

El laboratorio del Titán, reconocido por el Ministerio

El Laboratorio de Microscopías Avanzadas (LMA) del Instituto Universitario de Nanociencia de Aragón –donde está el microscopio Titán– ha sido reconocido por el Ministerio de Economía y Competitividad como Instalación Científico-Técnica Singular. Con esta denominación, el ministerio reconoce a las grandes instalaciones científicas españolas que considera estratégicas y necesarias para hacer I+D de excelencia internacional.

Abre el pabellón de la ciencia y la innovación

Pulseras que ayudan a no perder de vista a los niños en espacios amplios, sistemas asistenciales que hacen la vida más fácil a personas con problemas sensoriales, jugar con un 'scalextric' impulsado por hidrógeno o conocer cómo hacer la compra desde el tranvía con códigos QR son algunos de los cientos de los ejemplos de los visitantes podrán comprobar en el Pabellón de la Ciencia y la Innovación. Este se celebra desde hoy y hasta el lunes en el pabellón número 5 de la Feria de Zaragoza.

UGT critica la nueva orden de evaluación de Primaria

UGT criticó ayer que la nueva orden de evaluación de Primaria convierte el proceso educativo en algo «mecánico, burocrático y selectivo, privando al alumnado de la educación integral e integradora». El sindicato dice que, de este modo, el proceso de enseñanza se limita a la preparación de exámenes de rendimiento y se despoja al docente de su sentido creativo y motivador. Rechazan también que se incluyan matrículas de honor porque «son desajustadas e impropias de Primaria».



Teresa López, Luis Rojas Marcos y Ana López, ayer en la sede de Ibercaja. GUILLERMO MESTRE

«Hablar es muy beneficioso para la mente. Hay que hablar aunque sea con las plantas»

El prestigioso psiquiatra Rojas Marcos diserta sobre cómo vivir plenamente para conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental

ZARAGOZA. Una tercera parte de los ciudadanos sufrirá a lo largo de su vida un problema de salud mental que podría manifestarse como episodios de ansiedad o depresión, o en forma de otras dolencias más graves como la esquizofrenia o las obsesiones. Estas patologías alterarán su calidad y esperanza de vida y, en algunos casos, les obligarán a vivir a la sombra de una sociedad que todavía mira con recelo las enfermedades de la mente. Para terminar con la discriminación hacia estos pacientes, la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (Asapme) conmemora hoy el Día Mundial de la Salud Mental. Busca reclamar una mayor aten-

ción hacia este sector por parte de los gobiernos y que las instituciones contemplen la discapacidad por enfermedad mental como cualquier otra. Además, quiere ayudar a los ciudadanos a vivir plenamente y más felices.

¿Cómo? La respuesta a este interrogante la desgranó ayer el psiquiatra sevillano y profesor de la Universidad de Nueva York Luis Rojas Marcos. «¿Receta para la felicidad? Tú dime en qué parcelas de tu vida te sientes satisfecho o crees que les sacas provecho. Escríbelas. A continuación, anota en otra columna los esfuerzos que vas a hacer para potenciar esas parcelas. Y hazlos», recomendó el doc-

tor ayer en el Patio de la Infanta de Ibercaja, poco antes de pronunciar la conferencia 'Y tú, ¿te atreves a vivir plenamente?'. «Si lo que te ayuda es el apoyo de tu familia, refuerza esas conexiones. Si es el deporte, practícalo porque el ejercicio hace que se genere dopamina y esta ayuda a sentirse mejor y tratar el estrés. Yo comencé a hacerlo a los cuarenta años cuando los que me rodeaban me dijeron que estaba insoportable. Funcionó», bromeó el doctor.

Y si hay un remedio entre los remedios, para Rojas Marcos ese es hablar, hablar y hablar. «¿Saben por qué las mujeres aragonesas, y también las españolas viven tanto?

Porque hablan mucho. Traducir los sentimientos en palabras es tremendamente beneficioso. Tengo un amigo cardiólogo, el doctor Fuster, que dice que hablar también es bueno para el corazón. Así que hay que hablar aunque sea con el perro o con las plantas», explicó el que fuera director de los Servicios Psiquiátricos de la red de hospitales públicos de Nueva York.

La causa –apuntó– es que el cerebro no lleva bien el vacío y la falta de respuesta. «Todos necesitamos una explicación a las cosas que nos suceden y, por eso, a la hora de tratar con la incertidumbre y el estrés, es bueno explicárselo a alguien», dijo.

Aumentar la resiliencia

La ponencia del psiquiatra sevillano se enmarca en la celebración del Día de la Salud Mental y perseguía también luchar contra la discriminación que sufren los enfermos mentales y que se ve en la sociedad y en el cine. Al respecto, comentó que el 90% de las películas en las que aparecen personajes afectados de dolencias de la mente, se presenta a estos como individuos violentos, antisociales y a quienes hay que temer. «Lo opuesto a la solidaridad, comprensión y empatía, fundamentales en cualquier problema de salud mental», añadió. Para normalizar estas situaciones y vivirlas mejor, abogó por educar a los niños para aumentar su resiliencia –capacidad para sobreponerse a periodos de dolor emocional y situaciones adversas–.

En la misma línea, Ana López Trencó, gerente de Asapme, apuntó que es esencial que las familias apuesten ayuden a sus hijos a desarrollar la inteligencia emocional. «Porque en algún momento, todos podemos atravesar un problema de estado índole y porque es fundamental terminar con la discriminación de personas con trastorno bipolar, depresión o esquizofrenia», dijo López como portavoz de la entidad que atiende a más de 600 familias de Aragón y que cumple 30 años. Por su parte, la directora de la Obra Social de Ibercaja, Teresa Fernández Fortián, recordó que en estas patologías, el enfermo es uno, pero sufre la familia entera. «Desde Ibercaja ponemos nuestro granito de arena para que todos vivamos un poco más felices», señaló.

P. CIRIA

Montoro estudia más medidas de «contención de gasto sanitario»

Descarta dar a las comunidades más margen de déficit y centra los esfuerzos en que recorten costes. Anuncia un plan conjunto de Hacienda y Sanidad

MADRID. El Gobierno central descarta de momento dar más dinero a las comunidades autónomas para que cuadren el déficit, pero anuncia que está elaborando un nuevo plan para recortar sus gastos. El ministro de Hacienda, Cristóbal Montoro, anunció en el pleno del Congreso que su departamento está desarrollando «junto a Sanidad programas para la contención de los gastos sanitarios» autonómicos.

Esos planes supondrán que sea el Gobierno central y no los ejecutivos autonómicos el que proponga nuevas medidas para facilitar que las comunidades cumplan sus respectivos objetivos de déficit, previsiblemente ya de cara a 2015.

De momento, el Ministerio no ha aclarado qué tipo de medidas propondrá. El proceso se inició antes del verano. Entonces, Hacienda solicitó a cada Comunidad Autónoma que hiciese propuestas tanto para recaudar más como para reducir los gastos. La mayoría de las medidas se centraron en cuestiones vinculadas a la sanidad. Algunas comunidades propusieron medidas de copago, mientras que otras señalaron la conveniencia de dejar fuera de la carta básica de servicios determi-

nadas prestaciones. Además, también volvió a plantearse la necesidad de impulsar las centrales de compra, renegociar con las compañías farmacéuticas y eliminar órganos duplicados, entre otras cuestiones. En aquel momento, el Gobierno dejó claro que solo eran propuestas de las autonomías y evitó confirmar cuáles podría apoyar.

Una vez que ya está analizado todo ese listado, Montoro trasladó ayer que han decidido centrar las medidas en el área sanitaria frente a otras consejerías. Según dijo, las partidas sanitarias «son los gastos más dinámicos y los que pre-



Cristóbal Montoro.

sionan las cuentas públicas de las comunidades».

Las Comunidades llevan ya meses reclamando que si hay que hacer nuevos ajustes, debe ser el Gobierno central el que los planee y no las autonomías. Las medidas asumidas hasta ahora por algunas autonomías, además de generar un relevante desgaste a sus gobiernos, está provocando también diferencias en las prestaciones públicas que se ofrecen en los diferentes territorios, de ahí que el Gobierno central acepte liderar esta estrategia.

Por lo demás, Montoro argumentó que el Gobierno central no

está recortando los servicios sociales, sino lo contrario. «Qué sería de los hospitales, las escuelas y la protección social que promueven las autonomías sin el dinero que hemos movilizado», afirmó en el Congreso durante una pregunta del PSOE.

Montoro cifró la ayuda extra a las autonomías en más de 140.000 millones de euros. «Tenemos déficit en el Estado porque estamos sosteniendo nuestro sistema de cohesión social», afirmó. Además, defendió que es necesario seguir controlando el gasto para poder financiar en el futuro los actuales servicios. «Pregúntese dónde estaríamos si no hubiéramos reducido el déficit», trasladó al diputado del PSOE Joan Rangel.

J. MORALES