

ENCUENTROS

DICIEMBRE 2021

68



Despertar del sueño / Barlés



LO CIRCULAR: ECONOMÍA Y RESPETO AL SER VIVO

Los tiempos cambian. Y es bueno que no sean inmutables aunque turbe percibir cómo lo que antes era positivo ahora simula no serlo, o pase a ser directamente negativo sin apenas un discurso suficientemente coherente para que sin reparo mínimo se valoren las consecuencias que esto conlleva. Uno se pregunta si todo se pensó deliberadamente en hacerse mal desde el principio, o no existieron ojeadores de un futuro incierto para tomar medidas ajustadas. Probablemente no se leyó a Gracián cuando escribió: “*El primer paso de la ignorancia es presumir de saber*”... Los momentos vitales, sean positivos o no, son efímeros, y estar pensando constantemente en ello, prólogo de una neurosis inquietante, sí, pero otear otros mundos en éste, una necesidad a la que parece no se ha meditado siquiera por quienes debieran. Ciencia ficción, universos paralelos, utópicos o distópicos, fueron emergentes y rápidamente arrinconados por no ser imaginables en un momento concreto. Los gabinetes de crisis se explayaron en sus consecuencias y siempre hubo alguien superior que los encerró en la desmemoria. Y todos sabemos las consecuencias de no actuar a futuro, con tiempo. “Todo lo que alguien imagine se podrá hacer realidad en veinte o treinta años”, dijo un respetado *científicólogo*, si se me permite el neologismo, y cuya frase está impresa en casi todas las facultades de ingeniería del mundo. Su mente imaginaba, irrealidades en su momento, pero verdaderas hoy en día... Por si a alguien le interesa, se llamaba Julio Verne.

Y es que palabras como *catástrofe* acompañan cada vez más a nuestros actos. Hace solamente una decena de años, se desconocía qué era la tan cacareada hoy “economía circular”, un modelo de producción y consumo que implica compartir, alquilar, reutilizar, reparar, renovar y reciclar productos existentes todas las veces que sea posible para crear un valor añadido al humano. De esta forma, el ciclo de vida de los productos se extiende. La noción de circularidad tiene importantes orígenes históricos y filosóficos, pues la idea de retroalimentación y de ciclos en sistemas en el mundo real es antigua. Durante los últimos siglos (sobre todo desde el siglo XVII, con la Revolución Científica de Galileo, Descartes y Newton) los occidentales pensaron que la naturaleza es algo sin vida y por tanto, no merecía ninguna consideración especial (por ejemplo, a partir de Descartes la ciencia supuso que los animales eran simples máquinas y que sus gritos no eran una expresión de sufrimiento sino el simple ruido de un mecanismo mal ajustado). Así pues, nos hemos acostumbrado a ver la naturaleza como algo que estaba totalmente a nuestra disposición: un almacén del cuál extraer materias primas y un vertedero ilimitado donde alojar nuestros residuos. Pero desde hace unas décadas, una serie de acontecimientos que se ha dado en llamar “crisis ecológica” nos han demostrado que no podemos mantener por más tiempo esta actitud. Son ya demasiadas “crisis ecológicas” para pensar que pueden quedar más aún para arrepentirnos sin consecuencias irreversibles... Habida cuenta los avances recientes, las tecnologías digitales

pugnan por detener el poder de apoyar la transición hacia esa retroalimentación lo más constante posible mediante el aumento radical de la virtualización, desmaterialización, transparencia e inteligencia generada por ciclos de retroalimentación. Y es que no todo lo que preveía ser bueno, lo sería, lo será. Realmente, aquella prenda que primero fue de uso solamente festivo, luego diario, más tarde llevada por la casa y acabó con los años siendo el trapo que servía para limpiar los cristales debió ser lo que hoy se llama economía circular...

El actual modelo económico lineal basado en “tomar-hacer-desechar” ha resultado ser despilfarrador, extractivista, patrón de la ansiedad del despilfarro y responsable en gran medida del cambio climático y el agotamiento de los recursos. En este sentido, si queremos alcanzar los *Objetivos de Desarrollo Sostenible* y los compromisos de emisiones de gases de efecto invernadero bajo el Acuerdo de París, **se debe adoptar un nuevo modelo económico que implique tanto a las economías saneadas y líderes de mercado mundial, como las que están depauperadas y en el inframundo de la adquisición de calidad.** Evidentemente, esto es tarea de todos los países del mundo. De nada sirve que unos persistan en su agonía, otros se esmeren hipotecando su futuro y el de sus descendientes, y terceros sigan engordando su cuenta de resultados sin preocuparse para nada el mañana. Hoy, lamentablemente, solo el necio niega la realidad del cambio climático y sus consecuencias. Decía Confucio: “No son las malas hierbas las que ahogan la buena semilla, sino más bien la negligencia del campesino”. Ser indolentes es un lujo que no nos podemos permitir más. ¿De qué ha servido la reunión de los G 20 de hace unas semanas si los que más contaminan no estuvieron presentes...?, ¿saben sus gobernados el flaco favor que hacen sus decisiones...?, ¿debemos seguir engordando su poder...?

Somos, todos, renovables, distintos, pero muy similares en lo esencial. Un distanciamiento físico o mental nos avisa qué podemos optimizar, perfeccionar o corregir. Es ahora, en estas fechas que desde hace un par de años no son iguales a las que fueron, son peores, sí, se admita sin que por ello debamos caer en una profunda depresión. Maduremos y aceptemos esa nostalgia que habita con más intensidad en nuestro interior, cuando a pesar de los pesares, lo llamado “circular” se hace presente y empuja a esa reflexión inherente al humano y le proyecta a nuevos desarrollos sin olvidar los errores cometidos por el camino. Es tiempo de conjunción, no de disyunción, y probablemente este sea el momento más oportuno porque con su **Natividad, Él**, que nació pobre supo valorar lo que no tenía, impulsó un movimiento de cultura a la vida, y la vida es siempre muy simple, diría el sabio, aunque nos obstinamos en que sea muy complicada. Y si lo hacemos bien, todos, otros nos imitarán y seremos más para convencer a esos negacionistas de la realidad, los seguidores del efecto mariposa. **¡Feliz Navidad a todos!**

Usted, al ser Consejera Provincial de Identidad Hospitalaria, ¿cómo observa que ha cambiado la visión de la congregación a lo largo de su trayectoria en ella?

Nacimos en la Iglesia como una congregación femenina para el servicio de las mujeres que sufrían una doble marginación social, por ser mujeres y por padecer sufrimiento psíquico. Durante años nuestros centros acogían solamente mujeres, y nuestra vida religiosa estaba marcada por un estilo de vida más convencional, a pesar de ser una congregación con tinte apostólico. El concilio Vaticano II trajo aire fresco a la Iglesia y se produjo un cambio significativo dentro de la vida religiosa, en el que nosotras nos vimos envueltas. Entre otros cambios señalaré: el impulso por la formación y preparación de las hermanas, la apertura a nuevos estilos de vida y misión compartida con los colaboradores, la expansión de la congregación en Europa y en otros continentes. En unos años podemos hablar de una congregación multicolor que está presente allí donde el dolor y el sufrimiento de la persona con discapacidad psíquica, enfermedad mental y otras dolencias se hacen más patentes. Y esto sin distinción de sexo o raza.

Hoy estamos en un cambio de época significativo que nos hace vibrar a ritmos desacompañados. La vida en las sociedades más desarrolladas ha dado un vuelco, un giro de 360° y esto, a una congregación como la nuestra, inserta en la propia realidad de una sociedad como la actual, al menos en España, le ha llevado a tomar postura y adaptarse a los cambios acelerados para seguir siendo referente de hospitalidad en un mundo inhóspito, que descarta y margina a los más débiles e indefensos, las personas menos productivas según la cultura imperante en este momento.

¿Qué herramientas se usan para que la ciudadanía siga confiando en Hermanas Hospitalarias, en su carisma identitario?

No me atrevería a hablar de herramientas, lo nuestro es “vocación de servicio desinteresado y alegre” en el cuidado a las personas con sufrimiento psíquico y otras patologías en el ámbito de la salud mental, discapacidad intelectual y otras limitaciones, especialmente a las más necesitadas. Y todo ello desde una visión cristiana y holística, ofreciendo a la persona el amor compasivo, la atención solícita y el cuidado humanizador al estilo de Jesús, buen samaritano que se acerca a la persona, le sana las heridas, le conforta en su dolor, le devuelve la salud y le restablece en su dignidad. La *hospitalidad* es nuestro gran valor, la señal de identidad que nos define. Mediante ella, nuestros centros se convierten en lugares acogedores, son casa, hogar donde la persona encuentra el calor de familia, al mismo tiempo que recibe la rehabilitación y los tratamientos necesarios para su recuperación y sanación.



HERMANA ROSARIO IRANZO

2.ª CONSEJERA DE LA PROVINCIA DE ESPAÑA
Y RESPONSABLE DE IDENTIDAD HOSPITALARIA

En nuestro servicio hospitalario conjugamos el binomio *ciencia y caridad* apostando seriamente por la profesionalización y actualización de nuestros colaboradores y centros, siguiendo las directrices de nuestro fundador Benito Menni. Y desde nuestra identidad de hermanas hospitalarias nos insertamos en la Iglesia local siendo presencia samaritana en el mundo del sufrimiento psíquico.

Se trabaja mucho la empatía frente a aquel paternalismo que nos calificó a todos los sanitarios de cualquier ambiente en el siglo pasado; ¿cree que fue complicado el aprender a ponerse en el lugar del paciente?

Si me permite el comentario, nosotras las hermanas, siempre nos hemos sentido como madres para los enfermos. Es el legado que nuestra fundadora María Josefa Recio nos dejó en su testamento: “*Sed para ellas como verdaderas madres*”. Esto nos está hablando de preocupación y cuidado exquisito, de cercanía y acompañamiento, de amor entregado a la persona. Son características o gestos que definen bien a una hermana hospitalaria, y a mi modo de ver, creo que no podemos confundirlo con un cierto “maternalismo” que lleva a la proyección excesiva e impide a la persona ser ella misma. Ahora bien, para el profesional

de la salud este tema no es banal, nos exige estar muy atentos en nuestro modo de cuidar, de estar cerca sin invadir el mundo del enfermo, reconocer su autonomía dejando que sea él el propio protagonista de su vida, de su historia. No se hace fácil en un campo como el nuestro donde los derechos de los enfermos están tan vulnerados. Por eso, la práctica de la hospitalidad nos exige equilibrios, nos pide meternos en las zapatillas del otro sin violentar, asaltar, dominar, etc. siempre desde el respeto a su dignidad de persona. Un aprendizaje que no tiene tregua y conlleva la aplicación de los principios de la bioética en nuestras actuaciones: autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia. La realidad hoy es que nuestro modelo asistencial nos enfoca a trabajar con el objetivo de que nuestros usuarios recuperen su proyecto de vida. Vamos hacia un modelo más comunitario y esto nos pide apertura a nuevas formas de ejercer hoy la hospitalidad con las personas a las que atendemos.

Usted trabajó mucho como lo que es, enfermera (especialista en salud mental); más tarde, en responsabilidades más específicas de gobierno, pero siempre cercana al enfermo, ¿ha notado cambios en el acercamiento del paciente a un centro sanitario dirigido por religiosas? ➔



→ Parafraseando a san Pablo: "Son tantos los que presumen de títulos humanos, que también yo voy a presumir". Sí, son muchos años de andadura hospitalaria en diferentes casas y lugares donde la congregación está presente. Muchas también las experiencias vividas que guardo con agradecimiento y que me han ayudado a crecer como persona, como profesional y como religiosa. Para mí el enfermo es la razón, la fuerza motriz, porque en su persona veo encarnada la imagen de Jesús a quien sigo y sirvo en sus preferidos. Desde ahí tiene sentido todo cuanto hago, ya sea en la atención directa o en otros servicios, como es el actual. Toda la vida en función de ellos. Respondiendo, en una sociedad laicista que vive al margen de los valores religiosos, son muchas las familias que aun hoy depositan su confianza en instituciones religiosas como la nuestra, cuando se trata de solicitar ayuda en la atención y cuidado del enfermo. En Hermanas hospitalarias el valor de la hospitalidad impregna las actitudes de quienes la practicamos, conforma nuestro modo de ser y hacer profesional y marca las obras de nuestra Institución, como señala el Marco de Identidad. Desde aquí, nuestra misión de servicio está determinada por el sentido genuino del origen de nuestra Obra, legado de nuestros fundadores, que hace que la persona atendida ocupe la centralidad de nuestra organización y todo y todos estemos en función de ella; nuestra finalidad es la atención y el cuidado. Los usuarios y familias perciben este trato preferente en nuestro hacer hospitalario a través del trato delicado y respetuoso y de tantos gestos de cercanía, ternura, interés, entrega y profesionalidad.

Cuidar es en nuestro ambiente tan importante como curar porque evita que el paciente recaiga o se cronifique, ¿puede considerarse que debería ser más reconocido este verbo en el ambiente sanitario y sociosanitario?

Como bien dice, para nosotros curar y cuidar es un binomio inseparable. No siempre se puede curar, algunas patologías son resistentes, otras dejan secuelas de por vida, aunque ciertamente en otras muchas sí disponemos de conocimientos suficientes como para poder reestablecer la salud completamente. Lo nuestro es hacerlo siempre cuidando a la persona que está en una situación de vulnerabilidad. Cuidar es un elemento irrenunciable en nuestro modo de relacionarnos con la persona enferma o con alguna discapacidad. Y esto cobra una especial relevancia cuando no es posible curar, como ocurre en el final de la vida. Hemos de aprender a ser "ángeles del Señor al lado del lecho del dolor".

Nuestro fundador, Benito Menni, en las cartas que dirigía a las hermanas resaltaba la necesidad del cuidado: a las enfermas atendidas, pero también entre nosotras, como comunidad hospitalaria; en la carta 373 decía a una hermana: "deseo y te encargo que te dejes cuidar". Hoy

este consejo podría ser aplicable a todas las personas que trabajamos en Misión compartida en las Obras hospitalarias: cuidémonos unos a otros y dejémonos cuidar y así podremos construir ambientes más sanos y sanantes.

¿Cómo cree que puede influir en la sociedad la ley de eutanasia recientemente aprobada?

Es un tema altamente preocupante. Se nos está introduciendo de manera casi subliminal la cultura de tolerancia cero a cualquier tipo de sufrimiento. Y no olvidemos que el sufrimiento es inherente en la vida del ser humano, pues constitutivamente la persona es frágil, y esto tiene muchas implicaciones en el posicionamiento que nuestra sociedad va tomando ante la vulnerabilidad como algo a descartar. Nuestra posición desde siempre ha sido defender la cultura de la vida, encontrar sentido vital dentro de la fragilidad, la vulnerabilidad e incluso el sufrimiento. Con esto no quiero decir ni mucho menos que sea bueno sufrir, para nada. Hemos de intentar evitar el sufrimiento y hoy contamos con tecnología y farmacología experimentada que ayuda a afrontar con dignidad estas situaciones. *Lo importante sería desarrollar una buena cultura de los cuidados paliativos. En este sentido quiero hacer referencia al documento de posicionamiento que se ha elaborado desde Provincia con los Comités de ética asistenciales de nuestros centros.*

Hemos de ayudar a las personas a que encuentren sentido a sus vidas para que puedan llegar a una Vida plena. Porque al final de la vida hay aún mucho que vivir si conseguimos romper la famosa "conspiración del silencio": organizar asuntos materiales, cerrar cuestiones pendientes, despedirnos de nuestros seres queridos, reconciliarnos con heridas del pasado que tenemos abiertas... Sólo cuando seamos capaces de vivir en paz con nosotros mismos y con los que queremos nos podremos ir en paz. También es verdad que algunas personas viven un sufrimiento enorme y prolongado en el tiempo, faltos de fortaleza y esperanza. Personalmente su situación me produce inquietud, pena y dolor; puedo entender, sin culpabilizarles, que en estas circunstancias no encuentren motivaciones suficientes para seguir viviendo. Pero lo último que podemos hacer es mirar para otro lado sin comprometernos en la ayuda que necesitan. Y lo que nunca se debería hacer es tomar decisiones, establecer normas generales para el conjunto de la sociedad en base a una realidad concreta.

¿Qué importancia cree que le da, quien desarrolla su trabajo en nuestros centros, a la acogida?

La acogida es uno de nuestros valores hospitalarios y me atrevería a decir que sin acogida no puede haber una verdadera hospitalidad, es la puerta de entrada para el otro. Basta situarnos ante la persona

que llega a uno de nuestros centros para ser atendida por un problema de salud mental. No ha de ser fácil adaptarse a un lugar así, pienso, y más cuando llega en una situación de especial fragilidad. Me atrevo a decir que nuestros profesionales cuidan este momento con especial delicadeza. Pero la acogida no termina en este primer momento. Se sigue ejercitando en el día a día, porque cada día nos encontramos ante quien se levanta con un estado de ánimo concreto, con unos retos y vivencias diferentes... y todo ello hemos de ser capaces de acogerlo; esta es la riqueza de una acogida verdaderamente personalizada y liberadora. Por último, me gustaría enlazar el valor de la acogida a los usuarios con la necesidad de atención y cuidados entre nosotros y con las personas que llegan a nuestra casa. Hemos de aprender a acoger al nuevo colaborador que llega y será nuestro compañero de camino, al profesional que un día viene al trabajo roto porque en su casa ha tenido algún percance importante, al que pertenece a mi equipo y piensa diferente, al que viene a visitarnos... Acogiéndonos con amor unos a otros lograremos construir una verdadera comunidad hospitalaria fortalecida con vínculos no sólo profesionales, sino también humanos.

¿La pandemia por COVID ha influido de alguna forma en nuestro contacto con la sociedad?

La respuesta a esta pregunta es directa: por supuesto que ha cambiado radicalmente mil cosas en nuestra sociedad. Lo complicado es responder qué hemos aprendido como sociedad o incluso si lo hemos hecho. El reto es cómo podemos mejorar a diferentes niveles a raíz de lo vivido en esta pandemia: cada uno de nosotros individualmente, como sociedad o como institución. En mi opinión no debemos olvidarnos de lo ocurrido. Hubo cosas negativas y dolorosas, especialmente en las residencias de personas mayores y hemos de buscar soluciones para que nunca más las personas vulnerables sean las más afectadas cuando algo se tuerce en nuestro mundo. También hubo cosas muy positivas, como la solidaridad entre las personas: vecinos haciendo la compra a los que no podían salir de casa; donaciones de mascarillas y equipos de protección para centros hospitalarios o sociosanitarios... Se ha visto una sociedad que se movilizaba y se conmovía con el prójimo y esto ha sido muy gratificante y aleccionador.

Para mí todo esto me reafirma en la confianza de que un mundo mejor y más solidario es posible, porque lo hemos demostrado. Y quiero aprovechar esta oportunidad para agradecer a toda la familia hospitalaria: hermanas, colaboradores, voluntarios, familiares y bienhechores por su buen hacer y el compromiso de hospitalidad que han sabido mantener durante este largo tiempo de pandemia. ■



PEPA
FERNÁNDEZ

LA VOZ DE LAS MAÑANAS DE LA RADIO

Comenzaste muy pronto en la radio, en Radio Cervera, tu localidad natal, compatibilizando más tarde tu formación universitaria en Periodismo y que fue por la influencia de tu abuela que te orientaste hacia el mundo de la locución porque tenía todo el día la radio puesta... ¿qué sentías al oír esas voces que salían de su apartamento de radio?

Fascinación. Desde muy pequeña me atrapó la radio. Era como si el mundo entero estuviera dentro de ese pequeño aparato. Y me gustaba imaginar a la gente que hablaba (casi siempre con resultados catastróficos, es decir muy alejados de la realidad...). Me temo que, con los años y el poder de la imagen, el medio ha perdido buena parte de su magia, pero sigue siendo imbatible en cercanía.

Probaste también el mundo de la televisión, *Dit y fet* (Dicho y hecho) en la TV catalana, pero te decantaste por la radio...

La televisión es un medio extraordinario, que me gusta mucho, pero yo nunca he conseguido sentirme del todo cómoda en él. Y bien que lo lamento. Hay demasiadas cosas que condicionan:

PERIODISTA. DIRECTORA Y PRESENTADORA DEL PROGRAMA DE LAS MAÑANAS EN RNE1

Licenciada en Ciencias de la Información en la Universidad de Barcelona. Profesora en la Facultad de Ciencias de la Comunicación de la Universidad Ramon Llull de Barcelona.

Pronto se orientó a colocarse delante de un micrófono, informando y creando un estilo que le ha acompañado durante toda su trayectoria. Tras 20 años presentando y dirigiendo en RNE el programa *No es un día cualquiera*, Pepa Fernández cambió de registro y pasó hace dos años a las mañanas semanales con el programa *De pe a pa*. Con él ha persistido esa credibilidad y audiencia que tenía los fines de semana dado que su estilo no es el de crear crispación con la noticia sino proporcionar las herramientas informativas al escuchante para que se conforme su opinión.

Poseedora de los Premio Ondas al mejor programa de radio de difusión estatal y al de la Trayectoria Profesional «por hacer una radio abierta, plural, no excluyente, entretenida, culta y en la que lo tradicional y lo nuevo se abrazan con sorprendente coherencia», es una de las referencias radiofónicas más apreciadas de la radiodifusión española.

“Hay pocos motivos por los que merezca la pena discutir.”

la luz, el peinado, el maquillaje, el vestuario... y la cámara. Estar pendiente de tantos frentes resulta complicado cuando vienes de un mundo aparentemente simple como es la radio.

¿Hacia dónde va la radio tal y como la conocemos?, ¿está ya todo inventado...?

Seguramente está todo inventado, pero yo sostengo que hay muchas formas distintas de hacer una misma cosa. La radio siempre dependerá de la personalidad de los profesionales que trabajan en ella. Son muchas las voces que aseguran que la radio convencional está en peligro de extinción. Yo soy más optimista. Pienso que sucederá lo mismo que con los libros en papel. Es posible que un día desaparezcan, pero les queda larga vida todavía.

Durante un tiempo fuiste especialista en programas festivos. Entiendo que el escuchante es diferente al del resto de la semana, ¿cómo te acercabas a él...?

Desde la tranquilidad que permite el tiempo de ocio. Muchas veces uso la expresión "radio de hamaca." Es la que me gusta porque permite huir de la actualidad informativa que a →



➔ menudo nos acaba encorsetando. No es lo mismo escuchar la radio en un atasco matinal camino del trabajo que en un atasco para salir de fin de semana. Nuestra actitud ante un mismo hecho es bien distinta.

¿A qué has tenido que renunciar por la radio?

Me he perdido muchas fiestas familiares, sí. Durante más de 25 años no he podido compartir los fines de semana con mi familia. Eso me ha hecho vivir a la contra: los demás celebran y tú trabajas. Pero cuando tu trabajo es tan enriquecedor y te proporciona maravillosas experiencias no se debe hablar de renunciadas. Sería injusto. Me siento una privilegiada porque he vivido momentos inolvidables gracias a la radio.

Durante la pandemia, ¿has creado secciones nuevas para llegar a tus escuchantes, para estar más cercana a ellos?

La pandemia nos obligó a reinventarnos. De entrada, trabajar desde nuestras casas supuso un gran esfuerzo y un aprendizaje forzoso e inesperado. Estábamos confinados hablando para personas que mayormente también lo estaban. Así que incorporamos secciones que hacían posibles cosas imposibles: bodas radiofónicas, contactos entre vecinos o entre familiares, firmas virtuales en el día del libro... Vivimos momentos muy emocionantes, que han sido posibles gracias a ese equipazo fantástico con el que tengo la suerte de trabajar.

Has estado muy cercana a la pandemia desde el punto de vista informativo, escuchando a todos los protagonistas de esta pesadilla aún presente, ¿qué se ha hecho mal para que el ritmo de contagios no ceda, según lo que has podido concluir tras entrevistar a diferentes niveles?

Es un misterio para mí. O algo hemos hecho rematadamente mal o el ser humano es de una incredulidad absoluta. Era imposible no convencerse de la gravedad de la situación al contemplar sus consecuencias. Y las consecuencias han estado y están a la vista. Cualquier comportamiento imprudente acaba teniendo un reflejo en los contagios y las muertes. Eso no lo puede negar nadie.

Escribiste un libro titulado *Lo que la vida enseña*, en donde entrevistas a 17 personajes famosos ya en la tercera edad sobre su particular visión de la vida, el amor, la infancia, el trabajo, la enfermedad, los hijos, el futuro, la muerte... ¿qué apreciaste que les uniera a todas ellas...?

La capacidad de superarse y de superar tremendas adversidades para hacer un camino vital del que sentirse orgulloso. Todos los personajes que entrevisté para el libro habían triunfado en sus respectivos campos profesionales y la mayoría no lo tuvieron nada fácil. A su edad ya podían hacer balance y sus trayectorias eran ejemplares.

Y a tí, ¿qué te ha enseñado la vida hasta ahora?

Algunas cosillas y siempre a base de tropiezos, claro.

Una de ellas es que hay pocos motivos por los que merezca la pena discutir. No comprendo que haya gente tan crispada por asuntos menores. Hay que emplear las energías en esas cosas por las que sí merece la pena luchar y comprometerse. He comprobado que ni los amores eternos duran siempre y los efectos nefastos que el poder tiene en algunos individuos. También que es importantísimo rodearse de buenas personas. Los afectos son lo único que nadie puede arrebatarlos.

¿Qué es lo más importante al efectuar una entrevista radiofónica, lo imprescindible?

Hay dos cosas imprescindibles: conocer (es decir documentarse bien) y escuchar. Eso se lo he repetido hasta la saciedad a mis alumnos. Parece que una entrevista es un formato fácil: preguntas y respuestas. Pero resulta muy complicado plantear la pregunta precisa en el momento adecuado.

¿Cuál ha sido tu entrevista imposible?

Varias. Esas que nunca podré realizar y me habría encantado hacer. Pienso en Gabriel García Márquez, Frank Sinatra o Frida Kahlo. Personajes cuya obra me ha dado enormes satisfacciones y por la que me habría gustado preguntarles...

▶ **[PERFIL]** Escuchar a Pepa, es recordar a Gracián cuando dice: *Hay mucho que saber y es poco el vivir y no se vive si no se sabe. Y es que esta gran comunicadora es una hambrienta del saber, del conocer a través de esos penetrantes ojos que niegan cerrarse sin aunar lo visto con lo oído y comprendido.* Don Baltasar añadiría: *No basta con la sustancia, requiérase también la circunstancia.* Allí, hoy, Don Baltasar, está lo complicado...



Te he escuchado en alguna ocasión, que uno de los momentos más duros en la radio fue el día que murió uno de tus colaboradores, José Antonio Labordeta, ¿qué aportaba a tu programa nuestro paisano?

Perder a colaboradores que ya forman parte de tu vida es muy duro, pero tener que afrontar un programa de varias horas cuando todavía no has podido digerir la noticia resulta tremendo. Me pasó con Labordeta y también con José María Íñigo. Ambos murieron en fin de semana y curiosamente ambos compartieron un espacio fantástico que se llamaba El gruñidero. Labordeta resultaba admirable en todos los sentidos. Su dignidad, su coherencia y su capacidad para empatizar con la gente eran extraordinarias. Era imposible no quererle.

De forma suave has introducido en tu programa *De pe a pa* otras lenguas que se hablan en España, ¿cuál fue el objetivo en el que pensaste al abrir esos espacios?

La idea me la dio uno de mis más longevos y queridos colaboradores: José Antonio Marina. Y me pareció estupenda. Una radio pública tiene que contribuir a acercarnos, no a separarnos. Por eso pusimos en marcha una sección en la que se habla de las otras lenguas oficiales españolas y de las distintas culturas en las que se desarrollan. En este país, todos estamos cerca, pero a veces nos sentimos muy lejos. Nos gustaría pensar que ayudamos a mejorar esa conexión.

Nosotros también tenemos una emisora de radio en nuestro hospital, (Abejar radio) en donde los pacientes quienes entrevistan y orientan qué reportajes hacer... ¿cómo lo ves?

Genial. Soy una gran defensora de la radio en cualquier ámbito y circunstancia: en los pequeños pueblos, en los hospitales, en los colegios, en los centros de mayores, en las cárceles... Insisto en la idea que ya os he expresado: la radio nos acerca y la radio nos ayuda a comprender otras realidades. Enhorabuena por vuestro trabajo.

¿Seguirá siendo *Sensa fine* tu canción preferida para tu programa en la próxima temporada?

Por supuesto. Puedes cambiar de canal, de casa, de novio o de equipo de fútbol, pero las canciones favoritas siempre están ahí. Y *Sensa fine* es tan bonita... que me encantaría que sonara sin fin. ■

PSIQUIATRA. HOSPITAL UNIVERSITARIO MIGUEL SERVET. ZARAGOZA

Atraída por la Neuropsiquiatría y la Psicogeriatría, especialidades que no existen como tal en nuestro país, hizo una estancia durante su formación como psiquiatra en uno de los centros de referencia internacional en este campo, el Hospital John Hopkins, Baltimore, MD, USA. Más tarde, presentó su tesis doctoral sobre "Depresión y riesgo de demencia en el anciano", y para mejorar sus habilidades diagnósticas en estas disciplinas, cursó el Máster de Neuropsicología Clínica de la Universidad Pablo Olavide (Sevilla). En la actualidad trabaja en el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza y es Profesora Asociada en la Universidad de Zaragoza. Cuenta además con experiencia investigadora y publicaciones en el ámbito de la Neuropsiquiatría y la Psicogeriatría.

¿Crees en la práctica de la psiquiatría como una combinación bio-psico-social de habilidades?

No existe para mí otra manera de concebir la psiquiatría, sin olvidar tampoco la perspectiva existencial del ser humano.

Dada tu experiencia en las patologías del mayor, y más en sus patologías neurodegenerativas, ¿está influyendo la pandemia por el COVID-19 a que se aceleren los síntomas negativos en pacientes que antes se hallaban estabilizados?

El efecto de la pandemia en los mayores ha sido nefasto, sobre todo por la restricción durante tanto tiempo de las actividades en las que participaban. Muchos han comenzado a manifestar síntomas de demencia o se han visto agravados a un ritmo más acelerado, con pérdida de autonomía y mayor sobrecarga de las familias.

¿Crees que aquellas personas que han sufrido el COVID-19 están más expuestas a sufrir alteraciones de corte psicológico en un futuro?

El COVID-19 todavía es un misterio... Con lo que hoy sabemos, me preocupan en este sentido las personas con síntomas de COVID persistente. Me recuerdan a los síntomas de la Fibromialgia, y sabemos las limitaciones del sistema para su abordaje. Necesitan reconocimiento y una respuesta multidisciplinar y coordinada; en caso contrario, sólo conseguimos peor funcionalidad, más iatrogenia, y frustración por parte de médicos y pacientes.

Las estadísticas ya sabemos que suelen ser orientativas, y más en el campo de la demencia en que nunca se ha hecho ➔

PATRICIA GRACIA

LA ESPECIALISTA DE LA SALUD MENTAL DE NUESTROS MAYORES





→ un estudio estricto nacional acerca del número real de demencias que existe en nuestro país, aunque solo fuera para saber qué camino tomar o cómo prepararse para el futuro, pero ¿cómo estimas tú que estamos en Aragón al respecto actualmente?, ¿qué porcentaje tenemos de demencias?

Tengo la satisfacción de pertenecer a un grupo de investigación que, liderado por el Dr. Lobo, lleva 30 años estudiando la epidemiología de la demencia en nuestra comunidad. El porcentaje estimado de demencia en mayores de 65 años se estima en torno al 4%. No obstante, su frecuencia aumenta con la edad, y la probabilidad de desarrollar demencia en mayores de 85 años supera el 16% en hombres y el 20% en mujeres. En países donde las mujeres mayores tuvieron la misma accesibilidad a la educación que los hombres esta diferencia parece atenuarse; ahí tenemos una oportunidad de mejora hacia el futuro. Por otro lado, dado el envejecimiento progresivo de la población a nivel mundial, deberíamos prepararnos creando una sociedad más amable con los mayores y que tenga en cuenta sus necesidades, especialmente si sufren demencia. A nivel individual, mantener un estilo de vida saludable y activo son las mejores estrategias de prevención.

No se cura la demencia, pero si sabemos tratar sus síntomas, ¿crees que los tratamientos no farmacológicos deberían ser más utilizados?, ¿podemos ya “insinuar” su comienzo prodrómico?

Los tratamientos no farmacológicos (estimulación cognitiva, terapia ocupacional, apoyo al cuidador...) deberían ser prioritarios; de hecho, el efecto de los fármacos es muy discreto. Aunque la preocupación inicial suele surgir a partir de fallos de memoria, las dificultades en otros dominios cognitivos (lenguaje, resolución de problemas, etc.) pueden ser más evidentes en algunas formas de demencia; pero, además, a menudo aparecen alteraciones de conducta o síntomas psiquiátricos (apatía, depresión, alucinaciones o delirios, etc.) antes de que la demencia se manifieste; un cambio persistente en una persona mayor de 50 años debe ponernos en alerta.

En las residencias geriátricas cada vez existen más personas con patologías neurodegenerativas, ¿crees que está suficientemente bien atendida su salud mental?

Para mantener una buena salud mental en mayores institucionalizados es importante estimular su participación, facilitar el contacto con sus seres queridos, y respetar su individualidad como personas. De no ser así, sufren alteraciones emocionales y de conducta que pueden confundirse con síntomas psiquiátricos y motivar un uso inadecuado de fármacos. Yo creo que, hoy en día, las residencias tratan de promover modelos de atención

“La enfermedad psiquiátrica más frecuente en el mayor es la depresión.”

centrados en la persona; pero es también imprescindible dotar los centros con el personal necesario.

La importancia que la salud mental tiene en situaciones tan duras como la que estamos sufriendo con la pandemia es evidente, ¿qué recomendaciones darías a alguien que es cuidador de un paciente con demencia en estas circunstancias en su domicilio?

Es conveniente mantener una rutina cotidiana; incluyendo paseos al aire libre, especialmente en el horario que su familiar acostumbra a salir de casa o se inquiete más. Algunos cuidadores sufren mucho por temor a que su familiar toque objetos en la vía pública y pueda contagiarse; es comprensible su temor, pero no salir del domicilio se asocia también a muchos otros riesgos (inmovilización, apatía, inquietud, deterioro cognitivo y funcional.). Una prudencia “flexible”, y la vacunación de la persona con demencia y sus contactos puede minimizar los riesgos.

¿No crees que se ha abusado del término Alzheimer en cuanto a demencias se refiere, que hay más demencias que no llevan ese apellido y que son igual o más lacerantes?

El Alzheimer es la forma más frecuente de demencia; quizá también la más fácil de diagnosticar, porque cumple mejor con el paradigma de los “problemas de memoria” como síntoma principal. Sin embargo, como dices, otras formas de

demencia suelen ser más graves y evolucionan más rápido.

A nivel general, ¿cuál crees que es la enfermedad psiquiátrica más frecuente en el mayor?

La depresión; aunque a esta edad suele manifestarse con menos síntomas y más atípicos (ej. quejas somáticas). A menudo no se le da importancia por considerar la “consecuencia de la edad” ... Pero la depresión no es normal a ninguna edad, y en los mayores aumenta el riesgo de enfermar y disminuye su autonomía.

¿Se da suficientemente importancia a la personalidad al hablar de enfermedad psiquiátrica en el mayor?

Menos que en los jóvenes; pero es importante tenerla en cuenta para identificar cambios de conducta que puedan tener un significado patológico, y diferenciarlos de formas de “ser y estar en el mundo”.

¿Es el factor tiempo el inconveniente más frecuente en una consulta de psiquiatría o en general, de salud mental, para hacer un diagnóstico correcto?

El tiempo es siempre necesario para prestar una atención de calidad... ya no solo para hacer el diagnóstico, sino para hacer una valoración integral de los diferentes factores que pueden contribuir a la situación clínica y poder hacer recomendaciones que vayan más allá de una receta.

Se habla mucho en estos momentos de las teleconsultas, de hacer entrevistas médicas por videoconferencia, ¿cómo lo ves tú en el paciente psiquiátrico?

La videoconferencia puede ser un método complementario y útil para un momento puntual, especialmente si ya conocemos al paciente; pero, en mi opinión, no puede sustituirla. Se pierden muchos matices en la valoración, y la interacción con el paciente no es igual que en la visita presencial.

¿Qué es NEUROACTIVATE Zaragoza?

NEUROACTIVATE es un proyecto multidisciplinar para el tratamiento integral de los problemas cognitivos y de conducta. Surge de la ilusión e iniciativa de dos grandes profesionales en Aragón en el ámbito de la Neuropsicología, María Guallart y Helena Tuquet. Tengo la suerte de formar parte de este proyecto, donde centro mi actividad en la atención psiquiátrica de mayores y personas con daño cerebral; y, junto a compañeras de otras disciplinas, seguimos creciendo y aprendiendo cada día. ■

El incesante consumo e ignorancia de la sostenibilidad del planeta en nuestra sociedad es uno de los instrumentos que incide directamente sobre el maltrato que estamos produciéndole. Para ayudar a que cada vez el consumo sea más RESPONSABLE existen consejos:

REFLEXIONAR. Antes de comprar, reflexione si verdaderamente, lo que se va a adquirir se necesita o es simplemente el capricho pasajero. Pensar en este dilema le llevará solamente un minuto, menos aún, unos segundos. Posiblemente ese dinero que vayamos a utilizar podría producirnos más placer si lo usamos de otra forma o para otra situación actual o venidera.

REUTILIZAR. Cuando compre un producto, valore si puede usar el que no sea de un solo uso. Por ejemplo, en una botella de agua, elija el cristal porque se puede usar muchas veces y su reciclaje es prácticamente al 100%.

RECHAZAR. Tienda a no usar los envases desechables o el plástico envolvente en productos que pueden adquirirse a granel, por ejemplo, verduras o frutas, o esa bolsa que es de plástico para llevar la compra y usar solo las que sean de algodón orgánico, aunque no seamos talibanes antiplástico, porque por ejemplo, esa bolsa de tela para llevar la compra, según informa el M^º de Medio Ambiente danés, tendría que usarse 20.000 veces (o sea 54 años) para que superara el impacto ecológico de su producción. La información, cualquiera, es vital para tener una opinión veraz, si queremos usar argumentaciones.

COMPARTIR. Piense en las posibilidades que tiene un objeto si lo vende en plataformas de segunda mano, en mercadillos, o se lo ofrece a sus amigos.

ELIMINAR. Cada vez que abra su cubo de la basura, piense cómo es el desecho que ocasiona su rutina diaria de limpieza o alimentación. ¿Recicla bien?, ¿podría no tirar aquel alimento? En el caso de la ropa, no la tire al cubo de la basura, busque contenedores de ropa para parroquias, Cáritas u ONGs o que hay diseñados por diferentes lugares de su población.

CONSUMO ALIMENTICIO. Lo óptimo en consumo responsable alimenticio es comprar a diario los productos que va a consumir en las próximas 24 horas. No almacene productos perecederos porque existe el peligro, casi siempre real, que le caduquen y tenga que desprenderse de ellos sin consumirlos. Los principales: frutas, verduras, carne, pescado. Según datos del M^º de Agricultura, pesca y alimentación, cada español tiró a la basura 30 Kg/litros de comida y bebidas en 2.020. Utilice agua del grifo, es segura, sana y más barata que la que compra envasada.



¿Qué tiene que ampliar a su libro Irene Baños, periodista medioambiental, al año de publicar su excelente libro?

En diciembre del 2015, en la COP21 de París se alcanzó un acuerdo histórico para combatir el cambio climático, sin embargo, algunos países no han contribuido a que esto se haya logrado, ¿cuáles crees que son las verdaderas causas para que no se hayan implicado suficientemente? Efectivamente, vamos camino de celebrar la COP26 (más una que no se pudo

llevar a cabo el año pasado) y, sin embargo, los objetivos de los países siguen sin ser lo suficientemente ambiciosos como para limitar el calentamiento global a 2°C de diferencia con la época preindustrial. De hecho, con las promesas actuales sobre la mesa vamos hacia un aumento de temperatura de unos 3 o 4°C para finales de siglo, eso supone cambios radicales en nuestro modo de vivir. Pensemos que entre la última glaciación y la actualidad tan solo hay unos 5°C de diferencia, ¡y gran parte de Europa estaba cubierta de hielo! La falta de ambición es generalizada, aunque de parte de algunos países sea más notoria. Las causas son muy diversas, pero, en su gran mayoría, se debe a un conflicto con el progreso económico. Ningún país quiere renunciar a un crecimiento económico rápido, lo que supone, por ejemplo, seguir apostando por los combustibles fósiles como el carbón. Sin embargo, lo que rara vez se tiene en

PRESTAR, PEDIR o ALQUILAR. Simplemente es dejar actuar a la lógica: ¿por qué tener un taladro, por ejemplo, cuando lo va a usar una vez o menos por año? Si no suele conducir el coche a diario y tiene carné de conducir, ¿por qué no alquilarlo cuando lo necesite en lugar de tenerlo en el garaje perdiendo su valor día a día?

PRIORIZAR. Si tiene que adquirir un objeto al que su rendimiento posterior le va a ser de interés, cómprelo de calidad. En lugar de comprar tres productos al año, compre uno bueno que le dure tres años como mínimo.

INFORMARSE. Ahora que se insiste en comprar coches eléctricos, infórmese sobre ellos. Nos están obligando a pensar que se deberá cambiar en un futuro cercano a ellos, pero sepa que: usan baterías que ocupan casi todo el suelo del coche y pesan casi una tercera parte de este, también contaminan (si una pila de uso diario tarda entre 500 y 100 años en degradarse y contaminar, imagínese esa megapila que lleva el coche eléctrico), la batería tiene un tiempo determinado, la gran mayoría se descarga pronto y no lleva a gran distancia (máximo a 400 Km.), y son mucho más caros, entre otras circunstancias que deberemos sufrir si no hay otra alternativa...

ES POSITIVO:

DESINCENTIVAR el consumismo per se. Rehúya de esos días en los que se ofertan sin límite productos que posiblemente no llegará a usar nunca (los Black Friday por ejemplo). Cuesta bastante negarse a adquirir ese objeto de deseo que ha visto usar a otros y que ahora lo podría lograr a un precio muy interesante, pero piense cuánto lo usará y que en unas pocas fechas quedará desfasado por otro mejor o con más aplicaciones.

APOYAR opiniones que se basen en información transparente o con garantías. Por ejemplo, que hablen de cuántos envases llegan al mercado y cuántos se reciclan correctamente: el reciclaje de envases volvió a consolidarse un año más como una práctica medioambiental muy extendida en la sociedad aragonesa, según información de Ecoembes. (www.ecoembes.com).

INSISTIR en que se especifique en cada producto qué partes del mismo se pueden reciclar y a qué contenedor hay que arrojarlos. Son muchos los mecanismos que se pueden utilizar: cartas al director en periódicos, a webs, llamar a los contestadores del oyente que existen en la mayoría de las radios o hacerlo cuando se abren sus micrófonos al público, etc. Es importante crear opinión de defensa del planeta.

cuenta es el precio a largo plazo de este crecimiento feroz. Paliar las consecuencias de la crisis climática es mucho más caro que evitarlas, pero sigue reinando el «pan para hoy y hambre para mañana». Y sobre todo: mucho pan para unos pocos y mucha hambre para la gran mayoría. Recordemos que las personas más vulnerables son las más afectadas por la crisis climática, pero no son quienes se sientan en las mesas de negociaciones.

Bajo tu especialización profesional en ecología y medio ambiente, ¿crees que se está efectuando lo suficiente para que las 3 R penetren en el subconsciente del humano, y más en concreto en el español medio?

El concepto de la 3Rs (Reducir, Reutilizar y Reciclar) no termina de calar porque se hace demasiado hincapié en el tercer paso, el reciclaje, y muy poco en las dos ideas que lo preceden. Al final, el reciclaje →

▶ **[PERFIL]** La Dra. García pertenece a ese grupo de especialistas que desde pronto apostaron por el estudio de la mente del mayor, y a ello está dedicando su experiencia investigadora, clínica y docente, asumiendo con responsabilidad la especialidad que con mayor interés se observa en el futuro más próximo.

→ interesa porque perpetúa el modelo de comprar y tirar y, además, ofrece una razón para tener la conciencia limpia. Reducir y reutilizar, sin embargo, replantean el modelo de consumo actual y conllevan un mayor esfuerzo por parte de los fabricantes. Es decir, no interesa. Pongamos el ejemplo de los botellines reutilizables: en Alemania existe un sistema de devolución de las botellas que permite limpiarlas y reutilizarlas, igual que se hacía antiguamente con la botella de leche. ¿Qué pasa? Que las compañías prefieren producir botellas de plástico virgen a partir de un petróleo barato, que gestionar un sistema de devolución y limpieza. O producir camisetas a 5€ con mano de obra y materiales baratos, aunque duren dos días, que apostar por calidad. Una vez más se antepone el beneficio económico al cuidado del medioambiente, sin tener en cuenta que sin un medioambiente saludable, la gran mayoría de la sociedad sale perdiendo. Es necesario que se impongan medidas desde las administraciones para que las empresas asuman una mayor responsabilidad. Desde la ciudadanía también podemos empezar a elegir qué comprar o, mejor dicho, que NO comprar.

¿Cómo ha influido la pandemia COVID-19 sobre el medio ambiente?, ¿cuáles sus consecuencias a medio plazo?

Al contrario de lo que se quiso pensar al principio, la pandemia no le ha hecho ningún favor al medioambiente. A pesar de la reducción temporal de emisiones debido a los parones mundiales, toca recordar que la concentración de CO2 en la atmósfera sigue siendo la más alta que se ha registrado desde hace tres millones de años. A menudo se usa la analogía de una bañera: imaginemos que está a rebosar de agua y cerramos el grifo, esa agua no desaparece, y una pequeña gota adicional puede ser la razón por la que se desborde la bañera. En ese punto estamos, podemos cerrar el grifo, debemos cerrar el grifo, pero eso no solucionará el problema. La crisis climática no se puede revertir, solo se puede evitar que vaya a peor. En otros aspectos del medioambiente, es verdad que el parón mundial dio espacio a la vida silvestre o redujo la contaminación atmosférica, pero, de nuevo, fueron beneficios muy limitados en el tiempo y que no han tenido ninguna consecuencia positiva. Al contrario, en muchos casos la situación ha incluso empeorado. Respecto a la mentalidad, parece que hay dos vertientes: la de aquellos que han cambiado el transporte público por la bici y los que lo han cambiado por el coche; la de aquellos que valoran más el comercio cercano y la de quienes prefieren comprarlo todo plastificado por miedo... No me atrevo a decir en qué dirección va a cambiar la mentalidad, pero, en general, creo que el cambio no va a ser particularmente drástico. En cualquier caso, y puesto que el origen del COVID-19 tiene mucho que ver con nuestra relación destructiva con la naturaleza y con la industrialización de los sistemas de alimentación, espero que hayamos aprendido que no somos seres todopoderosos y que somos una especie animal más en este planeta, tan frágil o más que cualquier otra especie. ■

ÓSCAR MARTÍN

**PRESIDENTE ASOCIACIÓN DE LIBRERÍAS DE ZARAGOZA.
PRESIDENTE FEDERACIÓN DE GREMIOS Y ASOCIACIONES DE LIBRERÍAS DE ARAGÓN**

¿Cuál crees que es el perfil del lector en nuestra tierra?

La literatura infantil sigue copando gran parte de las ventas, especialmente en nuestra comunidad en donde contamos con muchos y buenos autores y excelentes editoriales. El comic y la novela gráfica siguen creciendo apoyados por las grandes Librerías que tenemos en Aragón. En los últimos años, las ventas de libros prácticos y divulgativos superan a las ventas de libros de "ficción" con temas como los hábitos saludables o el crecimiento personal. Según las encuestas las mujeres son más lectoras entre 15 y 35 años.

La pandemia del COVID se ha mostrado variopinta en el territorio español si lo referenciamos al mercado del libro, aunque las cifras parece que han sido positivas, ¿cómo ha sido en Aragón según las informaciones preferenciales que tú tienes como presidente de las Librerías aragonesas?

Durante los meses de confinamiento las Librerías estuvieron cerradas al público de forma presencial y tan solo unas pocas pudieron atender los pedidos que se producían para envío a domicilio. En mayo, cuando abrimos las puertas, comprobamos con alegría que la respuesta era muy positiva. Esta tendencia se mantuvo durante todo 2.020 y se vio reflejado en las cifras de venta de la pasada navidad. Durante 2.021 los lectores han seguido respaldando a las Librerías, y hemos contado con mucha asistencia a eventos como el "Día o la Feria del libro".

¿Qué provincia lee más libros?

Normalmente es difícil saber qué provincia es la más lectora. Además actualmente la venta on line distorsiona un poco las estadísticas.

¿Se nota el influjo de las redes sociales (sobre todo Instagram) en las ventas de libros?

Es un punto de promoción importante, sobre todo de cara a un público más juvenil. Las redes sociales están sustituyendo a otros medios más tradicionales y son accesibles para cualquiera facilitando la información de forma más ágil. Es un medio que los libreros aprovechamos para informar de novedades literarias, realizar promociones, desarrollar bibliografías vinculadas a distintas temáticas y realizar encuentros virtuales con autores y lectores. Sin duda es un campo que va a crecer y en el que las Librerías tenemos mucho que aportar.

¿Con qué frecuencia se coloca un libro a la venta en una librería media?, ¿qué os motiva elegir uno u otro para colocarlo en vuestras librerías?

El volumen de entrada de novedades diarias asusta un poco y sobre todo en fechas tradicionales de venta como puede ser "Navidad" o "Día del libro". Hay un trabajo de selección importante en cada librería, ya que atender a todo lo que se publica resulta imposible. Por lo general, excepto en el caso de Librerías especializadas, se da prioridad a aquellos títulos de grandes autores o que van acompañados de una campaña publicitaria, ya que son ventas seguras, pero también tienen un sitio importante aquellos libros que nos gustan, los cuales recomendamos y tratamos con cariño. Es difícil encontrar dos Librerías iguales, hay muchos factores que influyen en el formato que adopta una librería, tales como la zona o localidad en la que se encuentra, el tipo de lector al que se quiere dirigir, la cercanía de centros escolares o universidades... Asimismo hay que tener en cuenta, que las Librerías son empresas y uno de sus

RECOMENDAR LIBROS PARA SABER Y SENTIR



DR. GUILLERMO PASCUAL



[PERFIL] A Óscar se le nota que nació para ser lector y aconsejar libros que son siempre magníficos compañeros de viaje para quienes entran en su establecimiento. Sabe del gran valor que la cultura tiene para el ser humano y cómo interviene en su formación y personalidad.

La red de Librerías y Bibliotecas de los barrios es fundamental para la difusión y animación a la lectura en una ciudad.

objetivos principales es vender libros. Todo ello influye a la hora de decidir que exponer y que promocionar.

¿Qué importancia crees que posee el marketing directo, el conocer al autor, en la venta del libro?

Así es, prueba de ello es que son uno de los grandes motores especialmente en Ferias del libro. Por un lado, el trato directo que el librero tiene con el autor, ayuda al primero conocer mejor su obra y estar más cómodo a la hora de recomendar sus títulos. Por otra parte, el contacto autor/lector invita a este último a tener un mayor interés por sus libros.

El lector cada vez se deja asesorar más por su librería de cercanía, ¿qué tipo de libro se vende más en Aragón: ensayo, novela negra, novela histórica, ciencia ficción...?

El trato directo con el lector es uno de los grandes valores de las Librerías. Es evidente que existen multitud de medios que informan sobre títulos, por lo que sin tener contacto con la Librería cualquiera tiene suficiente información para poder elegir un título. Sin embargo, las librerías y libreros tenemos un gran interés en que el lector este contento y satisfecho con el libro elegido y con la librería que le ha atendido. Queremos fidelizar a ese lector, que a su vez es un cliente, tanto para su lectura personal, como para los regalos que en ocasiones realizan. Aquellos que apuestan por dejarse aconsejar o guiar por una librería aciertan seguro.

Es la librería de barrio la forma más práctica de acercar la lectura al ciudadano?

La red de Librerías y bibliotecas de los barrios es fundamental para la difusión y animación a la lectura en una ciudad. Actualmente la asociación de Librerías de Zaragoza ha realizado un convenio con la red de Bibliotecas Públicas Municipales de Zaragoza, con el objetivo principal de crear nuevos lectores, además de acercarles a las Librerías y Bibliotecas que pueden

encontrar en la proximidad de su domicilio o lugar de trabajo. A lo largo de 2.022, se van a realizar distintas acciones conjuntas en este sentido.

Nos cuenta Juan Casamayor, editor de Páginas de espuma, que aquí en España aún no existe «cultura» de que se apoyen los colegios con libros de lectura en cantidades como hacen países latinoamericanos, ¿qué opinas al respecto?

En un tema que desde la asociación de Librerías hemos tratado con el "Centro del libro" y con la "Dirección General de Cultura". Entendemos que hoy en día tenemos acceso de forma muy cómoda y sencilla a medios audiovisuales y podría ir detrimento de la lectura especialmente entre los jóvenes. Por otra parte, el Ayuntamiento ha puesto en marcha el premio "Criticón" que es un concurso de literatura juvenil en el que el jurado serán unos 500 alumnos de 3º y 4º de la ESO de institutos y colegios de Zaragoza. Los libros premiados son entregados por las Librerías a los centros escolares participantes, para que todos los alumnos tengan acceso a ellos.

¿Cuál es último libro que ha leído el actual presidente de los libreros aragoneses?

Se trata del título *Saludablemente* del autor Marcos Vázquez. Desde un enfoque evolutivo intenta dar nociones básicas sobre el funcionamiento del cerebro. Aporta claves y consejos para mejorar el rendimiento del cerebro desde distintos frentes como la alimentación, el deporte, el descanso y la mentalidad. Un libro interesante y de fácil lectura del que podemos obtener ideas para aplicar en el día a día. Y si nos referimos a publicado en Aragón, acabo de finalizar otro libro escrito por un compañero tuyo, el Dr. Gregorio Martínez Villén, cirujano ortopédico del Hospital Miguel Servet y montañero, quien ha escrito un libro a modo de biografía que es una verdadera delicia de responsabilidad, ilusión por su profesión y respeto al ser humano y a la naturaleza. Se llama *Bajo la piel*. ■



TURNODEPALABRA Dr. Jesús González · Dr. Rogelio Altisent · Susana Aperte · Dr. Vicente Alcubierre · Luisa María Noeno · J. Miguel Ferrer · Alberto Sánchez · José González · José Ignacio Sánchez · D. Miguel Iturbe · Dr. Juan Antonio Cobbo · Daniel Innerarity · Dr. Esteban de Manuel · Dr. López Otín · Msr. Julián Ruiz · Ricardo Oliván · Luisa Fernanda Rudi · Jorge Asín · Dr. Valero Martínez · Vicente García · Dr. Juan José Araiz · Dra. Asunción Fernández · Dr. Miguel Martínez · Carlos Pérez · Pedro Ruiz · Dr. Manuel Yzuel · Dra. Elizabeth Palacios · Víctor Arufe · Antonio Sangó · Joseph Knobel Freud · Alejandra Cortés · Enrique Rojas · Alberto Ruy Sánchez · Jesús Rivasés · Ramiro Calle · Petra Mateos · José Antonio Marina · Dr. Manuel Martín Carrasco · Sebastián Álvaro · Ricardo de Lorenzo · Enrique Beoitás · Manuel Borja-Villel · Carlos Maribona · José Guimón · Guillermo Solana · Richard Vaughan · Elizabeth Sombart · Montserrat Tarrés · Cristina Iglesias · Javier Gomá · Luis Miquel Palomares · Mario Gas · Dra. Laura Rojas Marcos · Carmen Posadas

CITACON... Gervasio Sánchez · Fernando Lalana · Alberto Royo · Dr. Gerardo González · Dr. Miguel Ángel Rodrigo Cucalón · José Carlos Somoza · Dr. Javier García Campayo · Eugenio Monesma · Pepe Cerdá · Dr. Luis Rojas Marcos · Dr. Juan José López-Ibor · Pilar Albajar · Dr. Jesús M^a Garagorri Otero · Hnas. Camino Agós Munárriz · Teresa López Beorlegui · Andrea Calvo Prieto y Grielda Gómez Quintana · Pilar Citoler · Dr. Jesús Acebillo · Fernando Malo · Víctor Ullate · Dr. Miguel Ángel Santos Gastón · Paco Nadal · Dra. Isabel Irigoyen · Dr. Joan Coderch · Francisco Gan · Dr. Juan Carlos Giménez · Dr. José Galbe · Javier Riyo · Josef Ajram · Profesor Diego Gracia · Miguel Zugaza · José M^a Pou · Pepita Dupont · Hna. Anabela Carneiro · Enric Pastor · Ana Santos · Isabel Muñoz · Diego Gutiérrez · Ana Palacios · Carmelo Pelegrín · Taciana Fisac · Paco Arango · Vicente Todolí · Dr. Rafael Yuste · Tirso Ventura · David Gill · Federico de Montalvo · Domingo Zapata · Teresa Ramón · Virginia Barber · Javier Mariscal · Jorge Usón · Eva Gracia

QUIÉNESQUIÉNENARAGÓN Miguel Ángel Liso · Javier Ferrer Bailo · Jaime Fontán · Javier Coronas · Pepe Rebollo · Eva Amaral · Ricardo Calero · Carlos Barrabés · María Inés Sousa Abreu · Rosendo Tello · Joaquín Guzmán · José Luis Corral · Magdalena Lasala · Isidro Ferrer · Dr. Javier La Cruz · José María Barceló · Carlos Castán · Javier Sierra · Javier Olave · Antonio Broto · Enrique González · Matías Uribe · Lola de Ávila · Manuel Campo Vidal · Lita Cabellut · Julio Ramón · Antonio Broto · Carlos Martínez Alonso · Alfredo Cabañuz · Alfonso Pérez · Lucía Tomás · José Antonio Mayoral · Raquel García · Teresa Tolosana · Rogelio Altisent · Prof. Felipe Pétriz · Miguel Ariño · Prof. Manuel Sarasa · Miguel Ángel Berna · Alberto Carrera · Dr. Antonio Lobo · Jorge Gay · Dr. Miguel Rivas · Juan Alberto Belloch · Msr. Manuel Ureña · Prof. Ricardo Ibarra · Dr. Ricardo Arregui · Ángel Azpeitia · Dr. Roberto Salvanés · Dr. Pedro Cía · Dr. Alejandro López del Val · Cristina Marín · Vicente Rubio · Nacho Escuin · Ángel Dolado · Mario Secorun · Carlos Martín · Santiago Boira

¿Qué es ALDEAS INFANTILES y quién las creó?

Aldeas Infantiles SOS España es una organización privada, de ayuda a la infancia, sin ánimo de lucro, interconfesional e independiente de toda orientación política. Formamos parte de una Federación Internacional fundada en 1949 en Austria. Hermann Gmeiner fundó la primera Aldea Infantil SOS en Imst, con el propósito de dar protección a los niños que habían perdido el cuidado de sus familias tras la guerra, gracias a la ayuda de amigos y donantes. De esta forma construía los cimientos de un nuevo modelo que muy pronto se expandió por el resto de Europa.

En España estamos presentes desde 1967. Las asociaciones miembros tienen carácter autónomo e independiente, con arreglo a la legislación de cada uno de los países en los que tenemos presencia.

¿En cuántos países se encuentra?

Actualmente disponemos de programas a lo largo y ancho de 137 países. Desde España nos encontramos apoyando también el crecimiento y fortalecimiento de programas en diferentes países de Latinoamérica y África a través de apoyo en la financiación de estos.

¿Qué programas tiene?

Fundamentalmente, la estructura que planteamos a través de la organización posee tres grandes bloques o grupos de programas: Protección, Prevención y Apoyo a la autonomía. Estos tres grupos están acompañados de un cuarto que complementa, de forma transversal, a los tres anteriores. Desde el ámbito de la protección, apoyamos a niños y niñas que no tienen el cuidado de sus padres y/o madres, dándoles la oportunidad de crecer en un entorno familiar protector dentro de las Aldeas Infantiles SOS, Residencias de Jóvenes, Centros de Primera Acogida y Valoración y otras formas de Acogimiento en Familia Extensa, Ajena y Especializada.

En el ámbito de la prevención, trabajamos con familias, niños, niñas y jóvenes que se encuentran en situación de riesgo o vulnerabilidad social. A través de nuestros programas de fortalecimiento familiar damos apoyo a familias para mejorar sus condiciones de vida y prevenir la desatención y la pérdida del cuidado parental. De esta manera, en un nivel anterior, evitamos que niños y niñas pierdan el cuidado parental si las condiciones sobre las que trabajamos nos lo permiten. En este gran grupo encontramos a los Centros de Día, los Centros de Educación Infantil y los programas de Familias. El tercer grupo en el que se divide el trabajo que desempeña la organización recoge los programas de Apoyo a la Autonomía, a través de los cuales, damos respuesta a las demandas de los jóvenes, ayudándoles a adquirir su propia autonomía personal e integración social, donde intervenimos de manera gradual y respetando las características individuales y su propio desarrollo como persona. Los acompañamos más allá de la mayoría de edad donde la integración y normalización son claves en el proceso. Encontramos pues los programas de jóvenes y los programas profesionales.

A su vez, existen otros programas vinculados con la sensibilización sobre los derechos de la infancia, la educación en valores y la participación infantil. A su vez, nos comprometemos a crear y mantener un entorno afectivo y protector y a actuar ante cualquier situación de abuso, maltrato y/o negligencia. Encontramos pues programas como: educación afectivo sexual, naturaleza y Sostenibilidad, educación en valores, la política de protección infantil y el voluntariado.

En Aragón, ¿a cuántas personas atiende?

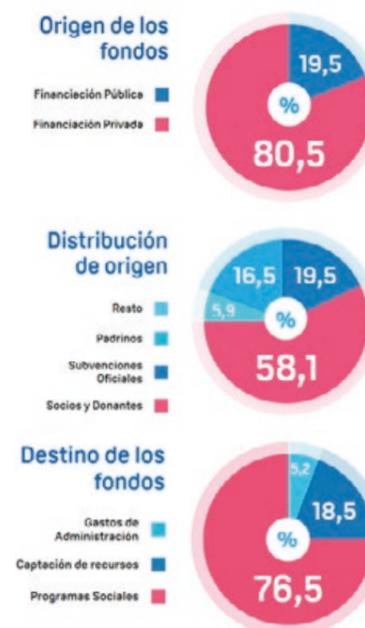
Durante el año 2020, entre todos los programas que pusimos en marcha pudimos atender alrededor de 1.216 niños y niñas, 427 familias y 217 jóvenes.

¿Cómo se financia?

Nuestras cuentas se someten cada año a un proceso de auditoría externa, se hacen públicas y se depositan en el Ministerio del Interior. Hemos puesto en práctica en los últimos años mecanismos que fomentan la transparencia, la participación y la



comunicación con aquellas personas, empresas e instituciones que apoyan nuestros programas y proyectos, con el objetivo de que sean partícipes de todo el proceso, de forma que conozcan cómo se gestionan dichos fondos.



¿Habéis visto alteradas las funciones de ALDEAS por la pandemia?

Hemos tenido la suerte de contar con profesionales muy comprometidos con el trabajo que desempeñamos, compañeros y compañeras que pudieron redoblar esfuerzos para tratar de contribuir a seguir acompañando a niños, niñas y familias durante ya casi camino de estos dos años que llevaremos atravesando momentos muy difíciles. El poder atravesar estos momentos no teniendo que lamentar ERTES u otro tipo de situaciones todavía más complejas y mantener a prácticamente la totalidad de los y las profesionales, ha sido sin lugar a duda una muy buena noticia. Durante todo este tiempo hemos tenido que ir adaptando gran parte de los programas, especialmente los vinculados con la prevención y el fortalecimiento familiar, teniendo en cuenta que teníamos que hacer el esfuerzo de trasladar los programas a los domicilios de las familias debido a que los confinamientos, cierres perimetrales y demás legislación que fue apareciendo, nos permitió reinventar los programas para continuar del lado



www.aldeasinfantiles.es

MIGUEL MANAU (RESPONSABLE EN ZARAGOZA)

de la infancia y las familias en estos momentos tan complejos. Especialmente durante los primeros meses, la cobertura de necesidades básicas fue lo más necesario, debido a las situaciones de carestía que vivenciaban las familias. A su vez, convivimos con una situación global de desmantelamiento de los servicios públicos, especialmente de la sanidad y los servicios sociales, que todavía no se ha recuperado al ritmo que tenía a inicios del año 2020. El vínculo que tenemos con el sistema educativo se ha visto todavía más reforzado durante este tiempo.

¿Qué tipología de profesional trabaja en ALDEAS?

Durante este último año, en España contamos con alrededor de mil doscientos trabajadores y trabajadoras. En Aragón, con unos setenta. En cuanto a los perfiles profesionales, contamos fundamentalmente con educadoras sociales, psicólogos, trabajadoras sociales, técnicos de programa, maestras de educación infantil, pedagogos y orientadoras laborales.

¿Y los voluntarios?

Es una parte fundamental que nos refleja el compromiso y la sensibilidad de la población con las entidades y programas como los que implementamos, dedicados al trabajo con la infancia y sus familias. Como tal, disponemos del apoyo de personas que poseen distintos niveles de formación, competencias e implicación, que se adaptan a la variedad de programas con los que contamos. En la comunidad autónoma de Aragón hemos contamos en 2020, año no muy representativo debido a la pandemia, con un total de 26 voluntarios y voluntarias. El perfil del voluntariado en Aldeas Infantiles SOS Aragón es una voluntaria de entre 36 a 65 años de edad, con estudios universitarios que se encuentra trabajando y complementa su labor profesional con el voluntariado.

Os proponéis que el niño, el joven, sea lo más autónomo posible, ¿cómo lo conseguís?

Una de las premisas fundamentales es hacerlos y hacerlas partícipes de sus propios procesos de desarrollo y aprendizaje, tanto para aquellos niños y niñas que se encuentran en programas de protección, como de prevención y de autonomía. Somos una entidad que acompaña a niños, niñas y familias para que crezcan en ambientes lo más protectores posibles, con el objetivo de favorecer su desarrollo físico, mental, emocional y social. Tal y como entendemos la labor que realizamos, el acompañar a niños, niñas y familias en el desarrollo de sus propios procesos requiere que desde el primer momento participen de los mismos. Los y las profesionales tratamos de ser guías y compañeros y compañeras del camino que trazamos de forma conjunta, impulsando su desarrollo y autonomía, mediante el acogimiento en entornos familiares protectores y el fortalecimiento de sus redes familiares, sociales y comunitarias. ■

JUAN CASAMAYOR

EDITORIAL PÁGINAS DE ESPUMA

Tu editorial, con más de 20 años de vida, es considerada como la representativa del cuento, del relato, que tiende a poseer esa densidad en pocas palabras que la novela no tiene, ¿has pensado en dar el paso hacia otra extensión como es la novela o quieres seguir en esta línea?

Como dices, llevamos más de dos décadas especializados en la narrativa breve, cuento o relato, y fijate que si publicáramos novela de forma usual nunca se me haría la pregunta de si abriríamos nuestro catálogo a la poesía, el teatro o la novela entre otros géneros. Y es que el relato o el cuento parece que tiene que justificarse para existir, a pesar de la tradición que tiene sobre todo en nuestro idioma. Si visionamos a lo largo del siglo XX en las diferentes geografías del español que el cuento ha vertebrado parte esencial de la literatura. Por lo tanto, nosotros, como editorial especializada, nuestro punto de partida y de destino es la narrativa breve, es el cuento. Lo único que se observa que es un género que está rompiendo sus propios límites, lindando en la actualidad libros de cuentos que están lindando la estructura novelística o libros de cuentos que todavía son más poéticos, más simbólicos y que se asemejan a la poesía, con lo cual nuestro deseo es seguir profundizando en esta veta y, como dijo hace muchos años Fernando Iwasaki, el escritor peruano afincado en España, somos una editorial que para nada nos interesa la novela, salvo para leerlas.

Tú diste el salto a Latinoamérica. ¿Lo hiciste porque allí, tradicionalmente, el cuento ha estado más vivo?

Podría contestarte de una forma artificial diciéndote que hicimos un estudio de mercado y vimos que la proyección de la editorial en Latinoamérica podría traer como consecuencia un aumento en la venta de nuestros libros y abrir el negocio...pero no sería cierto. El editor, en primer lugar, es un lector, y yo podría decirte que incluso caí en el vicio de la lectura del cuento, y ví que un gran escritor de cuento provenía del mundo latinoamericano. Comencé a publicarles porque se le leía mucho allí, y aparte de la indiscutible calidad de los autores, detrás de ellos existían distribuidores y librerías interesadas en el cuento, y poco a poco se fue creando una cartografía de la distribución que ciertamente nos ha visibilizado mucho en los países de Latinoamérica en donde el cuento es muy importante. No quiero con ello desmerecer a otros

“O de como un aragonés, hijo y nieto de médicos, Juan Casamayor, ha acabado siendo el principal editor de libros de cuentos y relatos en España con una presencia importantísima en Latinoamérica”.

autores de cuento en España, como son los de la generación del 50 o incluso del 90, que lo ha fortalecido mucho. Lo que sí es verdad es que el lector consumado de algunos países como Argentina o Méjico no efectúa una distinción tan clara entre la elección del cuento o la novela como se hace en España. Por otra parte, no hay que olvidar que en los criterios de la industria editorial en Latinoamérica pesa mucho lo que se ha hecho desde la edición en España donde están los grandes grupos y que allí han impregnado el gusto por la novela. Pero esto no es bueno ni malo, porque por suerte, el gusto por el cuento en estos veinte años ha ido creciendo en lectores

Si te pidiera que te quedaras con un solo relato de la historia de la literatura, ¿cuál sería?

La señorita Cora, de Julio Cortázar, que relata la estancia de varios días en un hospital, desde el ingreso, de un adolescente para una intervención quirúrgica, enfocándose en la relación entre el joven y la enfermera. Una de las peculiaridades del relato de Cortázar reside en el cambio del narrador de la historia de forma abrupta, en un mismo párrafo o incluso de un punto seguido a otro. Dentro del cuento se encuentra el narrador polifónico, es decir, hay varios narradores dentro de la obra. El sentimiento que trata el

cuento es la aspiración del adolescente por desprenderse de la madre y empezar a comportarse como un hombre. Te aconsejo que lo leas si no lo has hecho ya, y deseo que te guste tanto como me gustó a mí cuando lo leí por vez primera. Cuando lo leí me ví reflejado en él y me pareció romper el espejo que separaba la ficción de la realidad.

¿Por qué cuesta tanto que el Ministerio de Cultura sea dirigido por alguien que haya vivido en ese medio, la cultura?

Más que exigirle a un Ministerio el perfil de una persona que lo lidere, le exijo una política. En las más de las ocasiones lo prioritario es que sea un buen gestor del bien público. Si en torno a ese ministro existe un buen equipo que conoce el asunto y toma decisiones coherentes, mejor. No siempre garantiza ser un buen gestor de “lo público” a alguien que provenga del mundo de la cultura, lamentablemente. La Cultura, no obstante, sigo creyendo que es un bien que no ha sido tratada como se debe. Cuando recogí en el año 2019 el Premio Nacional a la mejor Labor Editorial Cultural que otorga el Ministerio de Cultura y Deporte, ya dije que la atención a la Cultura era esa asignatura pendiente por aprobar, y sigo creyéndolo. Comentabas conmigo si fuera interesante que el Ministerio de Educación y el de Cultura caminaran más

juntos en cualquier Gobierno. Y yo te contestaba afirmativamente, porque posiblemente tengamos una buena red de bibliotecas públicas, pero... ¿están bien dotadas con los últimos títulos aparecidos? No; ¿se estimula la lectura suficientemente en los colegios...?No. Hay mucho que hacer y en ello debemos estar todos insistiendo. En Méjico, por ejemplo, he tenido compras por encima de 40.000 ejemplares para bibliotecas de aula, en el caso de que no se pueda comprar un ejemplar por alumno. En España nunca he tenido una compra en tal sentido...

¿Estimas que el Instituto Cervantes podría colaborar más con el mundo editorial?

No creo que sea una responsabilidad directa del Cervantes para con el mundo editorial, aunque nuestros autores se han movido por diferentes centros del mismo y nuestra relación es muy buena. El Cervantes debe estimular, como hace, a que nuestro idioma sea más conocido y utilizado fuera de nuestras fronteras. Y también digo que una rama del Cervantes y a su vez del Mº de Cultura llamado Acción Cultural hace un trabajo encomiable para con el mundo editorial facilitando que nuestros autores se den a conocer en las mejores ferias del libro en el mundo.

¿Piensas que las librerías han demostrado más interés y plasticidad que un gran almacén durante esta pandemia?

Es una realidad que ha tenido que ver con las condiciones sanitarias extraordinarias que estamos aún sufriendo. La proximidad del lector a esa librería de barrio, por ejemplo, ha sido muy interesante, así como lo ha sido también el descubrimiento de quien desconocía ese pequeño establecimiento que podía acercarle su libro solicitado sin necesidad de que se desplazara.

Estaréis viendo que lo digital es mínimo en la venta del libro...

Sí. Comparto lo que dices. Las cifras de Comercio Interior así lo indica. Es un canal que no supera el 5-8% del total. Lo que todo buen lector afirma es que el libro en papel es un invento perfecto y por ello inamovible. Coexistirán los dos formatos, pero con el protagonismo del papel.

¿Cómo fue la experiencia de ese taller exprés de edición que organizaste estando confinados?

Han pasado por esta sección: Jorge Herralde Anagrama · Jaime Vallcorba Acantilado · Luis Solano Libros del Asteroide · Enrique Murillo Los libros del linco · Raimund Herder Herder · Enrique Redel Impedimenta · Elena Ramírez Seix Barral · Pilar Reyes Alfaguara · Ofelia Grande Siruela · Diana Zaforteza Alfabia · Juan Casamayor Páginas de Espuma · Ana Rosa Semprún Espasa · Silvia Querini Lumen · Blanca Rosa Roca Roca Editorial · Alejandro Sierra Trotta · David Trias Plaza & Janés · Belén López Celada Planeta · Joan Tarrida Galaxia Gutenberg · Malcolm Otero Barral Malpaso · Santiago Tobón Sexto Piso · Claudio López de Lamadrid Penguin Random House Mondadori · Sigrid Kraus Salamandra · Trinidad Ruiz Marcellán Olifante · Eduardo Riestra Ediciones del Viento · Silvia Duaso Plaza & Janés · Grijalbo · Mónica Monteyns Gatopardo Ediciones · Donatella Ianuzzi Gallo Nero · Clara Pastor Elba · Maite Cuadros Maeva · Valeria Ciompi Alianza Editorial · Diego Moreno Nórdica · Juan Cerezo Tusquets · Emili Albi Ariel

Fue una medida de posicionamiento y visibilidad de las librerías. Comenzamos el confinamiento el 14 de marzo y a principios de abril la inercia editorial se detiene. No editábamos, no comercializábamos, las librerías estaban cerradas...Entonces, Páginas de espuma hizo este curso exprés en el que solo pedíamos que el asistente comprara 3 libros y nos dijera en qué librería iba a adquirirlos cuando las librerías abrieran. Lo que yo pensé que iba a ser un taller de escritura al uso de 20 personas máximo, en tres días se apuntaron 300. Fue una experiencia muy interesante porque me permitió hablar del mundo de la edición a la par que humanamente veía las caras de las personas durante tres semanas ávidas de tener futuro porque no olvidemos que, en el principio de la pandemia en España, en el mes de abril, morían entre 500 y 1.000 personas al día y no se veía esperanza...

¿Tú nunca has tenido la inclinación a escribir?

Nunca, para nada. Puedo escribir un análisis, pero de ficción no, en absoluto. Yo me califico como lector, que es lo que debe ser por principio, un editor. Otra cosa es que me guste participar en lo que escriben los escritores, porque no olvidemos que los escritores escriben manuscritos. Y entre el manuscrito y el libro ya publicado hay una elaboración en la que debe estar el editor.

¿Por qué la mujer es más lectora?, ¿influye luego en la temática de los cuentos?

Es cierto que la mujer es más lectora. Si tuviera que hacer el perfil del lector de Páginas de espuma diría que es una mujer de entre 25 y 65 años. Tradicionalmente ha leído la mujer más ficción, posee una mayor sensibilidad lectora, posee una imaginación más modelada para la lectura que el hombre. Y algo muy importante, si le gusta un libro lo transmite; es ese “boca a boca” que es el método de marketing mejor que existe.

¿Qué importancia posee la traducción al castellano en el cuento?, ¿tenemos buenos traductores?

Tenemos buenísimos traductores. Incluso en algunas lenguas muy diferentes a la nuestra, como el ruso, lenguas eslavas, el japonés... Hay una red de escritores que compaginan su escritura de ficción con esa otra ficción delegada que es la traducción. Es el caso de Eduardo Berti o Jon Bilbao entre otros muchos. ■

EL JARDINERO PLANTAS DE NUESTRO HOSPITAL

Laurel

El laurel es un arbusto o árbol perenne perteneciente a la familia de las lauráceas, a la que da nombre. Posiblemente se le conozca más porque sus hojas son utilizadas para remedios y en la cocina. Procede de cuencas mediterráneas. Su nombre nos recuerda un pasado lleno de honores las personas que lo ciñeron (la corona) sobre su cabeza considerada por algún acto de valentía o calidad poética. Es un arbusto perenne muy ramificado desde el suelo que presenta un follaje cerrado. Sus hojas con un peciolo de entre 3 y 5 cm. de largo miden 10 cm. de largo 4 cm. de ancho lanceado con el margen algo ondulado, coriácea, haz verde oscuro brillante y el envés verde claro mate. Cuentan también con un nervio central, desprenden al frotarlas un olor muy agradable, empleándolas como dijimos antes en la cocina para guisos, escabeches, etc. Las flores se localizan en plantas distintas son diminutas de color crema se disponen en las axilas de las hojas en apretados ramilletes. Solo las hembras producen fruto que son unas pequeñas vallas esféricas negras.

Cuidados: prefiere situaciones soleadas, sin embargo, se adapta a ambientes sombríos, son aptos para cualquier terreno que tenga drenaje y resistente a las condiciones urbanas, balcones, terrazas se pueden plantar en el jardín en solitario o incluso compones un seto. Se adapta a las podas severas o el arte de tallar vegetales con forma geométrica o figuras. Cuando veamos las hojas arrugadas es causado generalmente por el pulgón, ya da muy buen resultado usar un insecticida. Su reproducción puede hacerse por la siembra de las vallas o por estaquillas de un año. ■



JOSÉ MIGUEL NAVARRO



HNA. ISABEL MARTÍNEZ



De los dispositivos que más son utilizados en nuestro hospital, se encuentra el **Centro Ocupacional**. A él acuden diferentes pacientes diagnosticados de distintas patologías cuyo objetivo es lograr su disminución sintomática mediante el ejercicio de un trabajo manual. Este tipo de tratamiento ha sido siempre muy usado en nuestros hospitales, registrando éxitos en la mayoría de los diagnósticos psiquiátricos a los que se dirige.

Nuestro **huerto ecológico** sigue produciendo los productos de temporada que luego se consumen en parte del hospital, dado que su producción es escasa. No obstante, frutas y verduras sirven para enseñar qué nos puede proporcionar nuestro suelo si lo tratamos con dignidad.

El **programa de piscina** que este año se ha desarrollado con perfección, aún con la pandemia, ha sido de los más exitosos del hospital, debido al beneficio que se obtiene ante las elevadas temperaturas alcanzadas en el verano. Ya se está pensando en novedades para el próximo verano 2022. Y del mismo modo persiste el **programa de deporte y salud** para evitar el sedentarismo del paciente.

Nuestro hospital está viviendo la pandemia por COVID-19 con la responsabilidad que supone mejorar la salud psíquica de nuestros pacientes. En ningún instante ha rebajado su esfuerzo, sabiendo la fragilidad existente frente a un virus del que no se tiene experiencia en ninguna parte del planeta. El grado de inmunidad y las diferentes posibilidades de control ante el virus son las que recomiendan las autoridades sanitarias siguiendo los protocolos de forma responsable. Los pacientes aquí ingresados están vacunados correctamente y las instalaciones han sido reconvertidas para evitar los contactos (nunca hay riesgo 0) si los hubiera.



En esta nueva temporada de abejarradio.fm comenzamos una nueva actividad con **Abejar Radio On Road**, en donde el equipo de nuestra radio se desplazará a distintas localidades para llevar a cabo distintas entrevistas y dar a conocer Aragón llevando la sensibilización en materia de salud mental a los distintos destinos de nuestra comunidad autónoma. Los primeros destinos fueron Muel donde nos recibió su alcalde D. Israel Remón y Quinto con su alcalde D. Jesús Morales. Abejar Radio es un proyecto integrado mayoritariamente por personas con trastorno mental grave nacido el 10 de octubre de 2017, Día Internacional de la Enfermedad Mental. Su objetivo es colaborar en la rehabilitación de los pacientes que participan en ella. Por ello trabajan la normalización social de personas con trastorno mental grave. El pasado 22 de octubre fue premiado en la localidad oscense de Barbastro por el Colegio Profesional de Trabajo Social de Aragón como buena práctica de trabajo social en salud mental.



En la tercera semana de septiembre, en el Centro de Congresos Fray Luis de León (Guadarrama-Madrid), se reunieron un grupo de 70 personas entre hermanas y colaboradores para participar en la **I ASAMBLEA DE EVALUACIÓN HOSPITALARIAS ESPAÑA**. En el encuentro se hizo balance de los proyectos puestos en marcha en el último trienio y se planificaron nuevas iniciativas y estrategias para dar respuesta y cumplir con los compromisos adquiridos en el I Capítulo Provincial de Hermanas Hospitalarias España para acoger con fuerza el siguiente trienio 2022-2024. La responsabilidad de nuestra institución obliga a efectuar revisiones periódicas como esta para que la calidad siempre impere en nuestros centros.

Recientemente se ha colocado esta construcción en la entrada del hospital con la denominación corporativa del Centro.



La **Dra. Elena Andrés** presentó la ponencia *El respeto a la autonomía del paciente institucionalizado* en el VIII Simposio aragonés de Comités de Bioética en el mes de octubre. Muy bien recibida la ponencia, fue componente de parte del debate del simposio.



ASAPME 2021

La Junta Directiva la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental ASAPME, decidió por unanimidad otorgar el Premio ASAPME 2021 al "Centro Neuropsiquiátrico del Carmen", que tan eficazmente gestionáis, por vuestro encomiable trabajo en la atención de personas con trastorno mental grave, especialmente ante las dificultades añadidas a las que han tenido que hacer frente durante la pandemia.

Este galardón, se otorga cada año coincidiendo con la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, desea reconocer a personas o entidades su importante papel en la atención social de las personas que padecen una enfermedad mental o que están en situación de vulnerabilidad. El acto de entrega tuvo lugar el 8 de octubre en la Sala de la Corona del Gobierno de Aragón (Edificio Pignatelli), en el transcurso de una jornada conmemorativa. Por la pandemia de coronavirus, el aforo será limitado, aunque se retransmitirá en directo por nuestro canal de YouTube. Nos pondremos en contacto con vosotros para informar del protocolo COVID19 y de asistencia.

(Texto original enviado al gerente de nuestro hospital, como representante principal del mismo)

Este premio supone un hito en el camino iniciado para prestar una atención basada en el valor, centrada en la persona. Una atención equitativa se dirige a todos, eficiente en sus procesos y eficaz en los resultados, que busca generar seguridad en lo que hacemos, satisfacción en cómo lo hacemos e integración para quien lo hacemos.

Supone una oportunidad de liderar de una manera nueva, más positiva e impactante para construir un Centro y una sociedad en el que se PRACTICA LA HOSPITALIDAD.

SELLO RSA

La Mesa RSA, compuesta por CEOE Aragón, Cepyme Aragón, UGT Aragón, CCOO Aragón y el Gobierno de Aragón ha concedido el **Sello RSA+ 2022** al Centro Neuropsiquiátrico NS del Carmen.

El día 15 de diciembre de 11.30 a 13.30 h. se celebró la Jornada Anual del Plan RSA, en la Sala Mozart del Auditorio de Zaragoza y en la que se entregaron los Premios RSA 2021 y los Sellos RSA 2022 y RSA+ 2022.

La Mesa de la Responsabilidad Social de Aragón, que coordina la implantación del Plan RSA, formada por CEOE Aragón, CEPYME Aragón, UGT Aragón, CCOO Aragón y el IAF en representación del Gobierno de Aragón, aprobó la creación en 2018 del Sello RSA+, que busca impulsar que las organizaciones poseedoras del Sello RSA profundicen en aspectos clave de la Responsabilidad Social Corporativa.

Los aspectos clave que impulsa el Sello RSA+ son:

- La conciliación de la vida personal, familiar y laboral, alineándose con las directrices impulsadas por la Dirección General de Igualdad y Familia
- El impulso de la igualdad en todo tipo de organizaciones, primando las mismas oportunidades y el principio de no discriminación
- El voluntariado y acción social, promocionándose la colaboración entre empresas y entidades de carácter no lucrativo, con el objetivo de que sea una relación estable entre ambas y fomentando la utilización de la Ventana de la Cooperación
- La implicación de las organizaciones en la promoción de la cultura en Aragón, impulsando su relación con el entorno.
- El compromiso de las organizaciones con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el cumplimiento de la Agenda 2030 de Naciones Unidas.



■ GALERÍA CARMEN TERREROS

En la **Galería Carmen Terreros** ha expuesto durante el mes de septiembre y octubre el pintor **Manuel Oyonarte**, reconocido por su vertiente plástica contemporánea. El título de la exposición fue *PENSANDO LO IMPENSABLE* representación en un espacio bidimensional la realidad más palpable de cómo la entiende. El artista trata de desnudar su interior, acercar lo que en nada tiene que ver con lo que las más de las veces puede verse. En el mes de noviembre le ha seguido la artista **Conchita de la Cueva** con su muestra *Espectadores*, en donde se aprecian miradas de personas que nos miran mientras somos nosotros quienes les observamos.



■ GALERÍA KAFELL
SÁNCHEZ vs. MIRA

En la **Galería Kafell** se ha expuesto en el pasado noviembre una muestra de obras de **Nicolás Sánchez vs. Víctor Mira**. La muestra se inscribió dentro de la semana *Una semana de locos*, que se integró dentro de una serie de actividades culturales para visibilizar la enfermedad mental. De Víctor Mira se muestran pinturas y dibujos que en algunos casos permiten establecer la filiación directa con su reconocible estilo (cruces, amor y muerte, eros y tánatos), y en otros casos nos muestran a un Mira distinto, menos intenso y más vital. En lo que respecta a Nicolás Sánchez, la exposición reúne cuadros de gran formato y vigorosa vena expresionista que, completándose con una serie de espléndidos autorretratos que desvelan el alma introspectiva y escrutadora del artista oscense.



■ AÑO GOYA

Este año se celebra el **Año Goya** como 275 aniversario de su nacimiento en Fuendetodos (Zaragoza). Conferencias, debates, programas de TV, réplicas de su figura por las calles de Zaragoza efectuadas por reputados artistas de nuestra comunidad, exposiciones centradas en el **Museo Goya Colección Ibercaja** (reconocida con el premio Mérito al Turismo otorgado por el Gobierno de Aragón), situado en el Museo Camón Aznar en donde se centra una extraordinaria producción gráfica del artista aragonés en diferentes etapas de su vida, junto a otros artistas como Picasso, durante las Fiestas del Pilar, con la muestra *Mirada de juventud*, que recogió la producción más temprana de Picasso inspirada por la obra de Goya tras descubrirlo por primera vez en 1895 en una visita al Museo del Prado o *La tauromaquia como fiesta*, con obras que tienen como protagonista el mundo del toro del que ambos eran aficionados, así como otras actividades que han dado aún más visibilidad a este gran artista que fue Goya, precursor social de una contemporaneidad que se abrió paso mediante sus obras relatando la realidad de su tiempo mediante sus obras. Y también se ha reunido con él otro talento creativo, el del cineasta **Carlos Saura**, quien ha efectuado un cortometraje que estremece al que lo ve en el **CaixaForum Zaragoza** como un potente alegato contra la guerra. Subvencionado por la DGA y Aragón TV, rodado por el director oscense en homenaje al genio de Fuendetodos, **'Goya, 3 de mayo'** recrea lo que pudo ocurrir justo antes de las ejecuciones pintadas por Goya en uno de sus cuadros más famosos, dramáticos y difíciles de olvidar. Todo «un tótem sobre la guerra», según el propio Saura. También se exponen reproducciones de algunas estampas de la serie de grabados 'Desastres de la guerra', realizada por Goya entre 1810 y 1815.

Un gran estudioso de su obra, **José Luis Ona**, autor del extraordinario libro *Goya y su familia en Zaragoza*, quien con un minuciosísimo acercamiento a su perfil personal mediante el seguimiento de todos los lugares en donde estuvieron viviendo él y su familia nos descubre esa precariedad económica por la que pasó en su infancia y adolescencia hasta que viaja a Italia con poco más de 23 años y comienza a escalar social y económicamente. Todo eso le proporcionará al de Fuendetodos una visión muy precisa de cómo era la vida en su alrededor, tener opinión propia y poder argumentarlo en sus obras, como fue el caso de los *Desastres de la guerra*. Por todo ello no es exagerado decir que Goya es universal y sobre todo actual.



■ GALERÍA CRISTINA MARÍN
LORENA DOMINGO

En la **Galería Cristina Marín** expuso hasta noviembre bajo el título *La quietud de lo efímero* sus últimas obras la artista **Lorena Domingo** pinturas sosegantes, templadas y de suave colorido como ya caracterizan a la artista.

■ TEATRO PRINCIPAL LA PALMA

Nuestra comunidad también se ha sensibilizado con la catástrofe producida por el volcán Cumbre Vieja en la Isla de la Palma, y la Casa de Canarias en Aragón en colaboración con el Ayuntamiento de Zaragoza, organizaron en el Teatro Principal una gala solidaria en favor de los damnificados. Artistas aragoneses y canarios se citaron en este acto solidario que contó con la participación del cantante tinerfeño Caco Senante, las formaciones vocales Hamster Vocal Ensemble, agrupación vocal aragonesa compuesta por quince voces, bajo la dirección de Víctor Jiménez Puente; la formación B VOCAL, conocida mundialmente por sus interpretaciones *a capella*, el coro juvenil AMICI MUSICAIE, la gran pareja de cantadores aragoneses de jota compuesta por Nacho del Río y Beatriz Bernad y otros muchos artistas que consiguieron una recolecta económica que fue enviada a la isla.



VIII SIMPOSIO DEL CBA

6 y 7 de octubre 2021

Un año más, EL CBA y la Red de CEAs de Aragón ha organizado el simposio anual que ha servido para debatir temáticas que nos ocupan y preocupan para el desarrollo de nuestro trabajo. A continuación se adjunta el programa del mismo y las personas que participaron en él. Nuestro hospital estuvo representado por la **Dra. Elena Andrés Bergareche**, quien presentó la ponencia: "El respeto a la autonomía del paciente institucionalizado".

PROGRAMA:

1. "Retos ético-legales de la telemedicina: la reivindicación del contacto humano". Federico de Montalvo Jääskeläinen. Comité de Bioética de España. Presidente.
2. "Nuevos retos en atención primaria: la ética de la consulta no presencial". Nuria Val Jiménez. EAP Actur Sur. Médico de Familia.
3. "Retos éticos en la investigación en Telemedicina". Adolfo Muñoz Carrero. Inst. Salud Carlos III. Jefe de la Unidad de Investigación en Telemedicina.

Moderadores: Juan Coll Clavero y Rogelio Altisent Trota. Juan Coll Clavero, director general Transformación Digital, Innovación y Derechos de los Usuarios (Departamento de Sanidad) y Rogelio Altisent Trota, presidente del Comité de Bioética de Aragón.

Mesa 1 Comunicaciones

- CEA Alcañiz. "2020: El año que cambió el mundo (y la Bioética)". María Mateo López. MIR Medicina Familiar y Comunitaria. 2. CEA Zaragoza III. «Las otras víctimas del Covid». Pilar Bueso Inglán. Especialista en Oncología. 3. CEA Huesca. "Resultados preliminares del estudio del impacto sanitario y trascendencia por la pandemia del Covid 19 en el Área de Huesca". Loreto García Moyano. Enfermera. Presidenta del CEA Huesca. 4. CEA Hosp. San Juan de Dios. "Aspectos éticos que han influido en el cuidado del paciente renal en tratamiento de hemodiálisis". Susana Calle Pérez. Enfermera. 5. CEA Calatayud. "Estudio sobre la aplicación del C.I. en el sector de Calatayud. Conclusiones y propuestas de mejora". Beatriz Bosca Albert. MIR Medicina Familiar y Comunitaria. 6. Comité Ético de Investigación Clínica (CEICA). "Consecuencias de la pandemia sobre la evaluación ética de los proyectos y estudios de investigación con personas". María González Hinjos. Farmacéutica. Técnico área investigación. Secretaria Comité Ético de Investigación Clínica. 18:00 - 19:00.

Mesa 2 Comunicaciones

- CEA Barbastro. "Aspectos éticos de la telemedicina, en tiempos de pandemia por COVID-19". Teresa Borrueal Calzada. Enfermera. Presidenta del CEA Barbastro. 2. CEA Zaragoza I. «La salud mental de los sanitarios en época Covid 19». María Colomer Sagaste. Psicóloga. 3. CEA Hosp. Ntra. Sra. del Carmen. "El respeto a la autonomía del paciente institucionalizado». Elena Andrés Bergareche. Psiquiatra. 4. CEA Teruel. "Actuaciones llevadas a cabo por el CEA de Teruel con relación a la Ley orgánica 3/2021 de regulación de la eutanasia". Silvia Benito Costey. Pediatra del HOP y vocal CEA Teruel. 5. CEA Zaragoza II. "Calidad asistencial, humana y pandemia. ¿Incompatibles?". Ainhoa Jiménez Olmos. Pediatra. Cuidados Intensivos. HUMS. 6. Comité de Bioética de Aragón "Presente y futuro de la telemedicina: cuestiones éticas". María Teresa Delgado Marroquín. Médico de Familia. CS Delicias Norte. Vocal CBA.

Enlace de Youtube: <https://bit.ly/3wQFW8b>

Decía Cicerón que «un hogar sin libros es como un cuerpo sin alma» y Jorge Luis Borges siempre imaginó «el paraíso como una especie de biblioteca». Balzac confiaba en los libros porque «la lectura nos trae amigos desconocidos» y Ramón Gómez de la Serna consideraba que «el libro es un pájaro con más de cien alas para volar». Estas frases no han sido nunca más integradas en nuestras mentes como en estos momentos casi pasados pero nunca olvidados. Los libros nos han acompañado a superar los malos días, el dolor de las pérdidas, la esperanza de que todo iba a pasar...



PALABRAS MÁGICAS PARA TIEMPOS DIFÍCILES: problemas y soluciones en tiempos del coronavirus
Cristina Núñez y Rafael R. Valcárcel
Palabras aladas ediciones
www.palabrasaladas.com
Pgs. 85

Excelente libro dirigido a padres, tutores y profesores que están en contacto con niños y adolescentes. Colocarse frente al desafío de lo desconocido no siempre es fácil, y menos para personas que no están acostumbrados a ello. El libro habla de incertidumbre, adaptación, planificación, empatía, impotencia, caos, sentido del humor, etc. O lo que es lo mismo, los problemas a los que nos estamos enfrentando. Y habla de cómo encauzarlos.



LOS DÍAS PERFECTOS
Jacobo Bergareche
Libros del Asteroide
www.librosdelasteroide.com
Pgs. 177

Cuatro ediciones lleva ya este excelente libro que titula el autor con las palabras de Abderramán III. Explica el poderoso califa omeya los enormes bienes de que ha disfrutado: medio siglo de glorioso reinado, arropado de riquezas, honores y toda clase de bendiciones terrenales. Sin embargo, remata el emir, solo logró 14 días «de pura y genuina felicidad». Esto conforma la esencia del libro que es más que recomendable.



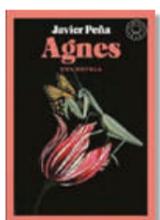
BAJO LA PIEL
Gregorio Martínez Villén
Autoedición
Pgs. 230

Escrito en primera persona, el libro cuenta la experiencia vital de uno de los mejores cirujanos ortopédicos del país y residente en nuestra ciudad, su deseo de ser médico desde la niñez, y aunar la reflexión que proporciona esta profesión con la rutina diaria de una vida. A ello añade la querencia hacia el deporte de la escalada de montaña que le llevó a diferentes partes del planeta viviendo situaciones de difícil olvido. Extraordinariamente recomendable.



LOS VENCEJOS
Fernando Aramburu
Tusquets editores
www.planetadelibros.com
Pgs. 698

El autor relata la vida de Toni, un profesor de instituto que, enfadado con el mundo, decide poner fin a su vida, fechando incluso su nacimiento. Durante ese tiempo redactará cada noche una crónica personal con la que pretende hallar las razones que le han llevado a tomar una decisión tan drástica. Y así describe una sucesión de episodios sociales, amorosos, relativos a la política que vivió, familiares, y otros, en los que paradójicamente, detalla una inolvidable lección de vida.



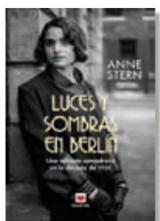
AGNES, una novela
Javier Peña
Blackie books
www.blackiebooks.org
Pgs. 310

Agnes es una periodista cuyo nuevo dueño de la revista en que trabaja le ofrece un reto: conseguir la entrevista de un escritor que es la estrella del momento y le dará el sueldo de un año, hasta entonces, está despedida. Ella descubrirá unas «casualidades macabras» que le relacionan con las mujeres con las que se cruza el escritor y que a él nunca le afectan...



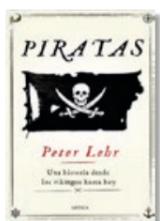
HOTEL FLANAGANS
Asa Hellberg. Traducido por Carmen Montes Maeva. www.maeva.es
Pgs. 364

El comienzo de la novela se centra en la noche de fin de año de la década de los 50 y comienzo de los 60 en el hotel Flanagans en Londres. Allí se tenderá la amistad entre tres mujeres y sus vidas, muy distintas, con inconvenientes y necesidades variados. Un muy buen comienzo de otra novelista sueca de novela negra, amiga de otra triunfadora en esta editorial de nombre Camila.



LUCES Y SOMBRAS EN BERLÍN
Anne Stern. Traducido por Susana de Andrés Maeva. www.maeva.es
Pgs. 346

Thriller en el que la protagonista es una comadróna en un Berlín herido tras la 1ª Guerra Mundial. Muy popular en su barrio (Bülwobogen) en donde ejerce su profesión, Hulda cuida a una mujer embarazada que le cuenta la muerte de un vecino de forma aparentemente accidental en el canal Landwehr. Sin embargo, algo no encaja... y ante la pasividad del comisario encargado del caso intervendrá la joven comadróna.



PIRATAS
Peter Lehr. Traducido por Yolanda Fontal Critica. www.ed.critica.es
Pgs. 267

Excelente ensayo en el que el autor desentraña cómo surgieron los piratas y qué tácticas utilizaban para saquear los barcos y regiones costeras. Asimismo, desentraña la figura del corsario que actuaba bajo una autoridad legítima frente al pirata que obedecía solo a su querencia. Por otro lado, habla también de la debilidad de la vigilancia costera que favorece que, incluso en nuestros días, este fenómeno subsista.



UNA JOVEN PAREJA
Marcos Ordóñez
Pepitas de calabaza
www.pepitas.net
Pgs. 285

Una historia de amor, dos jóvenes, sus deseadas citas, la convivencia, de la pérdida, y la banda sonora del ambiente en que se desenvuelve, esos magníficos ochenta que relata como pocos el escritor. Probablemente lo mejor de la novela sean los diálogos, escritos con la plucritud de quien desea convencer de lo que escribe para que sintamos lo que él sentía al escribirla. Muy recomendable.



FIN DE TEMPORADA
Ignacio Martínez de Pisón
Seix Barral
www.seix-barral.es
Pgs. 372

Historia de una madre con un hijo sobreprotegido que, al llegar a la mayoría de edad, se plantea vivir por sí mismo. La trama fundamental es un secreto que su madre trata de esconder y del que se entera el chico al tratar de reconstruir su infancia y juventud. La historia habla de la posibilidad de haber llevado otras vidas y de cómo los errores se pueden repetir siempre.



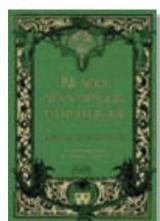
EUROPA, VOCACIÓN Y DESTINO DE ESPAÑA
Marcelino Oreja
CEU edicionesencuentero.com
Pgs. 301

Libro que reúne conferencias y discursos impartidos por este político español en los que figura el deseo europeísta tanto de nuestro país como de él mismo en sus diferentes lugares y responsabilidades en los que se ha visto inmerso. Sus escritos denotan la necesidad que ha tenido y tiene nuestro país de nutrir el continente, y de lo que siempre ha podido aportar.



EL MEJOR ESCRITOR DE SU GENERACIÓN
Juan Bonilla
El paseo
www.editorialpaseo.com
Pgs. 184

La novela del Premio Nacional de narrativa 2020 fabula sobre la presión que un escritor siente tras el éxito de su anterior libro. Se encuentra ante una crisis narrativa y acomete entonces el relato que siempre quiso hacer, la historia de un viejo aristócrata decadente y muy peculiar. Se lee muy bien y demuestra la solidez escritora del autor.



NI AQUÍ NI EN NINGÚN OTRO LUGAR
Patricia Esteban
Páginas de espuma
www.paginasdeespuma.com
Pgs. 248

Excelente obra en donde la escritora reconstruye el universo de los cuentos populares firmados por los hermanos Grimm o Andersen para este siglo XXI. Solo alguien con una mente tan plástica como la autora sabe cómo adentrarnos en esas fábulas y cuentos en los que priman el clima fantástico junto al odio, intriga, muerte, terror y perversidad envueltos en un lenguaje poético típico de ella. Espléndida elaboración de la editorial que le convierte en un libro de culto.



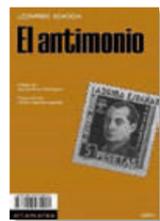
SANGRE TURBIA
Robert Galbraith. Traducido por Gemma Rovira Salamandra
www.penguinlibros.com
Pgs. 1.063

J.K. Rowling (autora de la exitosa serie de libros sobre Harry Potter), bajo el seudónimo de Robert Galbraith, presenta la quinta entrega del detective Cormoran Strike, sobre un caso que lleva 40 años sin resolverse. La autora posee una envidiable capacidad para gestionar el tiempo narrativo e introduce elementos de tensión diseminados por el texto huyendo de los golpes de efecto y de los giros de guion constantes. Muy interesante.



LA CHICA DE JAMAICA
Josemari Iturralde
El Desvelo Ediciones
www.eldesvelo.es
Pgs. 290

Su autor define a la protagonista como la creadora de una sucesión ininterrumpida de relatos en donde ella, Dafne, narra sus peripecias hasta que recalca finalmente en el País Vasco coincidiendo con la noticia de que ETA ha anunciado su decisión de abandonar las armas definitivamente. Entonces decide que es una buena idea residir en esa tierra, aunque solo sea temporalmente.



EL ANTIMONIO
Leonardo Sciascia
Traducción de Carlos Clavería Altamarea
www.altamarea.es
Pgs. 94

Excelente novela sobre la inutilidad de las guerras. Cuenta la historia de un joven que enrolado en una guerra reflexiona sobre los ideales y las paradojas a los que se enfrenta. Texto antibélico escrito con mucha sensibilidad y aun así, crudeza.



LA TIRANÍA DE LAS MOSCAS
Elaine Vilar Barrett
www.editorialbarrett.org
Pgs. 304

Brillante y feroz novela. Descenso a los infiernos de una 'familia' (por llamarlo de algún modo), que vive aterrizada por la figura de un padre militar que cree que puede educar a sus hijos en el terror, como una dictadura controla a sus siervos. Creadora de personajes muy sugerentes y dispares, la autora es una excelente voz latinoamericana con mucho futuro.



DIARIO DE UNA SOLEDAD
May Sartón. Traducido por Blanca Gago Gallo Nero
www.gallonero.es
Pgs. 214

Excelente libro que posiblemente desconoceríamos sin la aportación que la editora Donatella Ianuzzi efectúa con su publicación, y que trata sobre la necesidad de conocerse en profundidad. La autora se vale de una especie de diario en donde posa sus confianzas y desvelos. Es aconsejable leerle también otro libro, magnífico, como éste: Anhelos de raíces.



EL VIAJE DE ANDRÉS
Svend Brinkmann. Traducido por María Rosich Ned. www.nedediciones.com
Pgs. 292

El autor, psicólogo danés, escribe un libro ideal para trabajar temas de filosofía y ética en los institutos, aunque el rigor de sus contenidos y la profundidad de sus reflexiones sirve para todos los públicos. El protagonista, que atraviesa una depresión, iba a efectuar un viaje por toda Europa con su abuela, que enferma súbitamente. Sin embargo seguirá un itinerario propuesto por su ella mediante Skype y con un libro que deberá leer: ¿Qué es el ser humano?. La historia del arte y de los países le descubrirán la esencia de quién debe ser. Muy interesante.



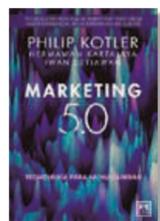
BOSTON. Sonata para violín sin cuerdas
Todd McEwen. Traducido por Enrique Maldonado Automatica
www.automaticaeditorial.com
Pgs. 297

Los editores se protegen ya de entrada del libro advirtiéndolo que se trata de una sátira inmisericorde de la sociedad actual, políticamente incorrecto... y una serie de indicaciones que hace adoptar la obra como un experimento que puede explotarle sobre las manos y que sin embargo se le puede comparar con La conjura de los necios, pero más aguerida aún y sin por ello repudiarla.



EL ARTÍFICE
Las García Paz (Karla y Ninoska García)
PCM Books
www.amazon.com
Pgs. 255

Novela ambientada entre finales de los 50 y principios de los 60 que relata un viejo caso de corrupción asociado al tráfico sexual de mujeres y niñas, represión y crímenes que sufre un pueblo en un país ficticio de Latinoamérica. El teniente Alfredo Torralba, con su trabajo de investigación y su incorruptible carácter se convierte en el Artífice de un cambio.



MARKETING 5.0. Tecnología para la humanidad
Philip Kotler. Traducido por Cecilia González Lid. www.LIDeditorial.com
Pgs. 214

Interesantísimo libro que aborda una temática que no deja insensible a nadie, dado que la aplicación de las nuevas tecnologías que imitan al ser humano se han introducido en tal medida en nuestras vidas que obliga a no ser ignorante en torno a cómo se comporta la Inteligencia Artificial o cualquiera de las herramientas digitales en casos concretos que no se nos escapan.



CÓMO ENTENDER EL ARTE
Janetta Rebold. Traducido por Anton Anton Blume. www.blume.net
Pgs. 165

Excelente texto de carácter divulgativo que abarca desde qué se entiende por arte a cómo se analizan las diferentes tendencias o cómo hay que buscar la opinión sensata sobre una obra de arte o un estilo concreto. Se lee muy fácilmente y permite poseer esa «pátina» cultural que es estimable ostentar.



LOS ÁNGELES ME MIRAN
Marc Pastor
Alianza editorial
www.alianzaeditorial.es
Pgs. 433

En las buenas historias criminales la ciudad es un personaje más. La Barcelona de Pastor suena conocida con problemas de prostitución, drogadicción y barrios marginales. No es crítica social, sino un simple reflejo de una realidad en la Ciudad Condal y sus múltiples problemas. También lo es a su manera la ucronía que plantea el autor, donde el conflicto catalán de otoño de 2.017 se eleva más aún de lo que sucedió en realidad, con conflicto armado, muertes y un país dividido.



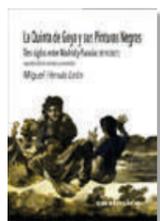
CUANDO VIAJAR ERA UN ARTE. La novela del Gran Tour
Attilio Brilli. Traducido por José Ramón Monreal Elba. www.elbaeditorial.com
Pgs. 225

Brilli se centra en la época en que viajar al sur, significaba un redescubrimiento: del arte, de la capacidad de enamorarse, de los orígenes de la cultura occidental y del sol. Esos años, entre los siglos XVII y XIX, fueron los que propiciaron el tipo de viaje conocido como Grand Tour. Crea un canon del arte de viajar, en donde se recrean otras artes que pertenecen a una clase social acomodada y con un desarrollo intelectual privilegiado. Excelentemente nostálgico.



LA TRADUCTORA
José Gil y Goretta Irisarri
HarperCollins Ibérica
harpercollinsiberica.com
Pgs. 314

Novela basada en la cita que Franco tuvo con Hitler en Hendaya. Elsa, la traductora, es solicitada para cumplir con su trabajo sin saber que será el comienzo de una aventura personal difícil de conocer su fin. Aventuras interesantes en las que se verá involucrada en unos tiempos en los que la Segunda Guerra Mundial será la protagonista en su vida. Muy interesante.



LA QUINTA DE GOYA Y SUS PINTURAS NEGRAS
Miguel Hervás Casimiro
www.casimirolibros.com
Pgs. 223

Miguel Hervás, anticuario y coleccionista de arte, es un gran entendido que recoge en el libro aspectos desconocidos sobre la Quinta comprada por Goya en 1819. En 1820 pintó sus paredes con fascinantes y sombríos motivos. Poco después, la «Quinta del Sordo» y las Pinturas Negras cayeron en el olvido. Hervás recoge en este libro cómo en 1873 un financiero internacional, el barón Frederic Emile d' Erlanger, adquiere los terrenos y la cada vez más ruinoso casa, con el objetivo de salvarlas de su progresivo deterioro. Salvadas, las Pinturas dieron pie a toda suerte de interpretaciones; derruida, la Quinta acabó sumida en el misterio.



EL SIGLO DE LA SOLEDAD
Noreena Heertz. Traducido por Fernando Terrojo Paidos. www.paidos.com
Pgs. 305

Libro que analiza el fenómeno de la soledad en esta época tan complicada para el ser humano. La autora, una destacada profesora de la University College de Londres, abarca las diferentes causas que pueden incidir y cómo influyen en los diferentes individuos, y sobre todo, es un libro que nos iguala, por lo negativo que esta sociedad tiene. Muy interesante.



LA DAMA DEL PRADO
Alejandro Corral
Ediciones B
www.penguinlibros.com
Pgs. 519

El autor une de nuevo arte e historia, sus dos grandes pasiones, en esta intrigante trama y con un contexto profundamente documentado. Las enigmáticas fotografías de una joven y un retrato de ésta posando como la Mona Lisa son el comienzo de una intriga en manos de un joven escritor e investigador de Historia del Arte que, tras el éxito de sus primeras novelas, teme no estar a la altura de las expectativas con la siguiente.



MIGUEL ÁNGEL DE UÑA
PSIQUIATRA



El telar mágico de la mente. Mi vida en la neurociencia

JOAQUÍN M. FUSTER

Prólogo de José Antonio Marina
Ariel. www.arieditorial.com

Llegó tarde este libro, pero creo que precisa una encendida recomendación. Es difícil anar los calificativos riguroso y delicioso criticando un libro. Éste, los merece, desde el imprescindible prólogo de Marina, hasta su punto final, logrando que la dificultad del recorrido que se oferta desde la más puntera investigación cerebral se vea aliviada por la narración de una vida nada excepcional, pero capaz de transmitir entusiasmo por la obra bien hecha, por los muchos que participan en su construcción, demostrando una naturaleza personal sensible, educada (en el sentido “antiguo” del término) y generosa. El autor, hermano del cardiólogo Valentín Fuster, tan importante como él, pero mucho menos conocido (¡ay, el atavismo que rodea al corazón!), ha desarrollado su labor como neurocientífico en instituciones universitarias norteamericanas. A sus 90 años cree llegado el momento de la recapitulación biográfica, dando una lección de cómo se puede hablar de su papel en los descubrimientos neurológicos del último siglo, sin darse la desmedida importancia habitual en estos narcisistas tiempos, aun mostrando su orgullo por el reconocimiento que ha tenido su obra, la falsa modestia no es uno de sus vicios.

Un recorrido desde la temprana curiosidad por la conducta humana que provocaban los pacientes de su padre, psiquiatra barcelonés con un pequeño hospital privado, donde vivía con la familia, a la atención suscitada por los dibujos de Cajal que veía en la biblioteca paterna y a la inteligente asociación que hace de esas precoces curiosidades, con las ideas de Luis Vives, aprendidas con el rigor de un colegio de jesuitas en la posguerra. La “asociación” de distintas funciones de la mente, presente en el humanista valenciano, será el hilo conductor para Joaquín Fuster en su búsqueda científica de instrumentos que permitan explicar la complejidad de los procesos mentales. Y cómo Vives, dará a la atención y a la memoria, tan denostadas hoy, “un papel central para la funcionalidad mental: aprendizaje, retención de experiencias, imaginación, recuerdo, razonamiento, emoción, educación, arte y vida social”. Todo su trabajo científico, sus descubrimientos instrumentales para facilitar la investigación, le ha llevado a ser uno de los principales investigadores del papel integrador de la corteza prefrontal, con su sutil aparato activador-inhibidor, de los mecanismos íntimos de la memoria de trabajo, que él prefiere llamar “operante” con buen criterio, de los componentes de hacen de la atención el elemento, con la memoria, que permite una interacción con el medio ambiente, logrando el desarrollo del mecanismo de percepción-acción, que es la plasmación teórica de sus investigaciones sobre el funcionamiento de la conducta.

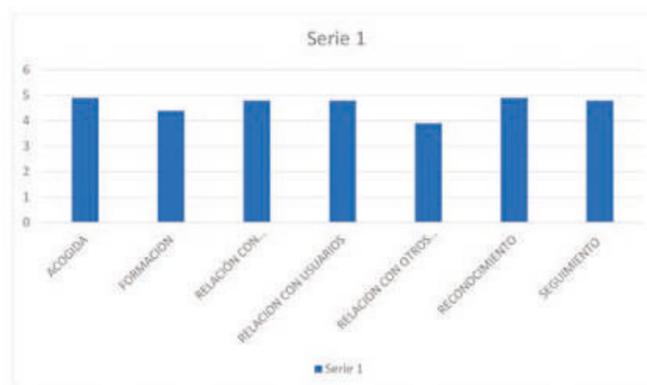
Tuvo descaro para escribir a Horace Magoun (descubridor con Moruzzi de la función activadora de la Formación Reticular), consiguiendo una invitación para emprender carrera investigadora en California, codeándose con la pléyade de investigadores de todos los campos que han aportado conocimiento a la neurología, a la genética, a la inteligencia artificial en los últimos sesenta años: Magoun, James Olds, Arnold Scheibel, Otto Creutzfeldt, Sam Weimberg, Louis West, Walter Freemann, Francis Crick y los miembros del exclusivo y prestigioso Club Helmholtz....Su interés ha sido la neurociencia, pero en su camino ha sentido atracción por el psicoanálisis, dado que el inconsciente es una de las memorias, las alteraciones conductuales relacionadas con la psicodelia (Aldous Huxley se interesó por sus investigaciones), por la medicina psicosomática, reconociendo su deuda con Rof Carballo, nunca ha dejado de ejercer de la clínica psiquiátrica ni ha dejado de mostrar interés por la pedagogía....Una de sus páginas más amenas habla de cómo investiga la ausencia de cefaleas en el pájaro carpintero o del conocimiento de la faceta “psicológica” del nobel economista Frederick Hayek, con quien mantiene relación y cuyo “El orden sensorial” ha traducido al español. La posibilidad brindada por Horace Magoun para trabajar en la dinámica California, le libró de la fosilizada universidad española (no ha mejorado demasiado), proporcionándole una experiencia de asociación -su palabra favorita- con mentes abiertas a la integración de conocimientos y de recursos en la consecución de objetivos, algo que solo las sociedades abiertas son capaces de facilitar. El crecimiento de Fuster como neurocientífico es paralelo al de los centros de actividad teóricos e instrumentales que han hecho de la costa oeste norteamericana el polo tecnológico más importante de nuestro tiempo. Y eso también lo sabe reflejar la cordial narración de Joaquín Fuster, sirviendo de enseñanza para quien quiera abandonar la estrechez endogámica que empobrece la investigación en nuestros lares. Un libro, lección de la última investigación neurológica, de la historia de la neurología en su conjunto y, sobre todo, una lección de vida. ■

La lectura es primordial para quienes trabajamos en el mundo de la mente. Leer nos ayuda a escribir lo que escuchamos y podemos llegar a comprender, para ayudar a mejorar al que nos necesita. El Dr. De Uña, responsable de esta sección en donde aúna su profesión de psiquiatra con la de lector empedernido y escritor también de sesudos libros, escudriña en la actualidad literaria y científica de textos que puedan interesarnos. (Redacción)



RAÚL TORRES voluntariado.zaragoza@hospitalarias.es

con nuestra Institución, y nuestros profesionales y usuarios.



Su resultado: Hubo un elevado índice de participación de este año: 79%, lo que supone un aumento con respecto al dato de años anteriores, en que esta cifra rondaba el 60%. A continuación, observamos que la satisfacción con el voluntariado en nuestra Institución es valorada de manera satisfactoria por la totalidad de las personas que han contestado nuestra encuesta, cuyos resultados mostramos en el siguiente gráfico. Y de ello, lo principal fue la acogida que se les ofrece y el reconocimiento que se presta a su actividad, siendo lo peor valorado la relación con otras personas voluntarias, dato que no es de extrañar, ya que como muchas voluntarias señalan en su respuesta la interacción entre personas voluntarias de nuestro centro es escasa, fruto del incremento de actividades fuera de nuestras instalaciones al tratar de hacerlas más accesibles al conjunto de personas voluntarias. Por este motivo se instauró la celebración de encuentros trimestrales en Zaragoza, en los que poder juntarnos voluntarias y coordinador al mero efecto de tomar un café, compartir experiencias e ir conociéndonos mejor. A la vista de los resultados cabe señalar que la acción no ha sido suficiente, si bien es cierto que la pandemia ha podido influir en este resultado, al dificultar estos encuentros (como cualquier otro tipo de interacción humana) ante la imperiosa necesidad de detener al virus de la COVID19.

Y seguimos: **ENCONTRÁNDONOS:** El 16 de octubre tuvo lugar la segunda sesión de las Jornadas Nacionales de Voluntariado Hospitalario, también en formato online. En esta segunda sesión se contó con la presencia de Javier Sánchez Fernández, Coordinador de Voluntariado de nuestro centro en Ciempozuelos, quien impartió la ponencia “La gratitud como don. Reflexiones desde la Psicología y la Antropología”. Tras esta ponencia, y un breve pausa, se dio paso a una gala de voluntariado que poco tuvo que envidiar a las producciones televisivas, y en la que personajes tanto de nuestra Institución como del mundo público general agradecieron a voluntarios y coordinadores su labor, una fiesta amena y divertida que, sin embargo, no anula el entusiasmo de volver a coincidir en persona, de volver a encontrarnos, abrazarnos y compartir experiencias, pero en esta ocasión cara a cara de nuevo, y será esta vez en Málaga. ■

A pesar de los extraños momentos que estamos viviendo, desde el área de Voluntariado del centro no hemos estado parados. Aunque debamos acompañar nuestro ritmo al de la pandemia, y los cambios normativos que la misma conlleva, es importante procurar no parar. Es por todo ello que nosotros no hemos desperdiciado el tiempo. ¿Cómo?: **FORMÁNDONOS:** Desde que comenzó la pandemia, la formación ha sido uno de los pilares de nuestra actividad. No sólo por la necesidad de aprender y enseñar, como afrontar esta nueva situación, totalmente novedosa (y no precisamente para bien) para todos nosotros, y también como una manera de aprovechar el momento para adquirir nuevos conocimientos que nos permitan ir mejorando en la calidad de las actividades que en el centro desarrollamos gracias a las personas voluntarias.

Para ello, este año el coordinador de voluntariado se ha formado en gestión del voluntariado por competencias, al objeto de poder identificar las capacidades y el modo de medirlas, desarrolladas en una actividad piloto de nuestro centro, al objeto de facilitar su reconocimiento posterior por parte de la **Plataforma del Voluntariado de España**, incrementando de ese modo no sólo la calidad de la actividad desarrollada, como indicábamos anteriormente, sino también su interés por parte de personas potenciales voluntarias que se encuentren estudiando y/o en búsqueda activa de empleo. También hemos seguido: **EVALUÁNDONOS.** Como cada año, hemos querido conocer el grado de satisfacción de nuestros usuarios con nosotros, por lo que les pasamos una sencilla encuesta, anónima, con la que conocer el sentir de las personas voluntarias



DIEGO ROYO



El pasado 4 de noviembre se presentó **Enrocados 5**, el proyecto puntero de nuestro Centro desde hace años, en el CEIP Cándido de Domingo de Zaragoza. Los alumnos y alumnas de más de 30 centros escolares de Aragón serán los beneficiarios de nuestro proyecto de educación social para la sensibilización en materia de salud mental e iniciación deportiva al balonmano. El acto fue respaldado por **D. Javier de Diego** director general de Deportes y presentado por **D. Carlos Aznar** director del CEIP Cándido Domingo de Zaragoza a los que agradecemos su apoyo. ■





La caza (The Fall) es una serie de televisión británica, thriller psicológico forense, grabada en Irlanda del Norte, protagonizada por la actriz estadounidense Gillian Anderson, ganadora de un premio Emmy y un Globo de Oro. En su primer rol protagonista en una serie de investigación desde «Expediente X», Anderson nos presenta la misma inteligencia y profundidad de carácter en su representación de Stella Gibson, una exitosa y altamente experimentada detective de homicidios. El otro protagonista, Jamie Dornan interpreta a Paul Spector, el despiadado depredador en serie que busca la detective.

La serie se estrenó en Irlanda el 12 de mayo de 2013 por la cadena RTÉ One, y en el Reino Unido el 13 de mayo de 2013 por la cadena BBC Two. En España se estrenó el 13 de febrero de 2014 con el nombre de *La caza* por el canal AXN, y duró tres temporadas, con 17 episodios emitidos.

La historia comienza cuando la detective superintendente Stella Gibson (Gillian Anderson) del Servicio de Policía Metropolitana, conocido popularmente como Scotland Yard, la policía metropolitana de la mayor parte del Gran Londres, recibe la notificación de que hay un crimen que le puede interesar investigar: se trata del asesinato de una joven arquitecta en la ciudad de Belfast, capital de Irlanda del Norte. La investigación del asesinato está estancada desde hace tiempo y los detectives están perdidos al respecto. Entonces Gibson es transferida temporalmente al Servicio de Policía de Irlanda del Norte (PSNI por sus siglas en inglés, la policía autónoma regional de Irlanda del Norte) para que realice una inspección de la investigación policial del crimen, para observar si se han producido fallos en la misma e intentar establecer una nueva línea de investigación que conduzca a la resolución del crimen. Al llegar el Jefe de Policía Auxiliar de la PSNI, Jim Burns (John Lynch), viejo conocido suyo, le advierte que hay componentes políticos delicados en el caso ya que la víctima era nuera de un ministro protestante unionista del Gobierno de Irlanda del Norte, el gobierno regional autónomo de esa provincia británica, nacido como resultado del Acuerdo de Viernes Santo que puso final al Conflicto de Irlanda del Norte. Paralelamente, desde el mismo inicio del episodio piloto se da a conocer a los espectadores (aunque lo desconocen los personajes protagonistas) que el responsable del crimen es un asesino en serie, un depredador sexual, llamado Paul Spector (Jamie Dornan), un orientador familiar casado y con dos hijos pequeños, que lleva una doble vida. Gibson pronto establece una relación entre el crimen de la arquitecta y otro anterior, y deduce que se trata de un asesino en serie que persigue a mujeres jóvenes y bellas, de alrededor de treinta años de edad y profesionales; mientras tanto

Spector investiga y acecha a sus próximas víctimas. La historia se desarrollará entre la caza del asesino por parte de Gibson y la caza de sus víctimas por parte de Spector, mostrando un paralelismo entre la detective y el asesino, cada uno sumido en su propia y particular caza aderezada con sus propios antecedentes particulares que influyen altamente en su personalidad. Todo ello con el telón de fondo de las tensiones políticas y sociales que aún genera el conflicto armado y terrorista que azotó a Irlanda del Norte y la dividió entre católicos nacionalistas o republicanos y protestantes unionistas o lealistas.

Inmediatamente detecta un cierto nivel de hostilidad en los detectives locales, pero ella entiende la psicología de los asesinos en serie y cómo encontrarlos. Bajo su liderazgo, el equipo, incluyendo a Archie Panjabi como el patólogo Reed Smith, explora el caso desde todos los ángulos, descubriendo una enmarañada red de vidas enredadas por los asesinatos, incluidos los miembros de las familias de las víctimas y de los asesinos.

Revelando cómo trabaja un equipo moderno de investigación de asesinatos y de alto nivel, este thriller rico y complejo está más lejos del «misterio» y más cerca de un juego del gato y el ratón. Ganando en intensidad, el drama es una caza que pondrá a prueba las destrezas del profesional de la investigación policial y forense.

En su rutina, como buen psicópata, Spector oculta con facilidad la naturaleza enfermiza de sus obsesiones detrás de la máscara de esposo dedicado, padre de familia y, paradójicamente, terapeuta social que asiste en su mayoría a mujeres. Nos adentramos con él en una atmósfera malsana e inquietante en la que lo vemos interactuar con su esposa, con su hija pequeña, con sus pacientes y con sus víctimas, mientras perpetra sus crímenes.

Esa sensación de desasosiego e incomodidad que sentimos como espectadores, es parecida a la que experimentan los policías que investigan el caso, al enfrentarse a la gélida escenificación de sus asesinatos. Muy interesante de esta gran serie, el éxito radica en la interpretación de Stella Gibson, construyendo una profesional impecable e inteligente. Ella es la primera que diagnostica al psicópata asesino y que dará pautas diagnósticas incluso al psiquiatra encargado de evaluarlo cuando es ingresado tras ser detenido policialmente.

El diagnóstico de la psicopatía no es sencillo. Se trata de una enfermedad o trastorno mental, en especial el que se caracteriza por una alteración del carácter o de la conducta social y no comporta ninguna anomalía intelectual. Los enfermos de psicopatía (psicópatas) son personas que pueden cometer actos delictivos muy graves sin mostrar ningún tipo de sentimiento

de culpa. Afecta más a los hombres que las mujeres. Los psicópatas suelen llevar una vida aparentemente normal, aunque en ocasiones se salen de esa normalidad para protagonizar actos delictivos que pueden llegar al nivel de agresiones e incluso asesinatos. Las causas de la psicopatía no están bien definidas, aunque se apunta que puede haber un factor genético que puede influir. También parece importante el comportamiento de los padres y del entorno del enfermo durante la infancia y la adolescencia. Muchos psicópatas han crecido en un ambiente de poca atención y poco cariño hacia ellos. De hecho, en muchos casos ya se ve un comportamiento psicópata durante la infancia, con continuos episodios de violencia hacia otros compañeros del colegio. Los psicópatas suelen seguir una serie de pautas que permiten su identificación. Son fríos y calculadores y cometen todo tipo de delitos y crímenes sin presentar ningún atisbo de remordimiento. Hay algunos síntomas que son comunes en este tipo de enfermedad: Se muestran distantes y ajenos a los sentimientos del prójimo, son manipuladores, no les importa cruzar la línea de lo correcto y no siguen la reglas de convivencia normales, les atrae el riesgo, suelen tener conductas adictivas, no tienen remordimientos después de cometer todo tipo de delitos graves, suelen ser crueles, distinguen perfectamente entre lo que está bien y lo que está mal, su vida está regida por el pragmatismo y los sentimientos no importan, no tienen miedo a ser castigados por sus crímenes y su vida es aparentemente normal.

Dada la dificultad de curar esta enfermedad, la mejor manera de intentar prevenirla es intervenir durante la infancia porque es el momento en el que se está creando la personalidad. Pueden seguirse ciertas pautas:

- Hay que observar a los niños y desmascarar los casos de engaño hacia otros niños. Cuando el niño presume de haber engañado a un amigo hay que hacerle ver lo negativos que han podido llegar o han sido sus actos.
- Hay que ser muy rigurosos y mostrar un comportamiento siempre respetuoso y no saltarse las normas. Los niños aprenden viendo a sus padres y deben contemplar siempre una actitud correcta.
- Enseñar a los hijos a no ser vengativos.
- Cuando el niño hace daño a alguien hay que hacerle ver que lo ha hecho mal y que debe disculparse.
- Si estas pautas se repiten, es necesario recurrir a la atención médica para intentar atajar un problema que puede ser grave. ■

En capítulos anteriores: House - The Big Bang Theory & El síndrome de Asperger - Los Soprano & El Psicoanalista - CSI - Homeland & El Trastorno Bipolar - The Walking Dead & Epidemias y Psicopatía - Breaking Bad & Adicciones - Killing Eve & Psicopatía - Mr. Robot & Trastorno Paranoide - en Terapia - New Amsterdam & Salud Pública



JUAN JOSÉ LACLETA

DIRECTOR CENTRO DE MEDICINA DEL DEPORTE DEL GOBIERNO DE ARAGÓN
MEDICINA DEPORTIVA / MOTERO

¿Cómo descubriste tu acercamiento a la medicina deportiva?

Desde niño, en Huesca, he practicado deporte y siempre me ha gustado. La profesión llegó como una elección entre biología, veterinaria y medicina, completamente influenciada por mi padre que era médico y que el verano que hice COU, durante el mes de julio y convaleciente de una lesión de tobillo, me hizo estar con él en la consulta, y ahí me convenció. Años después ya trabajando como médico en el Ministerio de Educación y Ciencia, me surgió la oportunidad de pasar al Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón y no lo dudé... hace ya 23 años de eso. ➔

→ ¿Cuál crees que ha sido la más importante aportación de la medicina deportiva a la sociedad?

A nivel de la sociedad en general, posiblemente el reconocimiento de la importancia de practicar ejercicio o deporte como una herramienta más de salud. A nivel del deporte de competición, también la mejora en la prevención y tratamiento de las lesiones y enfermedades derivadas de la práctica deportiva.

¿Es recomendable contar con el apoyo del médico, del fisioterapeuta, etc. cuando comencemos a hacer deporte, aunque se haga solamente deporte de mantenimiento...? ¿Es aconsejable un chequeo médico deportivo completo?

Al inicio de cualquier actividad física, especialmente si no se ha hecho anteriormente con regularidad, es totalmente recomendable efectuar un reconocimiento médico completo, y quien lo realizará con mayores garantías un especialista en medicina deportiva, aunque, en principio, y para una actividad física de mantenimiento o de mejora de la condición física, tendrá la primera palabra el médico de atención primaria que conoce el historial médico de esa persona.

¿Cuáles son las lesiones deportivas más frecuentes en profesionales y no profesionales?

Depende del deporte, pero es preciso tener en cuenta que las posibles lesiones de, por ejemplo, un futbolista profesional de 1ª División y un aficionado de una liga de fútbol laboral son las mismas, por lo que es mejor hablar de lesiones en deportistas que practican deporte de competición y entrenan para ello, y los que practican deporte o ejercicio físico de mantenimiento.

Las lesiones cambian con el tiempo, por ejemplo, hace unos años las lesiones de tobillo en esquí eran terribles, fracturas de una complejidad enorme, las rodillas se rompían, los ligamentos, etc. Actualmente, con los materiales y el equipamiento que llevan ahora los esquiadores es muchísimo más difícil ver esto, el calzado deportivo actual en fútbol, atletismo, etc. conlleva una disminución de lesiones. Además, como ya he comentado, los avances en el tratamiento y prevención de las lesiones han disminuido mucho la gravedad de éstas, así como el tiempo de recuperación. En España el número de licencias federativas en fútbol supone el 28 % del total de licencias de todos los deportes con más de 1.000.000 de licencias, siendo la segunda el baloncesto que no llega a 400.000 y a corta distancia la caza con más de 300.000, así que lógicamente las lesiones derivadas de la práctica del fútbol son las más frecuentes: esguinces de tobillo, lesiones musculares, lesiones de rodillas, etc. Las lesiones musculares más frecuentes son las roturas musculares, fibrilares en su mayoría y de estas las de los isquiotibiales, especialmente las del bíceps femoral. Por nombrar los deportes populares con más practicantes además del fútbol, los que corren tienen más posibilidades, además de los esguinces de tobillo, de padecer periostitis tibial, que se manifiesta por dolor en las crestas tibiales, fascitis plantar, tendinitis, especialmente en rodilla y del tendón de Aquiles, etc., y en bicicleta, en primer lugar, las lesiones traumáticas por caídas, además de las tendinitis del rotuliano y también del tendón de Aquiles, contracturas musculares, etc.

¿Hay disciplinas deportivas en las que es más complicado descubrir anomalías orgánicas?

Siempre llaman la atención, por ejemplo, los casos de muerte súbita en deportistas que pese a pasar controles médicos periódicos. Posteriormente se les diagnostican anomalías cardíacas que no habían sido detectadas anteriormente, desgraciadamente son cuadros que debutan con episodios vitales y si no aparecen antecedentes familiares o una historia clínica sugestiva de los mismos, son muy difíciles de detectar, pero son casos excepcionales, muchas veces hereditarios o cardiopatías congénitas. La incidencia de estas alteraciones en deportistas es la misma que en el resto de las personas, sí que la mayor exigencia física hace que la muerte súbita sea mayor en los deportistas

¿Desde cuándo encima de una moto?

La primera moto que monté fue una Guzzi Dingy Ranchita de 49 CC, a los 14-15 años, un ciclomotor que se recogían los pe-

dales y tenía tres marchas, me la prestaba el novio de una de mis hermanas mayores para dejarlos festejar tranquilos, pues nuestro padre me enviaba de carabina con ellos

¿Cuántas motos han pasado por tí?, ¿cuál tienes ahora?

He tenido nueve motos, incluida una Vespa 200 cc. de las primeras con intermitentes. Actualmente tengo una BMW F 750 GS, una trail muy cómoda y muy ratera

De los moteros se dice que sois una gran familia, ¿es así o es solo un halo de romanticismo que adorna esta afición deportiva?

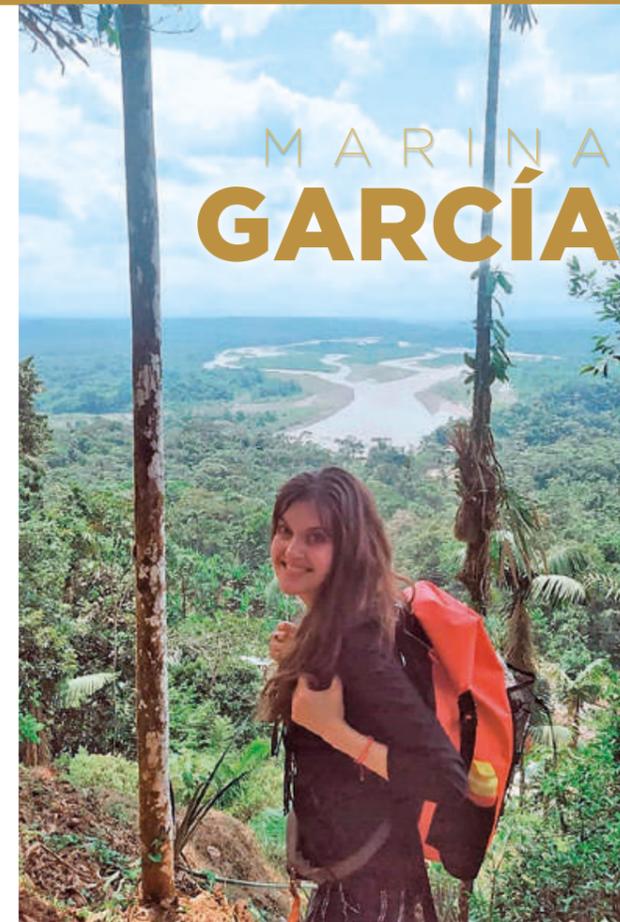
Puede decirse que sí, y como en toda familia hay de todo; bueno y menos bueno, pero sí que ese halo de romanticismo que comentas existe: el reconocimiento inmediato en cualquier lugar, el saludo, la solidaridad entre todos nosotros, que un motorista con cualquier problema recibirá ayuda si pasan otros motoristas, eso es seguro

¿Te preparas tus rutas?, ¿cuáles has hecho y cuál has disfrutado más?

Normalmente se preparan las rutas, sobre todo si son de varios días y por rutas que no conoces. He recorrido casi toda España en moto, con una especial fijación por el Pirineo y por Galicia, que es casi un viaje obligado anual, además de por tener familia, por la belleza de los paisajes y las carreteras. En cuanto a rutas por Europa he hecho Francia, norte de Italia, Croacia por el Adriático (antes de la guerra de los Balcanes), Alemania, Países Bajos, norte de Europa, que fue el viaje que repetiría mañana mismo: en 1995 atravesamos Europa hasta Noruega y recorriendo los fiordos llegamos al Cabo Norte, volviendo por Suecia, unos 11.000 kms en una Honda Transalp de 600 CC.

¿Se respeta al motero en España?

La educación vial es una asignatura que todavía suspende mucha gente, también motoristas. Respecto a tu pregunta, en ciudad no se respeta mucho al motorista, en carretera todavía no al nivel de los países europeos occidentales, aunque se va avanzando poco a poco, desde luego más que hace 30 años sí. ■



MARINA GARCÍA-RODEJA QUITO ECUADOR

Graduada en Derecho. Máster en Derechos Humanos y Cooperación Internacional. Máster en Abogacía. Integrante del Grupo de Naciones Unidas para Jóvenes (Punto Focal de Sudamérica en el Grupo de Trabajo de Migración)

Llegué a Ecuador en julio de 2018 y agosto fue un mes en el que la primera semana 30.000 ciudadanos venezolanos cruzaron la frontera y entraron a Ecuador (unas 4.200 personas diarias, entre ellas NNA (niños, niñas y adolescentes), familias y otros grupos de atención prioritaria). Definitivamente este hecho me marcó ya que hubo un desbordamiento de capacidades de las ONGs e instituciones que nos dedicamos a acompañar los procesos de estas personas en movilidad humana. Incluso el Ministerio de Relaciones Exteriores decretó emergencia en las provincias de Pichincha, Carchi y el Oro (estas dos últimas fronterizas con Colombia y Perú). Fue una época en la que hubo mucho trabajo y sí me impactó recién llegada ver esta situación. Sin embargo, estas experiencias hicieron que aprendiera y pudiera acercarme a la realidad migratoria de Ecuador y realmente me hizo ser testigo de primera mano de la fortaleza y espíritu de las personas con las que trabajamos.

Exactamente, ¿cuál es tu trabajo?

Actualmente soy abogada en una organización internacional. Mis funciones son el soporte, supervisión y coordinación del área legal de 6 oficinas territoriales, visitas itinerantes a territorio (trabajo en campo), coordinación de acciones estratégicas construidas en el equipo jurídico y apoyo a la Oficina Nacional en temas legales y participación en espacios de incidencia. Además, junto con mi equipo itinerante coordinamos misiones integrales con apoyo jurídico, ayuda humanitaria y apoyo psicosocial en zonas de Ecuador donde no contamos con oficina física. Las acciones desde el equipo jurídico van encaminadas a la reclamación, restitución y reintegración de derechos negados o violados, especialmente para casos de refugio, regularización migratoria, acceso a derechos y servicios en el país de acogida.

¿Crees realista el proyecto liderado por la ONU sobre la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible en donde se integra la migración en toda su amplitud de miras?

Con los ODS 2030 se han visibilizado y se han incluido objetivos relacionados con la migración y el refugio. En mi opinión constituyen una agenda bastante ambiciosa a nivel general.

Sin embargo, "Facilitar la migración ordenada y segura mediante políticas migratorias bien gestionadas" como marca el objetivo 10.7, implica asumir un enfoque integral que favorezca siempre el tratamiento humano de las personas migrantes (independientemente del estatus migratorio) poniendo como prioridad su integralidad y sus distintas dimensiones como seres humanos. Actualmente, pocos países son los que apoyan un sistema de gobernanza total para la migración que permita enfrentar desafíos y generar soluciones de manera conjunta y muchos menos impulsar sus procesos de integración en los países de acogida. No lo considero una prioridad en la mayoría de los países por lo que su cumplimiento para 2030 será complicado.

¿Qué hace Ecuador con los refugiados migrantes que vienen de Venezuela y Colombia fundamentalmente?, ¿cuál es el nº de migrantes actualmente en Ecuador?

Ecuador es el país que ha reconocido a la mayor cantidad de personas refugiadas en América Latina. Hasta septiembre de 2020, casi 70.000 personas han sido reconocidas como refugiadas. Más del 95% de ellas son de nacionalidad colombiana. Además, en Ecuador hay 25.000 solicitantes de la condición →

Cuéntanos tu trayectoria formativa hasta la actualidad y cuál es tu proyección a futuro desde el punto de vista profesional.

Estudié Derecho en la Universidad de Zaragoza, y el último año de carrera lo estudié en la Universidad Nova de Lisboa con el Programa Erasmus. Cuando terminé la carrera hice un máster sobre Derechos Humanos y Cooperación Internacional en la Universidad Carlos III de Madrid. Este año también he terminado el Máster de Abogacía online que habilita para el ejercicio de la profesión de abogada. Actualmente trabajo como abogada en una organización internacional en Ecuador que acompaña y defiende a personas en movilidad humana, con necesidad de protección internacional y refugiadas. También soy parte del Grupo de Naciones Unidas para Jóvenes, en el que participo como Punto Focal de Sudamérica en el Grupo de Trabajo de Migración.

Más que de proyección a futuro hablo de propósito de vida que es seguir contribuyendo con pequeñas acciones a un logro mayor. Trabajar con personas me recuerda por qué me dedico a esto. Mi trabajo tiene y tendrá un propósito que es impulsar pequeños cambios ayudando a las personas a reclamar su derecho a una vida digna y completa (derechos que se dan por sentados en España, de donde vengo).

¿Cómo es que acabaste en Ecuador y desde cuándo?

En el máster que realicé en Madrid me ofrecieron unas prácticas internacionales en Ecuador; hacía poco habían hecho un convenio con la organización. Al principio no estaba muy convencida, ya que no conocía mucho sobre el país y era la primera vez que viajaba sola a Sudamérica. Finalmente decidí irme 3 meses... y luego mi plan sería viajar unos meses por Colombia y el sur. Cuando terminé mis prácticas me ofrecieron quedarme trabajando y hasta ahora sigo en la misma organización después de 3 años.

¿Sufriste impacto emocional al llegar a Ecuador o ya tenías experiencia en este tipo de trabajos como el que haces en la actualidad?



→ de refugiado, que se encuentran a la espera de una decisión del Estado. En cuanto al número de migrantes venezolanos; Ecuador cuenta con más de 400.000 personas aproximadamente (no hay un número exacto ya que muchas de ellas se encuentran en situación irregular).

En este sentido, el marco normativo ecuatoriano se acoge a los estándares de los diferentes instrumentos internacionales de derechos humanos; sin embargo, desde las organizaciones se evidencian vacíos legales y de procedimiento que pese a varias iniciativas de implementación de políticas públicas no se han llevado a cabo, por lo que existen brechas entre la formulación, reconocimiento de las garantías y la aplicación de las normativas en materia de movilidad humana, tanto así, que se puede llegar a vulnerar el derecho a migrar y el principio de igualdad y no discriminación (entre muchos otros).

¿Se ha notado mucho la pandemia por COVID en la situación del trabajo que efectúas?

Así es, ya que se empezó a teletrabajar. Hubo una desconexión muy fuerte con las personas que atendemos ya que las atenciones había que realizarlas por teléfono por cuestiones de bioseguridad y medidas que tomó el estado (toques de queda, confinamientos, cierre de establecimientos, teletrabajo para empresas privadas y funcionariado). Actualmente si hay una apertura mayor y ya realizamos visitas a distintos territorios.

¿Apoyáis las necesidades básicas de estas personas? ¿también las de carácter psicológico?

Así es, desde el área de Ayuda Humanitaria Emergente se trata de cubrir las necesidades básicas de la persona brindando espacios de protección física, ayuda alimentaria, atención emergente en salud y otras situaciones humanitarias, también acompañamos necesidades que requieren de apoyo psicológico y social individual, grupal o comunitario.

¿Se apoya en Ecuador por otras instituciones de cualquier tipo a la defensa de los Derechos Humanos?, ¿has pensado en alguna ocasión qué sucedería si no estuvierais presentes tu organización y otras presentes sobre el terreno?

El contexto actual de movilidad humana en Ecuador hace que la labor de las organizaciones sea imprescindible para apoyar los flujos migratorios que llegan al país: Ecuador se ha enfrentado al hecho de ser un país receptor, cuando tradicionalmente era un país emisor de migrantes. Esta dinámica ha visibilizado la poca atención que el país le ha brindado al tema de movilidad humana. Poniendo en evidencia la ausencia de procesos y acciones pertinentes para atender este escenario, aun cuando la normativa parece ser progresista. También existen espacios en donde la normativa está ausente, como, por ejemplo, en temas como: niñez no acompañada o separada o temas vinculados a la protección internacional. Por otra parte, el Estado ecuatoriano ha tenido dificultades para construir canales de coo-



peración binacional, tanto con los países con los que colinda, para facilitar el tránsito de las personas, a través del territorio, mediante mecanismos como corredores humanitarios. Definitivamente las organizaciones no gubernamentales son un actor indispensable en Ecuador y tratan de suplir las carencias del Estado.

¿Qué echas en falta de lo que tenías en España, en Zaragoza, allí en Quito en donde vives?

En primer lugar, mi familia, mis amistades, y lo cómoda que es Zaragoza como ciudad... Al vivir en Quito que es una capital enorme con más de 2 millones de habitantes dependo mucho del transporte público o privado. Cada vez que regreso a Zaragoza valoro mucho el poder ir caminando a cualquier parte. De España en general echo de menos sus veranos, la comida, las estaciones... La ubicación del Ecuador, sobre la línea ecuatorial, produce poca estacionalidad a lo largo del año y sólo hay dos estaciones definidas: húmeda o invierno y seca o verano. Además, todos los días del año anochece a las 6:30pm y todavía no me acostumbro a ello.

¿Qué haces en tus ratos de ocio?, ¿qué te proporciona Quito?

En mis ratos de ocio me dedico a viajar y salir de la ciudad, Quito es cercano y accesible a muchos lugares naturales que están a una hora o menos en transporte como cascadas, ríos, volcanes... Incluso el Amazonas se encuentra a 3 horas en transporte. También estudio y practico yoga en mis ratos libres, me encanta ir a comer a nuevos lugares en Quito y la música en vivo.

¿Con qué frecuencia regresas a España?, ¿cuáles son tus planes a futuro?

Suelo regresar una vez al año en Navidad y quedarme 3 semanas - 1 mes. Este año fui en agosto ya que me apetecía mucho pasar allí mis vacaciones y además llevo tres años sin ir allí en época de verano. Entre mis planes de futuro está España y trabajar en el contexto migratorio allí -muy diferente al de Ecuador- y también poder implementar un Proyecto Educativo en Derechos Humanos que comencé aquí hace unos meses. ■

Entrevista con Sandra Martón.

¿Cuáles son los orígenes de este restaurante tan reconocido en el Valle de Tena?

En el año 1978 lo abrieron mis padres y mi tío. Yo tenía entonces 3 años y ahora tengo 46...Entonces era un merendero. Su comienzo fue familiar y sigue siéndolo en la actualidad salvo que ahora con mi hermano con otro sesgo más orientado a la restauración aragonesa. En ello estábamos cuando vimos la necesidad de aumentar el espacio porque las solicitudes eran cada vez más mayores y nuestro deseo se aunaba en ser más respetuosos con el público que nos visita.

Sin embargo tus comienzos no fueron los gastronómicos precisamente...

No. Yo comencé haciendo Bellas Artes y finalicé en la Fotografía. Lo que sucede es que al final me atrapó mucho nuestro negocio y me impliqué cada vez más en él.

Y cuando estabais efectuando la obra que ha concluido en este magnífico restaurante actual, llegó el COVID...

Sí. Así fue. Fue muy complicado pero gracias a los profesionales con los que confeccionamos la obra (Marta Badiola y su familia, y Lorna de Santos) seguimos hacia adelante y nos negamos a tirar la toalla...

¿Quién está en cocina?

Mi hermano David. Yo me encargo más de la sala y de la gestión.

¿Qué ha sido del horno antiguo?, ¿habéis reciclado mucho?

No lo aprovechamos tras la reforma. Hemos aprovechado sí las maderas que conformaban el antiguo edificio para confeccionar mesas, percheros, en baños, paredes; también bebederos de piedra para animales y convertirlos en lavabos... En el Pirineo aragonés somos de reciclar mucho, de siempre. En este proyecto se entendió que las cosas guardan la memoria de lo que se es, y de lo que se ha hecho, y que esa es la razón por la que hemos almacenado una gran cantidad de materiales, objetos y útiles desde generaciones atrás que hablan de su trabajo en el campo, de su tradición y gusto por la gastronomía, de la evolución de los paisajes del valle y su relación con las personas que lo habitan. En uno de los comedores se mantuvo el muro de piedra de La Torre adyacente, de más de 600 años de antigüedad

Veo en la carta que mantenéis platos pero que la habéis ampliado notablemente...

Mantenemos y ampliamos los productos de Km. 0. Verduras, patés, productos de la matacía, carnes de la zona entre las que diversificamos los chuletones de diferentes razas de ternera, vaca y buey, etc. y hemos introducido la trucha del Cinca en tartar, los milhojas de manzana y paté...



CASA MARTÓN

SANDRA Y DAVID MARTÓN

Plaza Valle de Tena 6. T 974 48 82 51. Formigal. Sallent de Gállego

Le dais mucha importancia también a la bodega...

Damos mucha importancia a los vinos de la zona, aragoneses de gran reconocimiento a nivel internacional, aunque también hay que tener caldos de otras zonas. Sin embargo, estamos en un proyecto de bodegas pequeñas de Huesca y alguna de Zaragoza para dar a conocer otro tipo de vino que se diferencie de los tradicionales. Nos orientan: Vinos San Lorenzo, de Huesca.

Califícame a tu personal

El personal es muy importante. Sin ellos no habría equipo y el resultado no sería el que es. Fundamentalmente son personas con interés, que aportan ideas y

que piensan en superarse. De nada sirve tratar bien al comensal si no se le cuida en otros aspectos igual de importantes.

¿Crees que nuestro Pirineo está bien representado en el sentido gastronómico?

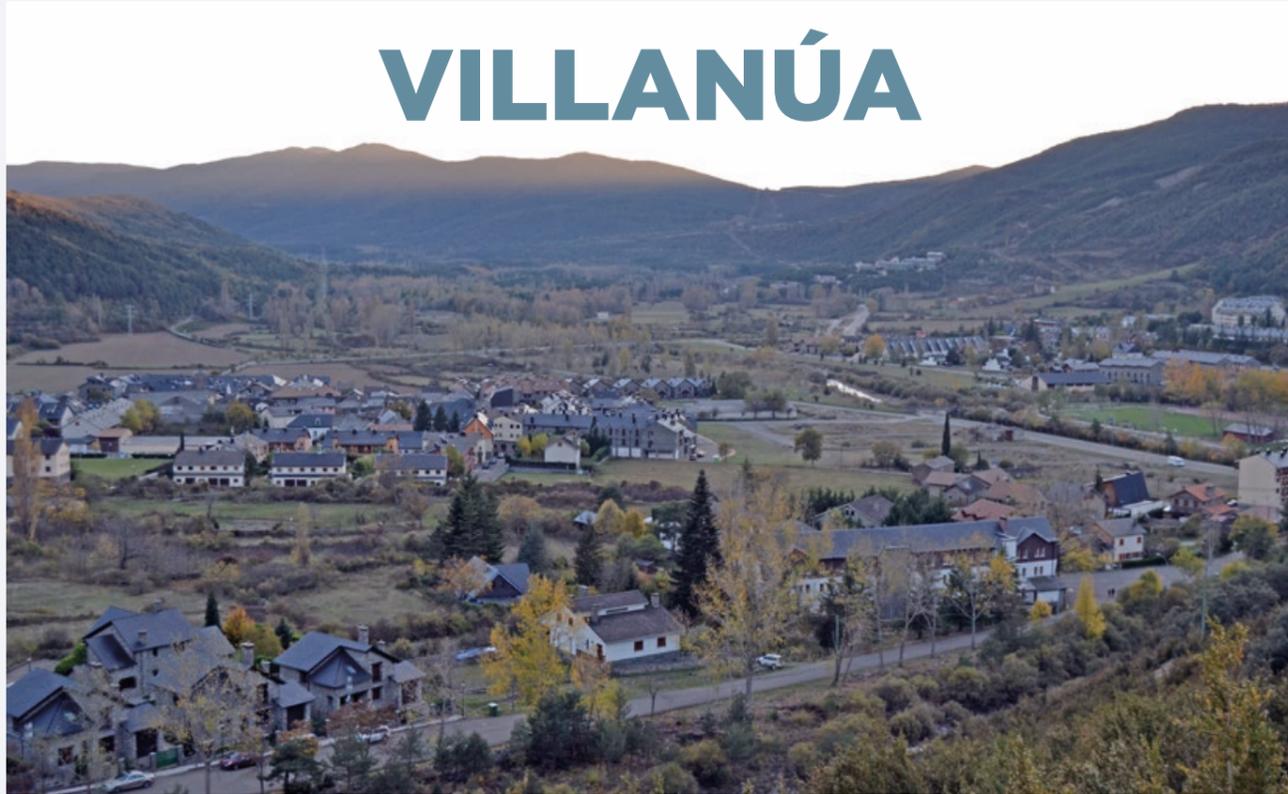
Creo que faltan servicios, debieran existir más. Hay que apostar por un tipo de cliente, de visitante, que busca lo que encuentra en otras comunidades no tan interesantes incluso como la nuestra. ¿Sería bueno que existieran más restaurantes?. Te respondo afirmativamente. Nuestro valle, el de Tena, tiene turismo los doce meses del año, y los establecimientos orientados al mismo deben insertarse en la médula para transmitirlo. ■

Han pasado por esta sección: Luis Sanz Nueva York · Jaime y Blanca Pérez Mainz París · Roxana Torán Bruselas · Javier Baucells Wolfsburgo · Eugenia Pastushenko Bruselas · Lara Lapeña Newcastle · Isabel Pol Copenhague · Lucía & Carlos Campos Sao Paulo & Tallinn · Pablo Mateo Dublín · Adrián Sanz Woking · Alegría Láinez Londres · Jorge García Génova · Javier Sotoca Baranquilla · Silvia Seane Braunschweig · Daniel Paco Cabo Verde · Marta Mateo Guadalupe · María Oliván Burdeos · María Órduna Ginebra · Alfonso Rapún Chicago · Laura López Germersheim · Belén Agüeras Berlín · Paula Ballarín Grenoble · Silvia Arruebo Bruselas



¿Te gusta el senderismo? ¿Las zonas verdes y los parajes naturales? ¡Esta es tu sección! Soy un apasionado del Caravaning y más concretamente de las furgonetas camper y en mis ratos libres, recorro lugares naturales en compañía de una furgovivienda que me permite descubrir mil y un rincones en plena naturaleza. FurgoRutas es un espacio en el que comparto los lugares en los que he estado y me han encantado. España es un país extraordinario para descubrir lugares con encanto, ¿Te animas a viajar con FurgoRutas?

VILLANÚA



En este número visitamos Villanúa, una localidad situada en la Jacetania, al norte de la provincia de Huesca y a 152 km de Zaragoza.

RUTA

Fuente del Paco: Iniciamos el recorrido por la carretera que asciende hacia la Selva de Villanúa una vez atravesado el antiguo puente sobre el Río Aragón, un cartel a nuestra derecha nos marca el camino que se adentra en el bosque ascendiendo entre pinos. Atravesamos la línea del ferrocarril de Canfranc dejando el barranco de Bozuelo a la izquierda, el cual discurre paralelo a nuestra marcha. Después continuamos hasta un refugio forestal y a la izquierda nos encontramos la fuente del Paco (1.250m) que se encuentra situada en un frondoso bosque de abetos. Tiempo 1 h, distancia 2 km.

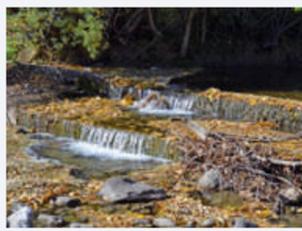
Pozas de Villanúa: Siguiendo las indicaciones anteriores hacia la Fuente del Paco, justo al pasar el cartel, seguimos subiendo en dirección a la parada de tren. Nos encontramos un puente desde el cual, al mirar a la derecha ya divisamos la primera poza. Siguiendo por sus laterales, se puede llegar a la salida natural del agua de la montaña de Collarada. Ideal para refrescarse en verano.

LUGAR DE DESCANSO

Complejo Deportivo de Villanúa: Situado entre la carretera E-7 que llega a Villanúa y el Río Aragón, a la altura del polideportivo, encontramos un área recreativa con juegos infantiles, campo de fútbol y cancha de baloncesto, entre otros. Perfecto para pasar un rato agradable en familia.

GASTRONOMIA

Restaurante "La Estrella": Situado en Avenida de Francia, s/n, podemos degustar tanto menú a la carta como diario o elegir entre la gran variedad de pinchos en el bar. Local muy recomendable para hacer una parada y coger fuerzas para afrontar las rutas. ■



Osobuco con boletus y castañas

INGREDIENTES

4 ossobucos de ternera, 1 cebolla grande, 2 dientes de ajo, 400 gr de boletus, 250 gr de castañas, 350 ml de agua, 150 ml de Oporto, 1 cucharadita de extracto de carne, Una hoja de laurel, sal, pimienta, harina para freír, aceite de oliva.

ELABORACIÓN

Cubrimos la base de una cazuela con aceite de oliva y la calentamos. Salpimentamos la carne, la enharinamos y la sellamos en la cazuela a fuego fuerte. La retiramos a medida que se vaya dorando. Pelamos la cebolla y la cortamos en juliana fina. Hacemos lo mismo con los dientes de ajo. Si en la cazuela quedan restos de harina quemada, los retiramos y la limpiamos. Añadimos un par de cucharadas de aceite a la cazuela y sofreímos la cebolla a fuego suave hasta que comience a ablandarse. Añadimos los dientes de ajo y los freímos sin que lleguen a dorarse. Limpiamos con un paño húmedo los boletus, los troceamos y los salteamos con las verduras durante unos cinco minutos. Vertemos el vino y dejamos evaporar el alcohol durante un par de minutos. Colocamos la carne en la cazuela, cubrimos con el agua y el extracto de carne disuelto en ella. Pelamos las castañas y las añadimos junto con la hoja de laurel. Cocinamos la carne a fuego lento durante unas 2 horas, o en una olla a presión convencional unos 30 minutos. A lo largo de la cocción lenta, si vemos que el líquido va disminuyendo, añadimos un poco más para que no se quede seco. En el caso de la olla a presión, si quedara bastante líquido, se deja reducir a fuego medio fuerte.



Suquet de rape

INGREDIENTES

8 rodajas grandes de rape, 800 grs. fumet de pescado (aprox), hazlo casero, 750 grs. patatas, 500 grs. tomates maduros, 1 pizca de azúcar, 4 dientes de ajo, 80 ml. vino blanco, 3 rebanadas de pan, 20 almendras crudas sin piel, 1 cucharadita pimentón dulce, perejil picado, sal y pimienta negra.

ELABORACIÓN

Rallamos los tomates y añadimos una pizca de azúcar y removeremos. Picaremos dos dientes de ajos. Reservamos Ponemos aceite de oliva en una sartén pequeña y añadimos los otros dos dientes de ajo pelados y las almendras crudas. Freimos con el fuego muy bajo para que no se quemen. Reservamos todo encima de papel absorbente para que suelten el aceite sobrante. En el mismo aceite freimos por los dos lados las rebanadas de pan que también reservaremos. Pelamos y troceamos las patatas en trozos no muy grandes. Las chasqueamos para que así suelten el almidón y nos espese después la salsa. Chasquear es clavar el cuchillo y apretando hacia arriba desgarrar la patata. En una cazuela grande echaremos el aceite de freír y añadiremos un poco más si es necesario. Antes de que esté muy caliente el aceite agregamos los ajos picados y le damos unas vueltas. A continuación añadimos el tomate rallado y freímos todo durante unos siete minutos. Tiene que quedar muy sofrito. Agregamos el pimentón y removemos rápidamente para que no se queme y seguidamente añadimos el vino, removemos y esperamos que se evapore el alcohol. Agregamos un poco de perejil picado. Añadimos las patatas y les damos unas vueltas y seguidamente el fumet de pescado bien caliente. Reservaremos un poco para añadirlo después si es necesario. Espolvorearemos con la pimienta negra al gusto. Cocemos las patatas durante unos 15 minutos aproximadamente con el fuego bajo y la cazuela tapada. Si es necesario le añadimos más caldo o agua caliente. Preparamos el majado o picada poniendo las almendras fritas en el mortero con un poco de sal y machacamos. Añadimos los ajos cortados en trocitos y el pan y picamos todo. Añadimos finalmente el perejil picado y chafamos todo con el mazo hasta que quede bien machacado. Añadimos la picada a la cazuela y la mezclamos bien con toda la salsa. Cocemos todo junto unos 2 minutos Salamos el rape y lo incorporamos a la cazuela. Moveremos la cazuela y con el fuego bajo coceremos todo durante unos 7 minutos más. Si es necesario añadimos más caldo. Comprobaremos de sal. Si es posible lo dejaremos reposar unos 30 minutos antes de servirlo.



Cremoso de turrón

INGREDIENTES

1/2 litro de leche, 1/2 litro de nata, 1 tableta de turrón blando, 2 sobres de cuajada, chocolate líquido, para decorar: frutos rojos.

ELABORACIÓN

Ponemos en una cazuela la nata, la leche y la cuajada. Batimos bien para que no queden grumos. Añadimos el turrón blando y ponemos al fuego, vamos removiendo para que el turrón se deshaga. Podemos pasarle la batidora. Seguimos removiendo hasta que comience a hervir y retiramos del fuego. En una copas o molde ponemos un poco de chocolate líquido y rellenamos con la crema de turrón. Dejamos que cuaje al menos un par de horas, podemos servir en las mismas copas o emplatado y decorar con unos frutos rojos.

REVISTA ENCUENTROS n.º 68

Depósito Legal Z-3851-99 | ISSN: 1576-1738

Autorizada la reproducción total o parcial del contenido de esta publicación citando la fuente.

Ejemplar gratuito.

EDITA | Hnas. Hospitalarias
del Sagrado Corazón de Jesús
Cº del Abejar · 100 | 50190 Garrapinillos · Zaragoza
T 976 770 635 · F 976 770 943

Linked in

linkedin.com/company/
centro-neuropsiquiatrico-hospitalariaszaragoza

Info: info.zaragoza@hospitalarias.es

Voluntariado:

voluntariado.zaragoza@hospitalarias.es

Responsabilidad Social de Aragón:

rsa.zaragoza@hospitalarias.es

Código de conducta:

codigodeconducta@hospitalarias.es

SUMARIO

- 2 EDITORIAL
- 3 SOMOS **ROSARIO IRANZO**
- 5 TURNO DE PALABRA **PEPA FERNÁNDEZ**
- 7 CITA CON **PATRICIA GRACIA**
- 9 RESPETO ECOLÓGICO & CONSUMIDOR
- 10 QUIÉN ES QUIÉN EN ARAGÓN **ÓSCAR MARTÍN**
- 12 SOCIEDAD CIVIL **ALDEAS INFANTILES SOS**
- 14 ENTRE PALABRAS **JUAN CASAMAYOR**
[PÁGINAS DE ESPUMA]
- 15 EL JARDINERO
- 16 NOTICIAS DE AQUÍ
- 17 PREMIOS 2021
- 18 VISTO Y SENTIDO
- 19 INVESTIGANDO EN BIOÉTICA EN ARAGÓN
- 20 LIBROS QUE NOS HAN GUSTADO
- 22 SALUD MENTAL & LITERATURA
EL TELAR MÁGICO DE LA MENTE
- 22 RINCÓN DEL VOLUNTARIO
- 23 ESCUELA DE DEPORTE
- 24 SERIES TV&MEDICINA **LA CAZA**
- 25 YIN&YANG **JUAN JOSÉ LACLETA**
- 27 180º **MARINA GARCÍA-RODEJA**
- 29 DE COMER Y BEBER EN ARAGÓN **CASA MARTÓN**
- 30 FURGORUTAS **VILLANÚA**
- 31 EL MENÚ DE GLORIA



**Hermanas
Hospitalarias**

CENTRO NEUROPSIQUIÁTRICO
NTRA. SRA. DEL CARMEN

www.hospitalariaszaragoza.es