



# cuadernos gerontológicos

Nº14. AÑO 2012

Publicación anual de la Sociedad Navarra de Geriátría y Gerontología.

## Artículo de la Directora

### Originales

**LA VOZ DEL GOBIERNO**

**LAS PERSONAS MAYORES EN EL ACTUAL CONTEXTO SOCIO-ECONÓMICO**

**UNIDADES GERIÁTRICAS DE AGUDOS Y VALORACIÓN GERIÁTRICA INTEGRAL**

**LA CRISIS SACUDE A LOS CENTROS RESIDENCIALES**

**EN DEFENSA DEL ESTADO SOCIAL**

**LOS JUBILADOS, EL COLECTIVO PEOR TRATADO POR EL GOBIERNO,**

**LAS VIUDAS Y LA CRISIS**

## Entrevista

**JAVIER TEJADA PALACIOS**

**Premio Tomás Belzunegui**

**HABLAR, SONREÍR Y DAR BESOS**

## Reseñas históricas

**RESIDENCIA NUESTRA SEÑORA  
DE GRACIA (VIANA)**

## Gerontología y cine

**DIBUJOS ANIMADOS Y MAYORES**

## Agenda

## Edita

SOCIEDAD NAVARRA  
DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA

## Directora

Lourdes Gorricho

## Comité de redacción

Javier de Prada  
Santiago Garde  
Juan Jerez  
María Marsá  
Nicolás Martínez  
Rafael Sánchez Ostiz  
José Ramón Varó  
Tomás Yerro

## Depósito legal

NA 1839 - 1994

## Diseño y maquetación

iLUNE

## ARTÍCULO DE LA DIRECTORA

5

Lourdes Gorricho

## ORIGINALES

6

### La voz del Gobierno

Íñigo Alli Martínez, Consejero de Políticas Sociales

### Las personas mayores en el actual contexto socio-económico

Francisco Javier Enériz Olaechea. Defensor del Pueblo de Navarra

### Unidades geriátricas de agudos y valoración geriátrica integral

Agurne García Baztán

### La crisis sacude a los centros residenciales

Eduardo Mateo Miranda. Presidente de Lares Navarra, Asociación Navarra de Residencias y Servicios de Atención a los Mayores-Sector Solidario.

### En defensa del Estado Social

Manuel Vázquez: Secretario General de la Federación de Pensionistas de CCOO de Navarra.

### Los jubilados, el colectivo peor tratado por el Gobierno, se movilizan contra los recortes

Unión de Pensionistas, Jubilados y Prejubilados de la UGT de Navarra

### Las viudas y la crisis

Asociación Viudas Roncesvalles (Pamplona)

## ENTREVISTA

23

### Javier Tejada Palacios

Lourdes Gorricho y Tomás Yerro

## XI PREMIO "TOMÁS BELZUNEGUI"

32

### Hablar, sonreír y dar besos

Cipi

## RESEÑAS HISTÓRICAS

36

Residencia de ancianos Nuestra Señora de Gracia

## GERONTOLOGÍA Y CINE

38

Dibujos animados y mayores

## AGENDA

40

Agenda de la Sociedad Navarra de Geriátrica y Gerontología



## Artículo de la directora

# Crisis

Por Lourdes Gorricho

Estamos en crisis.

No podemos, en justicia, evadirnos de la realidad. Una realidad que nos ha sumergido en este ambiente denso, pesado y angustioso que nos envuelve. Y lo malo del caso no es sólo ignorar cuánto tiempo vamos a seguir así, sino, de modo especial, cuánto precio nos queda aún por pagar.

En este contexto de zozobra socio-económica, el comité de redacción de la revista ha considerado pertinente tomar el pulso a la sociedad navarra. Hemos solicitado su opinión a entidades y asociaciones relacionadas con el sector geriátrico. No están todas, pero sí son todas ellas de gran interés por tener un contacto directo y diario con la realidad. Alguna, y bien que lo lamentamos, ha declinado la invitación a servirse del cauce ofrecido.

Hemos recogido los puntos de vista oficiales del Consejero de Políticas Sociales y del Defensor del Pueblo; también, los de la Asociación de Viudas Roncesvalles, Sindicatos y Lares, la Asociación Navarra de Residencias y Servicios de Atención a los Mayores sin ánimo de lucro. Todos los firmantes se han expresado con entera libertad, por lo que, con respeto escrupuloso a quienes representan, sus textos se han transcrito literalmente, con independencia de la posición de “Cuadernos Gerontológicos”.

El panorama no pinta bien. Pero tampoco nos vamos a dejar llevar por el desánimo, un lujo que no nos podemos permitir ni como individuos ni como Sociedad Navarra de Geriátrica y Gerontología. Por el contrario, tenemos que conseguir que esta época convulsa resulte de alguna utilidad. El reto acuciante consiste en aprovechar y optimizar los recursos existentes. Desde luego, implementar de verdad la coordinación sociosanitaria y, sobre todo, prevenir.

Todas las estadísticas reflejan el gran incremento del grupo etario mayor de 80 años, y por lo tanto cada vez serán más los ciudadanos con distintos niveles de dependencia. Por razones de dignidad y calidad de vida de las personas y, por qué no decirlo, también de índole económica, debemos trabajar a fondo para conseguir que la dependencia aparezca lo más tardía y levemente posible. Y una vez generada, que el nivel de recuperación sea el máximo factible. Las estrategias arriba mencionadas ya están inventadas, por lo que sería deseable que en la Comunidad Foral se trabajara para que acaben siendo una realidad.

Nos jugamos mucho en el empeño, aunque sólo sea porque casi todos nosotros acabaremos siendo viejos. Yo, al menos, a eso aspiro.

# La voz del Gobierno

**Íñigo Alli Martínez,  
Consejero de Políticas Sociales**

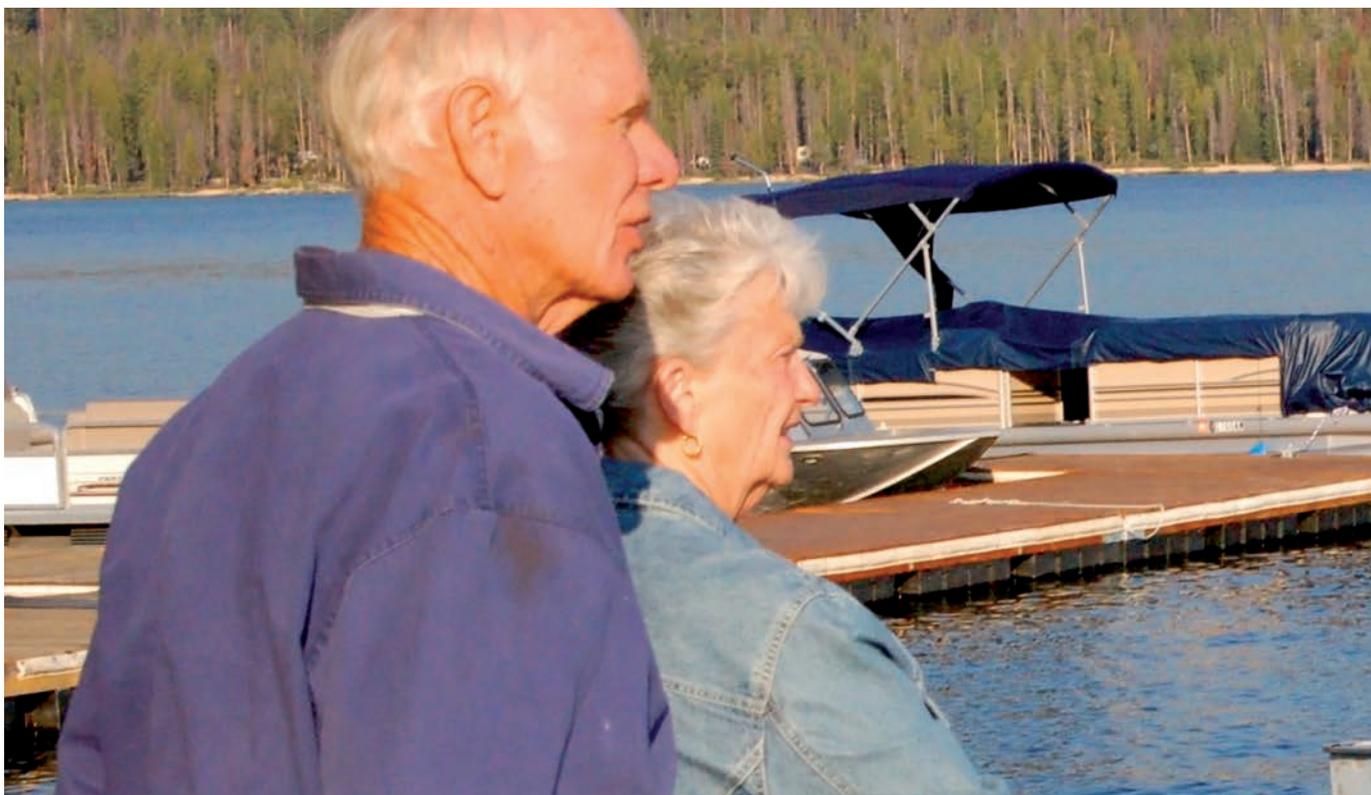
**E**l desarrollo de los sistemas sociales ha permitido que cada vez más personas vivan más años y en mejores condiciones. Dejar de trabajar cuando nos llega la jubilación simplemente nos permite ser dueños de nuestro tiempo, comenzar una nueva etapa de la vida, ante esto las expectativas que podemos tener frente a nosotros son incontables.

El colectivo de mayores de 65 años en Navarra supone el 18% de la población total (115.114 personas) con un claro predominio de mujeres (56,66%).

Los cambios sociológicos que ha sufrido la familia y el valor que ha adquirido la independencia explica que cada vez haya más personas

mayores que no quieren abandonar su casa. A ellos está destinado el servicio de ayuda a domicilio, para favorecer y alargar de forma considerable la estancia en sus propias casas. Además, esas personas mayores que viven solas de forma autónoma y carecen de medios económicos, tienen a su disposición recursos que la Administración va a seguir manteniendo.

Promover la autonomía de las personas es un compromiso de mi Departamento, de tal manera que las personas mayores que quieren seguir viviendo en sus domicilios y carecen de compañía tienen a su disposición un servicio de telefonía para casos de emergencia, y a su vez también cuentan con el servicio de teleasistencia que se presta a personas en situación de de-



pendencia, y sobre todo a personas mayores que viven de forma autónoma. Cabe destacar los supuestos en que las familias no puedan hacerse cargo de sus mayores, para estos casos, poco a poco, se han ido construyendo espacios residenciales y de atención diurna, que garantizan su atención y cuidado en todas las condiciones y durante el tiempo que sea necesario, bien de forma permanente o temporal, así como espacios de ocio donde cuidar cuerpo y mente.

De todos es sabido la crisis económica que estamos padeciendo en España y a la que Navarra no es ajena, esto hace que estemos todos preocupados por salir de ella. Pero si algo tenemos claro en este Departamento es que esta situación no puede servir como excusa para rebajar los servicios y la atención a las personas mayores para que retrocedan en su calidad de vida y en su estado de bienestar, los derechos de las personas sobre todo las más desfavorecidas, tienen que estar al margen de la crisis y así lo contempla la Ley, en Navarra tenemos prestaciones garantizadas que no van a sufrir ninguna alteración económica en los próximos presupuestos.

Por encima de todo queremos salvaguardar las prestaciones y la atención a las personas con discapacidad y con cualquier grado de dependencia. Para conseguir este objetivo estamos trabajando cada día para hacer que el sistema sea sostenible, introduciendo los criterios de eficacia y eficiencia en todo el servicio.

En definitiva, la atención a las personas mayores y dependientes está y seguirá estando garantizada aún en época de crisis y de cortes económicos, porque es una prioridad del Gobierno de Navarra y de este Departamento.

Las personas mayores durante muchos años han contribuido con su trabajo y con su esfuerzo a la construcción del estado de bienestar y a hacer que esta sociedad sea más justa y solidaria, por eso no sería de recibo que fueran ellos quienes ahora estuvieran sufriendo las consecuencias de este periodo de dificultades económicas. Tenemos un Deber hacia ellas que vamos a cumplir.



# Las personas mayores en el actual contexto socio-económico

Por Francisco Javier Enériz Olaechea,  
Defensor del Pueblo de Navarra

**E**n el actual escenario de crisis económica, es imprescindible extremar las medidas de protección a las personas mayores que, como se ha comprobado, se están viendo afectadas de una manera muy directa por la vorágine que hoy nos envuelve. Basta, como ejemplo, el hecho de que muchos de los ciudadanos y ciudadanas que han contratado participaciones preferentes sean personas de edad avanzada, jubilados y pensionistas, que han destinado sus ahorros – o parte de ellos- a este producto financiero, bajo la confianza de que era un producto sin riesgo y de devolución garantizada del capital junto con el interés generado.

Una de las áreas de trabajo de los Defensores del Pueblo, como instituciones parlamentarias encargadas de la protección de los derechos de los ciudadanos y ciudadanas en sus relaciones con las Administraciones públicas, es precisamente la de ayudar al diseño de políticas activas e integrales de protección de los mayores y de promoción activa de sus derechos.

Con esta finalidad, en el mes de junio del año 2011, se celebraron las XXVI Jornadas de Coordinación de Defensores del Pueblo, bajo el lema: "Los derechos de las personas mayores", en las que participamos los titulares de

todas las defensorías del pueblo autonómicas y la Defensora del Pueblo de España.

Durante la celebración de este encuentro, se analizó la situación de las personas mayores, desde el punto de vista socio-económico, socio-sanitario y en su relación con la aplicación de la Ley de Dependencia.

Entre las conclusiones del encuentro, se puso de manifiesto la necesidad, especialmente marcada en contextos como los actuales de crisis, de que los poderes públicos atiendan el mandato de garantía de la suficiencia económica, teniendo en cuenta los datos de la OCDE en los que se refleja que un 25% de los españoles mayores de 65 años se encuentra por debajo del umbral de la pobreza.

Como conclusiones, los Defensores del Pueblo propusimos a los poderes públicos las siguientes líneas de actuación:

- Ante el incremento de la esperanza de vida de la población española, la prevención y la promoción de los hábitos saludables de manera precoz y el fomento del envejecimiento activo se configuran como los mejores elementos para una vejez sana. En este sentido, es importante también potenciar la prevención de la dependencia a través del



SAAD dirigido a personas mayores dependientes o en riesgo de estarlo.

- La elaboración y aprobación de "Cartas de Derechos y Deberes de las personas mayores", "Planes de Mayores" y las correspondientes "Carteras de servicios sociales autonómicas", en las que se recojan los derechos de este sector de la población y las prestaciones sociales, económicas y asistenciales a garantizarles.
- Para asegurar una atención de calidad en todo el territorio nacional, ha de articularse la coordinación entre los diferentes territorios autonómicos, mediante, entre otras actuaciones, la implantación electrónica de la historia clínica integrada. También se observa la necesidad de una intervención armonizadora del Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, para establecer criterios comunes en el cumplimiento de los plazos para el reconocimiento de los servicios y prestaciones, la compatibilidad entre los mismos, el régimen de retroactividad y el tratamiento de expedientes de personas fallecidas.
- Con la finalidad de incorporar la perspectiva de edad en las políticas públicas, es nece-

sario promover la creación de Consejos Sectoriales autonómicos y locales, impulsando la tarea participativa de las personas mayores en los organismos públicos y fomentando su asociacionismo.

- Fundamentalmente, la creación de un espacio socio-sanitario se configura como una herramienta esencial para asegurar la continuidad entre el sistema sanitario y los servicios sociales. Para ello, se propone la creación de mapas sociosanitarios que superen la tradicional separación entre zonas sanitarias y áreas sociales, la homogenización de contenidos de la historia clínica integrada, la realización de valoraciones geriátricas integrales y la conexión entre los servicios especializados y la atención primaria.
- Se ve necesario potenciar los recursos geriátricos y gerontológicos existentes en el sistema sanitario y en los servicios sociales, especialmente en lo relativo al número y la selección de personal especializado.
- En relación con los malos tratos a personas mayores, ya sean físicos, psíquicos o económicos, se ve necesario establecer programas específicos de detección y protocolos de actuación que aporten soluciones ágiles y eficaces a las víctimas.
- En cuanto al gasto farmacéutico, se requiere la promoción de políticas de educación y participación sanitaria, que fomenten el uso racional de los medicamentos.

Vivimos tiempos muy duros, con limitación de recursos públicos e incertidumbres sobre los servicios que deben prestar los poderes públicos. Pero aunque el panorama se haya tornado gris, las personas mayores, su protección y sus derechos deben ser una prioridad. En definitiva, a ellos y a su esfuerzo y cariño les debemos nuestro actual grado de bienestar.

# Unidades geriátricas de agudos y valoración geriátrica integral

Por la Dra. Agurne García Baztán

**E**mpecemos por contextualizar el panorama demográfico actual. Según datos del Instituto Nacional de Estadística, la esperanza de vida a los 65 años a día de hoy es de 18'2 años para los hombres y 22'2 años para las mujeres en nuestro país. Asimismo, la esperanza de vida al nacer en el 2048 será de 84'3 para los hombres y 89,89 para las mujeres, siendo actualmente 78,6 y 84,8 respectivamente. Al amparo de estos datos, es innegable afirmar que nos hallamos ante un claro envejecimiento de nuestra sociedad. Desafortunadamente, con frecuencia la prolongación de la vida se ve acompañada de una pérdida de autonomía personal y, por consiguiente, de una merma importante de la calidad de vida e incremento de los costes para asegurar los cuidados de las personas mayores. Debido a este fenómeno, estamos asistiendo de manera paralela a una geriatrización de la medicina y por eso, ahora más que nunca, es necesario adoptar medidas que optimicen la asistencia médica a dicho sector de la población.

El presente estudio trata de resumir, basándose en la literatura científica disponible en el momento, las propuestas que hace la Geriátrica para conseguir este objetivo cuando uno de nuestros mayores ingresa en el hospital con una enfermedad aguda o agudización de su enfermedad crónica.

Empecemos por definir o, mejor dicho, describir qué es una Unidad Geriátrica de Agudos (UGA). Apoyándonos en la definición aceptada por una revisión sistemática (1), se denominaría UGA a aquella “unidad hospitalaria con su propia estructura y localización física, y dirigida por un equipo multidisciplinar especializado con responsabilidad directa sobre el cuidado de pacientes ancianos con enfermedades médicas agudas, incluyendo exacerbaciones de enfermedades crónicas”. En una reciente revisión Cochrane (2) donde se comparan los servicios de Geriátrica hospitalarios respecto a la atención no especializada, se plantea que las medidas de eficacia a la hora de evaluar dichas unidades, y que son relevantes en esta franja de edad, han de centrarse en la capacidad funcional, el alta a domicilio, la calidad de vida centrada en el paciente y en el cuidador y los costes de dicha asistencia especializada, dejando en un segundo plano otros aspectos fundamentales a otras edades como es la mortalidad. Con el fundamento de estas premisas, en dicha revisión se concluye que la atención geriátrica especializada resulta efectiva y eficiente si incluye una valoración geriátrica completa, la asistencia es integral y multidisciplinar, se lleva a cabo en un hospital general por médicos geriatras y la población diana está formada por ancianos frágiles.



Según la definición clásica propuesta por la Geriátrica, “fragilidad” es “un síndrome biológico consecuencia del deterioro acumulado de múltiples sistemas, en el que está disminuida la reserva fisiológica y resistencia a estresores externos y en el que la persona es vulnerable a diversos efectos adversos”. Según el fenotipo clásico de Linda Fried (3), este síndrome se distinguiría del concepto de comorbilidad y discapacidad, siendo un factor de riesgo y una consecuencia de la fragilidad respectivamente. Por tanto, y en relación al tema que nos ocupa, no serían los ancianos sanos ni los que padecen una dependencia es-

tablecida los sujetos que más se beneficiarían de esta asistencia especializada, por ser difícil probar la eficacia de dicha atención en unidades con este tipo de pacientes.

Teniendo en cuenta estas medidas de eficacia, una revisión sistémica comparó las UGAs con unidades convencionales (1); objetivó un menor deterioro funcional al alta y más probabilidad de vivir en casa al alta y a los 3 meses, y todo esto sin diferencias significativas en la mortalidad al alta y a los 3 meses, la tasa de reingresos y situación funcional a los 3 meses.



¿Pero cuál podría considerarse el instrumento clave de estas unidades? De la observación realizada en la práctica clínica habitual resulta es innegable afirmar que el modelo biomédico tradicional cimentado exclusivamente en la alteración biológica y la enfermedad deviene insuficiente a la hora de abordar los problemas de salud de nuestros mayores. En las unidades geriátricas se ha dado un paso adelante al sustentar su proceder diario en la “valoración geriátrica integral” (VGI), entendida como “un proceso diagnóstico multidimensional e interdisciplinar para determinar las capacidades médicas, psicológicas y funcionales del anciano frágil de cara a desarrollar un plan de tratamiento y seguimiento coordinado e integrado” (4). Esta valoración multidimensional debe incluir una evaluación médica en la que se tengan en cuenta la comorbilidad y severidad de las enfermedades, una revisión de la medicación habitual y una valoración nutricional. Asimismo, la evaluación funcional a través de las actividades básicas e instrumentales de la vida

diaria, nivel de actividad habitual y marcha y equilibrio, la evaluación psicológica en relación a la situación cognitiva y anímica del anciano y, finalmente, una evaluación social serán claves para un abordaje interdisciplinar e integrado o, en definitiva, para ofrecer unos cuidados basados en las necesidades del paciente y no en la enfermedad exclusivamente.

Desde el punto de vista clínico, mediante la VGI no sólo se consigue optimizar el proceso de cuidados a través de una mejora en la precisión diagnóstica, terapéutica y seguimiento a largo plazo, sino que también supone una mejora en los resultados de salud mediante el restablecimiento de la situación funcional y cognitiva. Y no podemos olvidar tampoco la contención de gastos derivados del cuidado, que se consigue mediante la reducción del uso de servicios formales innecesarios y una prolongación de la estancia en domicilio y la comunidad.

**El modelo biomédico tradicional cimentado exclusivamente en la alteración biológica y la enfermedad deviene insuficiente a la hora de abordar los problemas de salud de nuestros mayores**

En un meta-análisis de ensayos clínicos aleatorizados y controlados, en el que se comparaba la eficacia de la valoración geriátrica integral con los cuidados convencionales en pacientes mayores de 65 años ingresados por una enfermedad médica aguda (5), se observó una mayor probabilidad de “estar vivo y vivir en casa” a los 6 y 12 meses del ingreso. Este resultado principal se acompañaba de una menor probabilidad de vivir en residencia, deterioro funcional y cognitivo durante el ingreso y muerte durante el ingreso, todo ello sin diferencias en la mortalidad en el seguimiento y tasa de reingresos.

Como se apunta en diversos artículos de la literatura especializada (4), las diferencias en las características de los pacientes, la complejidad en la valoración y aplicación de las intervenciones y dependencia en los recursos disponibles hacen difícil determinar cuál es el componente de la VGI responsable de los resultados obtenidos. En una revisión Cochrane (6) en la que se evalúa la planificación individualizada y estructurada del alta hospitalaria, se observan reducciones pequeñas en la estancia hospitalaria y tasa de reingresos en ancianos ingresados con una enfermedad médica aguda; sin embargo, no se aprecian diferencias en la mortalidad, alta a domicilio o costes. En otra revisión Cochrane (7) donde se evalúan intervenciones de rehabilitación

sobre factores físicos, psicológicos y sociales después de una fractura de cadera, tampoco se encuentran diferencias en el funcionamiento físico ni psicosocial de estos ancianos. Ambos ejemplos nos permiten concluir que probablemente no sea un solo componente sino la combinación de todos ellos la responsable del éxito de la VGI en los resultados de salud valorados.

En definitiva, este proceso diagnóstico y terapéutico llamado Valoración Geriátrica Integral posee indudable interés en todas aquellas unidades dedicadas al manejo de pacientes ancianos frágiles. Como no requiere tecnología de última generación, su aplicación es posible en diferentes niveles asistenciales, desde el domicilio hasta las unidades de larga estancia. No obstante, según avanzamos en este continuo entre el entorno ambulatorio y el residencial, el grado de dependencia funcional, deterioro cognitivo y carga asistencial aumentan, y esto hace aún más importante si cabe su implementación en un paso intermedio, como es el ingreso por enfermedad aguda en una unidad hospitalaria, probablemente el único momento en el que el deterioro psicofísico del anciano sería potencialmente reversible.

Hasta ahora hemos hablado de la eficacia y efectividad de la valoración geriátrica integral aplicada en una UGA. Entiéndase como efica-



cia “la capacidad de lograr el efecto que se desea o se espera” en un marco ideal; trasladado al mundo sanitario, este “entorno ideal” se encuentra en los ensayos clínicos con centros y pacientes seleccionados, control estricto de la aplicación de la intervención y seguimiento riguroso de la evolución. El término efectividad englobaría el concepto de eficacia pero aplicado en un “entorno real”, es decir, la práctica clínica diaria con las peculiaridades propias de cada centro, cada paciente y pericia del equipo asistencial para su aplicación. Con la exposición anterior quedan más que demostrados ambos conceptos respecto a la

cuestión que nos ocupa. Sin embargo, aún nos quedaría por contemplar una última dimensión; la eficiencia hace referencia a la capacidad de conseguir los máximos resultados con unos recursos dados, o, dicho de otro modo, a igualdad de eficacia y efectividad, optar por la intervención menos costosa. En el contexto económico actual, la eficiencia pasa a ser un aspecto muy relevante para tener en cuenta a la hora de tomar decisiones sobre la implantación de nuevas intervenciones en salud. En un meta-análisis de estudios controlados (aleatorizados, no aleatorizados y casos-control) realizado por geriatras de nuestro entorno en 2010 (8) se evaluó dicha eficiencia en relación a dos resultados finales: la duración de la estancia y los costes totales del ingreso hospitalario. En estos estudios se comparaba la atención en UGA con la atención en unidades convencionales de hospitalización en pacientes mayores de 65 años con patología médica aguda. Se observó que todas las UGA tenían una estancia menor a 12 días con una tendencia a reducir la misma en torno al 6-39 % (7,3% en los ensayos clínicos y 13% en los estudios no aleatorizados); en valores absolutos dicha reducción correspondía a una media de 1 día. Asimismo, se objetivó una reducción significativa del coste del ingreso hospitalario en UGA alrededor del 8% respecto a las unidades convencionales en el

**Desafortunadamente, con frecuencia la prolongación de la vida se ve acompañada de una pérdida de autonomía personal y, por consiguiente, de una merma importante de la calidad de vida e incremento de los costes para asegurar los cuidados de las personas mayores**

grupo de los ensayos clínicos, reducción que aumentaba al 12,7% al incluir el total de los estudios. Sirviéndose de estos datos, los autores estiman en 450 millones de euros al año la reducción del gasto hospitalario directo en caso de que las UGA fueran implantadas de manera generalizada en el sistema sanitario español. La mencionada proyección no incluye los gastos indirectos generados por los cuidados posthospitalarios derivados del deterioro funcional y, en muchos casos, la institucionalización del paciente por esta causa.

Probablemente esta extrapolación está influenciada por muchos factores, pero es indudable que existe una fórmula eficaz, efectiva y eficiente para reducir los costes hospitalarios, mejorar los resultados de salud y la satisfacción (9) del paciente, cuidador y equipo asistencial, y todo ello sin crear nuevas unidades sino reorganizando las ya existentes. En suma, adaptando nuestro sistema sanitario a las necesidades individuales de nuestros pacientes y no viceversa, como venimos haciendo hasta ahora.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1.- Juan J Baztán, Francisco M Suárez-García, Jesús López Arrieta, Leocadio Rodríguez-Mañas, Fernando Rodríguez-Artalejo. *Effectiveness of acute geriatric units on functional decline, living at home, and case fatality among older patients admitted to hospital for acute medical disorders: meta-analysis.* *BMJ* 2009;338:b50
- 2.- López Arrieta JM<sup>a</sup> Referencias: Areosa A, Avellana JA, Baztán JJ, López E, Suárez FM. *Los servicios de geriatría hospitalarios son más efectivos para la población frágil que la atención no especializada.* *Cochrane Database Syst Rev.* 2011 Número 1 ISSN 1745-9990.
- 3.- Linda P. Fried, Catherine M. Tangen, Jeremy Walston, Anne B. Newman, Calvin Hirsch, John Gottdiener, Teresa Seeman, Russell Tracy, Willem J. Kop, Gregory Burke and Mary Ann McBurnie. *Frailty in older adults: evidence for a phenotype.* *Journal of Gerontology: Medical sciences.* 2001.Vol 56A.No 3.M146-M156.
- 4.- Darryl Wieland et al. *Comprehensive Geriatric Assessment.* *Cancer Control,* 2003;10(6):454-462.
- 5.- Graham Ellis, Martin A Whitehead, David Robinson, Desmond O'Neill, Peter Langhorne. *Comprehensive geriatric assessment for older adults admitted to hospital: meta-analysis of randomized controlled trials.* *BMJ* 2011; 343.
- 6.- Sasha Shepperd, Jacqueline McClaran, Christopher O Phillips, Natasha A Lannin, Lindy M Clemson, Annie McCluskey, Ian D Cameron, Sarah L Barras. *Planificación del alta del hospital al domicilio.* *The Cochrane Library,* 2010 Issue 1 Art no. CD000313.
7. Crotty M, Unroe K, Cameron ID, Miller M, Ramirez G, Couzner L. *Rehabilitation interventions for improving physical and psychosocial functioning after hip fracture in older people.* *Cochrane Database Syst Rev.* 2010 Jan 20;(1):CD007624.
- 8.- Baztán JJ, Suárez-García FM, López-Arrieta J, Rodríguez-Mañas L. *Efficiency of acute geriatric units: a meta-analysis of controlled studies.* *Rev Esp Geriatr Gerontol* 2011 Jul-Aug;46(4):186-92.
- 9.- Steven R. Counsell, Carolyn M. Holder, Laura L. Liebenauer, Robert M. Palmer, Richard H. Fortinsky, Denise M. Kresevic, Linda M. Quinn, Kyle R. Allen, Kenneth E. Convisky and C. Seth Landefeld. *Effects of a multicomponent intervention on functional outcomes and process of care in hospitalized older patients: a randomized controlled trial of acute care for elders (ACE) in a community hospital.* *J Am Geriatr Soc* 48:1572-1581, 2000.

# La crisis sacude a los centros residenciales

Por Eduardo Mateo Miranda

Presidente de Lares Navarra, Asociación Navarra de Residencias y Servicios de Atención a los Mayores-Sector Solidario.

¿Qué les voy a contar a estas alturas de la película que ustedes no sepan o no intuyan? La crisis, que inunda ya a todo el país y que está continuamente en nuestras conversaciones, se está cebando (y mucho) con el sector de las residencias de ancianos. Decía el poeta Horacio que “quien vive temeroso nunca será libre”. ¡Ay, Horacio! Pues además de temerosos, vivimos preocupados, angustiados e inquietos.

Lares Navarra, la Asociación que presido, aglutina a 35 residencias de la Comunidad Foral. Nunca habíamos tenido plazas vacantes. Más bien al contrario. Las listas de espera eran abultadas, tanto por el servicio y la atención prestados como por tener unos precios más económicos al ser, como somos, residencias sin ánimo de lucro.

La situación ha cambiado completamente. Tenemos vacantes, algo impensable en años pasados, y cada vez es más complicado llegar a fin de mes. Lo sé de primera mano tanto por mi condición de presidente de Lares Navarra como por ser director de la Residencia “San José” de Valtierra. Y la situación es más preocupante en las zonas rurales, donde se sitúa la mayoría de nuestras residencias, ya que la demanda de plazas residenciales es menor,

por ejemplo, que en Pamplona y Comarca; aunque también es verdad que ya pocos se escapan de las garras de la crisis.

¿Qué está pasando? Más de 50.000 navarros y navarras en paro y, cada día que pasa, menos dinero en nuestros bolsillos. Por lo tanto, las familias se lo piensan muchísimo antes de llevar a su familiar a la residencia. Si a la ayuda que da el Gobierno de Navarra por atender a una persona dependiente en casa se le suma la pensión del mayor, el resultado es un sueldo que entra en casa, un recurso económico valioso para el hogar.

En nuestras residencias hay varias plazas concertadas, es decir, subvencionadas en parte por el Ejecutivo Foral y, por lo tanto, más económicas para las personas usuarias. Así que esperan a poder tener acceso a una de estas plazas para ingresar en la residencia. Pero, por otro lado, he de decir que nuestras residencias tienen varias plazas de concierto libres. ¿Cómo puede ser? Asuntos Sociales dice que no hay personas valoradas como Severo II y Gran Dependiente que puedan ocupar estas plazas. Es ese Departamento el que hace la valoración y el que destina a las personas usuarias a esas plazas públicas que tiene concertadas con nuestras residencias. El

resultado es que muchas de las plazas concertadas quedan libres, hecho que agrava aún más nuestra “delicada” situación económica.

Y, lógicamente, al tener las familias menos capacidad económica, por la dichosa crisis, pagar la mensualidad resulta, cada vez, más arduo.

Lo que puedo decir orgulloso, bien alto y bien claro, es que las Residencias Lares Navarra mejoran continuamente sus servicios y atenciones, porque el constante incremento de la calidad de vida de los mayores es nuestra razón de ser, nuestro objetivo, nuestro motor y nuestra meta. Eso se consigue con un buen



equipo humano, profesional y multidisciplinar, que atiende a las personas usuarias de manera integral y con servicios individualizados. Eso supone, ¡claro está!, unos gastos de personal que hay que cubrir todos los meses y que serían más llevaderos si se subieran los precios de las plazas residenciales, algo que nos asusta muchísimo a nosotros (personal directivo de los centros) y, por supuesto, algo que preocupa tremendamente a la gente. Por el momento, vamos aguantando, pero... ¿hasta cuándo?

El nivel de exigencia aumenta progresivamente y cada vez son más las normativas que

se aplican a las residencias de ancianos, con el consiguiente aumento de los gastos fijos de los centros. ¡Y cuántos inspectores estoy conociendo últimamente! ¡Haciendo “malabares” para llegar a todo y, además, enseñar todos los papeles y perder una mañana! Sí, las inspecciones son necesarias, pero sé que ustedes me entienden cómo nos sentimos cuando, después de una semana complicada, recibes ese tipo de visita, que al final te va a generar más gastos por sus peticiones, en cumplimiento de normativas.

Estos días, está siendo noticia alguno de nuestros Centros Lares por sus dificultades económicas. Nuestro deseo es que salgan adelante y continúen con su actividad, ya que opinamos que el cierre de un centro arrastraría a otros, y esa sí es una realidad que desde Lares no queremos llegar a conocer. En Navarra ha crecido mucho este sector y se han conseguido niveles muy altos en cuanto a calidad y servicio. ¡No dejemos que se desmoronen! Los Centros Lares, primero por su trayectoria social y, segundo, por sus servicios de calidad a precios más asequibles, realizan una misión social importante, ya que no podemos olvidar que todos los ingresos repercuten en el servicio, en beneficio exclusivo, del propio usuario.

¡Me hubiera gustado tanto contarles otra realidad! Sin lugar a dudas, ustedes y yo hubiéramos disfrutado mucho más. Pero lo que no podemos hacer es ocultar lo evidente y cerrar los ojos ante el día a día.

Cierto es que, como decía Paulo Coelho, “el mundo está en manos de aquellos que tienen el coraje de soñar y correr el riesgo de vivir sus sueños”. Y nuestro sueño, el de todo Lares Navarra, es que nuestros y nuestras mayores sigan teniendo, cada día, una mejor calidad de vida. Ese ha sido, es y será nuestro sueño, y, como hasta ahora, correremos el riesgo de luchar y trabajar por cumplirlo.

# En defensa del Estado Social

Por Manuel Vázquez,  
Secretario General de la Federación de Pensionistas de CCOO de  
Navarra.

Las políticas en recortes de derechos que se están llevando a cabo en Europa y España en estos últimos años con la llegada del PP al gobierno se han intensificado muy gravemente. Estos recortes están suponiendo un retroceso en los servicios públicos básicos como: sanidad, educación, atención a la dependencia, pensiones, etcétera, que están repercutiendo de forma grave en el conjunto de la sociedad y más intensamente en el gran colectivo de las personas mayores, y que nos hacen retroceder años atrás y que con tanto esfuerzo y sacrificio nos ha costado conseguir.

El Copago, en realidad repago, sanitario supone una congelación encubierta de las pensiones, los recortes en dependencia, las subidas de I.R.P.F., luz, etcétera han supuesto para millones de pensionistas una pérdida grave de poder adquisitivo. No debemos olvidar que de 8.200.000 de pensionistas cerca del 50 % tienen ingresos inferiores al SMI (641€); en Navarra, de 122.300 el 45% tienen ingresos por debajo del SMI (Salario Mínimo Interprofesional).

Las pensiones de jubilación son cada vez más determinantes para el sostenimiento de las economías familiares, hasta tal punto que, según el estudio llevado a cabo por CCOO de Navarra, son cerca de 2.000 hogares en los

que residen miembros en edad laboral y cuya única fuente de ingresos es la pensión de jubilación.

El empobrecimiento de la población sigue creciendo de forma alarmante. Como dato a tener en cuenta tenemos que cerca del 25% de la población en España se encuentra en esa situación y en Navarra se acerca al 10%.

El Gobierno ha cedido a las exigencias del núcleo más conservador de la Unión Europea y de los mercados, cuya actividad especulativa sigue provocando que la economía no se recupere y hace que los trabajadores/as, los pensionistas y jubilados/as sigamos perdiendo poder adquisitivo y derechos sociales que conseguimos durante muchos años de lucha, hasta tal punto que el FMI llega a considerar que la longevidad inesperada más allá de lo que recogen las previsiones constituye “riesgo financiero” para los gobiernos y las entidades financieras.

En el terreno político, el ataque a los derechos sociales viene acompañado de un ataque a las libertades y a la calidad de nuestra democracia. La reforma constitucional, los intentos del Gobierno de convertir la jornada de huelga general del pasado 29 de marzo en un problema de orden público (con detenidos que todavía no han salido de la cárcel), los anuncios

de endurecimiento de las condiciones para poder convocar movilizaciones ciudadanas, la amenaza de elaborar una ley de huelga, la reforma de la ley del aborto, son síntomas preocupantes que tenemos que combatir.

El Gobierno presentó los PGE para el año 2012 y a los pocos días, para calmar a los mercados, anunció un recorte presupuestario adicional de 10.000 millones en sanidad y educación. Ya conocemos que en educación van a recortar 3.000 millones a base de aumentar el número de alumnos por aula, de reducir las plantillas a través de incrementar la jornada de los docentes, de paralizar la aplicación de determinados ciclos formativos y de incrementar las tasas universitarias.

En sanidad recortan 7.000 millones. Ahora sabemos que se va a imponer un copago, repago, más elevado de los medicamentos **y que, por primera vez, vamos a pagar los pensionistas.**

Las medidas planteadas sobre la sanidad no sólo son difíciles y costosas de gestionar, sino que pueden suponer que quien más lo necesita, los pensionistas con menos ingresos y dolencias más serias, dejen de recurrir a la sanidad, aumentando los riesgos para la salud e incrementando los gastos de hospitalización,

y más cuando hay un número muy importante de personas que viven en un nivel de subsistencia y que no pueden afrontar más gastos en la atención sanitaria. Por lo tanto, resulta incomprensible que se propugnen nuevos copagos, repagos, en este momento. Además, suponen un recorte encubierto de las pensiones que el Gobierno se había comprometido a no tocar. Ejemplo claro es la subida del I.R.P.F., de la luz, gas, transporte, etcétera.

La sanidad, la educación y la seguridad social son pilares fundamentales del Estado de Bienestar y que desde Comisiones Obreras y la Federación de Pensionistas y Jubilados vamos a defender conjuntamente con los ciudadanos y ciudadanas que rechazan contundentemente estas medidas tan injustas que desde el Gobierno se están aplicando. Para ello realizaremos las campañas que sean necesarias para explicar nuestras propuestas en defensa de la Ley de Dependencia y contra el copago (repago) sanitario. Ante esta grave situación queremos llamar a todos/as los pensionistas, jubilados/as y al conjunto de la sociedad a la movilización contra estas medidas del Gobierno que perjudican gravemente a las personas más débiles y vulnerables de la sociedad, y no se toman medidas que afecten a los verdaderos culpables de la crisis tan brutal que tenemos en estos momentos.



# Los jubilados, el colectivo peor tratado por el Gobierno, se movilizan contra los recortes

Unión de Pensionistas, Jubilados y Prejubilados de la UGT de Navarra

**M**edidas como el incremento del IRPF a los pensionistas, el copago farmacéutico y los diversos recortes en los servicios públicos afectan de manera muy especial a un colectivo que, después de muchos años dedicados al trabajo y al desarrollo del país, se siente discriminado y maltratado.

La Unión de Pensionistas, Jubilados y Prejubilados de la UGT de Navarra (UPJP) no está dispuesta a permitir este ataque frontal no sólo a sus derechos, sino al Estado de Bienestar, y está dando a conocer, a través de charlas a otras organizaciones sociales, la verdadera cara de las “reformas” del Gobierno del PP.

Asimismo, la UPJP ha colaborado en la recogida de firmas para presentar una Iniciativa Legislativa Popular en el Congreso de los Diputados que exige la actualización de las pensiones de 2011 y denuncia los recortes del Gobierno.

Son varios los frentes en los que los jubilados se están movilizan:

## **Pensiones**

El Gobierno del Partido Popular asumió plenamente la congelación que para 2011 había decidido el anterior Gobierno, a pesar de las promesas de revalorización hechas por Mariano Rajoy, y que supuso la pérdida del 2,9%

del poder adquisitivo para la mayoría de los pensionistas. Pero fue más allá: anunció una subida del 1% para 2012, anulada, en la mayoría de los casos, por la subida del IRPF, a lo que se añade un más que probable crecimiento del IPC superior al previsto.

Por otro lado, el Gobierno paralizó en diciembre el calendario de subidas previsto en agosto para las pensiones de viudedad.

## **Copago farmacéutico**

A los pensionistas les han reducido las pensiones dos veces consecutivas, con la subida del IRPF y con la imposición del copago farmacéutico. Hay que recordar que los medicamentos forman parte indisoluble del sistema sanitario, por lo que afirmar que “no hay copago sanitario” es un recurso semántico interesado que no puede ocultar la verdad: los jubilados no pagan por los medicamentos y el Gobierno reformará la ley para que a partir de ahora paguen.

El copago, farmacéutico o sanitario, sitúa a los ciudadanos ante el servicio que debe garantizar su salud en función de sus recursos económicos, lo que introduce un principio de desigualdad evidente. Debemos ser diferentes en función de nuestra renta ante el sistema tributario, no ante el sanitario.



Asimismo, es preocupante la definición de la Cartera Básica de Servicios, que se divide en tres modelos: la básica, la suplementaria y la de servicios accesorios. En esta materia, es posible que se incorporen copagos dependiendo de la prestación sanitaria en los diferentes tramos. Es decir, podemos vernos con un sistema de beneficiencia y romper el principio de solidaridad que tiene nuestro Sistema Nacional de Salud.

El sindicato valora que se excluya del pago de medicamentos a los desempleados sin prestación económica y a los jubilados de pensiones no contributivas, pero hace recaer todo el peso de la medida sobre las rentas medias. Por tanto, son de nuevo los trabajadores los que van a asumir el coste de la crisis.

### **Tijeretazo en las prestaciones para la dependencia**

El Gobierno ha obviado el derecho de participación institucional de las organizaciones sindicales en la elaboración de los Presupuestos Generales del Estado para acometer un recorte histórico en el desarrollo de la Ley de Dependencia. Reduce a cero la aportación que el Estado había comprometido hasta la plena implantación de la Ley de Dependencia en 2015 y disminuye drásticamente el número de beneficiarios, ya que a fecha 3 de marzo, y según los datos publicados por el Imserso, el total de personas beneficiarias y con derecho a prestación asciende a 1.046.515, mientras que el presupuesto preveía 790.000 beneficiarios para todo el año 2012, lo que significa que 256.515 beneficiarios con derecho a prestación no la van a recibir.

Para la UGT se trata de otra muestra de lo que las cuentas del Estado traen para España en 2012: más recortes, más desprotección social y menos atención a los que más lo necesitan.

En definitiva, defendemos que la financiación de los servicios públicos debe ser progresiva, aportando más quien más tiene, y consideramos necesaria una reforma fiscal, a la que se niega el Gobierno, para reparar los graves errores cometidos durante muchos años en los que se ha desmontado el sistema tributario, encargado hasta ahora de proveer los recursos para la financiación de todos los servicios públicos, y se ha trasladado el coste, en forma de repago, a los propios contribuyentes.

# Las viudas y la crisis

Por Asociación Viudas Roncesvalles (Pamplona)

**S**omos la “Asociación Viudas Roncesvalles” de Pamplona y saludamos a todos los lectores y lectoras de la revista CUADERNOS GERONTOLÓGICOS.

Podríamos comentar muchos temas, no obstante, el tema “estrella” para todos es la crisis.

Para nosotras, viudas de Navarra, como para tantas y tantas de toda España, la preocupación es grande. Cualquier medio de comunicación que nos sirva de ventana a la sociedad: televisión, radio, prensa escrita... nos habla de los muchos **recortes** que el Gobierno de turno ha hecho y según anuncia seguirá haciendo: “El bombazo de la crisis un día tras otro”. Nuestras pensiones son fruto de nuestro trabajo o del de nuestros maridos, pensiones que ya están recortadas (el 52% de la base regulada).

Mayoritariamente con estas pírricas o escasas pensiones llevamos la economía de nuestros hogares, donde vivimos nosotras, en muchos casos nuestros hijos **forzosamente** sin trabajo y sus hijos, que son nuestros nietos, sin olvidar que a veces también nos toca atender a nuestros padres.

Esta situación con tintes tan grisáceos es alarmante, no obstante procuramos llevarla lo mejor posible, pero no olvidemos que repercute no sólo en la pérdida sangrante de nuestro poder adquisitivo (congelación de las pensiones durante un año y posterior subida del IRPF; aumento del precio de la electricidad, gas etc...; recorte sanitario y pago de medicamentos y subida del IVA), sino también en nuestra salud, en la forma de ver el futuro nuestro, el de nuestras familias y el de toda la sociedad en general.

¡No queremos más recortes!, queremos soluciones positivas que brinden un futuro a nuestra juventud y bienestar para todos, que bien nos lo merecemos.

¿Quién ha originado la crisis?

¿Los políticos que gobiernan?

¿Los grandes grupos de presión financieros a nivel mundial?

¿La Banca, los banqueros?

¿Los poderosos avariciosos carentes de ética?

¿QUIÉN, QUIÉN?



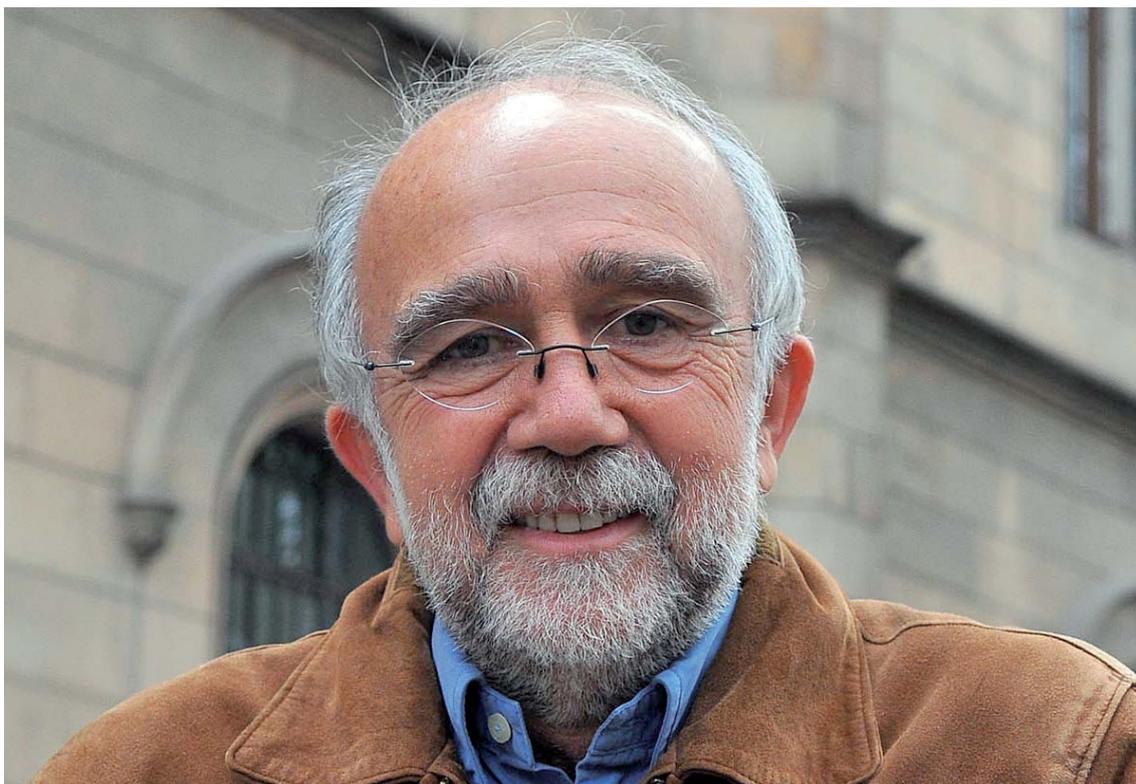
¿Para qué tantas y tantas reuniones, congresos etc...?

A este color grisáceo que tiñe a nuestra sociedad queremos y deseamos darle tintes de color ESPERANZA, para ello propondríamos que la recaudación se hiciera no sólo a costa de las clases medias y de los sectores más vulnerables de la sociedad, que somos muchos, pero que abultamos como un grano en un granero, sino que les decimos a los políticos que no se acuerden tanto de nosotros, que lo hagan más bien de esas pocas grandes fortunas, que son el granero entero de la economía, y que además son realmente afortunadas.

Un saludo cordial.

# Javier Tejada Palacios o la búsqueda sin tregua ni final de un físico

Por Lourdes Gorricho y Tomás Yerro



Nacido en Castejón en 1948, Javier Tejada Palacios, catedrático de Física de la Materia Condensada en la Universidad de Barcelona, es físico y científico de prestigio universal, un hombre de espíritu renacentista que navega con maestría por las aguas de la Ciencia, la Tecnología y las Humanidades. Doctor Honoris Causa por la Universidad de Nueva York. “Cuadernos Gerontológicos” ha querido acercarse a fondo a este sabio navarro, cuya calidad humana y profesional ha quedado reflejada en la extensa conversación sostenida con él a través de Internet, ejemplo de lucidez intelectual y claridad comunicativa.



### **Deriva universalista con los trenes de Castejón**

#### **¿Cuáles son sus antecedentes familiares?**

Mis padres, Raúl y Conchita, nacieron en Castejón (Navarra) y en Cornago (La Rioja) respectivamente. Se conocieron en Corella, mi padre era profesor en el colegio de las Mercedarias y mi madre, alumna. Se casaron y empezaron su vida en común en Castejón y allí nacimos sus cuatro hijos. Mi madre murió hace dos años y mi padre sigue en pie a sus 98 años.

#### **¿Qué influencia tuvo en usted el ambiente vivido en su pueblo natal de Castejón?**

El ambiente de Castejón era el de cualquier pueblo de Navarra aunque tenía, al menos para mí, una deriva más universalista por la presencia de la estación de trenes, que la veíamos, yo al menos, como la mejor representación de la existencia de otros muchos mundos y personas. Tuve muchos amigos y

amigas y fui muy feliz bañándome en el Ebro o en la “balsa”, paseando todas las tardes de verano por la carretera arriba y abajo y sobre todo jugando al fútbol, de niño en la plaza Arturo Serrano y, ya de más mayor, en el “Tomillar” con el F.C. Castejón.

#### **¿Dónde y cómo se desarrollaron sus estudios de Bachillerato?**

El Bachillerato lo hice por libre hasta cuarto curso. Por las mañanas estudiaba en casa y por la tarde/noche iba a clases con doña Nati, que era una maestra del pueblo. Aquí debo recordar las clases de matemáticas que me daba mi padre, quien también resolvía

**“Me entusiasma dar clases y me enloquece la investigación”**

mis dudas sobre todos los aspectos de la ciencia y supo inocularme el virus de la curiosidad por las cosas de la ciencia. A partir del cuarto curso y hasta el llamado Preuniversitario estudié interno en el instituto de Calahorra. Debo decir que **siempre me gustó dar clases y durante todo el bachillerato las impartía a mis propios compañeros: gratis durante el curso y durante los veranos cobrando ya algunas pesetillas.**

**Su afición por la Física se debe, según sus confesiones a que su familia tenía un negocio de fabricación de lejía. Pero usted también podría haber seguido con el mismo negocio y sin embargo no lo hizo.**

A la hora de comenzar mis estudios universitarios dudé hasta el último minuto, incluida la prórroga, sobre estudiar Física o Medicina. Al final me decidí por la Física, pero siempre he estado muy atento a los avances médicos y han sido muchas etapas en mi vida como científico que he hecho mis incursiones en las aplicaciones de la Física en Medicina. A pesar de que mi padre tenía la fábrica de lejía, me gustaba más el mundo de la docencia e investigación, y por ello no me quedé en Castejón. Eso sí, seguí los pasos de mi padre pues siempre me ha gustado ser docente, hacer ciencia, buscar lo nuevo y, si es posible, buscar su plusvalía tecnológica.

**Entusiasta de la docencia y enloquecido por la investigación**

**¿Cuáles fueron los principales aprendizajes, como estudiante, en la Universidad?**

**¿Cuáles sus maestros?**

Mis años de Universidad coincidieron con las protestas estudiantiles contra el régimen franquista, así que estudié siempre salpicado por ideas políticas. Mis maestros fueron los grandes hacedores de la Física moderna, sobre todo los que hicieron posible la aparición de la Física Cuántica. Siempre admiré a los llamados Grandes Maestros y cómo se relacionaron entre sí.

**¿Ha cambiado mucho la Universidad española con el correr de los años?**

Hoy la Universidad es totalmente distinta a la que yo conocí de estudiante. En primer lugar, los medios de los que disponemos para dar clases, los laboratorios de prácticas, el uso de idiomas diferentes, el tener estudiantes de otros países, etcétera hacen que la Universidad actual sea mejor que la de mi juventud. Eso sí, creo que con los nuevos métodos de enseñanza se está perdiendo ver al profesor con una tiza delante de una pizarra y solucionando los problemas. Y esto me parece grave pues el alumno debe ver cómo es el proceso de pensamiento a la hora de transmitir el conocimiento. Por ello es bueno que el alumno vea que el profesor duda, a veces se equivoca y, sobre todo, cómo se llega al final de un resultado sin saltos acrobáticos. La Ciencia no puede ser enseñada únicamente de forma visual y pasiva, debe ser un proceso de esfuerzo, de entendimiento y de diálogo entre profesores y alumnos.

**¿Qué ha aprendido de su paso por Universidades de Alemania, Francia, Reino Unido, Suiza y Estados Unidos?**

El hecho de haber pasado años fuera de España me ha permitido, primero, aprender otras lenguas; después, ver otras formas de hacer, además ver muchas cosas nuevas y desconocidas para mí, colaborar con personas de procedencias muy variadas, conocedoras y creyentes de otras religiones, de cultura muy distinta. En definitiva, ser consciente de que el ideal de buscar lo nuevo en ciencia es claramente un punto de encuentro de todos y que no debe discriminar a nadie por motivos de raza, sexo, creencias, etcétera. Por otra parte, el mundo es variado, enorme y está lleno de buenas personas. Estoy convencido de que es gracias al hecho de que hay muchas personas que hacen el bien a los demás, que el mundo avanza hacia adelante en el sentido de que cada día nos hacemos más conscientes de los problemas

que afectan a la humanidad. Otra cosa es que todavía no hayamos llegado, posiblemente no lo haremos nunca, al paraíso. Pero ahí está la grandeza de los retos de la humanidad.

**¿Qué le gusta más: la docencia o la investigación? ¿Cuál es su relación con los alumnos?**

**Me entusiasma dar clases y me enloquece hacer investigación.** Lo que hago, lo que he aprendido y creo saberlo bien, me encanta contarlo a los jóvenes. El disfrute de impartir una clase en la que ves que los alumnos aprenden y se interrogan sobre nuevos conceptos e ideas, fórmulas, interpretaciones, etcétera, es únicamente comparable con el goce de descubrir algo nuevo en el laboratorio o escribir una nueva teoría. De hecho, lo que mejor conozco es lo que he enseñado. Verbalizar el conocimiento delante de jóvenes es la mejor forma de entender lo que se explica.

**¿Cuáles son sus logros científicos más relevantes? ¿En qué consiste su aportación más reconocida mundialmente: la utilidad del descubrimiento del túnel resonante del espín?**

Mi trabajo más relevante en física es el descubrimiento del efecto túnel del espín. En otras palabras, el intercambio sin coste energético de los polos de un imán. Este efecto está considerado un logro de la física y además posee plusvalía tecnológica en la que seguimos trabajando. Dicha plusvalía pasa, sobre todo, por tener un día un láser de microondas. De dicho efecto han surgido otros descubrimientos y, si me permiten que únicamente comente uno realizado por nosotros, les nombraré la llamada “deflagración magnética cuántica”. Un papel, o un bosque, cuando se queman es porque hay una llama que propaga calor que va quemando a su paso más papel o más bosque, y a la vez emite luz. En nuestro caso, si se tratara de que una tarjeta de crédito que estuviera grabada únicamente con el bit “1”, dichos bits se irían convirtiendo en “0”. Así pues,

lo que avanza es una llama magnética que va convirtiendo los “1” en “0” y ese cambio que se desplaza a lo largo de la tarjeta de crédito significa que se produce secuencialmente la inversión de los polos de la brújulas que forman el soporte magnético de dicha tarjeta por efecto túnel cuántico. La llama, en su recorrido por la tarjeta, va emitiendo radiación de microondas.

**¿Cómo se llega, como usted ha hecho, de la Física teórica al descubrimiento de patentes aplicables a productos prácticos para la industria y la vida diaria?**

Nuestro grupo [JTP es director del grupo de investigación de Magnetismo Experimental y director del Laboratorio UBX] tiene dos patentes sobre el láser de microondas. De nuestros trabajos también se han derivado otras aplicaciones tecnológicas que hemos patentado con empresas multinacionales. Ahora estoy trabajando en un par de proyectos científicos que pueden tener una gran plusvalía tecnológica y ya tenemos dos empresas interesadas en participar en el desarrollo de los mismos. Lo importante es tener al lado **un empresario, los auténticos aventureros de la innovación y motores del crecimiento económico de los países**, que crea en lo que se está haciendo y en sus posibles repercusiones tecnológicas pues deben invertir su dinero.

**¿Por qué, en términos sociales y aun académicos, todavía subsiste una barrera considerable entre las Humanidades y las ciencias experimentales?**

Es verdad que todavía hay barreras que separan las ciencias de las otras disciplinas del conocimiento humano. Pero creo que desde hace años estamos en la disyuntiva de saber, por ejemplo, quién debe legislar: el Derecho o la Ciencia. Lo mismo ocurre si dirigimos la mirada a la pintura: debido a la ciencia y a la tecnología, han aparecido nuevos pigmentos y técnicas, en la la pintura, nuevos sonidos,



etcétera. Creo que es bueno saber un poco de todo. **Para mí ha sido fundamental que me gustara leer novelas, pues un buen libro siempre te lleva a un nuevo mundo del que sales enriquecido culturalmente y con más ganas de saber.**

**¿La Ciencia ha sustituido a la religión en las sociedades modernas?**

Está claro que la ciencia ha desacralizado muchas cosas en los tiempos modernos. Pero no debemos olvidar que las creencias religiosas pertenecen a un ámbito diferente del saber racional y que no deben ser confrontadas.

**¿Qué importancia tiene para la Ciencia el reciente descubrimiento del bosón de Higgs, denominado por los medios de comunicación como la 'partícula de Dios'?**

El que puede ser el descubrimiento del bosón de Higgs, diabólicamente llamado "partícula de Dios", supone un avance en el mundo de la física de partículas pero no nos ayuda para nada en conocer mejor ni los sólidos, ni los líquidos. Creo que la aventura

científica ha sido muy grande y me quedo más con los avances tecnológicos que se han realizado.

**¿Cuál es la situación de la investigación española en estos momentos, afectada también por la crisis económica? ¿Qué lugar ocupa la ciencia española en la comunidad científica internacional?**

Está claro que la crisis económica también está afectando a la investigación, menor financiación y menos plazas, y también a los propios investigadores con menores salarios. En España hay grupos que hacen investigación totalmente competitiva a nivel internacional, pero una gran mayoría de la investigación no posee el germen de la novedad: se repite más lo ya hecho en lugar de buscar algo nuevo.

**¿Qué papel otorga a su labor divulgativa en la prensa catalana, madrileña y navarra?**

Divulgar la ciencia es una tarea que me gusta realizar. Escribir sobre ciencia y cómo ésta se remueve en las entrañas de todos los problemas sociales me entusiasma.

Tengo varios libros escritos y he publicado centenares de artículos en varios periódicos. Durante los últimos meses me he dedicado tan intensamente a las clases y a explorar nuevos campos científicos, que prácticamente no he escrito un artículo de divulgación. Escribir para el “Diario de Navarra” es un auténtico placer. Cuando lo hago, siento que escribo para unos amigos de toda la vida.

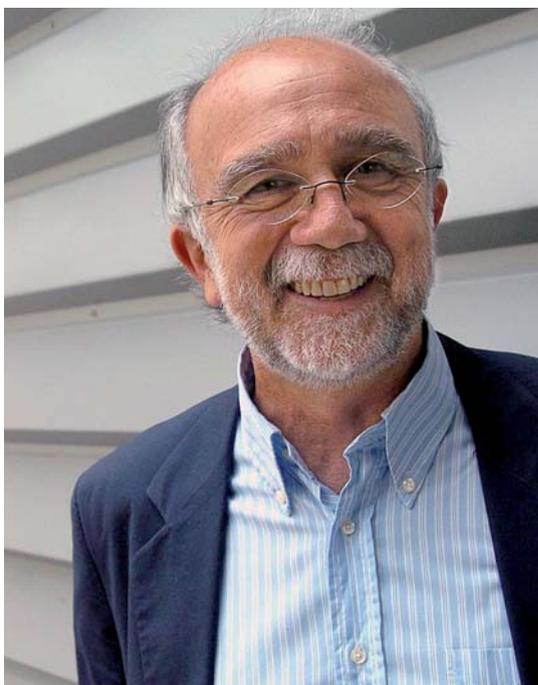
### **El futuro de la humanidad**

**Queremos también hablar de un tema de gran importancia, como es su visión del futuro del mundo y de la energía necesaria para seguir manteniendo la civilización actual. ¿Qué papel le atribuye a la energía nuclear, a los reactores nucleares de fusión? ¿Hay avances en la obtención de energía a partir del hidrógeno? Y, por último, ¿sigue viendo limitado el papel de las energías renovables como fuentes únicas de producción de energía?**

El mundo necesita energía para funcionar y la humanidad, para vivir y evolucionar. Creo que nuestro futuro está íntimamente ligado a la generación de energía. Pienso

que en el momento actual no podemos prescindir de ninguna fuente y que en el futuro, a largo y medio plazo, necesitaremos de nuevas fuentes de energía, una de las cuales podría ser la fusión si al final se vencen los muchos problemas tecnológicos. También debemos ser conscientes de que desperdiciamos mucha energía: pensemos, por ejemplo, en la consumida en la construcción y mantenimiento de las infraestructuras de más de un millón de pisos de segunda vivienda vacíos durante grandes períodos del año en España, las enormes colas de coches en las ciudades cada día, etcétera. Debemos ser energéticamente correctos y evitar al máximo la contaminación. También hay que ser previsores y pensar en los desastres naturales que, para reparar sus daños, conllevan gastos enormes de energía.

Por otra parte, se habla mucho del hidrógeno, cuyo gran inconveniente es el de su obtención, muy cara todavía, y dudo además de que sepamos almacenarlo y transportarlo con total seguridad en caso de que se produjera en grandes cantidades que debieran ser después distribuidas por diferentes territorios de un país o del mundo.



**En su libro “El viaje de Cloe”, usted explica que el sol es como una vela, que un día se encendió y un día se apagará. ¿Se atreve a predecir qué será de nuestra civilización dentro de 4.000 ó 5.000 millones de años?**

La evolución humana junto con los avances tecnológicos nos llevarán primero a habitar en otros planetas y después a que no nos reconozcamos como somos en la actualidad. Habrá cambiado nuestra idea de la condición humana y mucho de ello debido a que el papel de los átomos y moléculas lo jugarán los nuevos dispositivos nanotecnológicos. En la actualidad el hombre es un ser muy frágil y deberá evolucionar a una especie más robusta que aguante mejor altas

temperaturas, mayores presiones, etcétera. Debemos ser conscientes de que **somos unos seres itinerantes que nacimos en la tierra pero que deberemos colonizar otros zonas del universo más próximo.**

**¿Cree que estamos a tiempo de modificar el cambio climático o es ya irreversible?**

La tierra ha pasado por fases en las que o estaba muy caliente o muy fría. En la actualidad parece que nos encaminamos a una época en la que subirán las temperaturas. Que eso se deba únicamente a la contaminación producida por el hombre está todavía por saberse con exactitud. El cambio climático, si al final se produjera, repartirá pobreza y riqueza en diferentes partes del mundo. Lo más grave es que parece ser que se cebará en zonas de nuestro planeta que ya están empobrecidas a niveles inhumanos, haciéndolas todavía más pobres e inhabitables. Para muchos otros supondrá profundos cambios en la forma de hacer, consumir; en definitiva, en los modos de vida y en el trabajo. La humanidad debería trabajar para evitar las grandes catástrofes en todos los territorios con solidaridad, inteligencia y justicia. Este es un problema de todos.

**Es muy curiosa la relación que tiene con su colega y amigo Eugene Chudovsky: nacieron en el mismo año, han obtenido los mismos premios, sueñan lo mismo la misma noche.... ¿Tienen dichas coincidencias una explicación científica?**

Con mi amigo Eugene Chudnovsky me “encierro” gran parte del verano cerca de Barcelona para trabajar en nuevos proyectos, ideas, interpretación de resultados, nuevas teorías, búsqueda de nuevas aplicaciones tecnológicas, escritura de libros, ya llevamos cinco. Antes, cuando éramos más jóvenes, el número de horas era casi el de una jornada laboral, con los años hemos rebajado el ritmo. Pero el mero



hecho de estar juntos nos lleva a elucubrar continuamente sobre diferentes aspectos de la física. Está claro que durante este tiempo disfruto, como el que más, de la vida de familia, de las charlas con los amigos, de los paseos a la orilla del mar con mi mujer, del deporte, etcétera. No hay sacrificio en nuestro trabajo, únicamente disfrute intelectual. Eso lo hacemos desde hace la friolera de 22 años. Creo que lo seguiremos haciendo muchos años más. Seamos optimistas.

### **Circunstancias vitales actuales y futuras**

#### **¿Su situación personal y familiar actual?**

Estoy casado, mi mujer se llama Núria, y tengo dos hijos, Oriol y Laia. Soy catedrático de Universidad y realizo trabajos de investigación en ciencia y en tecnología. Fundamentalmente me mueve el deseo de hacer cosas nuevas y en este aspecto me siento, metafóricamente hablando, un joven afortunado por la ilusión de llevar a cabo experimentos novedosos. **Me gusta mucho leer, también escribir y no podría vivir sin hacer deporte.** Sigo jugando al fútbol cada sábado con mi equipo de Físicas y participamos en una liga de universidades catalanas, y últimamente también hemos entrado en una liga europea que nos obliga a viajar una vez al año, en periodo de vacaciones, a algún país europeo.

#### **¿Qué vinculación, personal y/o profesional, mantiene con Navarra?**

Mi vinculación con Navarra es emocional y también profesional. Para muestra un botón, en la actualidad colaboro con una empresa navarra para sacar adelante un nuevo “producto” al mercado. Los artículos que escribo para el “Diario de Navarra” me sirven para mantener viva la llama de mis orígenes, de ahí que me guste estar al día de todo lo que allí ocurre.

#### **En su extenso palmarés de premios y distinciones, nacionales y extranjeros, ¿qué valor concede al Premio Príncipe de Viana de la Cultura, otorgado por el Gobierno de Navarra en 2006?**

El día que recibí el Premio Príncipe de Viana en Javier no lo olvidaré nunca. Fue un acto tan bonito, tan bien diseñado, con tantas personas queridas a mi alrededor, con personas de mi pueblo que me arroparon y con personas de toda Navarra, que se quedó grabado en el corazón. Las palabras del entonces Presidente del Gobierno de Navarra y las del Príncipe de Asturias las sigo teniendo presentes en mi memoria.

#### **¿Cuándo piensa jubilarse?**

Mi jubilación oficial, si todo sigue igual, será cuando cumpla los setenta años, pero eso que se llama **jubilarse del placer intelectual de pensar, leer y escribir, creo que se producirá con la desaparición o el mal funcionamiento de la actividad cerebral.**

#### **¿Cómo ve la situación de las personas mayores y los ancianos en el mundo occidental? ¿Están suficientemente aprovechados por la sociedad?**

Permítame que contextualice el hecho progresivo del envejecimiento de la población, pues es un problema que afecta, como el del cambio climático, a toda la humanidad y por tanto a todos los países. Se ha estimado que en el año 2050 habrá en el mundo cerca de dos mil millones de personas con edades superiores a los 60 años. Casi el ochenta por ciento de ese número corresponderá a personas pertenecientes a países subdesarrollados. Es decir, estamos inmersos en una tremenda revolución demográfica que exigirá lo mejor de todos para hacerle frente y tener bien claro que el envejecimiento es no únicamente un proceso individual, sino también de carácter social, de proporciones grandiosas. Esto, por ejemplo, exigirá que debamos optimizar el cómo encarar eso que se ha llamado la calidad de vida. Además,

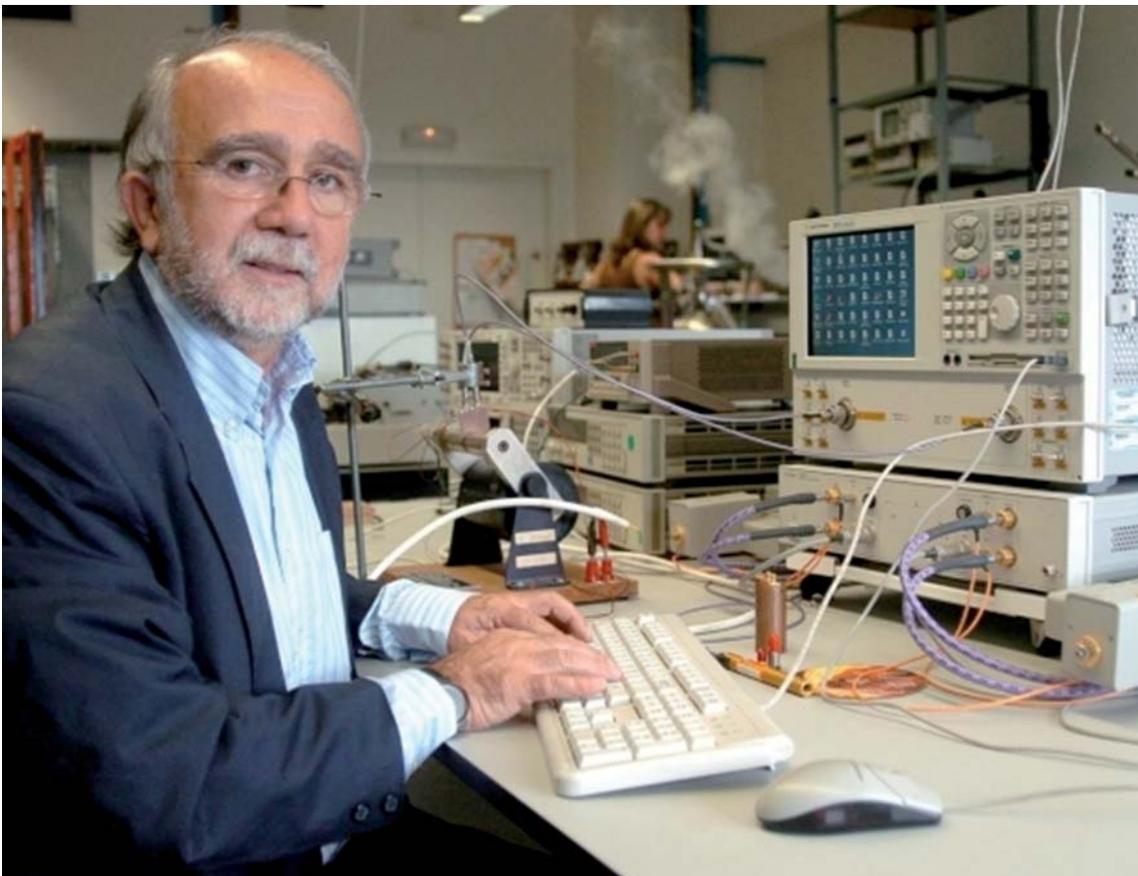
el mundo se enfrenta a un problema de gran magnitud económica, por lo que habrá que inyectar muchos recursos económicos en todas las tecnologías que tengan que ver con la vida de los humanos. El problema es de tal calibre, que aquí sí que habría que exigir que el derecho y los avances científico/tecnológicos fueran de la mano para evitar desmanes. La desiderata se podría formular en términos de la búsqueda de un envejecimiento activo y saludable, de ahí la enorme importancia que tienen todas aquellas instituciones, tanto públicas como privadas, que tratan sobre estos temas. En este terreno las ciencias sociales deben jugar un papel importantísimo. Hay que fortalecer el entrelazado entre las instituciones que ya trabajan en este terreno. También hay que hacer un llamamiento a los científicos de otras áreas para que miren a este campo de tanta importancia humana, social, económica y geopolítica.

**¿Qué le pide a la vida en estos momentos?**

A la vida le pido salud y que, por ahora, me deje como estoy. Eso sí, **pienso mucho más en el futuro de mis hijos que en el mío propio.**

**Añada lo que le parezca oportuno para cerrar esta entrevista.**

Quiero acabar esta entrevista por darles las gracias por invitarme a hablar con ustedes y decirles que han tocado todos los temas en los que estoy interesado. Han dado en la diana y se nota que se la han preparado a fondo. Yo también he intentado estar a su altura. Muchas gracias.



# Hablar, sonreír y dar besos

III Premio Tomás Belzunegui 2011

Por Cipi

Querida mía:

Supongo que esta es la carta más rara que escribiré jamás, no sabes lo extraño que me resulta dirigirme a ti. Sin embargo, hoy he sentido la necesidad imperiosa de hacerlo, la necesidad de no dejar que esta vitalidad muera. No sé cómo eres: si te has convertido en la viejecita adorable que yo siempre deseé o bien en una de esas abuelas trotamundos que hacen de su jubilación una segunda juventud. Imagino que cada día te costará un poco más levantarte, que ya no subes las escaleras de dos en dos ni sales a la calle en bañador cuando llueve, pues ese fantasma al que llaman madurez hace tiempo que habrá llamado a tu puerta. Por ello hoy tengo que contarte algo.

Esta tarde he estado en la residencia donde vive, desde hace dos semanas, la tía Amparo. Imagino que no la has olvidado, pues pasaste ratos inolvidables a los pies de su mecedora. Su habitación es preciosa, llena de luz y casi empapelada con esas viejas fotografías en las que se ve a ancianas de mantilla negra y a niños regordetes con traje de domingo. La residencia es estupenda, por no hablar de la dulzura de los cuidadores y todas las atenciones que les procuran entre tiernas sonrisas. Sin embargo, hoy no puedo dormir.

Paseando por los pasillos de la residencia vi a ancianos que miraban por las ventanas sin ver nada. Vi a ancianos que contemplaban el infi-

nito fijo en la pared de la sala. Y lo que es peor, vi a ancianos que ni siquiera miraban, veían ni contemplaban. Tan solo esperaban, con sus cuerpos livianos y quejumbrosos y la mirada vidriosa, a que la muerte viniera a buscarlos.

Tú que me conoces muy bien, sabes cómo me sentí al ver todo aquello. Mi sonrisa, que parecía ser la única en toda la planta, se desvanecía poco a poco, al tiempo que mi corazón se empañaba al ver la tristeza y soledad de todas esas vidas anónimas.

Mamá se dio cuenta enseguida de que algo no iba bien, pues no tuvo que interrumpir mi habitual cotorrería ni una vez en el trayecto a casa. Cuando me preguntó que qué me preocupaba y le conté todo lo visto me miró con semblante serio y me dijo:

-El tiempo, cariño, no sabes lo experto ladrón que es hasta que te das cuenta de que no te ha dejado nada. Todos nos hacemos mayores, incluso a ti te pasará algún día.

Ni ella misma se dio cuenta de cómo me dolieron esas últimas palabras. "Te pasará algún día". Me golpearon como un mazo en lo más hondo de mi ser, haciendo tambalear mis principios más elementales.

Por ello, hoy te escribo esta carta, ya que no puedo permitir que el tiempo me atrape en sus redes. Te la escribo a ti, empuñando el lápiz



con las mismas manos que tú usarás para sujetar este papel ochenta años después. Te la escribo a ti, esa anciana en la que me habrá convertido este ladrón de sueños. El tiempo. Ese compañero de viaje que te ayuda a madurar pero te hace pagar un alto precio por ello.

¿Por qué? Porque no hay nada que me asuste más que pensar que tal vez un día no sentirás esas ganas de vivir, esa alegría al despertar cada mañana, esas ganas de comerte el mundo. Porque sé que, aunque me crea invencible, también mis huesos se debilitarán, mis cabellos se nevarán con canas y preferiré la toquilla y el sofá antes que la bici sin casco.

Porque hoy tengo miedo. Verdadero miedo. Pánico incluso. No hay nada que me asuste más que crecer. Me encanta la vida: desayunar galletas, reírme con mis amigos entre clase y clase, discutir con mi madre por las lentejas, echar la siesta en el sofá con el murmullo de la televisión de fondo y sentir lo calentitas que

son mis zapatillas de casa. Y se me ocurrirían mil cosas más, cada una más banal que la anterior y un poco más ordinaria, pero por las que merece la pena sonreír y sentirme la persona más agraciada del mundo.

Contemplo como toda mi vida se extiende ante mí como un cuaderno entero de páginas en blanco. Lo mejor no es la enorme caja de lápices de colores que tengo a mi alcance, sino las ganas que tengo de hacer que sea una aventura inolvidable. La aventura de mi vida.

Por ello hoy te hablo desde mis tiernos 15 años, la niña bonita, la flor de la vida. Quiero que atesoras esta carta y la uses como un manual de vida, como un decálogo de la felicidad, como el faro que te guíe el día en que ya no encuentres motivos para sonreír. Éstos son mis diez motivos para la felicidad:

El primero es la salud. Sé que, al recibo de ésta, tus fuerzas flaquearán, te dolerán los

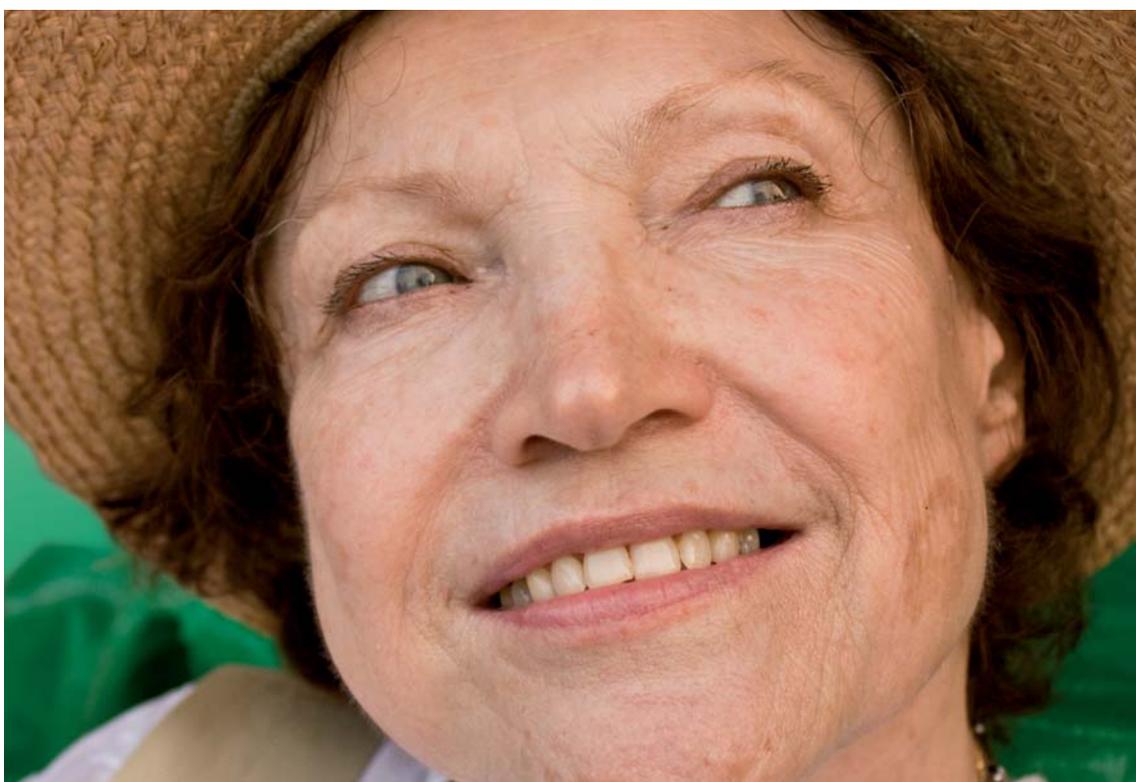
huesos cuando llueva y tus amigas y tú os aburriréis recíprocamente con vuestras dolencias. Sin embargo, piensa en lo que has ganado en sabiduría, madurez y capacidad de reflexión. Y, tal y como disfrutaste del entusiasmo e ímpetu inherente a la juventud, disfruta ahora de la quietud de la senectud, pues la felicidad consiste en aprovechar al máximo las oportunidades que nos brinda cada una de las etapas de la vida. Imagina que eres como el antiguo reloj de pared del abuelo que, pese a carecer de la modernidad de mi fantástico reloj digital, tiene un inconfundible y maravilloso tic-tac, un tic-tac que parece contar el largo cuento de su vida.

El segundo es la sonrisa de un niño. Espero que tengas nietos, chiquillos que jueguen a los pies de tu butaca y cuya mirada se ilumine cuando les repartas caramelos. Cuando no tengas ganas de sonreír, mira cómo lo hacen ellos, con esos diminutos dientecillos de leche con algún que otro hueco entre ellos. Quiero que te fijes en la sincera felicidad que emanan, en ese bienestar que aún no conoce los pro-

blemas y en el halo de risas que flota tras ellos cuando pasan corriendo a tu lado.

En tercer lugar quiero hablarte del Sol. Imagino que sigue gustándote tumbarte a disfrutar de él, sintiendo cómo sus rayos acarician tus mejillas. Solían decirte que hacías la fotosíntesis mejor que los geranios porque tu estado de ánimo mejoraba en cuanto veías aparecer un rayo entre las nubes. Disfruta mirando por la ventana en un día soleado de primavera y fíjate en cómo refulgen las flores, espléndidas, o en cómo se refleja en un río formando mil cristales de sol.

Mi cuarto motivo es el chocolate. ¡Cuán banal, pensarían algunos! Pero una de las ventajas de escribirme a mí misma es saber que tú nunca, jamás, por mucho que pasen los años, dejarás de ser feliz con una onza de la “comida de dioses”, como sabiamente la bautizaron los inkas. Y, como estamos en confianza, te animo a que nunca pierdas la capacidad de disfrutar de esas pequeñas cosas que encierran tanta felicidad.



El silencio es mi quinta excusa. Sé que muchos no me entenderían y pensarían que lo que verdaderamente hace disfrutar es la música. Y, de hecho, razón no les falta. Pero tú y yo sabemos que no hay melodía más bella que la música del silencio, *The sound of silence*, como un día ya preconizaron Simon & Garfunkel. Cuando estés triste, busca un lugar calmado y escucha el silencio, huele el viento, mira los colores con los ojos cerrados. Lo mejor de la imaginación es que cada vez será más bello que la anterior, pero un poco menos que la siguiente.

En sexto lugar vienen las termitas. ¿Termitas? ¡Qué horror! Pues sí, las termitas, esos bichos horribles que nadie adoptaría como mascotas. Estos animales de tamaño similar a una cabeza de alfiler levantan sólidos termiteros que llegan a medir seis metros. ¿Y por qué ha de ser esto un motivo para ser feliz? Porque demuestra que las barreras sólo son para quienes creen en ellas y que nunca, nunca, se debe renunciar a los sueños.

El arte ocupa el séptimo puesto. Y no sólo quiero que te fijes en la perfecta composición de *Las Meninas* ni en los colores de Sorolla, sino también en la perfección que puede alcanzar el cuerpo humano en la *Venus de Milo*. Quiero que mires el azul del mar, tan bello o más que el azul del cielo. Contempla también el bello verde de los campos de trigo, el de los pinares y el de las ranas del Amazonas. Y piensa que disfrutar de la belleza es gratis.

El octavo puesto lo reservo para todos los inventos maravillosos y eventos fantásticos que acontecerán en los próximos años, esos años que ahora son mi futuro y que son tu pasado. No me puedo imaginar las nuevas maravillas de la tecnología que me depara el destino, que a buen seguro serán muchas y muy útiles. Y, como confío en que disfrutaré de ellas, les reservo un espacio en mi decálogo, un espacio que yo dedico a la imaginación y tú al recuerdo.

El noveno motivo soy yo. Yo, sí, tú. Tal vez estés cansada y malhumorada cuando leas esta carta, o seas una vieja cascarrabias, o se te haya oxidado la sonrisa. Pero seguro que leer estas líneas y recordar la enorme energía y vitalidad que un día te caracterizó te hace sonreír. Hazlo por mi, quiero decir, por ti.

Y, finalmente, el décimo. Quiero que mires tu reflejo en un espejo y lo analices detenidamente. Quiero que con la yema del dedo recorras cada arruga, desde las que te rodean los ojos hasta las que se forman en las comisuras al sonreír. Acarícialas una a una, despacio, a la vez que acaricias los recuerdos. Piensa en la historia que hay detrás de cada una: alegrías, penas, preocupaciones... Piensa en cómo cada una de ellas marcó tu vida de algún modo y dejó una huella en ti, una huella que configuró tu ser y te hizo día a día una persona más sabia. Hoy, ahora, quiero que te sientas orgullosa de tu vida: tus alegrías, tus logros y éxitos, tus emociones... pero también tus angustias y fracasos, aquellos de los que aprendiste a levantarte y a renacer como el ave fénix. Hoy quiero que recuerdes, evoques, imagines, llores y sientas. Quiero que te emociones recordando. Quiero que recuerdes emocionada y que pienses en la definición que, con seis años, hiciste de la felicidad: hablar, sonreír y dar besos.

Quiero que recuerdes al bebé que avanzaba tambaleante, a la niña que quitó los ruedines a la bici, a la joven que se enfrentó a sus miedos y la mujer que... Aún no lo sé, pero quiero imaginar a una mujer que ríe, sueña, triunfa, cae, pero se levanta, corre y llega aún más lejos, vuelve a caer, no se rinde, se repone y sigue soñando con metas aún más lejanas.

Por ello hoy quiero que vivas. Que sueñes. Que sonrías. Que seas feliz. ¿Y qué es ser feliz? Hablar, sonreír y dar besos.

# Residencia de ancianos Nuestra Señora de Gracia

Por Javier Ortigosa Fernandez, director de la residencia  
N<sup>a</sup> Sra. De Gracia de Viana

## Historia

La Residencia de Ancianos “Nuestra Señora de Gracia” de Viana se asienta en un convento de franciscanos del siglo XVII que, después de la Desamortización de Mendizábal en el siglo XIX, pasó a propiedad municipal y ha conocido diversos usos: escuela de niñas, hospital de beneficencia, postulante de Hijas de la Caridad, colegio público, ....

A mediados de los años 80 el edificio se transforma en residencia de ancianos, con el concepto que hoy conocemos, gracias a la iniciativa municipal y el apoyo del Gobierno de

Navarra y de los vecinos de Viana. Como curiosidad cabe indicar que Joan Manuel Serrat, con vínculos con Viana, estuvo en aquellos días ofreciendo un concierto para recaudar fondos para adaptar el edificio. Posteriormente, a mediados y finales de los años 90, se realizaron obras para completar la rehabilitación, adaptación y puesta en servicio del resto del inmueble.

Esta institución hunde sus raíces muchos siglos atrás como hospital de beneficencia. Desde 1858 radica en Viana una Comunidad de Hijas de la Caridad que lleva a cabo una





labor educativa y asistencial. La Comunidad, desde la apertura del Centro, está instalada en el mismo edificio en el que cumple su misión.

### **El presente**

La figura jurídica de la Residencia es la de Fundación, entidad sin ánimo de lucro que depende del Ayuntamiento de Viana. Su objetivo consiste en prestar la mayor calidad asistencial a los ancianos de la localidad y alrededores que lo precisen.

En la actualidad cuenta con 66 residentes, con diversos niveles de valimiento y/o dependencia, aunque la tendencia es que cada vez sea mayor el deterioro que presentan los ancianos. El centro puede presumir de tener sólo habitaciones individuales con baño propio. La habitación doble sólo se contempla para aquellos matrimonios que lo demanden, en estos momentos dos casos. Desde su puesta en funcionamiento, la residencia siempre ha estado llena, sin verse afectada por tener plazas vacías.

Desde abril del 2010 están concertadas 27 plazas con el Gobierno de Navarra para dar cumplimiento a las prestaciones establecidas por la Ley de Dependencia.

El Centro cuenta con un importante programa de actividades: proyección de cine, bingo, otros juegos, actuaciones musicales, de teatro, de niños, excursiones... En el buen tiempo la plaza de la fachada se convierte en una terraza llena de vida. Se celebran de forma extraordinaria las fechas señaladas de Navidad, Reyes, fiestas patronales etc. En este sentido conviene destacar el chupinazo que dos residentes lanzan cada víspera de fiestas desde un balcón de la fachada principal.

Disponemos de servicio de enfermería, fisioterapia, terapia ocupacional, actividades, servicio religioso y de pastoral, peluquería... Desde el año 2010 contamos con un numeroso voluntariado, que enriquece y da calor al servicio que prestamos.

# Gerontología y cine:

## Dibujos animados y mayores



### ARRUGAS

**DIRECTOR:** Ignacio Ferreras.

**GUIÓN:** Ángel de la Cruz, Paco Roca, Ignacio Ferreras, Rosanna Cecchini. Basado en el cómic de Paco Roca, premio nacional de cómic 2008. **AÑO:** 2011. **DURACIÓN:** 80 min.

**PAÍS:** España. **MÚSICA:** Nani García.

**PREMIOS:** Premios Goya: Mejor película de animación y mejor guión adaptado 2011. **GÉNERO:** Drama. Comedia.

**SINOPSIS:** Emilio y Miguel, dos ancianos ingresados en una residencia, entablan amistad al coincidir en la misma habitación. Emilio, con síntomas iniciales de la enfermedad de Alzheimer, cuenta inmediatamente con la ayuda de Miguel y otros compañeros que tratarán de evitar que termine en la 2ª planta, donde están las personas que necesitan más asistencia.

**COMENTARIO:** Hay quien quiere ver en Arrugas una historia de amistad ente personas que huyen de un destino inexorable por el que van resbalando y, con sus tropezones constantes, hacen sonreír con ternura al espectador. Sin embargo, Arrugas se contempla con un punto de incomodidad, de desasosiego diría yo, entre quienes conocen muy de cerca la realidad de las instituciones que cuidan de los mayores y reconocen situaciones que, no por chuscas, rebelan un paradigma que debería hacer reflexionar. Cuestiones bioéticas en la atención a los mayores gravitan con lucidez en la película: voluntariedad, autonomía, la sombra del suicidio, la sinceridad en el diagnóstico, y tantos otros matices que la cinta regala desde la experiencia de su director, que ha vivido en primera línea la vida en el interior de una residencia.

Al contemplar la piscina cubierta que nadie utiliza, Miguel intenta explicar a Emilio con su acento argentino que los verdaderos clientes de la residencia no son ellos, sino las familias y el *gobierno*, y por eso la suelen enseñar cuando la visitan para decidir el ingreso. Desde esa terrible afirmación se construye un relato que invita a la revisión de aquellos modelos de atención alejados de las necesidades de las personas. En especial, de los deseos acerca de algo tan personalísimo como es no sentirse un trasto abandonado en el momento de morir, tal y como señala Emilio cuando descubre lo que esconde la 2ª planta.

Apoiado en el excelente cómic de Paco Roca, pero trastocando algún pasaje del libro que quizá haría perder sutileza al relato, Arrugas es una herramienta valiosa para los profesionales en el análisis de la atención a los mayores. Para el espectador en general, una joya que deslumbra por su verdad y por mostrar cómo, la amistad, la solidaridad, el amor en definitiva traspasan la barrera de una memoria, que, como en varios pasajes de la cinta, se difumina con una niebla cada vez más persistente. Imprescindible.

## COMENTARIOS Y SELECCIÓN: Javier De Prada Pérez, Enfermero y Licenciado en CC de la Información

### UP

**DIRECTOR:** Pete Docter, Bob Peterson.

**GUIÓN:** Bob Peterson, Pete Docter. **AÑO:** 2009. **DURACIÓN:** 96 min. **PAÍS:** EEUU. **MÚSICA** Michael Giacchino

**PREMIOS:** 2 Oscars: Mejor película de animación, y banda sonora original 2009.

**GÉNERO:** Animación. Aventuras. Comedia.

**SINOPSIS:** Carl Fredricksen es un viudo vendedor de globos de 78 años que se niega a desprenderse del terreno de la casa en la que vive. Consigue llevar a cabo el sueño de su vida: atar miles de globos a su casa y salir volando rumbo a América del Sur. Pero ya estando en el aire y sin posibilidad de retornar, Carl descubre que viaja acompañado de Russell, un explorador que tiene ocho años y una determinación indudable.



**COMENTARIO:** UP no habla estrictamente de la ancianidad, pero sorprende por haber elegido como héroe protagonista precisamente a una persona avanzada en años, pero que conserva intacta su pasión por la aventura. Quizá el espectador no se vea obligado a contemplar en su totalidad si es que no tiene niños cerca, pero bastaría con disfrutar de la secuencia inicial, magistral, en la que se repasa la vida del protagonista hasta la muerte de

su esposa. Un pasaje deslumbrante por su delicadeza. Tampoco son desdeñables las razones que le llevan a tomar la determinación de levantar el vuelo con su casa a cuestas, cumpliendo ese sueño de todo niño de volar agarrado a miles de globos de colores. La relación que se establece entre Carl y Russell es también un motivo para que sea de interés para las personas que desean trabajar en la línea del intercambio intergeneracional.

### LA DAMA Y LA MUERTE

**TÍTULO ORIGINAL:** The lady and The Reaper

**DIRECTOR:** Javier Recio Gracia. **AÑO:** 2009. **DURACIÓN:** 8 min.

**GUIÓN:** Javier Recio Gracia. **MÚSICA:** Sergio de la Puente. **GÉNERO:** Animación. Comedia.

**PREMIOS:** Goya al mejor corto de animación de 2009 y nominación al Oscar.

**SINOPSIS:** Una anciana, que vive sola en una zona rural y cuyo marido ha fallecido, espera pacíficamente que llegue la muerte para reunirse nuevamente con él. Sin embargo, en el momento crucial, se establece una feroz lucha entre un médico y la Muerte, a la que la anciana asiste atónita.



**COMENTARIO:** Este cortometraje realiza en sólo 8 minutos una reflexión ética, en forma de alegoría tragicómica, con la que aborda la cuestión de la limitación del esfuerzo terapéutico. Un fantástico ejercicio de ingenio que subyuga por su calidad, gracias al talento de Javier Recio, y que a la vez pone el dedo en la llaga, o quizás en el ojo de algún profesional, cuestionando la mala praxis médica de intentar echar un pulso a lo inevitable. Es accesible

en la red con una simple búsqueda. No se lo pierdan.

<http://www.youtube.com/watch?v=nhu7pwM58Pw>

## Enlace de interés

### **2 de mayo Subvenciones Bono-taxi, Pamplona**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/82/Anuncio-9/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/82/Anuncio-9/)>

### **18 de mayo Bañerios**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/94/Anuncio-8/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/94/Anuncio-8/)>

### **21 de mayo Subvenciones a residencias**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/95/Anuncio-11/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/95/Anuncio-11/)>

### **21 de mayo Subvenciones acción social.**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/95/Anuncio-37/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/95/Anuncio-37/)>

## **JUNIO**

---

[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/119/Anuncio-5/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/119/Anuncio-5/)  
**Ayudas para familias que residen en la Comunidad Foral de Navarra y que durante el año 2011 hayan contratado a personas para trabajar en el servicio doméstico y/o en el acompañamiento de menores, mayores o dependientes**

[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/126/Anuncio-3/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/126/Anuncio-3/)  
**Convocatoria para la provisión, mediante concurso de traslado, de treinta y dos vacantes del puesto de trabajo de Cuidador Gerontológico**

## **JULIO**

---

[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/131/Anuncio-41/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/131/Anuncio-41/)  
**Aprobación definitiva de la Ordenanza para la regulación del Servicio de Atención a Domicilio en el Valle de Roncal**

[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/142/Anuncio-43/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/142/Anuncio-43/)  
**Aprobación inicial del Reglamento del Consejo Municipal de personas Mayores de Pamplona**

[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/150/Anuncio-7/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/150/Anuncio-7/)  
**Se aprueban los estatutos de la Agencia Navarra para la Dependencia**

### **Links del BON relacionados con mayores entre el 19 y el 30 de abril.**

---

#### **25 de abril Agencia Navarra para la dependencia**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/78/Anuncio-9/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/78/Anuncio-9/)>

#### **27 de abril Subvenciones comedores mayores**

<[http://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/80/Anuncio-0/](http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2012/80/Anuncio-0/)>



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

> [sumario](#)