

## El Albaicín, lleno de hoyos y socavones

Los vecinos del Albaicín están cansados de soportar agujeros en sus calles. El empedrado de las cuestas está desapareciendo y las caídas por tropezar, afirman, son frecuentes. Las imágenes muestran el estado de la calle Calderería, vía de paso para acceder al barrio y lugar muy transitado por los turistas. Los desperfectos duran más de tres meses y las obras de la Junta en un edificio cercano han deteriorado aún más la calle. Las placetas de Carvajales y Capellanes, que se arreglaron hace un año, están destrozadas. La culpa, advierten, es de las máquinas de las obras, que destruyen el pavimento.



# Los niños granadinos comen demasiados dulces y poca verdura

Los del Albaicín son los que peor se alimentan. Ningún escolar de entre 8 y 15 años consume las raciones recomendadas de fruta

A. HUERTAS  
20 MINUTOS

Los escolares granadinos no se alimentan bien. Un estudio de la universidad afirma que el 100% de los escolares, entre 8 y 15 años, no consumen las tres raciones de fruta y verdura diarias recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La investigación, realizada en el departamento de Nutrición y Bromatología, se ha llevado a cabo con 3.190 niños y adolescentes escolarizados en la capital.

Los científicos son tajantes al afirmar que el patrón dietético de los menores granadinos se caracteriza por una ingesta baja de verduras, frutas, cereales, legumbres y fibra. Los escolares, en cambio, comen demasiados alimentos proteicos, lácteos, azúcares y dulces. Los resul-

## Demasiada bollería

Javier Velasco, responsable de la investigación, y Fátima Olea, directora de esta tesis, aseguran que «cuanto más reducida es la población más adecuada es la dieta de las personas». El Albaicín es, según este estudio, el distrito que más se distancia de la dieta mediterránea, mientras que Beiro y Centro son los que obtienen mejores resultados. Los niños sobre todo consumen muchas golosinas y bollería industrial en el desayuno.

tados reflejan que el 76% de los menores no llegan a tomar las cinco raciones diarias de cereales necesarias para su crecimiento y al 56% le ocurre lo mismo con las legumbres. La mayor fuente de energía de sus dietas, además, viene de las grasas.

### Mucha grasa

«Existe», según los expertos, «un claro desequilibrio en el perfil calórico de las dietas, con un alto aporte de grasa y proteínas en detrimento de

los hidratos de carbono». Los niños comen demasiada grasa y poca fibra e hidratos de carbono complejos.

Este tipo de alimentación hace que muchos menores tengan carencias de vitamina E (esencial para evitar anemias o trastornos cardíacos) y yodo (importante para el tiroides y los niveles de energía). La yema de huevo, los vegetales con hoja, los cereales, el ajo, la cebolla y el pescado son importantes para evitar estos desajustes.

ojos es trabajar delante de un ordenador y ver la televisión.

Sin embargo, muy pocos tienen en cuenta la importancia de proteger sus ojos contra los efectos del sol, pese a que más de la mitad reconoce que se siente incómodo con el deslumbramiento del Sol y con las luces de los coches. La web [www.transitions.com](http://www.transitions.com) ofrece información diaria sobre la vulnerabilidad de los ojos frente a la radiación solar.

## El 65% de los granadinos utiliza gafas o lentillas

El 15% de la población nunca se ha revisado la vista. Los granadinos no prestan demasiada atención a sus ojos. El III Estudio sobre la Salud Visual de los Españoles, realizado por Transitions Optical, refleja que el 15% no se ha hecho nunca una revisión y que

el 18% lo hace cada dos años. La cifra es alarmante si se tiene en cuenta que el 65% de los habitantes de Granada necesitan hacer uso de gafas o lentillas para ver de forma correcta.

Los granadinos piensan que lo que más perjudica a los



Animación en blanco y negro para una conmovedora historia.

### CINE

## ‘Persépolis’, al raso en el Sacromonte

SALIR hoy

Consiguió el premio del jurado en el Festival de Cannes 2007 y fue nominada a mejor película animada en la pasada entrega de los Oscar. *Persépolis*, de Vincent Paronnaud, está basada en la novela gráfica de Marjane

ne Satrapi, en la que se narra la vida de una niña iraní desde su infancia en Teherán hasta su adolescencia como estudiante en Viena. Esta noche podremos verla al raso, bajo el cielo del Sacromonte, en el ciclo *Cine al aire libre*. Museo Cuevas del Sacromonte. Barranco de los Negros. A las 22 horas. Entradas a 3 euros.

### MÚSICA

**En paralelo a las jornadas flamencas** → En paralelo al curso del Centro Mediterráneo *Nuevas fronteras del flamenco* se celebran recitales en vivo que hoy inauguran Miguel Ochando (guitarra) y María José Pérez (cante). Parque Majuelo. Avenida Europa, s/n. (Almuñécar). A las 22.30 h. Gratis.

### CONCIERTO

**‘20 años de Castilla’** → Australian guitar duo participa en el quinto fes-

tival de la canción tradicional española con un repertorio que han titulado *20 años de Castilla*. Carmen de los Gatos. Aljibe del gato, 1. 20 h. Entrada gratuita con invitación en el teléfono 958126390.

### EXPOSICIÓN

**60 aniversario de la Declaración DDHH** → La asociación Sensibilizarte muestra su trabajo en esta fecha señalada. Fundación Euroárabe. San Jerónimo, 27. Inauguración a las 12 h. Abierto de 9 a 21 h. Gratis.

### → EL MIRADOR

José Miguel Muñoz

*Ni comen bien ni estudian*

Parece que el único tomate que comen nuestros niños es el que lleva el *ketchup* que le echan a la hamburguesa. Poca verdura y mucho bollicao. Lo dice un amplio estudio de la universidad que puede ver en esta misma página. Yo me acuerdo que, de chico, tampoco es que fuera el rey de los vegetales, ni mucho menos, pero todo el excedente de grasa y proteína que pudiéramos tener lo gastábamos corriendo, porque estábamos buena parte del día en la calle. Ahora no, ahora los críos, además de co-

**Antes los críos gastaban las calorías sobrantes jugando en la calle, ahora se sientan con la play**

mer mal, se tiran media tarde con la videoconsola y la otra media frente a la tele, con lo cual, la amenaza del sobrepeso y la obesidad se convierte en una realidad casi inexorable. Y encima, si estudiaran..., pues bueno, pero es que los informes (Pisa, etc.) no les dejan tampoco en muy buen lugar, el nivel educativo de los niños es cada vez más bajo. Así que, si comen mal, no hacen ejercicio y no estudian... ¡Vaya futuro que nos espera! Pero la culpa, evidentemente, no es de ellos, ahí los padres tienen mucha tarea por hacer.

|                                                                                     |                            |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------|
|  | De menos de 6 trabajadores | 1.061.796 |
|  | De 6 a 49 trabajadores     | 312.561   |
|  | De 50 a 249 trabajadores   | 27.034    |
|  | De más de 250 trabajadores | 4.759     |

Fuente: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales

\*Junio 2008

# UN VERANO ENTRE APUNTES

**ESTUDIOS** → Después del curso, el estudiante es el único responsable de su horario y tiene que saber organizarse para los exámenes de septiembre

**PEDRO L. PUENTES**  
20 MINUTOS

Hace más de un mes que acabó el curso y algunos estudiantes estarán descansando con la satisfacción del trabajo bien hecho. Pero hay otros que tendrán que volver a las aulas antes de tiempo por los exámenes de septiembre. El verano es un momento difícil para estudiar; el calor, las ganas de divertirse con los amigos, la gran oferta de ocio y la mentalidad de vacaciones suelen tirar más que la mesa de estudio y los apuntes.

El alumno no se ajusta a un horario preestablecido. «En este momento, el estudiante es el que controla su tiempo y debe organizárselo de la mejor manera para que le dé tiempo a todo», señala Covadonga Naredo, coordinadora del servicio de orientación al estudiante de la Universidad de Alcalá.

## Organizarse y disfrutar

Estudiar en verano no significa planificar un horario en el que lo único que hagamos sea estudiar. «En una buena planificación hay tiempo para todo», asegura Naredo. Lo más importante es elegir cuándo y dónde estudiaremos: las mejores horas son las primeras de la mañana y las últimas de la tarde, pero elegir dónde en esta época suele ser un problema; si estamos de vacaciones fuera de casa, es casi seguro que el lugar donde nos alojemos no tenga una zona apropiada para el estudio. La mejor solución es ir a la bi-



## UNOS ESTUDIAN Y OTROS...

**Hay muchos estudiantes que tienen que hincar los codos durante las vacaciones, pero también hay muchos empleados que siguen trabajando en su periodo de descanso. De hecho, el 60% de los españoles confiesa que trabaja durante las vacaciones, según un estudio realizado por monster.es entre profesionales de toda Europa, Estados Unidos y Canadá, que revela que el 28% de los trabajadores consulta correos electrónicos y mensajes de teléfono en vacaciones. Los holandeses, ingleses y alemanes son los que más fácilmente desconectan de sus ocupaciones laborales durante sus días de descanso.**

blioteca, cualquier pueblo, por pequeño que sea, dispone de una biblioteca o casa de la cultura con espacios acondicionados para la lectura y el estudio.

La mayoría de los suspensos proceden de una mala técnica de estudio. Los gabinetes psicopedagógicos de orientación académica de las universidades ofrecen ayuda a cualquier alumno para que salga

adelante con sus asignaturas y pueden orientarle sobre si realmente la carrera que ha elegido le motiva lo suficiente como para seguir con ella, ya que es una decisión que determina el futuro laboral.

Los estudiantes que hayan aprobado todo en junio pueden estar más tranquilos. Aún así, los expertos recomiendan leer mucho para no perder el ritmo durante las vacaciones.

## POR SENTENCIA

# DESPIDOS OBJETIVOS POR CRISIS EMPRESARIAL

**TRIBUNAL SUPREMO**

5 DE JUNIO DE 2008

## LA SENTENCIA

La Sala de lo Social del Tribunal Supremo acaba de dictar una sentencia que unifica la doctrina sobre esta materia, en la cual considera objetivos los despidos de trabajadores que tengan su causa en una situación de crisis económica de la empresa.

Bastará para ello, según el Supremo, acreditar la existen-

cia de pérdidas en la empresa. Antes de esta sentencia, el Tribunal Supremo exigía que las pérdidas empresariales fueran notablemente cuantiosas y que además se vinieran produciendo desde hace varios ejercicios.

El Supremo establece literalmente que para justificar el cese del trabajador «basta con acreditar que las

amortizaciones de puestos de trabajo, junto a las otras medidas tomadas, contribuyen a reducir las pérdidas y a superar la crisis económica, sin que sea preciso probar que esas medidas aseguran la viabilidad de la empresa».

Para el alto tribunal basta, como regla general, con probar la existencia de pérdidas económicas para justifi-

car un despido, sin que sea necesario, además, que la empresa pruebe que la amortización del puesto de trabajo constituye una medida suficiente y adecuada para superar la crisis. La sentencia estima el recurso de casación presentado por dos empresas vizcaínas contra la sentencia dictada el 16 de enero de 2007 por el Tribunal Superior

de Justicia del País Vasco (que declaró improcedente el despido, por recorte de plantilla, de un trabajador que había permanecido diez años en la empresa).

La diferencia entre que el despido se califique de «improcedente» o de «objetivo por causas económicas» afecta a la cuantía de la indemnización, ya que el despido improcedente fija una indemnización de 45 días de salario por año trabajado, y el despido objetivo es de tan sólo 20 días de salario por año trabajado.

## 20 SEGUNDOS

### FP para encontrar una salida

España tiene la tasa de desempleo juvenil más alta de Europa. Por eso la FP se posiciona como una buena salida para ellos, sobre todo en los módulos orientados a la electromecánica y el mantenimiento, además de los de sanidad y los administrativos. Éstas son las áreas con más salidas laborales y coinciden con las titulaciones que eligen más del 50% de los estudiantes de FP, según Adecco.

### 20 becas para hacer un máster

Turijobs.com, portal de empleo del sector turístico, ofrece 20 becas para hacer el Máster en dirección y gestión turística del Instituto Universitario de Posgrado, que sufragará en un 30% a los seleccionados.

### Investigación para mujeres

Ser mujer y científica son los requisitos indispensables para acceder a una de las cinco becas del programa L'Oréal-Unesco por las mujeres en la ciencia. [www.loreal.es](http://www.loreal.es)

### Médicos de fuera en España

Los médicos extracomunitarios podrán ejercer en España sin tener el título homologado. Para ello, el Ministerio de Sanidad analizará y evaluará las solicitudes de homologación y ofrecerá prácticas tuteladas.

### Los chinos suman y siguen

El equipo chino se ha proclamado campeón de las Olimpiadas de Matemáticas celebradas en la Universidad Politécnica de Madrid. España quedó en el puesto 43 de 97.

### ¿Podemos elegir las vacaciones?

El 82% de los trabajadores afirma poder elegir los días del año que desea disfrutar de las vacaciones, según el Informe Coca-Cola de la felicidad.