en más de una ocasión el catedrático de Secundaria y filósofo José Antonio Marina, que ha dedicado a esta etapa libros como *La educación del talento*, *El cerebro infantil: la gran oportunidad* o *Los secretos de la motivación*. De estos trabajos se extrae, entre otras muchas ideas, que el bebé ha de sentirse querido, cuidado, en un ambiente bien pautado... "Necesita saber que el mundo es estable y acogedor. Y necesita adquirir unos rituales y unos hábitos, ya que eso le proporciona seguridad", apunta este docente y pensador, quien añade que también el niño o la niña tiene que ir regulando sus propias emociones, y a su nivel sabe cómo hacerlo: ante algo amenazador, por ejemplo, retira la mirada, o se chupa el dedo, o se tranquiliza con sus juguetes o con el objeto con el que duerme... "Los padres tienen que ser conscientes de que hay una edad, en torno a los 16 meses, en la que el niño ha de ir soportando cada vez mayores niveles de tensión. La ternura es fundamental, pero sin exigencia el cerebro no aprende".

El responsable de la *Universidad de padres* también ha señalado que "los maestros y padres tenemos una gran responsabilidad, porque trabajamos con niños". En una entrevista en la publicación *Aula de Infantil*, Marina clarificaba las responsabilidades de unos y otros. "Lo que hay que saber es lo que hay que educar en cada momento. La seguridad en uno mismo tiene dos etapas clarísimas: la primera, hasta los tres años, es de familia, el niño se siente acogido en un ambiente amable, y a partir del momento en el que entra en la escuela tiene que empezar a sentir que es capaz de hacer cosas. La tarea de la escuela es arreglárselas para que todo niño tenga su éxito escolar".

lización social. Y dice más: nuestro futuro económico depende de proporcionar a los ciudadanos las herramientas necesarias para el ascenso social y en esto la educación preescolar es clave. De hecho, según apunta este premio Nobel, "recibir educación en las primeras etapas no solo consiste en adquirir conocimientos, sino en desarrollar habilidades como la atención, el control de los impulsos, la persistencia o la facilidad para trabajar en equipo".

### Desarrollo afectivo y social

Dividida en dos ciclos –cero a tres y tres a seis años–, no hay que olvidar que, más allá de potenciar la equidad, esta etapa busca sobre todo el desarrollo físico, intelectual, afectivo, social y moral desde los primeros años. "Las experiencias a estas edades han de integrarse en un proceso educativo compartido por profesores y familias, en el que los niños y niñas aprendan a conocerse, sobre todo el ciclo de cero a tres años, a rela-

cionarse con los demás a través de distintas formas de expresión y comunicación, a observar y explorar su entorno natural, familiar y social, en definitiva, a alcanzar progresivamente un cierto grado de autonomía en sus actividades habituales", apunta María Asunción García, profesora de un centro madrileño de Educación Infantil y Primaria. "Junto a ello –añade–, no debe ignorarse que la escolarización temprana predispone favorablemente a los escolares hacia el ambiente del aula y previene contra el abandono prematuro en las etapas posteriores del sistema".

En los últimos años, diversas instancias internacionales y la propia Unión Europea han abogado por impulsar la progresiva integración de las políticas relativas a la infancia hacia un horizonte de mayores exigencias educativas, tanto en el plano curricular como en lo relativo a las condiciones materiales y de profesorado. Los expertos reconocen la importancia pri-

**“Los sentimientos juegan un papel importante en la vida de todo ser humano y su base se pone en los cinco, seis primeros años de la vida”**

**¿Cuáles deben ser los objetivos fundamentales de la escuela infantil? ¿Qué papel juega en el desarrollo cognitivo y de las emociones?**

Los objetivos de la escuela infantil deben centrarse sobre todo en la ayuda al desarrollo psicomotor, afectivo, social y cognitivo y lingüístico de los niños y niñas de esas edades. Estos objetivos deben ir acompañándose con las distintas edades que cubre esa etapa educativa, pues no es lo mismo un niño de tres años que otro de cinco, por poner un ejemplo. Si toda educación debe ser personalizada, más todavía durante esta etapa, ayudando a que cada niño crezca y se desarrolle de manera integral y armónica, dando muestras paulatinas de progreso, alegría y de hallarse contento. Todas las dimensiones que he señalado son importantes, pero, si cabe, durante esta etapa habría que acentuar los aspectos emocionales. Los sentimientos juegan un papel importante en la vida de todo ser humano y su base se pone en los cinco, seis primeros años de la vida.

**¿En qué medida contribuye esta etapa a compensar desigualdades sociales y prevenir futuros fracasos académicos?**

Esta etapa educativa, en la medida en que sea accesible a todos desde el principio, es compensadora de desigualdades provenientes de cualquier factor, especialmente los de tipo socioeconómico. Toda educación compensa desigualdades, la educación tiende a igualarnos como personas en cualquier momento de la vida. No puede, no debe ser, que los menos favorecidos comiencen su itinerario educativo con el hándicap de no haber tenido las oportunidades de quienes desde la más temprana edad pueden acudir a un centro de Educación Infantil. Hay desigualdades que tardan

**Luis Fernando Vélchez Martín, profesor universitario y psicólogo**



## **“Cuando hay sinergia entre la acción de padres y maestros, el niño sale beneficiado”**

en superarse, pero estoy esperanzado en relación con la fuerza de la educación y, en la mayoría de los casos, luego pueden compensarse, si las cosas se hacen bien. No caigamos en el error de decir que si un niño no ha estado en la EI de los cero a los tres años ya está “marcado” negativamente. En Psicología y Educación no valen los determinismos y las “condenas” *a priori*, aunque haya factores favorables o desfavorables en relación con un desarrollo deseable.

**Según los expertos, la inmensa mayoría de las habilidades que ponemos en práctica en nuestra vida cotidiana se basan en aprendizajes que hemos realizado en los tres primeros años de vida. ¿Es así?**

Me parece exagerado y menos riguroso decir que la mayoría de las habilidades que ponemos en práctica en nuestra vida se basan en los aprendizajes de los tres primeros años. Ya he dicho antes los

**“No caigamos en el error de decir que si un niño no ha estado en la etapa de los cero a los tres años ya está “marcado” negativamente”**

motivos. Sí puede decirse, con razón, que esos primeros años (tres, cuatro, cinco) son muy importantes, por los procesos de maduración del sistema nervioso central, que tienen que ver con el desarrollo cognitivo y emocional, pero no hasta el punto de “marcar” el futuro.

**¿Qué contenidos debe contemplar Educación Infantil para favorecer el desarrollo integral de niños y niñas?**

Los contenidos son los que recoge el currículo estandarizado de esta etapa y que es seguido, por cierto, muy bien en nuestras escuelas. Tienen que ver con las dimensiones del desarrollo antes mencionado y se llevan a cabo mediante actividades con un punto muy interesante de creatividad, espontaneidad, algo lúdico, etc.

**¿Cuál es la función de las familias en estos años? ¿Cómo pueden contribuir y complementar la labor docente?**

Familia y escuela, las dos instancias educativas fundamentales, deben colaborar en armonía, cada una desde su espacio propio, en la educación de los pequeños. Los padres y madres deben estar al tanto de lo que sus hijos hacen y aprenden en la escuela infantil, no están allí aparcados y aquello no es una “guardería”, desafortunado nombre... Cuando hay sinergia entre la acción de padres y maestros, el niño sale beneficiado. Normalmente, los padres y madres suelen implicarse más en el seguimiento de esta etapa de sus hijos que en otras etapas. Y cuando digo seguimiento no me refiero a acudir a conferencias o solo cuando son llamados... El seguimiento ha de ser continuo en todas las etapas educativas, apoyando siempre a los maestros, no juzgándolos, sino respetándolos, valorándolos y queriéndolos.



mordial que tiene el ciclo de cero a tres años para la formación de niños y niñas en las bases posteriores de comunicación, en las pautas fundamentales de convivencia y socialización, así como en el descubrimiento positivo del entorno inmediato.

“En los primeros años de vida existe una estrecha relación entre los aspectos motrices, intelectuales y emocionales”, apunta Mar Lorente, directora de la Escuela Infantil El Bosque, de Madrid. “Todas las actividades que se desarrolle influirán en los aspectos de su personalidad, generando diferentes reacciones de acuerdo con sus características: a partir de su interacción con el medio el niño desarrolla una actividad psíquica e interpersonal, y lo humano, lo material, lo físico, lo cultural y lo social actúan como agentes mediadores de interacciones que establece. A partir de esas interacciones es como niños y niñas van ajustando su acción y aproximándose al conocimiento de los demás, de su entorno y construyendo su personalidad”.

#### **Sensaciones y percepciones**

En opinión de esta profesional, un aspecto clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje es la organización de la vida cotidiana teniendo en cuenta las necesidades y ritmos biológicos y psicológicos, afectivos, emocionales y sociales, ajustándola a la particularidad de cada grupo-alumno y aula. Según apunta, el establecimiento de unas secuencias fijas de actividad le proporcionarán un sentimiento de seguridad y el reconocimiento de su persona, y día a día irán descubriendo sensaciones y percepciones del entorno. “Las formas de vivir estos momentos son fundamentales para iniciar su proceso de identidad, autonomía e independencia, imprescindible para descubrir el mundo, y sentirse perteneciente a un grupo que les

## **Etapa con identidad propia**

La Educación Infantil es una etapa “que atiende a niñas y niños desde el nacimiento hasta los seis años con la finalidad de contribuir a su desarrollo físico, afectivo, social e intelectual”, se puede leer en la web del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

La actual ley educativa en vigor, la LOMCE, ha mantenido la filosofía de la anterior norma, la LOE, en lo relativo a la etapa infantil, que se rige por el Real Decreto 1630, de 26 de diciembre de 2006. Dicha regulación señala que ésta constituye una etapa “con identidad propia que atiende a niñas y niños desde el nacimiento hasta los seis años”. Se ordena en dos ciclos: el primero comprende hasta los tres años; el segundo, que es gratuito, va desde los tres a los seis años de edad. También se dice que “teniendo carácter voluntario, este segundo ciclo se ha generalizado en toda España, de modo que en la actualidad prácticamente el 100% de los niños y niñas de tres a seis años acuden al colegio de manera gratuita”.

Su finalidad es la de contribuir al “desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y las niñas”; por lo que en ambos ciclos atiende de forma progresiva “al movimiento y los hábitos de control corporal, a las manifestaciones de la comunicación y del lenguaje, a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como al descubrimiento de las características físicas y sociales del medio”. Además, pretende que niñas y niños “elaboren una imagen de sí mismos positiva y equilibrada y adquieran autonomía personal”.

Según los datos oficiales, en el presente curso 2014-15 están matriculados en Educación Infantil en nuestro país un total de 1.837.804 alumnos, de los cuales 438.880 siguen el primer ciclo y 1.398.924 cursan el segundo ciclo. En cuanto a los colegios, hoy en España existen 8.932 centros de Infantil, de los que 4.455 son públicos y 4.477 privados. Por otro lado, en cuanto a las tasas de escolarización, actualmente están escolarizados en estos ciclos más del 52% de los niños españoles de dos años y casi el 100% de los niños de tres o más años.

## **La escuela requiere a los profesionales más preparados y entusiastas**

acoge y en definitiva para crecer”, señala Lorente, quien considera al niño como un “ser global, a través de sus manifestaciones ante lo que le rodea, en relación con él mismo, con los demás y con los objetos”.

Para acometer esta tarea, la escuela requiere a los profesionales más preparados y entusiastas, tanto técnicos especialistas en Educación Infantil de FP como maestros con la correspondiente especialidad en esta etapa, reconocida como Grado. Luis Fernando Vilchez, profesor universitario y psicólogo, que ha

sido vicedecano de la Facultad de Educación de la UCM, considera que “tanto unos como otros deben tener una formación específica, vocación, amor por los niños, personalidad equilibrada, abierta, alegre, espontánea... Así suele ser en la inmensa mayoría de nuestros educadores infantiles. Todo maestro ha de tener verdadera vocación, más si cabe el que se dedique a esta etapa”, apostilla. Aunque también están los que consideran que las universidades, en su interminable proceso de transformación, deberían preparar a los profesionales del sector para intervenir en el conjunto de la etapa –cero a seis años–, dotándoles de una formación teórico-práctica que les permita estar en cualquiera de los dos ciclos.

*Daniel Vila*

La fisioterapia ayuda a mejorar patologías agudas y crónicas, y a prevenir su aparición



## Cuando la salud está “en sus manos”

Algunas personas piensan que los fisioterapeutas son simples masajistas, pero detrás de su trabajo hay una amplia gama de especialidades que les obliga a estar siempre al día y, por supuesto, a renovar sus conocimientos. Gracias a sus habilidades muchas personas mejoran de sus dolencias agudas o crónicas y recuperan calidad de vida. Y para conseguirlo se sirven de elementos tan dispares como el calor, el frío, la luz, los estiramientos, el agua, la acupuntura o la electricidad, pero, sobre todo, de sus manos.

Quién no ha tenido que ir alguna vez a darse un masaje para aliviar una contractura o ha visto en centros sanitarios o residencias de ancianos a rehabilitadores intentando recuperar la movilidad física y mental de sus pacientes. Pero siendo éstas las actividades más conocidas relacionadas con los fisioterapeutas, apenas representan un pequeño porcentaje de lo que estos profesionales pueden hacer por nosotros.

La palabra fisioterapia viene del griego *physis* –naturaleza– y *therapéia* –terapia– y se define como una especialidad de la salud que ofrece alternativas rehabilitadoras o terapéuticas a los pacientes, pero sin emplear fármacos. Su principal objetivo es facilitar el desarrollo y máxima

**Esta especialidad es capaz de incidir sobre la salud mental de los mayores, ayudando a prevenir su deterioro cognitivo**

funcionalidad de las personas sea cuál sea su edad o patología.

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud, la fisioterapia utiliza medios físicos, ejercicio terapéutico, masoterapia y electroterapia, además de ejecutar pruebas eléctricas y manuales para determinar el alcance de las lesiones, la capacidad funcional de un individuo o controlar su evolución. Sin embargo, estos conceptos han quedado ya algo obsoletos, puesto que muchos especialistas en esta disciplina utilizan métodos invasivos con fármacos en los pacientes con dolores más rebeldes. La fisioterapia incluso es capaz de incidir sobre la salud mental de los mayores, ayudando a prevenir su deterioro cognitivo fruto de la edad o de alguna enfermedad neurodegenerativa.

Desde un punto de vista social, sus clientes-pacientes pueden tener cualquier edad y condición. Históricamente, la evolución de los homínidos precursores del *Homo sapiens* hacia la bipedestación también ha tenido repercusiones fisiológicas importantes, y una de ellas es que ser erectos nos ha llevado a sobre-cargar mucho las articulaciones del tren inferior y, sobre todo, la columna vertebral. Por eso los especialistas inciden en la importancia de movilizar las vertebras y mantener una actitud activa frente al sedentarismo.

### Riesgo de lesiones a cualquier edad

Si hablamos de la edad infantil, seguro que los fisioterapeutas y rehabilitadores tienen algo que decir acerca de la escoliosis (curvatura de la columna) y el peso de las mochilas. Si avanzamos a la edad adulta, tenemos otro gran grupo de riesgo como es el de las personas que pasan mucho tiempo sentadas delante



de un ordenador. Los fisioterapeutas también juegan un papel importante en la recuperación de la movilidad de los mayores, que se ve mermada por su edad avanzada o por patologías asociadas. Otro gran grupo de potenciales pacientes lo tienen entre los deportistas profesionales y amateurs, y las lesiones que se derivan de la práctica del deporte.

Entre todas las lesiones posibles, las que demandan más atención por parte de los fisioterapeutas son las que tienen que ver con la columna vertebral y, en concreto, con la espalda y el cuello, que casi un 90% de los adultos sufre, ha sufrido o sufrirá. El objetivo –si no hay otra enfermedad de fondo–, es evitar que estos dolores se hagan crónicos porque restan mucha calidad de vida.

#### Cada vez más invasivos

Aunque la aplicación de calor, de frío o la electroestimulación junto con el masaje siguen siendo básicas en el abordaje de muchas patologías, cada vez hay más especialistas que exploran otros territorios terapéuticos para tratar con más eficacia patologías recurrentes o agudas imposibles de abordar con los métodos tradicionales. Así que es la propia demanda de los pacientes y la agudización de sus dolencias las que llevan a la fisioterapia a utilizar métodos más agresivos para mitigar el dolor o tratar inflamaciones crónicas.

Nos referimos a lo que se denomina técnicas invasivas y que requieren, a quien quiera adentrarse en su estudio y práctica, de una superespecialización o formación posgrado universitaria y reglada, después de estudiar el grado de fisioterapia.

J. Barberá

## Ejercicios en casa para gente mayor

- Si se puede y el tiempo lo permite, caminar a paso ligero durante, al menos, 20 minutos al día.
- Si por razones climáticas u otras no podemos salir de casa, hay que comenzar por hacer ejercicios cervicales. De pie o sentados delante de un espejo o de la misma pantalla del televisor (apagado), hay que llevar la barbilla al pecho y volver a la posición inicial; llevar la oreja al hombro y llevar la barbilla al hombro, de forma lenta y parando en el centro.
- Para ejercitarse los hombros y brazos, se deben levantar y bajar los hombros, rotarlos hacia atrás; llevar la mano al techo, flexionar los codos (con o sin algo de peso); llevar la mano a la nuca y a la espalda, y abrir y cerrar las manos.
- Se puede trabajar el tronco estando sentado en una silla, sin apoyar la espalda, situando las manos en la cintura, y llevando el tronco hacia delante, hacia atrás, y de lado.
- Estando sentados, se pueden realizar ejercicios para fortalecer las piernas por ejemplo, extendiendo las rodillas, separando un pie y otro alternativamente, o levantando la rodilla dobrada, estirándola y volviendo a doblarla.
- Para ejercitarse los pies, lo indicado es levantar la punta sin mover los talones, primero juntas, y luego de forma alternada, y después hacer lo mismo con los talones, haciendo punta-talón.

## Superespecializaciones

**Acupuntura.** Milenaria técnica oriental, quizás la más conocida, que utiliza la estimulación de ciertos puntos anatómicos (los elementos más utilizados son las agujas) para aliviar patologías. Es muy utilizada en Canadá, Suecia, Reino Unido, Australia, Nueva Zelanda o Sudáfrica, pero no en España.

**Electrolisis percutánea.** Tratamiento de algunas lesiones musculares agudas y crónicas y, en concreto, del dolor miofascial. Normalmente indolora, consiste en aplicar una corriente eléctrica mediante unos finísimos electrodos. Destruyen el tejido blando enfermo y producen una inflamación necesaria para la reparación muscular sin que el tejido sano se vea afectado.

**Punción seca.** Consiste en aplicar en los puntos contracturados una punción con una aguja parecida a las que se utilizan en la acupuntura. Buenos resultados en pacientes con dolores neurales por su capacidad de neuromodulación.

**Infiltraciones.** Introducir un medicamento con una jeringa, un anestésico mezclado con un esteroide. La finalidad es generalmente tratar un proceso inflamatorio.

**Ecografía.** Nueva técnica que, en realidad, no es invasiva, ya que utiliza los ultrasonidos para localizar las zonas lesionadas pero desde fuera del cuerpo.

**Elastografía.** Parecida a la ecografía, es aún más precisa puesto que utiliza los ultrasonidos para medir la elasticidad, la consistencia y la dureza relativa de unos tejidos con respecto a otros.

**Biopuntura.** Relacionada con la medicina natural o alternativa en la que se utilizan agentes bioterapéuticos para inyectarlos, con agujas superfinas.

**Mesoterapia.** Es una técnica de medicina alternativa. Trata las zonas afectadas con microinyecciones de medicamentos de medicina convencional, homeopática, vitaminas, minerales o aminoácidos.

**Miguel Villafaina, presidente del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE)**



**“Moverse es bueno para las articulaciones, pero también para el cerebro y el corazón”**

**¿Por qué ha crecido la demanda de servicios de fisioterapia y de profesionales en España en los últimos años?**

Tanto el número de profesionales, como la demanda de sus servicios, han crecido enormemente en España y sigue en progresión. Esto está provocando una pléthora de licenciados que impide que muchos puedan encontrar empleo. Por el lado de la salud, hemos conseguido que en casi todos los centros de Atención Primaria haya servicio de fisioterapia, porque resulta de gran utilidad para unos ciudadanos que cada vez tienen más enfermedades crónicas fruto de la mayor esperanza de vida.

**¿Qué soluciones propone el CGCFE ante esta “excesiva” oferta de profesionales?**

Necesitamos una mayor especialización, y que los jóvenes se atrevan a desplazar-

se a un pueblo grande, como ya han hecho antes los médicos y los farmacéuticos. Hay que tener en cuenta que la edad media de un especialista en España es de 28 años, pero parece que el medio rural no tiene atractivo para ellos. Éste es un reto que debemos superar.

**Pero la fisioterapia es una profesión liberal, en la que el autoempleo puede resultar una buena salida, ¿no?**

Claro que sí. De hecho, un 90% de los asociados al Colegio Profesional pertenecen a este grupo, es decir, que no ejercen en el sistema público de salud y solo un 1,5% lo hace en hospitales. ¿Por qué hay tan pocas plazas en el sector público? Porque debido a la crisis económica la sanidad pública ha priorizado los servicios que presta.

**Eso quiere decir, ¿que no considera que su trabajo sea prioritario?**

Se podría decir así. La sanidad pública prioriza y piensa que el enfermo crónico puede esperar en su rehabilitación. Eso ha hecho que en el momento actual exista un decrecimiento en el número de plazas ofertadas cada año para fisioterapia hospitalaria.

**Antes hablábamos de la crisis y los efectos que ha tenido sobre la carrera profesional, pero suponemos que también ha tenido efectos para los ciudadanos... ¿Ha habido un aumento de determinadas dolencias por culpa de la situación laboral?**

Desde luego que sí. Por el paro y también por sus circunstancias personales y familiares. Somatizar los problemas es muy común y el punto débil es el cuello. Y es que la columna vertebral de los seres humanos, fruto de la evolución de la especie, ha ido perdiendo flexibilidad, y sus músculos también han perdido fuerza para sujetar las vértebras. Si a esto unimos los problemas personales y laborales que sufren muchas personas, pues tendremos los ingredientes perfectos para que aparezcan las contracturas cervicales y de espalda; contracturas que se han doblado en número de casos en los últimos años por las razones ya reseñadas.

**Parte de la pérdida de esa musculatura tiene que ver con el trabajo de oficina, ¿recomien-**

**da ir a un gimnasio o hacer ejercicios en la oficina, por ejemplo?**

La idea de apuntarse a un gimnasio me parece buena siempre que haya monitores o profesionales que nos indiquen los ejercicios más adecuados, pero, en general, me parece bien. En cuanto a la oficina, podemos tomar una serie de medidas preventivas como, por ejemplo, contar con una buena silla. Sentarse bien es otra indicación fundamental y para ello hay que poner las rodillas en ángulo recto, los antebrazos apoyados y en ángulo recto también, y la cabeza relajada (nada de coger el teléfono mientras se escribe en el teclado). El centro de la pantalla del ordenador debe estar a la altura de los ojos o un poco por debajo y los pies pegados al suelo o sobre un reposapiés y el teclado pegado al tronco. También es preciso descansar al menos siete a diez minutos repartidos durante la jornada.

**Siendo realistas, muchos empresarios no van a estar de acuerdo con que sus empleados se paseen por la oficina de cuando en cuando, por mucho que les duela el cuello...** Pues hacen mal, porque están impidiendo la prevención de lesiones en sus trabajadores. En algunos países las empresas incentivan que los trabajadores hagan ejercicio porque reduce las bajas laborales. Por ejemplo, en Gran Bretaña algunas compañías no solo tienen una cinta para que sus empleados anden, sino que pagan porque el empleado haga ejercicio en un gimnasio.

**Otro grupo de riesgo son las personas mayores, ¿cómo y cuánto ejercicio está recomendado que hagan?**

Hay que moverse. Eso está claro. No solo es bueno para las articulaciones, también para el cerebro y el corazón. Si van a dar un paseo, hay que ir un poco rápido –entre 75 a 120 pasos por minuto y durante al menos 20 minutos–, con ello se produce ventilación pulmonar, perfusión capilar y se rompen las resistencias vasculares periféricas (ayudando a controlar la tensión arterial). Y si hace sol, mejor que mejor, porque se repone la vitamina D y también se fortalece la musculatura de las piernas.

J. B

# tú & tus condiciones especiales por ser de MUFACE

En BBVA te ofrecemos una **hipoteca en condiciones especiales**, para que la casa que hayas encontrado sea tuya.

Préstamo Hipotecario  
**Euribor + 1,25 %**

Descubre más ventajas & beneficios en:  
[bbvacolectivos.com/muface](http://bbvacolectivos.com/muface)

**adelante.**

Promoción válida hasta el 31/05/2015.

A cada operación se le aplicará el último Euribor 12 meses publicado en el BOE a la fecha de contratación. Ejemplo: Tipo fijo 12 primeros meses y revisiones anuales a Euribor + 1,25 (TIN 1,55% y TAE Variable 2,07%), cuya aplicación está condicionada al mantenimiento de nómina domiciliada en BBVA. En la revisión en caso de no mantener la nómina se aplicará Euribor + 2,25% (TIN 2,55% y TAE Variable 3%). TAE's variables calculadas sobre este ejemplo: importe 100.000 €, plazo 25 años, comisión de apertura 0,5% y sobre un 80% del valor de compra. Se incluyen: intereses al 1,55% y 2,55%, resultante de adicionar el diferencial de 1,25% y 2,25% a 0,298% respectivamente. (Siendo 0,298% el Euribor 12 meses publicado en el BOE el 03-02-2015). Gastos Registro (522,72 €), gestoría (435,60 €), impuestos (1.260 €), tasación (284,35 €), seguro multirriesgo hogar (134,29€). La TAE varía en cada revisión de tipo de interés.



# El placer de comer con una boca sana

Cáceres se ha convertido en Capital Española de la Gastronomía durante 2015, un título que conceden profesionales de la hostelería y medios de comunicación para fomentar el turismo de los fogones. Y es que en las últimas décadas, todo lo que tiene que ver con la alimentación y la restauración está en alza. Nuestros chefs son galardonados en todo el mundo, proliferan las tiendas de productos *gourmet* y los restaurantes con propuestas innovadoras, y el interés por la cocina se populariza en programas de televisión. Más que nunca, la necesidad de alimentarse se ha convertido en un hábito de consumo que genera riqueza, placer y cultura. Pero para deleitarnos en la mesa es fundamental contar con una boca sana.

Gazpacho de remolacha y su tosta de anchoa en vinagreta, habas frescas, pera y cereza con yogur con jugo de manzana, nido de borraja con tomate al aceite de frambuesa y piñones con alcachofas fritas, caballa con escabeche de cebollitas y mayonesa. No se trata del menú de ningún restaurante, sino de algunos de los platos que se pueden encontrar en el libro de recetas que el Consejo General de Dentistas de España difunde en colab-

oración con cocineros de prestigio español para prevenir el cáncer oral, uno de los más severos, y, en definitiva, para inculcar lo importante que es una buena salud bucodental.

De todos es sabido que una correcta alimentación, especialmente la dieta mediterránea, junto a la práctica de hábitos saludables es fundamental para que nuestro organismo esté en forma. Para

contar con una boca sana es imprescindible, además, tener hábitos higiénicos y realizar visitas periódicas al dentista con el fin de evitar caries o cualquier otro tipo de enfermedad periodontal, es decir, de las encías, que pudiera desencadenar la pérdida de alguna pieza dental e incluso la aparición de otro tipo de problemas como el cáncer anteriormente mencionado o enfermedades vasculares, entre otras, producto de infecciones bucales como la periodontitis, más conocida como gingivitis. Y es que poseer una dentadura sana es tanto primordial para la salud como para disfrutar de la comida, sin olvidar la importancia que tiene una bella sonrisa a la hora de mostrarnos ante los demás y de mantener alta la autoestima. También para comunicarnos verbalmente, ya que muchas sílabas son labiodentales.

Por fortuna, los tratamientos dentales han experimentado en las últimas décadas importantes avances que facilitan tanto la curación como la reposición de las piezas perdidas como si nada hubiera ocurrido. Pero acudir al dentista y

**No se es consciente de los problemas que puede causar una infección periodontal, desde infartos a bebés prematuros o a una diabetes incontrolada**

mantener unos hábitos higiénicos regulares continúa siendo una práctica poco generalizada entre la población, aunque la educación, las campañas preventivas y la ampliación de los servicios en este ámbito en la sanidad pública están teniendo efectos muy positivos entre las nuevas generaciones. El 40% de los españoles sigue aún sin cepillarse dos veces al día los dientes y uno de cada dos no usa nunca la seda dental para eliminar los restos de comida. Los profesionales auguran que la caries seguirá siendo un problema en las próximas décadas si no se continúa fomentando la prevención bucodental, especialmente entre el colectivo de mayores, donde se concentra la mayoría de los problemas periodontales, derivados de la falta de recursos alimentarios, económicos, sanitarios y educativos de la época que les tocó vivir, y que, sumadas a otras patologías, serán los pacientes del futuro.

#### **El valor de los molares**

El odontólogo Santiago Martínez asegura que la falta de piezas dentales posteriores es un problema "generalizado entre los mayores y no tan mayores" como pareciera en un principio. "No solo se trata de falta de recursos para afrontar un tratamiento bucodental, aunque hoy en día las clínicas dentales dan facilidades económicas para pagar los tratamientos, sino el escaso valor que le da la gente a los molares como parte fundamental del organismo humano". Martínez, que dirige la Clínica Dental La Aldea, situada en el municipio canario de La Aldea de San Nicolás de Tolentino, añade que cuando "uno va a médico



**La pérdida de piezas se traduce en desequilibrios que afectan a las articulaciones y que pueden provocar dolores y pitidos en los oídos, e incluso problemas de digestión**

porque le duele un dedo o un ojo no le dice que se lo arranque" como ocurre cuando se va al dentista con un dolor de muelas.

El especialista explica que la pérdida de piezas se traduce en desequilibrios del aparato masticatorio que afectan a las articulaciones y que pueden provocar dolores y pitidos en los oídos, deficiencia a la hora de masticar, al sobrecargar los músculos y los dientes de un lado de la boca, e incluso problemas de digestión al no realizar una masticación completa de los alimentos que ingerimos. "Se disfruta de la comida cuando es buena, pero también cuando el individuo y el organismo no tiene que preocuparse por el mecanismo que mastica", dice. En este sentido, puntualiza que los pacientes con prótesis completa sin implantes no experimentan el sabor de los alimentos, ya que el paladar de resina bloquea las papilas gustativas, no pueden distinguir la temperatura de los alimentos e impide realizar las funciones de corte que tienen los dientes. De ahí que, por ejemplo, sea muy complicado para ellos comer pan, un simple bocadillo, una chuleta o alimentos pegajosos. Además de la frustración que genera no adaptarse a ella, bien porque no se aguante un cuerpo extraño, porque se mueve mucho si no se cuenta con puntos de sujeción o porque está mal confeccionada, sobre todo si ha sido fabricada por alguien que no es especialista en la materia. Y es que el intrusismo junto a la publicidad engañosa son algunos de los males que afectan a los profesionales de este sector de la medicina.

## **Día de la Salud Bucodental**

El 20 de marzo se celebra en todo el mundo el Día de la Salud Bucodental, una jornada que tiene como objetivo concienciar tanto a los ciudadanos como a las administraciones de lo importante que es tener una boca sana para prevenir y reducir las enfermedades bucodentales. La fecha elegida no es al azar. 20 es el número de dientes de leche que tienen los niños y también el de las piezas dentales naturales que los adultos suelen llegar a tener al final de su vida.

Guillermo Pradíes, miembro de SEPES (Sociedad Española de Prótesis Estomatológica) y director de Estomatología de la UCM



## **“No hay razón que justifique la pérdida de dientes en la vejez salvo patologías concretas”**

### **¿Qué papel cumplen dientes y muelas en la ingesta de los alimentos?**

Los dientes anteriores, es decir, los incisivos y los caninos, principalmente, tienen la función de corte de los alimentos, mientras que los premolares y los molares los trituran. Los componentes musculares de la boca, mejillas y lengua, por su parte, ayudan a preparar y a compactar los alimentos para ser deglutiados correctamente. Por último, y al mismo tiempo, las distintas sustancias químicas que forman la saliva van a lubricar el bolo alimenticio y a comenzar la propia digestión de los alimentos mediante sus enzimas específicas.

### **¿Qué enfermedades se derivan de una boca que no está en condiciones?**

Una boca con ausencias dentarias no va a ser capaz de preparar correctamente los alimentos al tamaño preciso para ser deglutiados. Por tanto, tragarlos va a ser más difícil e incluso peligroso, ya que pueden quedar atrapados en las primeras partes del tracto digestivo, que es común con el respiratorio, poniendo en compromiso la respiración del paciente. El propio estómago deberá hacer un esfuerzo extra para poder digerirlos correctamente. Está demostrado que una boca en malas condiciones puede influir incluso en la aparición de problemas de tipo cardíaco, diabetes, entre otras dolencias, y puede tener, junto con otros factores como el alcohol y el tabaco, una gran influencia en la aparición de tumores, sobre todo dentro de la propia boca. En cuanto a qué problemas de salud general pueden dar lugar a una

boca insana, existen múltiples enfermedades que tienen manifestaciones en la boca y que pueden provocar desde simples aftas o vesículas (ampollas) como una gripe o un sarampión hasta tumores relacionados, por ejemplo, con el SIDA (sarcoma de Kaposi). Otra manifestación de triste actualidad son las erosiones químicas que se pueden producir en pacientes bulímicos (vomitadores crónicos), asociados generalmente a anorexias, y que pueden llegar a destruir casi totalmente los dientes.

### **¿Se puede llegar a la vejez con la dentadura completa?**

A día de hoy, con los medios diagnósticos y terapéuticos que tenemos a nuestro alcance no existe, salvo en patologías muy concretas, razón que justifique la pérdida de dientes por causa de la vejez. Evidentemente, con el paso de los años los dientes van a sufrir un desgaste fisiológico, pero tenemos recursos tanto de prevención como de tratamiento para no perder piezas. Unos correctos hábitos de higiene así como revisiones periódicas son las mejores armas para luchar contra los dos problemas más importantes que causan la pérdida dentaria: la caries y la enfermedad periodontal. Sin embargo, existen ciertos patrones hereditarios o dietas excesivamente ricas en azúcares que pueden hacer a los pacientes más susceptibles, lo que quiere decir que tendrán que prestar todavía más atención a dichos hábitos de higiene y a las revisiones. Actualmente, debido al gran nivel de estrés que sufren

**“Una boca con ausencias dentarias no va a ser capaz de preparar correctamente los alimentos al tamaño preciso para ser deglutiados”**

algunas personas por el devenir diario, se está dando el bruxismo, un hábito involuntario de apretamiento o rechinamiento de los dientes que puede llevar a la destrucción severa de los dientes, así como a dolor muscular o de la articulación de la mandíbula.

### **¿Cuáles son las técnicas, tratamientos y materiales más novedosos?**

Aparte de la evolución constante del diseño, forma y superficie de los implantes dentales, se está trabajando en varios frentes. Por un lado, y de una manera ya muy instaurada, en el uso de materiales sustitutivos para regeneración ósea y de tejidos blandos que permitan tratar aquellos casos de déficit que no permiten la colocación directa de los implantes. La terapia con células madre es otro de los campos en los que más se está investigando y del que se espera sacar frutos realmente espectaculares en los próximos años. En el campo del diagnóstico, se está trabajando mucho con pruebas genéticas que permitan prevenir la aparición de las enfermedades bucales mediante el estudio de dicha dotación genética del paciente. También están en desarrollo distintas vacunas para la caries. Dentro del campo de la prótesis, la utilización de materiales totalmente cerámicos como el disílico del litio o el circonio para la realización de coronas o puentes está empezando a convertirse en un estándar debido a su buen comportamiento mecánico, su alta biocompatibilidad y su excelente estética. Por último, todo lo relacionado con recursos radiológicos como los tomógrafos de haz cónico junto con el desarrollo de escáneres intraorales, extraorales y faciales está permitiendo ya en algunos tratamientos el paso de una odontología manual a una odontología totalmente digital y muy poco invasiva. La guinda la están poniendo, en este sentido, todos los sistemas de procesamiento o fabricación industrial de las prótesis por fresado o directamente por impresión 3D de las mismas.



area de mayores ][ COMER CON UNA BOCA SANA

Martínez subraya que los mayores sufren otros problemas a la hora de recuperar las piezas dentales perdidas, no solo el económico, y es que muchos padecen enfermedades generales como "diabetes descompensadas, tratamientos fuertes para enfermedades sistemáticas o falta de hueso para la colocación de implantes al quitárselos hace tiempo" que dificultan la aplicación, en ocasiones, de los últimos tratamientos. Es insiste en que no se es consciente de los problemas que puede causar una infección periodontal. Desde infartos a bebés prematuros, a una diabetes incontrolada o al rechazo de un riñón trasplantado. "Salvando las distancias, una periodontitis moderada es como si tuviéramos toda la palma de la mano infectada", ilustra el odontólogo para hacer entender la lucha constante que realiza el organismo para enfrentarse a un problema bucal y la necesidad de que nos cuidemos la boca.

Lourdes S. Villacastín

## El puchero de las abuelas

Cáceres realizará en diciembre un homenaje a las abuelas que han sabido mantener y traspasar la tradición culinaria de Extremadura a las nuevas generaciones. Es uno de los múltiples actos que se organizarán en la ciudad, elegida Capital Española de la Gastronomía 2015 por un jurado compuesto por profesionales de la restauración y medios de comunicación social entre otras urbes españolas que se presentaron a la candidatura. El galardón, promovido por la Federación Española de Hostelería (FEHR) y la Federación Española de Periodistas y Escritores de Turismo (FEPET), supone una oportunidad para degustar la gran oferta gastronómica de la capital y de toda la Comunidad Autónoma además de conocer el gran patrimonio histórico, artístico y cultural que se esconde en la región. No hay que olvidar que la gastronomía es ya un reclamo turístico. Hasta el momento, las ciudades que han ostentado este título son Logroño (2012), Burgos (2013) y Vitoria (2014). La Comisión Europea se ha interesado por este proyecto para un posible desarrollo del mismo en otras zonas turísticas europeas.

## FÉNIX DIRECTO

Oferta especial para  
funcionarios

Consíguela en el teléfono exclusivo

**902 300 206**

(914 326 988 si tienes tarifa plana)

o entra en

**[fenixdirectofuncionarios.com](http://fenixdirectofuncionarios.com)**

Tu Seguro a  
**TERCEROS**  
CON ASISTENCIA EN VIAJE

desde

**114€**



desde

**200€**

Sebastián Roa, escritor



## ‘Rechazo todo límite al arte de novelar’

Después de unos años en que la moda estuvo a punto de estragar el paladar menos exigente, la novela histórica parece haber entrado en una nueva etapa, caracterizada por una producción menor de títulos pero de mayor calidad. Autores como Santiago Posteguillo o Jesús Sánchez Adalid están dignificando un género que llegó a estar demasiado manoseado. A ese grupo pertenece también Sebastián Roa, autor de títulos como *Venganza de sangre* o *La loba de al-Ándalus*. Roa, que ha ganado premios como el Hislibris al mejor autor español de novela histórica, acaba de publicar *El ejército de Dios* (Ediciones B), ambientada en el siglo XII, en un momento en el que el destino de la península ibérica estuvo en el alero.

### “El componente sustantivo de la novela es la ficción”

Algo que llama la atención en su novela es la importante documentación en que se apoya. Uno llega a pensar si no hay un historiador frustrado detrás.

Divulgar la historia es una labor imprescindible, pero la novela no puede ser un vehículo para enseñar historia. Más aún: ese afán didáctico es perjudicial para la novela porque puede corromper su componente sustantivo, que es la ficción. Me gusta documentarme y dominar el momento histórico, pero el ingrediente básico de lo que escribo es la verosimilitud, no la verdad. Si me topo con una contradicción entre un aspecto dramático y otro histórico, prevalece el primero.

La historia transcurre en la segunda mitad del siglo XII y, frente a algunos tópicos, aparece una sociedad menos oscura de lo que suele decirse, y con una libertad de costumbres, incluso para la mujer, también mayor de lo que se pueda pensar.

La Edad Media es un periodo largísimo, ignorado y sujeto a muchos estereotipos. Cientos de años en los que se desarrollaron sociedades diversas, con matizes a veces sorprendentes en lo social y en lo político, que cambiaban de forma drástica en el espacio de 100 kilómetros. Curiosamente, resulta difícil comprender la realidad geopolítica actual, al menos en nuestro entorno, sin conocer su génesis medieval. Por el mismo motivo, recurrir al oscuro medievo es socorro cuando se pretende trampear con la historia.

Hablando de la realidad geopolítica actual, no sé si es intencionado el mostrar problemas del presente. Pero es imposible no pensar en los niños que participan en las degollaciones del Ejército Islámico cuando a un niño de la novela le obligan a participar en lapidaciones. O en la eterna cuestión de la lucha entre fanatismo y tolerancia.

Los almohades del siglo XII degollaban a quienes consideraban infieles. Hoy en día, otros integristas hacen otro tanto. La fe, el amor, el miedo a la muerte, la ambición política... Hay factores actuales que ya existían hace 800 años. Analizarlos y presentarlos asepticamente es labor de



## **“Al-Ándalus está integrada en el ADN de España”**

historiadores: ellos pueden investigar relaciones de causa y efecto, aunque sin caer en el presentismo. Pero la labor del novelista, sea del género que sea, es hablar de la vida en el sentido más amplio, y eso requiere una libertad que el historiador no puede alcanzar. Rechazo todo límite al arte de novelar.

**Leonor de Castilla dice en un momento, refiriéndose a los divididos reyes cristianos, que “prefieren varios pasados distintos a un presente único”. También es difícil ahí no pensar en la actualidad. ¿Seguimos en esas?**

El pasado histórico goza de una ventaja: es muy largo. En él podemos encontrar de casi todo, bueno y malo. Si necesitas una situación pretérita para justificar una reivindicación presente, por peregrina que sea, solo tienes que ponerte a buscar. Acabarás encontrando lo que mejor te cuadre. Obvias el resto y misión cumplida.

**Otra novela suya, *La loba de al-Ándalus*, se ocupa de hechos históricos inmediatamente anteriores. ¿Tiene el propósito de hacer una serie?**

Estoy trabajando en una trilogía temática sobre la invasión almohade. Quiero decir que cada novela contiene tramas independientes y autoconclusivas, y también sus propios protagonistas. Funcionan como unidades dramáticas separadas, pese a que se ordenan de forma coherente en un periodo histórico.

**¿Qué le ha atraído de este momento histórico, quizá que la suerte de la Península no está decidida y todo pudo haber sido distinto?**

Exacto. Seguro que hay varios momentos bisagra en nuestra historia, pero éste es muy evidente. Y tan decisivo que incluso hoy notamos sus consecuencias.

**Aunque supongo que no ha querido establecer nada parecido a una equidistancia entre cristianos y musulmanes, no son pocas las semejanzas entre unos y otros: todos luchan en el nombre de Dios, las órdenes militares cristianas no son menos fanáticas que los almohades, los dos bandos persiguen su propia reconquista, etc.**

A poco que profundicemos, descubriremos

mos que la religión es solo la excusa. Como ese poquito de fulminante que inicia el fuego en los proyectiles balísticos, aunque por sí mismo sería incapaz de provocar el disparo. Es la pólvora la que ocupa la mayor parte del espacio en el cartucho y la que, activada por ese detonante, proyecta la bala asesina. Podríamos asimilar la pólvora a la ignorancia, la inestabilidad emocional, la miseria... Todo lo que es malo por sí mismo, a diferencia de Dios o de la religión.

**Al-Ándalus aparece en la novela como un sueño acosado y encerrado entre los dos poderes. ¿Fue la cultura andalusí una gran ocasión perdida para España?**

Al-Ándalus jamás se fue. Está integrada en el ADN de España. Vive en la Alhambra, en los Reales Alcázares, en topónimos y giros del lenguaje, en nuestra herencia agrícola, en el folclore, en el arte mudéjar... Incluso supuso un revulsivo. Una acción que provocó una reacción única, singular en Occidente. Somos lo que somos gracias a celtas, íberos, romanos, godos..., y, por supuesto, gracias a al-Ándalus.

**Un aspecto que llama la atención es el lenguaje. No ha querido usted jugar al lenguaje de época; al contrario, hay una curiosa modernidad en los giros y expresiones de los personajes.**

Soy un autor del siglo XXI, escribo para lectores del siglo XXI. Apruebo el uso evocador del lenguaje mientras no expulse al lector del texto, pero soy coherente: los personajes de una novela histórica sobre Roma ¿deberían hablar en latín en pro del realismo? ¿O nos limitamos a usar latinajes para designar armas, términos jurídicos y recetas culinarias? ¿Qué tal si prescindimos de todo obstáculo, dejamos que el lector suspenda su juicio y goce del momento sin tirar de glosario cada dos párrafos? Como nuestros predecesores y sucesores, usamos el lenguaje como herramienta funcional, no exclusiva, para explicar o aprehender imágenes, ideas, sentimientos que sí son exclusivos. No me interesa hacer arqueología con la literatura, ni dejar en segundo plano lo que cuento para des-

**¿Cómo ve la moda, que ha llegado a ser excesiva, de la novela histórica? ¿Le parece una buena vía para acercarse a la historia, o buscar después de leer las libros de historia, no ya novelas?**

Se ha abusado del concepto para dar cabida a otros tipos de narrativa, desde el esoterismo cátaro-templario-masónico hasta los ensayos históricos disfrazados de novelas. Es lógico si pensamos en la rentabilidad del género histórico durante los últimos años. Eso ha dado lugar a una especie híbrida que, en realidad, parece dividirse en variedades, algunas más literarias que otras y cada una con sus propios seguidores. La confusión, sin embargo, lleva a que los amantes de las biografías noveladas renieguen, por ejemplo, de las novelas de aventuras contextualizadas en el siglo XVII. Cada vez soy más partidario de olvidar ese calificativo, “histórica”, y dejarlo para los puristas de los datos históricos. La novela es novela y ha de cumplir los requisitos propios de la novela. Lo demás son etiquetas de estantería. Sirven para clasificar, pero no deben ahogar el pulso narrativo.

**Pese a todo lo que llevamos dicho, usted no es un novelista profesional en el sentido de vivir de la novela. Tiene otro trabajo muy distinto. Permitanos la pregunta: ¿qué hace un inspector de policía como usted escribiendo novelas como ésta?**

Llevo 25 años en la Policía, siempre en funciones operativas, y la mitad de ellos investigando robos con violencia y elaborando atestados. Documentarse sobre un hecho traumático y relatarlo para un juez da una experiencia a la que sumo mi desbocada imaginación y muchas ganas de jugar. Pero no me atrae la novela policiaca, sino otro tipo de historias que, de momento, me llevan al pasado.

lumbrar con mi forma de contarlo. Pretendo contar historias capaces de absorber y emocionar, a mí el primero y a mis lectores después. No convertirme en un obstáculo entre la vida que discurre en el texto y el lector que cae en ella.

Ángel Vivas



# Teresa de Jesús, una personalidad que honra a la humanidad

Las numerosas actividades, que ya han empezado, del V Centenario del nacimiento de Santa Teresa van a marcar, sin duda, este año 2015. La ocasión lo merece, dada la indiscutible importancia del personaje. Exposiciones, publicaciones, congresos, teatro, conciertos van a sucederse para acercarnos a esta figura esencial de nuestra cultura. Más allá de leyendas e imposturas, es de desear y de esperar que el centenario sirva para presentar a Teresa en toda su riqueza y su complejidad.

“El fenómeno religioso, el proceso místico, es patrimonio de la humanidad”. Lo dice el escritor y sacerdote Jesús Sánchez Adalid, autor de *Y de repente, Teresa* (Ediciones B), designada por la comisión del V Centenario de Santa Teresa la novela oficial de esta conmemoración. Lo que dice el escritor apunta a algo que, sin duda, se planteará (casi diríamos que debería plantearse) dentro de los actos que ya han empezado a tener lugar este año. Un fenómeno de doble sentido: acercar a la gente común a la santa, y ver a ésta, más acá de la santidad, como la figura interesante y compleja que es. Verla, por ejemplo, como escritora, faceta en la que fue una de las figuras más importantes del Siglo de Oro, un siglo que no se entiende sin ella. Como escribió en su día José Luis Aranguren, “Santa Teresa, aparte su santidad, es una personalidad humana tan egregia que honra a la humanidad”. Intrépida, original, diferente, rompedora, como la define Sánchez Adalid, Teresa de Jesús tiene un atractivo múltiple que nadie debería perderse. Felizmente, las ocasiones para acercarse a su vida y su obra no van a faltar en este 2015 en que se cumplen los 500 años de su nacimiento, fuera éste en Ávila o en el cercano pueblo de Gotorrendura, que sobre esto no hay acuerdo definitivo.

De pequeña, Teresa fue muy aficionada a los libros de caballerías, lo que no la volvió loca como a Alonso Quijano, pero tal vez la inculcó también un cierto afán quijotesco de enmendar entuertos. A fin de cuentas, y además del hecho de que, de pequeña, llegó a escaparse de casa para ir a tierra de infieles en busca del martirio, su empeño reformador parte de la disconformidad con el sistema que conocía.

## La obra literaria de una mística

Escritora por obediencia religiosa, por mandato de sus directores espirituales para el adoctrinamiento de sus hermanas carmelitas, toda su obra tiene ese propósito. Y en sus escritos coinciden la experiencia y la doctrina, ya que sus libros son confesionales, autobiográficos. Pero sus valores literarios son indiscutibles. Fray Luis de León, que fue el editor de sus obras, dejó sobre ellas un juicio contundente: “En la alteza de las cosas que trata, y en la delicadeza y claridad con que las trata, excede a muchos ingenios; y en la forma del

**Su vida y sus escritos constituyen una permanente defensa del derecho de la mujer a pensar por sí misma (S. Adalid)**

decir, y en la pureza y facilidad del estilo, y en la gracia y buena compostura de las palabras, y en una elegancia desafeitada que deleita en extremo, dudo yo que haya en nuestra lengua escritura que con ellos se iguale". Y hace unos años, el profesor Aranguren escribió que "el gran mérito lingüístico-literario de Santa Teresa consistió en la creación de un *habla viva*, de un *lenguaje coloquial* en el ámbito religioso". Pedro Sainz Rodríguez, en su clásico estudio sobre la mística española, sostiene que, frente a San Juan, Santa Teresa nos da en su obra la relación de la belleza positiva de las gracias místicas; tiene "el sentimiento energético de la personalidad humana". Y Aranguren distingüía el misticismo corpóreo-espiritual de Teresa de Jesús del misticismo espiritual de San Juan.

Su *Libro de la vida* es una autobiografía pionera, una confesión y, a la vez, un tratado; es el testimonio de su alma. El *Libro de las fundaciones* narra su fecunda actividad en ese terreno, en el que demostró ser una mujer de acción. El *Libro de las moradas* le parece a Sánchez Adalid el primer psicoanálisis, "un tratado espiritual en el que ella llama alma a lo que nosotros llamamos mente". En él se esfuerza por presentar un sistema de su experiencia y visiones; las siete moradas (ascéticas las tres primeras y místicas las cuatro siguientes, distingüía Sainz Rodríguez) son grados de la oración que conducen a Dios. El *Camino de perfección* contiene avisos y consejos para sus hermanas religiosas. Escribió también poesía lírico-religiosa y un comentario al *Cantar de los cantares*, además de numerosas cartas.

**Una reformadora en tiempos recios**

Santa Teresa vivió, como ella misma dijo, tiempos recios, un siglo marcado por la herejía, en el que España fue martillo de herejes, y en el que, además de herejes, pululaban visionarios y farsantes de variado pelaje. La herejía y el Gran Hermano que estaba detrás, la Inquisición, proyectaron su sombra a veces muy cerca de



ella, que llegó a ser sospechosa. Pues sospechosas eran las visiones y había precedentes preocupantes en ese terreno. (De todo eso trata la citada novela de Sánchez Adalid). Pero Teresa, amiga de letreados, "con gran intuición y destreza intelectual supo formarse un criterio firme, con el que pudo defender el ansia de verdad que la movía y no caer en peligros heréticos" (*Diccionario de literatura española e hispanoamericana*, Alianza). La salvaron de ser condenada su talento, su capacidad de explicarse, su falta de pretensiones, su sencillez, y más de una vez diríase que su ironía. ¿O no hay ironía en estas palabras: "Mucho me cuesta emplearme en escribir, cuando debería ocuparme en hilar... De esto deberían escribir otros más entendidos y no yo, que soy mujer y ruin... Como no tengo letras, podrá ser que me equivoque"?

Teresa fue buen ejemplo de algo que se ha dicho sobre los conventos, que no eran

espacios de sumisión ni improductivos, sino espacios de sabiduría y también de poder, desde los que se influyó en el pensamiento, en la sociedad, en la religiosidad, incluso en la política. "La cobertura conventual ofrecía a las mujeres unas posibilidades que la vida doméstica les restaba por principio" (Cristina Segura, *La vida escrita por las mujeres*). Allí escribió Teresa su rica obra literaria, y en sus frecuentes viajes de andariego incansable, fundó conventos y reformó la orden del Carmen adoptando la regla primitiva y acentuando el desprendimiento y la contemplación, siguiendo el precedente del cardenal Cisneros con la orden franciscana.

Un retrato de Santa Teresa no estaría completo sin una referencia a lo que hoy podemos llamar feminismo. La palabra *feminista* puede hacer pensar en un anacronismo, en una forma de proyectar sobre el pasado conceptos del siglo XX. Y, sin embargo, leyéndola, es difícil sus traerse a la impresión de que Santa Teresa lo fue de un modo evidente, aunque a la palabra le faltaran siglos para ser acuñada. "Desde el presente, su vida y sus escritos constituyen una permanente defensa del derecho de la mujer a pensar por sí misma y a tomar decisiones", ha escrito Sánchez Adalid en un epílogo de su novela, en el que también cita estas palabras de Teresa: "No aborrecisteis, Señor de mi alma, cuando andabais por el mundo, las mujeres... No basta, Señor, que nos tiene el mundo acorraladas".

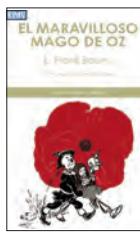
Ángel Vivas

## Exposiciones, ediciones...

Una de las grandes exposiciones del centenario es la de la Biblioteca Nacional, con el título "La prueba de mi verdad". Narra la vida de Teresa de Jesús a través de su obra literaria y reúne más de 100 piezas entre libros, pinturas, grabados y esculturas. A partir de abril, "Las Edades del Hombre", en Ávila y Alba de Tormes, estará dedicada a "Santa Teresa de Jesús, maestra de oración", centrada en su dimensión espiritual y doctrinal. En otoño, Valladolid acogerá una tercera exposición, "Cuando el Arte revela verdades místicas", sobre cómo el arte contemporáneo se ha ocupado del fenómeno de la mística. Antes, en junio, el Museo de Bellas Artes de Valencia mostrará "La huella de Teresa de Jesús en el arte valenciano".

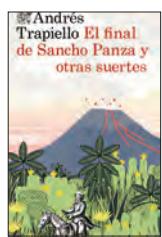
Tampoco van a faltar publicaciones. Además de la citada novela de Sánchez Adalid, Alianza publica una interesante antología, *Santa Teresa de Jesús: poesía y pensamiento*, con selección. Lumen saca el *Libro de la vida*, y una curiosa novela –*Malas palabras*, de Cristina Morales– que es algo así como el *Libro de la vida* que Teresa hubiera escrito de haber estado libre de presiones. Algaba reedita *Teresa de Ávila y la España de su tiempo*, de Joseph Pérez. La Fundación Universitaria Española ha publicado las actas del seminario *Santa Teresa al habla con el hombre de hoy*.

A.V.

**Un clásico**

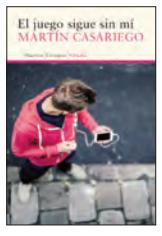
*El maravilloso mago de Oz* es uno de esos clásicos imperecederos que, como *Alicia*, *El principito* o *Gulliver*, esconden una notable sabiduría sobre la vida humana bajo una apariencia amable o inocente. Por supuesto que están dirigidos a los adultos tanto o más que a los niños. Cargado de ironía, con gusto por las paradojas como una forma de poner en la picota las apariencias, salpicado de reflexiones interesantes, sigue siendo una lectura divertida y provechosa, máxime en esta estupenda edición con ilustraciones e introducción a cargo de una especialista.

*El maravilloso mago de Oz*. L. Frank Baum. Cátedra

**Metaliteratura**

Andrés Trapiello se suma a la tradición de continuar grandes obras. Después de *Al morir don Quijote*, nos cuenta las peripécias de Sancho, el ama Quitería, la sobrina Antonia y el bachiller Sansón Carrasco. En un ejercicio metaliterario (que ya está en la obra de Cervantes), los personajes, marcados por el sentimiento de orfandad, se buscan a sí mismos en el libro; y a Sancho esa lectura le abre al mundo real. Tras los numerosos encuentros y aventuras de un relato itinerante, algo muy cervantino, se transparenta la vida del propio Cervantes.

*El final de Sancho Panza y otras suertes*. Andrés Trapiello. Destino

**Iniciación**

El amor y las etapas tempranas de la vida son asuntos recurrentes en la ya sólida e importante obra de Martín Casariego. Vuelvo a ellos en esta novela de iniciación que ganó el premio Café Gijón. Lo cierto es que el paso de la adolescencia a la madurez, que es de lo que va la novela, es un tránsito quizás único en la vida, marcado por la inseguridad y la necesidad imperiosa de tomar decisiones trascendentales. Casariego aprovecha ese material de fondo para hacer un relato que es una suerte de *thriller* existencial que se beneficia de la experiencia de guionista del autor.

*El juego sigue sin mí*. Martín Casariego. Siruela

**El artista atormentado**

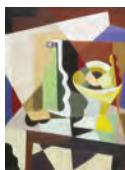
Sin duda uno de los más grandes artistas de toda la historia, Miguel Ángel, tuvo plena conciencia de serlo, lo que le hizo arrogante y le llevó a rivalizar con colegas como Rafael y, sobre todo, Leonardo. Esta minuciosa biografía nos acerca a su compleja personalidad y a su intimidad a través de sus cartas. Con el hilo conductor de sus obras, el libro muestra a un hombre tímido y arisco, adicto al trabajo, con la angustia del artista saturado de encargos (es característica la cantidad de obras que no concluyó), difícil también en su afectividad

*Miguel Ángel. Una vida épica*. Martin Gayford. Taurus

**Hombres que miran**

Como "el hombre que mira" se define al artista suizo **Alberto Giacometti** en la exposición que la **Fundación Canal** le dedica en Madrid. Formada por un centenar de obras entre esculturas y dibujos, más de la mitad de las cuales no

se han expuesto anteriormente, la muestra analiza todas las etapas creativas de Giacometti: naturalismo, cubismo, surrealismo. Etapas que tienen como denominador común una estética propia, marcada por la presencia de la figura humana y la investigación en torno a la mirada. La mirada era el alma y la esencia de la vida humana para este artista cercano al existencialismo. (Hasta el 3 de mayo).



De la penetrante capacidad de mirar de Picasso hay menos dudas aún. El Museo Picasso de Málaga expone en **"Movimientos y secuencias"** un conjunto de dibujos y grabados cubistas de su colección permanente. El propósito de la muestra es establecer un diálogo entre la obra del malagueño y la de coetáneos como Braque, Matisse, Derain, Juan Gris, Miró, García Lorca o Moreno Villa. El periodo escogido es aproximadamente el comprendido entre 1906 y 1930, es decir, el de la revolución cubista. Al hilo de esa revolución, se quiere ver cómo el fraccionamiento geométrico induce movimiento y secuenciación en la imagen representada, estimulando la percepción óptica de un espectador que deberá recomponer mentalmente dicha imagen. (Hasta el 17 de mayo).



La familia real nos mira desde el esperado cuadro de Antonio López en la exposición **"El retrato en las colecciones reales"** del Palacio de Oriente de Madrid. Es, sin duda, la estrella de la muestra. Tanto, que puede eclipsar a otras obras maestras presentes en ella. A través del hilo conductor de la representación de la monarquía española desde el siglo XV, la exposición permite ver obras importantes, algunas recién restauradas y raramente exhibidas. A destacar el retrato de Isabel la Católica de Juan de Flandes, el clásico de Felipe II de Antonio Moro, el de Juan José de Austria de Ribera, el de Alfonso XIII de Sorolla, o el de Juan Carlos I de Dalí. (Hasta el 19 de abril).



La mirada que el Equipo Crónica dirigió a la realidad de su tiempo fue crítica e irónica sin dejar de ser artística. Es el valor artístico de sus obras, inscritas en el pop y la nueva figuración, lo que les ha hecho permanecer por encima de la coyuntura en que fueron realizadas. Así, más de 30 años después de su disolución, el **Equipo Crónica sigue interesando**. El Museo de Bellas Artes de Bilbao presenta la retrospectiva más amplia dedicada a estos artistas: 146 obras entre pinturas, esculturas, dibujos, carteles, grabados y documentación diversa. (Hasta el 18 de mayo).

“Yo confío en **Asisa**  
porque reinvierte  
en nuestra salud.

¿No te parece  
una buena razón?”



En **Asisa** reinvertimos nuestros beneficios  
en más servicios para nuestros asegurados.

- 10.981.869 consultas a especialistas
- 942.793 urgencias hospitalarias
- 11.639 partos asistidos
- 5.044.646 pruebas diagnósticas
- 245.451 intervenciones quirúrgicas
- 155.016 ingresos hospitalarios
- 348.294 consultas odontológicas

**asisa.es**  
**901 10 10 10**

**asisa** 

Nuestro beneficio es tu salud

# tú & tus condiciones especiales por ser de MUFACE

En BBVA te ofrecemos la financiación que necesitas para la reforma de tu casa, el coche nuevo, los estudios de tus hijos o cualquier proyecto que quieras emprender.

Préstamo Interés Variable  
**Euribor + 4%**

Descubre más ventajas & beneficios en  
[bbvacolectivos.com/muface](http://bbvacolectivos.com/muface)

**adelante.**

Validez hasta 31/05/2015. Promoción para préstamos con nómina domiciliada igual o superior a 600 € y Seguro de Protección de Pagos BBVA, manteniendo ambos requisitos toda la vigencia del contrato. Financiación sujeta a aprobación por BBVA. Ejemplo para importe de 20.000 € a 60 meses y edad 35: TIN 4,30%/TAE 6,64%. TAE calculada considerando el valor de ref. interbancaria a un año "Euribor" publicado en el BOE del 03/02/15 (0,298%) y suponiéndolo invariable mientras dure el préstamo. El seguro será una prima única financiada de: 658,67 €. Importe total adeudado: 23.301,33 €; Cuota Mensual 371,04 €. Mismo ejemplo, sin mantener ambos requisitos toda la vigencia del contrato: TIN 7,30%/TAE 8,34%. TAE calculada considerando el valor de ref. interbancaria a un año "Euribor" del ejemplo anterior. Importe total adeudado: 24.311,65 €; Cuota Mensual: 398,86 €. En ambos casos: comisión de apertura 1%, (mínimo 90 €), cancelación anticipada total o parcial siempre que el plazo que quede no supere los doce meses: 0,50%. Resto: 1%, mantenimiento anual cuenta 36 €. Aseguradora: BBVASEGUROS, S.A., de Seguros y Reaseguros, inscrita en el Reg. de la DGSFP con la clave C-502. Mediador: BBVA MEDIACIÓN, OPERADOR DE BANCA-SEGUROS VINCULADO, S.A. inscrita en el Reg. Adm. Especial de Mediadores de Seguros de la DGSFP con la clave OV-0060. Concertado Seguro de Responsabilidad Civil y con capacidad financiera.



**SegurCaixa Adeslas**

902 200 200

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

Protegemos la salud  
de lo que más te importa.

Y disfruta de hasta

**1.000 €** de regalo<sup>1</sup>.



**SegurCaixa Adeslas**

Oferta Especial  
**Funcionarios MUFACE**

En SegurCaixa Adeslas somos expertos en proteger tu salud, y con la misma experiencia, cuidado y profesionalidad queremos proteger todos los ámbitos de tu vida con la más completa gama de seguros para que disfrutes de la máxima tranquilidad.

## Protegemos la salud de tu coche

### SegurCaixa Auto Selección

Sea como sea tu coche y vayas donde vayas con él, necesitas la máxima protección. Con SegurCaixa Auto Selección te ofrecemos una cobertura completa y flexible con la que puedes gestionar todo de manera eficaz y ágil.

- **Libre elección de taller**, incluido el del propio concesionario de la marca.
- **Accesorios de serie u opcionales** del fabricante incluidos, sin coste adicional en la prima.
- Compromiso de **asistencia en carretera en menos de 1 hora**, a través de un teléfono gratuito, y completa asistencia con cobertura en cualquier vía, incluidas las pistas rurales y forestales.

## Protegemos la salud de tu hogar

### SegurCaixa Hogar y SegurCaixa Hogar Completo

En casa tienes todo lo que más te importa. Y ya sea de alquiler o de propiedad, con nuestros seguros del hogar, tus bienes personales están protegidos gracias a la cobertura integral de la vivienda.

Te ofrecemos diferentes modalidades, **SegurCaixa Hogar** y **SegurCaixa Hogar Completo**, que te proporcionan el servicio y la rapidez que necesitas.

- Contratación **sencilla y ágil**.
- Asistencia en el hogar las **24 horas** del día, todos los días del año.
- Daños por agua en tuberías empotradas y vistas.
- Cobertura de daños producidos a terceros.
- Sustitución de la cerradura principal en caso de sustracción de las llaves.
- Amplio servicio de **protección jurídica**.

## Protección en todos tus imprevistos

### SegurCaixa Accidentes Completo

Siente tranquilo y seguro en todo momento. Dispones de una amplia cobertura en caso de fallecimiento o invalidez absoluta y permanente a causa de un accidente en el ámbito profesional o personal.

Además, puedes escoger la forma de pago que mejor se adapte a tus necesidades: mensual, trimestral, semestral o anual.

## Y en los momentos más delicados

### Todo previsto Decesos

Estamos a tu lado en las situaciones más difíciles para que no tengas que ocuparte de nada.

Ponemos a tu disposición toda la ayuda que necesites las 24 h del día, para apoyar a toda la familia en los aspectos emocionales causados por la pérdida de un ser querido.

En SegurCaixa nos encargamos de todo lo necesario para este momento tan delicado:

- **Servicio fúnebre** hasta el límite del capital asegurado.
- **Trámites de gestoría** y obtención de **documentos**.
- **Orientación legal** y gestoría en decesos.
- **Traslado** nacional e internacional del fallecido.

## Contrata todos tus seguros con SegurCaixaAdeslas y llévate hasta 1.000 €<sup>1</sup>.

Ahora, con SegurCaixa Adeslas, por cada asegurado o póliza que contrates, obtienes 50 € de regalo. Además, si son de gamas diferentes, multiplicarás tu regalo y podrás llevarte hasta 1.000 €.

### 1. Regalo de 50 € por cada póliza o asegurado

 Salud
 Auto
 Hogar
 Accidentes/Decesos

### 2. Multiplica tu regalo por cuantas más categorías contrates

1 categoría ➔ x1
2 categorías ➔ x2
3 categorías ➔ x3
4 categorías ➔ x4

### 3. Y, además, si ya eres cliente Adeslas de Salud o Dental:

**50 €**  
adicionales

1. Promoción válida para nuevas contrataciones realizadas entre el 1-3-2015 y el 31-5-2015. Consulta las bases de esta campaña en [www.segurcaixaadeslas.es/masseguros](http://www.segurcaixaadeslas.es/masseguros). Información sujeta a las condiciones de suscripción y contratación.

Oferta exclusiva\* para ti y tus familiares  
directos por ser **Funcionario**



¡Contrátalo ya!

902 108 609

Z  
ZURICH®

HASTA



ZURICH®

# UN GRAN SEGURO, CON UN GRAN AHORRO: ¡hasta 5 meses gratis!\*



## Ventajas Zurich Auto<sup>(1)</sup>



### Ahorro:

- Bonificación de hasta el 55% por ser buen conductor.
- Flexi Franquicia: disfrutarás de un 10% de reducción anual de tu franquicia (hasta un mínimo de 180 €), si no declaras siniestros.



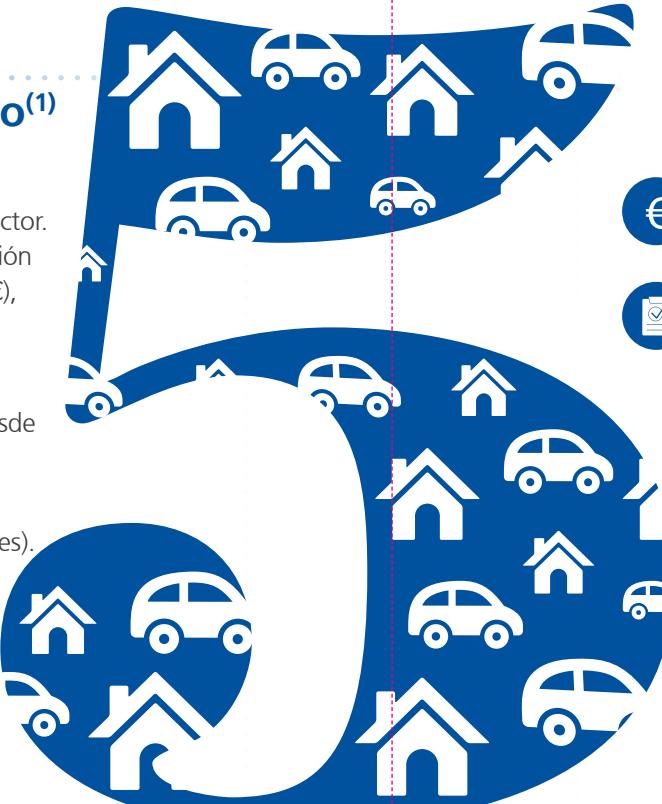
### Coberturas y servicios a tu medida:

- Valor a nuevo de tu coche los 2 primeros años desde la primera matrícula.
- Servicio de recurso de multas.
- Te cubrimos los asientos infantiles (sillas o alzadores).
- Una red de más de 800 talleres colaboradores a los que acudir.



### Asistencia de confianza:

- Asistencia en carretera las 24 h, desde el km 0, en toda Europa.
- Si pinchas una rueda, te la cambiamos por la de repuesto. Y si te quedas sin combustible, te acercamos a la gasolinera más cercana.
- Envío de servicio de grúa en menos de 60 minutos. De no ser así, te abonamos 60 €.<sup>(2)</sup>



## Ventajas Zurich Hogar<sup>(1)</sup>



### Ahorro:

- Te enviamos un técnico a domicilio sin costes de desplazamiento.



### Coberturas y servicios a tu medida:

- Te cubrimos los daños por agua, daños estéticos y eléctricos.
- Responsabilidad Civil como cabeza de familia por los actos u comisiones cometidos por tus hijos.
- Servicio de Asistencia Informática sin ningún coste adicional:
  - Apto para PC, Mac, PDA, vídeos y cámaras digitales.
  - Asistencia informática *online* y a domicilio.
  - Copia de seguridad de hasta 15GB de capacidad, y reparación del disco duro.
  - Recuperación de datos.

¡Servicio valorado en más de  
**2.000 €!**<sup>(3)</sup>



### Asistencia de confianza:

- Te mandamos un cerrajero urgente y reponemos las llaves, en caso de robo o pérdida.

Contrata tu seguro de auto u hogar y ahórrate, durante todo el 2015, 3 meses.

Y si no tienes ningún siniestro el primer año, ¡disfrutarás de 2 meses gratis al renovar!

**¡Llama ya al 902 108 609!**

\*Promoción válida para las nuevas pólizas de AUTO (exclusivamente turismos o furgonetas de uso particular) con la modalidad de Terceros Completos (Terceros + robo + lunas + incendio) o Todo Riesgo con Franquicia, pago anual y el tomador, conductor y/o propietario con al menos 5 años de carné, y HOGAR con las coberturas de continente y contenido, pago anual y que sean emitidas entre el 1 de septiembre de 2014 y el 31 de diciembre de 2015, ambos inclusive y con fecha de efecto (entrada en vigor) desde el 1 de septiembre de 2014 hasta el 31 de diciembre de 2015, ambos inclusive. En la contratación quedan excluidos de la promoción los reemplazos, es decir, los riesgos ya asegurados con Zurich Seguros en cualquiera de sus Canales de distribución. Promoción no acumulable a otras promociones y/o descuentos. Mecánica: Se devolverá al cliente el importe equivalente a 3 meses de prima del seguro contratado en el momento de la contratación y sólo si el cliente no declara ningún siniestro (cualquier suceso amparado en la póliza de seguros) en el primer año, se le devolverán otros dos meses de la prima del seguro contratado en el momento de la primera renovación. Los clientes que no cumplen este requisito sólo tendrán derecho a 3 meses gratis. La devolución se realizará mediante transferencia bancaria al cliente en un plazo máximo de 45 días desde la fecha de recibo liquidado. Para contratar y participar en la promoción llama al 902 108 609. Producto intermediado por Intermediarios Asociados Dos Mil S.L. (Agencia Vinculada) con domicilio social en Madrid, Calle San Mateo 30 e inscrita en el Registro de mediadores de la DGS bajo número AJ0012. Estos productos pertenecen a Zurich Insurance plc, Sucursal en España. 1. Compromisos y coberturas supeditadas a las condiciones generales y particulares de su póliza. 2. Compromiso económico válido en España hasta el 31/12/2015. Plazo de reclamación: 1 mes desde la avería. Excluidas causas de fuerza mayor. Solo vehículos con PMA menor a 3.500kg. Ver [www.zurich.es](http://www.zurich.es) para detalles y productos incluidos. 3. Valoración media de mercado del Servicio de Asistencia Informática para particulares. Este servicio lo ofrece Actualize S.L. para los clientes de Zurich Hogar. Consulte las condiciones de uso de este servicio en [www.actualize.es](http://www.actualize.es). Zurich se reserva el derecho de modificar o cancelar el servicio pactado con Actualize S.L.