

Granada Hoy

www.granadahoy.com

La **Universidad** analizará en todos sus centros el **consumo de tabaco** y reforzará las medidas de apoyo para dejar de fumar **P15**



DEPORTES

ENRIQUE OVIEDO DUDA SOBRE LA GESTIÓN DE PACO SANZ Y ES EL QUINTO DIRECTIVO QUE DIMITE EN EL GRANADA CF **48**

2-3 SALUD DECIDE NO RENOVAR LOS CONTRATOS DE PERSONAL EVENTUAL

El SAS repesca a 70 de los 80 médicos que despidió "por un error informático"

Consejería Necesitó dos días para corregir el fallo, detectado a primera hora del martes

Sindicatos Creen que se aplaza el recorte y auguran problemas en septiembre

Todo se debió a "un error informático". Pero tan 'difícil' de solventar que pese a ser detectado a primeras horas del martes necesitó de dos días de frenéticas gestiones y viajes a Sevilla para corregirlo.

29 OPERATIVO MILITAR



Ingrid Betancourt, liberada tras 6 años y 4 meses de cautiverio

● El ejército colombiano rescata a la ex candidata, 3 estadounidenses y 11 policías secuestrados por las FARC

24-25 Y 31 DEBATE EN EL CONGRESO



El presidente del Gobierno y el ministro de Economía, en un momento del debate parlamentario de ayer.

CHEMA MOYA / EFE

Zapatero no habla de crisis y descarta una recesión

● Rajoy ofrece apoyo si el Gobierno afronta la situación "sin disimulos"

2.390.424

El número de parados sube en junio por primera vez en doce años

ANDALUCÍA
Uno de cada dos nuevos desempleados registrados en España es andaluz

GRANADA
Siete empresas se han declarado insolventes en lo que va de año, cuando en 2007 sólo se registró una **P12**

HOY CON SU PERIÓDICO

→ PULSERAS

Consiga la pulsera Surin por sólo 1 € y el cupón al comprar su periódico

Y MAÑANA

→ BOB DYLAN

1 libro+2 CDs por sólo 8,95 € con el cupón del día

Y EL PRÓXIMO DOMINGO

→ BLUSONES

Modelo Siroco por sólo 1,99 € al comprar su periódico

HOY
→ REVISTA
FOTOGRAMAS

por sólo 0,50€ al comprar su diario



en el interior
hay un artículo
escrito por
alguien como **tu**

Granada

Las escuelas de verano municipales acogerán este año a 1.500 niños

Trece centros educativos estarán abiertos desde julio hasta septiembre para cubrir la numerosa demanda de plazas



El alcalde de Granada, José Torres Hurtado, visita las Escuelas de Verano Municipales

PEPE TORRES

Rebeca Alcántara / GRANADA

Más de 1.500 niños participarán en los próximos meses en el programa Escuelas de Verano puesto en marcha por el Ayuntamiento de Granada. Con motivo del inicio de este nuevo curso, el alcalde de la ciudad, José Torres Hurtado, visitó ayer el colegio Federico García Lorca, uno de los 13 que ponen este servicio a disposición de las familias granadinas en la capital.

Según el primer edil, la demanda de plazas en estos centros aumenta cada periodo estival, lo que demuestra que es una medida que ha tenido muy buena acogida en la ciudad, algo que anima a la corporación municipal a seguir invirtiendo en actividades de este tipo.

Esta iniciativa gestionada por el Ayuntamiento y la empresa privada GOF, permitirá a niños granadinos de entre 3 y 12 años pasar el verano en las aulas, pero con una dinámica muy diferente a la del curso escolar. Se fomentará la convivencia a través de juegos imaginativos haciendo hincapié en el intercambio cultural, cada vez más presente en los colegios. Los monitores promoverán talleres y actividades para que los alumnos pasen lo mejor posible sus vacaciones, a pesar de tener que seguir acudiendo al "cole".

Entre 25% y el 75% del precio total, será la bonificación con la que el Ayuntamiento subvencionará la actividad dependiendo de

Los menores dependientes se quedan sin plaza

La cláusula 4.3, que no permite la inscripción en las escuelas de niños cuya minusvalía requiera la atención de una tercera persona, no será modificada. Según el alcalde, se trata de un término burocrático que "nunca ha planteado ningún problema a efectos prácticos". Torres Hurtado ha insistido en que ya hay niños con minusvalía participando en estas escuelas de verano, y que no se ha producido ningún tipo de discriminación. Sin embargo, no se mostró claro ante la posibilidad de que alguno de los niños necesite atención individual. Se limitó a manifestar que hasta ahora no se han visto en esa tesitura, y que si se produjera el Ayuntamiento estudiaría el caso particular. Pese a ello insistió en que todos los monitores están perfectamente capacitados.

las posibilidades económicas de cada familia, en una apuesta por la conciliación de la vida familiar y laboral, afirmó Torres Hurtado.

Los centros ofrecen la posibilidad a los padres de que sus hijos permanezcan en las aulas desde las 7.45 de la mañana hasta las 3.30 del mediodía aproximada-

mente. Sin embargo el horario general será de 9 a 14.30, pudiendo solicitar, los que así lo deseen, los servicios adicionales de aula matinal, comedor y apoyo escolar. Cada uno de ellos supondrá, eso sí, un coste adicional para la familia. Además los padres tendrán la opción de solicitar los servicios de aula matinal, comedor y clases de apoyo, si así lo desean, con un coste adicional.

Tanto el alcalde como la concejal de Educación, Carmen Sánchez, se mostraron satisfechos con la participación y la acogida

DIVERSIÓN

Los niños juegan y aprenden palabras en otros idiomas bajo el tema de la Aldea Global

que están teniendo este tipo de centros educativos, y manifestaron que se trata de una inversión necesaria.

Asimismo los monitores afirmaron que los pequeños se adaptan muy bien al ambiente de las aulas, que en estos meses es mucho más distendido que durante el curso ordinario para que los niños tengan consciencia de que se trata de actividades lúdicas.

Esta medida supone además un alivio para los padres y madres que tienen que continuar con su actividad laboral durante el periodo vacacional de sus hijos.

En breve



MIGUEL RODRIGUEZ

Las asociaciones de vecinos estarán conectadas en red

PARTICIPACIÓN. El alcalde de Granada, José Torres Hurtado, y el concejal de Participación Ciudadana, Eduardo Moral, entregaron ayer 40 equipos informáticos a otras tantas asociaciones de vecinos. Con esta iniciativa el Ayuntamiento pretende, mediante el uso de las nuevas tecnologías, un aumento de la comunicación entre los barrios de la capital y una información más actual sobre las propuestas y mejoras que se realizan en los distritos para responder de manera más eficaz a las exigencias de las asociaciones de vecinos de la ciudad de Granada. /BLANCA RUIZ ANTÓN

La UGR cuelga en su web las reclamaciones de Selectividad

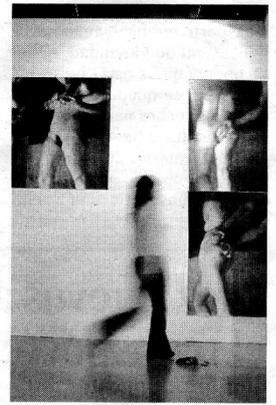
CONSULTA INDIVIDUAL. Los 1.195 estudiantes que demandaron a la Universidad de Granada una revisión de su examen de Selectividad pueden consultar, desde la pasada noche, su nota por internet, en la página www.ugr.es. Ayer concluyó el proceso de reclamaciones por el que se han cursado 2.595 reclamaciones y unas 400 solicitudes de doble corrección. Sólo un 3% de los exámenes revisados consiguen un cambio en la nota final.

Castriil quiere incluirse en la Zona Patrimonial del Altiplano

ARQUEOLOGÍA. El alcalde de Castriil, Juan Mar (PSOE) reaccionó con "indignación" ante la intención de la delegación de Cultura de convertir el Altiplano en Parque Patrimonial sin incluir en el mismo a Castriil y Baza, "dos municipios con un enorme, documentado y contrastado patrimonio artístico y cultural". Mar recordó que Castriil es el único municipio de las comarcas de Baza y Huéscar que tiene la declaración de Conjunto Histórico.

Bellas Artes organiza un taller de dibujo y modelado del desnudo

FORMACIÓN. La Facultad de Bellas Artes organiza para este verano un taller de Dibujo, Pintura y Modelado del Desnudo que se centrará en la interpretación del cuerpo humano a partir de modelos vivos. El plazo de inscripción termina hoy y el curso va dirigido a estudiantes universitarios o que reúnan los requisitos de acceso a la Universidad, así como a los profesores y trabajadores que deseen iniciarse o ejercitarse en estas técnicas.



GRANADA HOY

7.000 granadinos participan en un estudio sobre dolencias cardiovasculares

SALUD. José Luis Martí García, cardiólogo y antiguo jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Clínico, presentó ayer su libro *Corazón vecinal: un estudio de la población granadina*, publicado en colaboración con el Ayuntamiento de Granada y Puleva. Esta monografía sale a la luz con el fin de informar a la sociedad granadina sobre las enfermedades cardiovasculares ya que, según afirmó Martí, "es la manera más eficaz de combatir las". /BLANCA RUIZ ANTÓN

Granada

Educación deniega a los maestros el 85% de los traslados por enfermedad

CCOO denuncia la nueva regulación por imponer un modelo centralista que deja a 200 docentes sin cambio de destino justificado por razones de salud propia

A. Beauchy / GRANADA

De nada han servido los certificados médicos, los documentos acreditativos de minusvalía o los informes positivos de inspección médica de la Delegación de Granada. Este año los servicios centrales de la Consejería de Educación, en Sevilla, han tomado las riendas de las comisiones de servicio por razones de salud propia de todos los docentes y, en el caso de Primaria, han denegado un 85% de las solicitudes.

Este ha sido un primer adelanto de lo que se avecina. Los profesores de Secundaria están todavía a la espera de que se resuelvan sus peticiones, pero el balance de la Junta de Andalucía con sus compañeros ha sido desolador.

Diego Molina

Portavoz de Enseñanza de CCOO

De los más de 10.000 docentes de Granada, sólo 400 han hecho uso de este derecho, menos del 3%

Según denunció ayer el sindicato CCOO, unos 200 maestros de 235 que pidieron en Granada un cambio de destino por enfermedad se han quedado este año sin comisión de servicio, lo que les impedirá solicitar un traslado.

Este trámite, cuyo plazo finaliza mañana para Primaria (Secundaria concluye en lunes próximo), tiene por objeto que el profesorado pueda desarrollar su labor en un entorno adecuado a su problema de salud y cerca de unos servicios médicos que puedan atenderlo con prontitud.

En total, la Consejería de Educación ha denegado 1.071 comisiones de servicio en Andalucía de las 1.298 presentadas, más del 80% de los casos. Un porcentaje



José Antonio Mesa y Diego Molina, ayer, en rueda de prensa. GRANADA HOY

“La Junta tendrá que pagar dos sueldos, porque estaré de baja”

Carmen González es una de las 200 personas afectadas por la decisión de la Consejería de Educación de negar las comisiones de servicio por razones de salud propia a los maestros de la provincia de Granada. Padece desde hace años la enfermedad de Cron, una colitis ulcerosa que le provoca hemorragias muy fuertes que precisan de ingreso hospitalario, y alega que no puede desplazarse hasta Huéscar para dar clases, que es donde tiene concedida su plaza. “Tengo informes médicos que demuestran los riesgos de esta enferme-

dad y un documento que acredita una minusvalía del 49%”, explica González. Esta maestra vive en Granada, lugar de residencia también de su familia, y cuenta que necesita unas revisiones médicas periódicas que en Huéscar no pueden atender. “Tendré que ir al Hospital de Baza, pero estaré continuamente de baja y la Junta tendrá que pagar dos sueldos”, dice. No entiende por qué este año le han denegado la solicitud si años atrás sí se lo concedieron, lo que le ha permitido ejercer en el CEIP García Lorca de Granada.

que al menos duplica el de años anteriores. Así lo denunciaron ayer el responsable del profesorado no universitario en la Enseñanza Pública de CCOO de Granada, Diego Molina, y el responsable de Comunicación de enseñanza de CCOO en la provincia, José Antonio Mesa.

“En Granada, sólo unos 400 profesores de Primaria y Secundaria han hecho uso de este derecho —informa Molina— de los más de 10.000 existentes en la provincia”. Es decir, apenas un 3%.

Los servicios jurídicos de CCOO están elaborando un recurso de alzada contra la nueva regulación, que consideran es fruto de un nuevo modelo centralista de evaluación de las comisiones de la Junta de Andalucía.

Consejería de Educación
Nueva orden regional

Hay que acreditar lo que impide o dificulta gravemente desempeñar el trabajo en el lugar de destino”

Años atrás las solicitudes se estudiaban en la delegación de Educación de cada provincia, con la presencia de los sindicatos, pero ahora “las concesiones se han llevado a efecto en Sevilla sin valorar el trabajo de los servicios de inspección médica provinciales”, comentó ayer Molina.

Fuentes de la Consejería de Educación alegaron ayer que el proceso de las comisiones de servicio aún no está finalizado. Y que, en total, se ha concedido un 42,09% de las solicitudes interprovinciales. “La nueva orden establece que el personal tiene que acreditar lo que le impide o dificulta gravemente desempeñar su trabajo en el lugar de destino”, alegan en Educación.

Innovación aumenta la dotación del programa Campus

Las pymes se beneficiarán de una nueva línea de ayudas para gastos corrientes

Redacción / GRANADA

La Junta de Andalucía incrementará en un 50 por ciento la dotación por proyecto del programa Campus destinado a las empresas surgidas de la Universidad, además de activar un programa de ayudas para gastos corrientes dirigido a pymes innovadoras y de reciente creación.

El consejero de Innovación, Ciencia y Empresa, Francisco Vallejo, anunció ayer sendos cambios dentro del programa Campus, que en la provincia de Granada ha invertido 1,08 millones de euros desde que se puso en marcha en 2004.

El primero de estos cambios esenciales atañe al incremento de un 50 por ciento del apoyo a las empresas. Así, las ayudas a conceder serán de hasta 300.000 euros, frente a los 200.000 actuales. La segunda novedad se refiere a la activación de un programa de ayuda para gastos corrientes (alquiler, equipos de producción o salarios, entre otros).

De esta línea de incentivos, autorizada por la Unión Europea, se podrán beneficiar pymes con hasta diez trabajadores y una facturación inferior a diez millones de euros.

Así, durante los tres primeros años de vida de la empresa, la Junta podrá otorgar ayudas para cubrir hasta el 35 por ciento de los gastos, porcentaje que se reducirá en diez puntos porcentuales para el cuarto y el quinto año de vida de las pymes.

Dentro del programa Campus se han creado hasta 85 empresas de base tecnológica, la mayoría relacionadas con las tecnologías de la información y con las ciencias de la vida y de la salud.

AYUNTAMIENTO DE SALOBREÑA (Granada)
ANUNCIO
JESUS AVELINO MENENDEZ FERNANDEZ, Alcalde-Presidente del Ayuntamiento de Salobreña (Granada),
HAGO SABER:
Por Decreto de fecha 26 de Junio 2008 he Aprobado Inicialmente Estudio de Detalle promovido por José Merino García para Elevación excepcional de planta sobre la máxima permitida en solar sito en calle Fábrica Nueva (Catastral 7868126). Dicho expediente se somete a información pública por plazo de 20 días a contar del día siguiente al de la publicación del Edicto correspondiente en el B.O.P. a fin de que puedan presentarse alegaciones. Lo que se hace público para general conocimiento.
Salobreña, 26 Junio 2008

FERRETERIA La Caleta, S.L.
MATERIAL DE FONTANERÍA EN GENERAL
CERRAJERÍA - TORNILLERÍA - BRICOLAJE
Herramientas y toda clase de Accesorios
:: Blindaje de Puertas ::
C/ Faisán, 5 Telf. Fax 958 29 17 32 18014 Granada

Bisel Paquito
MANUFACTURAS DEL VIDRIO
Biselados, canto pulido, etc.
Polig. Virgen de las Nieves Telf. y Fax. 958 958 285 • Móvil. 636 278 343
Paseo del Lino, Parc. 22 18110 LAS GABIAS (Granada)

sevillana endesa
INTERRUPCIÓN TEMPORAL DEL SUMINISTRO
Con motivo de los trabajos de mejora y ampliación de la red el día:
4 de Julio de 2.008
Otívar-Jete (1807635): De 9,00 a 13,00h. LG/ Río Verde y zonas próximas.
Centro de Atención de Averías: 902-516-516

Dental stetic
centros dentales avanzados
Avda. de los Angeles, 23 B.O. 16300 LUGO - GF
958 322 574
902 23 24 28

MEDICOS SIN FRONTERAS
hazte socio:
902 15 15 07
www.msf.es

La UGR estudiará en todos sus centros el consumo de tabaco de los trabajadores

Estos datos permitirán tomar medidas más eficaces para ayudarles a dejar de fumar

Ester Araúzo / GRANADA

El consumo de tabaco de los trabajadores es una de las preocupaciones del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Universidad, que junto con otras medidas que ya están en marcha, el año que viene va a elaborar un diagnóstico centro por centro para detectar el número de fumadores que hay y sus circunstancias y así poder actuar de manera más efectiva para fomentar una reducción del consumo.

A través de cuestionarios se analizará no únicamente el número de fumadores, sino también su grado de dependencia y la motivación que tienen para abandonar el hábito. "Queremos tener una información más concreta para después ver la idoneidad de desarrollar determinadas medidas o actuaciones, como sesiones de deshabituación o informativas, por ejemplo", explica Elías García, del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

En esta línea de incentivar el abandono del consumo, desde hace tres años, este servicio del Vicerrectorado de Calidad Ambiental, Bienestar y Deporte oferta unos programas de deshabituación por los que han pasado hasta ahora un total de 88 trabajadores de la Universidad. Estos programas ofrecen apoyo a las personas que quieren dejar de fumar mediante distintos métodos. Los tratamientos pueden recibirse en la Unidad Clínica de la Facultad de Psicología o en centros

externos como Smokend, la clínica médica San Pablo o el Centro Provincial de Drogodependencias y la Universidad ofrece a sus

trabajadores una subvención que cubre el 50% del precio.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales tiene previsto

asimismo organizar el año que viene una serie de sesiones informativas sobre los motivos para dejar de fumar, los daños y ries-

gos que conlleva el consumo y las facilidades que existen para deshacerse del hábito. Las sesiones serán gratuitas y abiertas a toda la comunidad universitaria, explica García, que añade que los ponentes serán expertos en la materia de la propia Universidad y de fuera de la institución. Con esta medida se pretende impulsar una reducción del consumo de tabaco entre universitarios y trabajadores, más allá de la aplicación de la normativa, que ya prohíbe totalmente fumar en los centros.

Royne
Special line

Sin
AZÚCARES
AÑADIDOS

AYUDAN A CUIDARTE
SIN RENUNCIAR
AL PLACER DE SABOREAR
DELICIOSOS HELADOS

Porque están elaborados
con ingredientes de máxima
calidad y sin azúcar añadido.

Cuidate sin renunciar al placer

Los profesores enseñarán los riesgos de fumar

Un curso dará a los docentes las herramientas necesarias para apoyarlos en la formación de los estudiantes en todo lo relativo al tabaco y a los riesgos asociados a su consumo. Así, cualquier profesor que en su asignatura aborde este asunto, especialmente aquellos de la rama biosanitaria, estarán mejor preparados gracias a los talleres que está previsto que comiencen a impartirse el curso que viene. Por ejemplo, un profesor de Odontología que tenga que hablar de los daños que genera o favorece el consumo de tabaco, contará con un conocimiento más preciso de este tema si ha asistido al taller, que además, proporcionará a los docentes material de apoyo, como videos o proyecciones informativas o explicativas sobre las consecuencias del tabaquismo.


SALUD Y CALIDAD DE VIDA
DIETAS

Un desayuno rico en carbohidratos y proteínas ayuda a perder peso

Un estudio recomienda empezar el día con platos fuertes y consumir menos calorías durante el resto de la jornada

Ramiro Navarro

Investigadores han encontrado una posible forma de superar un problema común en aquellos que quieren adelgazar y que ven cómo, una vez finalizado el régimen, recuperan rápidamente el peso que perdieron. Zamparse un gran desayuno completo en hidratos de carbono y proteínas; y luego seguir un régimen bajo en carbohidratos y en calorías durante el resto del resto del día. Esa es la recomendación de los autores de un estudio presentado en el congreso anual de la Sociedad Mundial de Endocrinología, celebrado en San Francisco.

“La mayoría de estudios sobre pérdida de peso han determinado que una dieta baja en carbohidratos no es un buen método para adelgazar”, dijo la autora principal Daniela Jakubowicz, del Hospital Clínico de Caracas, Venezuela. “Se agrava el ansia de hidratos de carbono y se ralentiza el metabolismo. Como resultado, tras un breve período de pérdida de peso, hay un rápido retorno a la obesidad”. Solo el 5% de las dietas restrictivas con los carbohidratos alcanzan el éxito pasados los dos años.

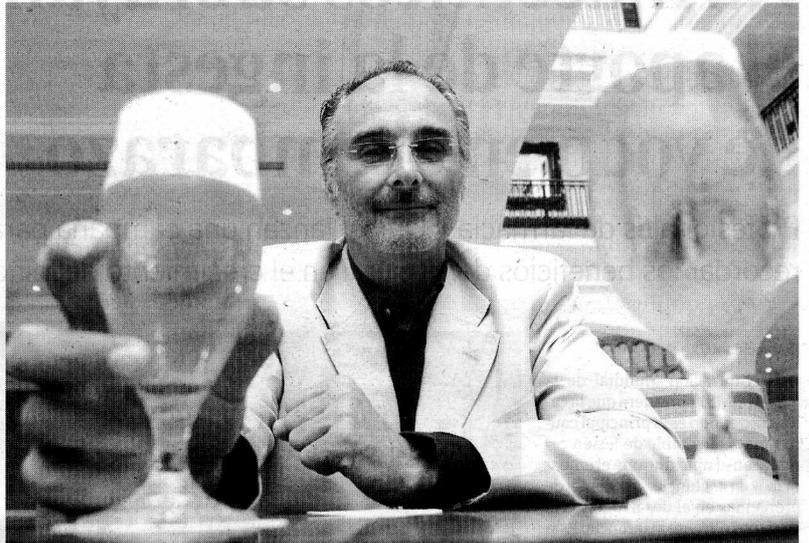
Junto a especialistas de la Virginia Commonwealth University en Richmond, Estados Unidos, Jakubowicz y sus colegas realizaron un estudio, que demuestra que la eficacia de una dieta a largo plazo depende de su capacidad para aumentar la sensación de plenitud y reducir el ansia (textualmente “los antojos” según el trabajo) de carbohidratos. Compararon su propuesta con una dieta estricta baja en carbohidratos en 94 mujeres obesas. Ambas dietas son bajas en grasa y calorías totales, pero diferían en la distribución de hidratos de carbono.

Cuarenta y seis mujeres se acogieron a la dieta baja en carbohidratos, lo que les permitió comer 1085 calorías al día. Para el desayuno, 7 gramos de hidratos de carbono, como pan, frutas, cereales y leche. Los que se acogían a la dieta de desayuno fuerte pudieron comer 12 gramos de proteína, como carne y huevos.

La primera mitad de los ocho meses de estudio se centró en la pérdida de peso, y los últimos cuatro meses en el mantenimiento. En cuatro meses, las mujeres con dieta baja en carbohidratos se redujo un promedio de alrededor de 12 kilogramos y las del desayuno fuerte en casi 10 kilos. A los 8 meses, el grupo bajo en carbohidratos recuperó un promedio de 8 kilos, mientras que el del desayuno fuerte siguió perdiendo peso, arrojando otros 7 kilogramos.

En breve

VERANO



JUAN MARTÍN ESPAÑA / EFE

Cerveza con moderación, por la salud y el deporte

El catedrático de la Facultad de Medicina de la Universidad de Granada, Manuel Castillo Garzón, sostiene una caña recién servida tras la rueda de prensa que ofreció el pasado lunes en Segovia para explicar que el consumo de una cantidad moderada de cerveza tras realizar una actividad física intensa resulta beneficioso para los deportistas. Según Manuel Castillo, el consumo de esta bebida favorece la rápida rehidratación y contribuye a evitar dolores musculares, conclusiones que ha extraído del estudio sobre la relación entre el consumo de cerveza, el deporte y la salud que ha realizado en colaboración con el Centro de Información Cerveza y Salud.

WEB

Consejos para viajar adecuadamente con animales de compañía

Pfizer Salud Animal ha lanzado la web www.mareoviajapeperros.com dado que un 17% de los perros vomitan cuando viajan, lo que limita la libertad de sus dueños. La mayoría no consultan a su veterinario para que les ayude a solucionar el problema y casi un 50% de los propietarios afirman que viajarían más con sus perros si no sufrieran este desagradable problema.

PACIENTES

Elecciones en la Asociación Española Contra el Cáncer

La Asociación Española Contra el Cáncer, en Asamblea General celebrada el 26 de junio de 2008, nombró presidenta nacional hasta junio de 2012 a Isabel Oriol Díaz de Bustamante, quien desempeñaba el cargo de Vicepresidenta de esta asociación desde enero de 2007. Desde 2001 Oriol ha impulsado la investigación oncológica en la AECC a través de su Fundación Científica.

APÓSITOS

Fabrican tiritas que, además de proteger, llevan desinfectante

Con el nombre comercial de Tirimas, la compañía Innolab ha fabricado tiritas que, a diferencia de los habituales apósitos, tiene una doble acción: protege las heridas superficiales de la piel y toallita limpiadora. Es el único apósito del mercado que incorpora estas dos funciones. Ideal para salidas a la playa o de vacaciones indicadas para rozaduras, cortes y heridas superficiales.

TURISMO

La cafeína tras el ejercicio permite a los músculos ‘repostar’ más rápido

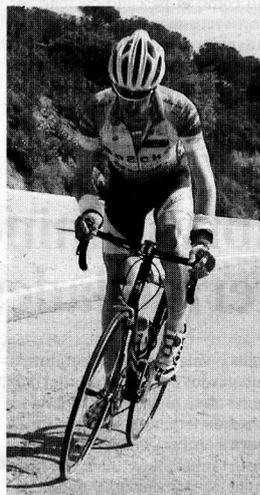
Un estudio australiano cree que el café acelera la fabricación de glucógeno en los músculos

Redacción

El glucógeno es el principal combustible de los músculos durante el ejercicio. Este elemento se repone más rápido cuando los atletas ingieren carbohidratos y cafeína justo después de practicar ejercicio, según han puesto de manifiesto investigadores del Garvan Institute of Medical Research de Sydney, Australia, en la edición electrónica de

Journal of Applied Physiology. Los deportistas que habían consumido hidratos de carbono y cafeína tenían un 66% más de glucógeno en sus músculos cuatro horas después de haber realizado el ejercicio, en comparación con aquellos que solo consumieron carbohidratos.

El estudio contó con ciclistas profesionales. A la mitad del grupo se les suministró una bebida que contiene carbohidratos sólo y otra que incluye cafeína. Tras descansar durante cuatro horas, se realizaron biopsias de músculo y análisis de sangre.



El estudio evaluó a ciclistas. ARCHIVO

UTENSILIOS

Diseñadores y pacientes idean objetos adaptados a sus necesidades

La iniciativa busca soluciones válidas para afectados de artritis reumatoide

Redacción / MADRID

Un exclusivo pack de preservativos más sencillo de abrir y utilizar, una moderna férula de muñec o vestimenta con innovadoras sujeciones son sólo algunos ejemplos de los conceptos de diseño desvelados como parte de la iniciativa B Me, que se han expuesto en el congreso anual de la Liga Eu-

ropea contra el Reumatismo, celebrado en París. Su objetivo es dar a conocer la artritis reumatoide y las dificultades que soportan en su día a día los enfermos. “La idea de reunir a pacientes con diseñadores y reumatólogos para crear conjuntamente de soluciones de diseño que ayuden a los afectados a llevar una vida lo más normal posible, en lugar de simplemente limitarse a tratar un problema médico es una idea fantástica”, afirma Robert Johnstone, presidente de Arthritis and Rheumatism International.