La huelga de los empleados públicos colapsará hoy buena parte de los servicios al ciudadano

Un funcionario de Extranjería atiende a un ciudadano. :: GONZÁLEZ MOLERO

MIGUEL ALLENDE
miguelallende@ideal.es

CC OO, UGT y CSI-F hacen un llamamiento a los 61.450 trabajadores de las administraciones para que se sumen al paro contra el tijeretazo de un 5% en sus sueldos

GRANADA Los 61.450 empleados públicos con que cuentan las distintas administraciones en la provincia de Granada, están convocados hoy a una jornada de huelga general por la totalidad de los sindicatos que los representan y en rechazo a los recortes salariales aprobados semanas atrás por el Gobierno. Los servicios mínimos decretados en cada caso por las instituciones de las que son competencia, harán que la huelga tenga una incidencia menor de la previsible en un principio, aunque no podrán paliar el trabajo que funcionarios, personal laboral y estatutario prestan a diario. De ahí que según fuentes de CC OO, UGT y CSI-F se prevea que la atención al ciudadano se encuentre colapsada en todo lo que son tareas burocráticas tanto en la Administración General del Estado, como en la Junta de Andalucía, Diputación Provincial y ayuntamientos.

Los dos sectores claves de cara al ciudadano, sanidad y educación, tendrán resultados muy distintos. Para el caso concreto del primero, en Granada están llamados a la huelga algo más de 14.000 trabajadores. A tenor de la Orden de uno de junio publicada por la Consejería de Salud, los servicios mínimos establecidos alcanzarán en Atención Especializada al mismo personal que un domingo o festivo, excepto en urgencias, cuidados críticos, tratamientos oncológicos, diálisis y pruebas diagnósticas de carácter urgente, que se mantendrán al 100%. En Atención Primaria, se garantiza que en los centros de salud se mantendrá el 50% de cada una de las categorías profesionales, excepto Urgencias que estará al 100%.

Por lo que a Educación se refiere, los casi 12.000 trabajadores de este sector que hay en Granada también tendrán que ajustarse a unos mínimos, aunque en este caso distan mucho de los de sanidad. Así, en cada centro educativo de hasta 20 unidades está obligado a permanecer en su puesto un sólo docente, el director. Para los que tengan 20 o más unidades, los mínimos hacen que tenga que trabajar un miembro del equipo directivo y un profesor.

Reforma laboral

Los máximos responsables provinciales de los sindicatos CC OO, UGT y CSI-F, Ricardo Flores, Manuela Martínez y Mercedes Casares, denunciaron ayer conjuntamente que el recorte salarial decretado por el Gobierno para los empleados públicos de España es la avanzadilla de la dura reforma laboral que será aprobada en breve y que afectará a todos los trabajadores del país en derechos fundamentales que ha costado conseguir muchos años. En una comparecencia informativa conjunta, subrayaron que lo que en estos momentos está en juego en toda Europa es el Estado del Bienestar, el derecho que tienen los ciudadanos a prestaciones sanitarias, educativas, sociales... que hoy llevan a cabo las distintas administraciones y que con el ajuste se verán reducidas o transferidas al sector privado.

Ricardo Flores no dudó en calificar la jornada de huelga general de hoy como de «histórica» porque se mostró convencido de que será secundada de forma masiva por los empleados públicos granadinos, «que saldrán a la calle a expresar que queremos consolidar un derecho como es el de los servicios públicos esenciales para la comunidad y que queremos preservar el derecho a la negociación colectiva».

Mercedes Casares, por su par-

SERVICIOS MÍNIMOS

Sanidad

La atención sanitaria, garantizada

En atención especializada se mantendrá el mismo personal que un domingo o festivo, excepto Urgencias y Cuidados Críticos, tratamientos oncológicos, diálisis y pruebas diagnósticas de carácter urgente, donde será del 100% . En Atención Primaria, queda garantizado el 50% de cada una de las categorías profesionales, excepto Urgencias donde será del 100%.

Enseñanza

Bajo mínimos en los centros de enseñanza

Todos los centros públicos de hasta 20 grupos de escolares, aproximadamente de unos 500 alumnos, tendrán de guardia obligatoria a un miembro del equipo directivo que será el director del centro. Para los centros de 20 o más unidades, los servicios mínimos exigen un miembro del equipo directivo y un profesor.

Justicia

El Registro Civil, con un funcionario

Un funcionario para la realización de funciones de registro de documentos en todos los órdenes jurisdiccionales donde esté previsto este servicio, como el Registro Civil. En todos los órganos judiciales, un funcionario en cualesquiera de los cuerpos. Si tuvieran prevista la celebración de vista oral, además un funcionario del Cuerpo de Auxilio Judicial

Universidad

Trabajan todos los decanos

Para el caso concreto de las facultades, en cada una de ellas tendrá que trabajar el decano, una persona de administración y otra de conserjería, por turno. En el resto de edificios que dependen de la institución académica, una persona de conserjería y otra del departamento de administración.

El SUP denuncia instrucciones contra el paro

El Sindicato Unificado de Policía (SUP) ha denunciado a este periódico que el director adjunto operativo del Cuerpo Nacional de Policía ha dado instrucciones de trabajo para los funcionarios al amparo de la Operación Global Europea Carlomagno, diseñada para garantizar la seguridad durante la presidencia europea en España, con la «clara intención de evitar la repercusión de la huelga de hoy». Según el SUP, esas instrucciones se concretan en la práctica de identificaciones masivas en busca de pequeñas cantidades de droga, personas buscadas, inmigrantes ilegales, vehículos sustraídos y así un largo etcétera. Los responsables del SUP afirman que preguntarán por tales instrucciones en el Consejo de Policía y las denunciarán por considerarlas «ilegales» a la vez que pedirán a los grupos parlamentarios que pidan explicaciones a la Dirección General de la Policía y a la Guardia Civil. El SUP se pregunta si la elección de la fecha para exigir el cumplimiento de la citada circular es casualidad ¿o se trata de un ataque del Gobierno a los sindicatos, utilizando para ello a la Policía? También si la instrucción tiene en cuenta que para identificar a un ciudadano debe existir un indicio racional de que se ha cometido un delito.

Funcionarios de las ocho capitales andaluzas se manifestaron ayer en Sevilla bajo el lema «Contra el sablazo que nos van a dar». :: EFE

«Hemos sufrido una agresión desconocida en democracia»

CC OO, UGT y CSIF llaman a 2,6 millones de empleados públicos a la huelga en todo el país

:: **ELISA GARCIA**

MADRID. CC OO, UGT y CSI-CSIF han llamado a 2,6 millones de empleados públicos a secundar este martes una huelga de 24 horas en el área pública y en todas las administraciones contra la reducción de sus retribuciones, impuesta por el presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero, vía plan de ajuste para la disminución del déficit público que en 2010 equivaldrá al 9,3% de la producción. El cierre central de la protesta, que se desarrollará bajo el lema de «no a los recortes salariales ni sociales» será una manifestación a las 18 horas 30 minutos por el centro de Madrid. A la marcha asistirán los líderes de los tres sindicatos convocantes.

A diferencia de otras ocasiones, CC OO y UGT se mostraron sumamente prudentes y pasaron de comentar las perspectivas de la jornada o las posibilidades de éxito. Se limitaron a difundir los actos reivindicativos que acompañarán al paro en cada una de las provincias, a la vez que anunciaron que una primera evaluación sobre el seguimiento de la huelga, en términos generales, tendrá lugar a las 11 horas 30 minutos en una concentración prevista en Madrid, ante la sede del Ministerio de Hacienda.

La postura de las dos centrales sorprendió a algunas organizaciones internas de ambos sindicatos, que ven en el paro un termómetro de la todavía hipotética huelga general contra una posible reforma del mercado de trabajo impuesta, con más recortes para los trabajadores.

Consideran que la huelga de este martes merece la máxima atención de las centrales para garantizar su éxito y demostrar al Gobierno el malestar de la ciudadanía por «todo lo que está pasando».

El propio secretario general de la Función Pública de UGT, Julio Lacuerda, reconoció ante los micrófonos de la cadena SER, cierto desconcierto sobre a quiénes afecta el paro. Culpó de la situación a las comunidades autónomas que no han sabido comunicarse con los trabajadores. No obstante, la central socialista reflejó en una previsión informativa que la protesta se extienden, además de a las tres administraciones, al área de sanidad, justicia, enseñanza, empresas públicas, etc., e informó que solo en Andalucía, Cantabria, Castilla-La Mancha y Ceuta «se ha llegado a un total acuerdo en cuanto a los servicios mínimos.

Un portavoz de CSI-CSIF resaltó la importancia de la huelga y fue más allá. Criticó las prestaciones esenciales impuestas, a la vez que lanzó un llamamiento para que la protesta se centre en «la agresión» que han padecido los empleados públicos «algo desconocido en democracia». A título de ejemplo, explicó que en los hospitales se ha calculado la cobertura de la actividad sobre «plantillas orgánicas», es decir, que si figuran tres cirujanos para atender las necesidades, esos tres facultativos han sido declarados imprescindibles.

También desveló que a otros cuerpos como los bomberos, se les ha impuesto que esté operativo el cien por cien de la plantilla. Lo mismo ha ocurrido con instituciones penitenciarias.

LAS REACCIONES

Ricardo Flores
Secretario CC OO

«No vamos a dar un paso atrás ante las medidas regresivas del Gobierno»

Manuela Martínez
Secretaria UGT

«Con este plan de ajuste se ataca directamente al Estado de Bienestar»

Mercedes Casares
Pta. CSI-F

«Son medidas peligrosas que animan al sector privado a aplicarlas»

te, indicó que la rebaja de los sueldos de los empleados públicos granadinos supondrá seis millones de euros, y unos cuarenta hasta final de año, para las arcas del Estado. Un 'tijeretazo' que se podría haber evitado si se aplicara un mayor control en el gasto público, eliminando los de tipo suntuoso y acabando con los cientos de asesores y puestos de libre designación y de confianza.

Manuela Martínez tras hacer un llamamiento a toda la ciudadanía a que participe en las movilizaciones convocadas, expresó su rechazo a la campaña mediática de desprestigio que se está desarrollando contra los empleados públicos.

Caler discrepa de Blanco y defiende la permanencia de las diputaciones

Dice que no hay administraciones que hagan «mejor economía de escala» y recuerda que están contempladas en la Constitución

:: IDEAL

GRANADA. Cuando compareció en el Congreso para anunciar los recortes, el ministro de Fomento dijo que él y sólo él asumía el coste político. Este domingo José Blanco abría un debate incómodo en una entrevista publicada en IDEAL, al plantear si tiene sentido la pervivencia de las diputaciones.

«Imagino que el planteamiento del ministro es en el sentido de mejorar los servicios a los ciudadanos», restó fuelle el presidente de la Diputación de Granada, Antonio Martínez Caler. «Las Diputaciones existen desde 1812 y siempre han sido cuestionadas. Como presidente tengo que decir que no existe ninguna administración que haga mejor la economía de escala que las propias diputaciones, baste preguntar a todos los municipios de nuestro país de menos de 20.000 habitantes. Sólo las diputaciones garantizamos que los servicios lleguen en igualdad de oportunidades y con la misma calidad a todos los municipios independientemente de dónde se encuentren y lo alejados que estén de una gran ciudad». Caler discrepa y busca argumentos de peso: «Hay una cosa que no admite discusión, para hablar de las diputaciones hay que hablar del artículo 141 de la Constitución Española».

El debate es general. El portavoz de Política Municipal del PP, Juan Manuel Moreno, explicó a Europa Press que ellos están de acuerdo con «todo lo que sea mejorar el ámbito de coordinación y suponga mayor ahorro y eficiencia». «Si hay que actualizarlas, sí, pero nunca eliminarlas. Habría que hacer un estudio riguroso de papel de cada una de las administraciones públicas para definir ámbitos competenciales», planteó. Así, aseguró que el Gobierno, y sobre todo el ministro de Fomento y número dos del PSOE, José Blanco, se está acostumbrando a sacar una «cortina de humo todos los fines de semana para no hablar de lo verdaderamente importante».

Blanco y Caler miran en direcciones opuestas. :: A. A.

Con matices

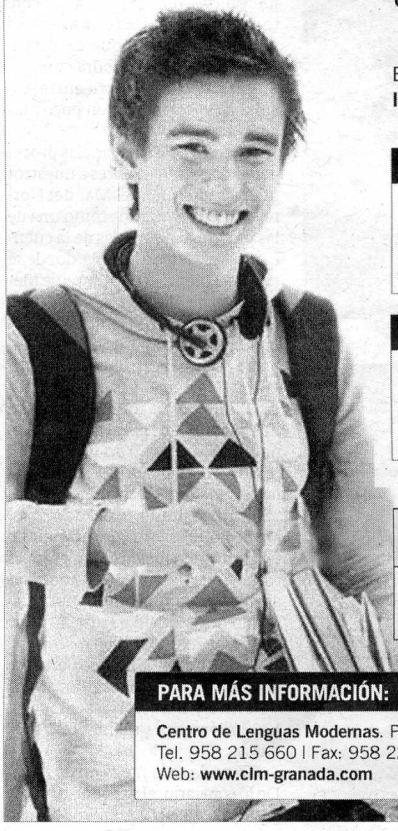
Por su parte, la secretaria de Organización del PSOE, Leire Pajín, dijo compartir la «reflexión» de Blanco sobre que las diputaciones provinciales deben estar afectadas también por la necesidad de eficiencia en el gasto, pero añadió que los socialistas no tienen en cartera ninguna propuesta formal en este sentido.

En rueda de prensa en la sede socialista de Ferraz, Pajín recalcó que lo que Blanco hizo fue una «reflexión» en el sentido de que, en este «momento de ajuste», los «gobiernos locales intermedios» deben participar también en el análisis de la «racionalidad y la eficacia» de los gastos públicos, dado que el Gobierno central, las comunidades autónomas y los ayuntamientos ya lo hacen.

La secretaria general del PP, María Dolores de Cospedal, defendió el papel de las diputaciones provinciales y recomendó a Blanco abordar una «racionalización de todo el sector público estatal» antes de hablar de suprimir órganos concretos como las diputaciones. En una rueda de prensa en la sede nacional del PP, De Cospedal respondía así a las declaraciones que ayer realizó el titular de Fomento y número dos del PSOE abriendo la puerta a una posible eliminación de las diputaciones.

Más información : Página 26

Centro de Lenguas Modernas
Universidad de Granada



CURSOS DE LENGUAS EXTRANJERAS
INTENSIVOS DE VERANO 2010

El Centro de Lenguas Modernas ofrece cursos intensivos y superintensivos de 40 horas a adultos y jóvenes (a partir de 14 años) en **INGLÉS, FRANCÉS, ALEMÁN, ITALIANO, ÁRABE, JAPONÉS, PORTUGUÉS Y RUSO** durante el verano de 2010

SUPERINTENSIVO DE JUNIO 2010 (4 horas/día)
- **Matrícula**: Del 1 al 15 de junio de 2010
- **Prueba de nivel**: 15 de junio de 2010
- **Duración del curso**: Del 17 al 30 de junio de 2010

INTENSIVO DE JULIO 2010 (2 horas/día)
- **Matrícula**: Del 1 de junio al 1 de julio de 2010
- **Prueba de nivel**: 1 de julio de 2010
- **Duración del curso**: Del 5 al 30 de julio de 2010

INTENSIVO DE AGOSTO 2010 (2 horas/día)
- **Matrícula**: Del 1 de julio al 2 de agosto de 2010
- **Prueba de nivel**: 2 de agosto de 2010
- **Duración del curso**: Del 3 al 31 de agosto de 2010*

* El 16 de agosto no habrá clase

SUPERINTENSIVO SEPTIEMBRE 2010 (4 horas/día)
- **Matrícula**: 2 de agosto al 1 de septiembre de 2010
- **Prueba de nivel**: 1 de septiembre de 2010
- **Duración del curso**: 2 al 16 de septiembre de 2010**

** El 15 de septiembre no habrá clase

PRECIOS	Pago a plazos	Pago único	Pago a plazos Alumnado UGR	Pago único Alumnado UGR
Superintensivos e Intensivos (40 horas)	320 € (2 plazos de 160 €)	304 €	304 € (2 plazos de 152 €)	289 €

- Mejora tus expectativas profesionales con una formación de calidad
- Viaja a tu destino Erasmus o de vacaciones con un nivel de lengua que te permita sacarle el máximo beneficio a tu estancia
- Prepárate para el Examen de Acreditación de Nivel B1 de Lengua Extranjera para el Máster de Profesorado de la UGR
- El Centro de Lenguas Modernas está acreditado por la UGR para impartir cursos convalidables por créditos de libre configuración

PARA MÁS INFORMACIÓN:
Centro de Lenguas Modernas. Placeta del Hospicio Viejo s/n. 18009. Granada
Tel. 958 215 660 | Fax: 958 220 844 | Correo e: infoclm@esperanto.ugr.es
Web: **www.clm-granada.com**

ugr Universidad de Granada
SGS SGS Instituto Cervantes Centro Acreditado

Un mes, 280.000 exámenes y mucho estrés

Existen muchos falsos mitos a la hora de estudiar que hace falta romper

ANDREA G. PARRA

Los estudiantes de la UGR comienzan el periodo de más ansiedad del curso. Las salas de estudio nocturno están abiertas en cinco centros

GRANADA. Lunes, ocho horas de estudio. Martes hacer el examen por la mañana y por la tarde dos horas para hincar los codos. Miércoles, nueve horas de estudio. Así será la agenda de miles de universitarios en las próximas semanas. Oficialmente el periodo de exámenes comienza en la Universidad de Granada (UGR) el día 12 de junio, pero en realidad en muchas facultades y escuelas están ya en plena evaluación. Se harán más de 280.000 exámenes (si se toma como media cinco pruebas por alumno –56.343–) en un mes. No es la última oportunidad porque está la convocatoria del mes de septiembre, sin embargo, ahora 'pesan' más los exámenes ya que es muy difícil de explicar en casa que después de nueve meses en Granada se vuelve a casa sin un sólo aprobado.

Los nervios están a flor de piel. Sólo hay que darse una vuelta por las salas de estudio de los centros universitarios. Están y estarán, en la mayoría de los casos, llenos. Las de día y las de noche. Las que abren por la noche, estos días amplían horario. La Facultad de Ciencias, la Escuela de Arquitectura Técnica y la Escuela de Ingenierías de Informática y de Telecomunicación abren hasta el día 9 de julio –fecha oficial en que finalizan los exámenes–, de ocho de la mañana a seis de la mañana del día siguiente, sábados y domingos incluidos, con dos horas de intervalo para limpieza.

En la Facultad de Derecho, desde ayer hasta el nueve de julio en horario de ocho de la mañana a seis de la mañana de día siguiente, sábados y domingos incluidos con dos horas de intervalo para limpieza.

La biblioteca Biosanitaria tiene este mismo horario hasta el próximo día nueve de junio.

Eso sí, con sólo ir a las salas de estudio no se aprueba. Si se va a 'ligar' y estar toda la noche en la calle fumando, no habrá milagros.

Por eso, desde el Gabinete Psicopedagógico, recuerdan que hay muchos falsos mitos en torno a la preparación de los exámenes, que ayudan poco a tener éxito académico. Algunos son: Se estudia mejor después de tomar café y/u otras bebidas estimulantes. Falso. Se estudia mejor en una postura relajada. Falso. Se estudia mejor con música. Falso. Los porros te ayudan a superar situaciones difíciles. Falso.

Guía psicopedagógica

Estos consejos y otros sobre hábitos de estudio y técnicas a la hora de estudiar se pueden consultar en la 'Guía Psicopedagógica para estudiantes y profesores universitarios en el Espacio Europeo de Educación Superior', editada por la Universidad granadina y elaborada por el personal del Gabinete Psicopedagógico. Este manual, pionero en el panorama universitario nacional, recuerda también que los exámenes y la evaluación cambiará. El próximo curso entran en vigor en la institución universitaria granadina los grados adaptados al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

Los universitarios que no hayan hecho los deberes aún –si el estudio, que ha de ser diario, no se realiza de forma organizada, lógica y sistemática, los contenidos no se podrán asimilar apropiadamente y se olvidarán con facilidad–, pueden aprobar alguna asignatura, pero....

En el Gabinete Psicopedagógico, en la guía, aconsejan la prelectura, la lectura comprensiva, anotaciones marginales, subrayado, resumen, esquema, mapas conceptuales, memorización y recuerdo –aportan pautas– y también recursos mnemotécnicos.

En esta línea, destacan que los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o memoria. Partiendo de esta premisa en la guía se relatan una serie de directrices para planificar y organizar eficazmente el tiempo: Es fundamental hacer un horario 'real' y cumplirlo. Algunos trucos para ahorrar tiempo pueden ser: llevar algo en la mochila para leer o tomar descansos sobre el estudio –cinco minutos–. Otro de los 'enemigos' de los universitarios es la procrastinación, que es lo mismo, que decir 'esto lo dejo para mañana'. La mejor estrategia para superarla es un compromiso firme con hacer mejor las cosas.

Las condiciones óptimas de estudio son otro eje fundamental. Cómo se estudia influyen notablemente en el aprendizaje y el rendimiento. Por eso, recomiendan que se estudie siempre en el mismo sitio, debe ser tranquilo y silencioso, perfectamente iluminado y con temperatura adecuada, entre otras condiciones.

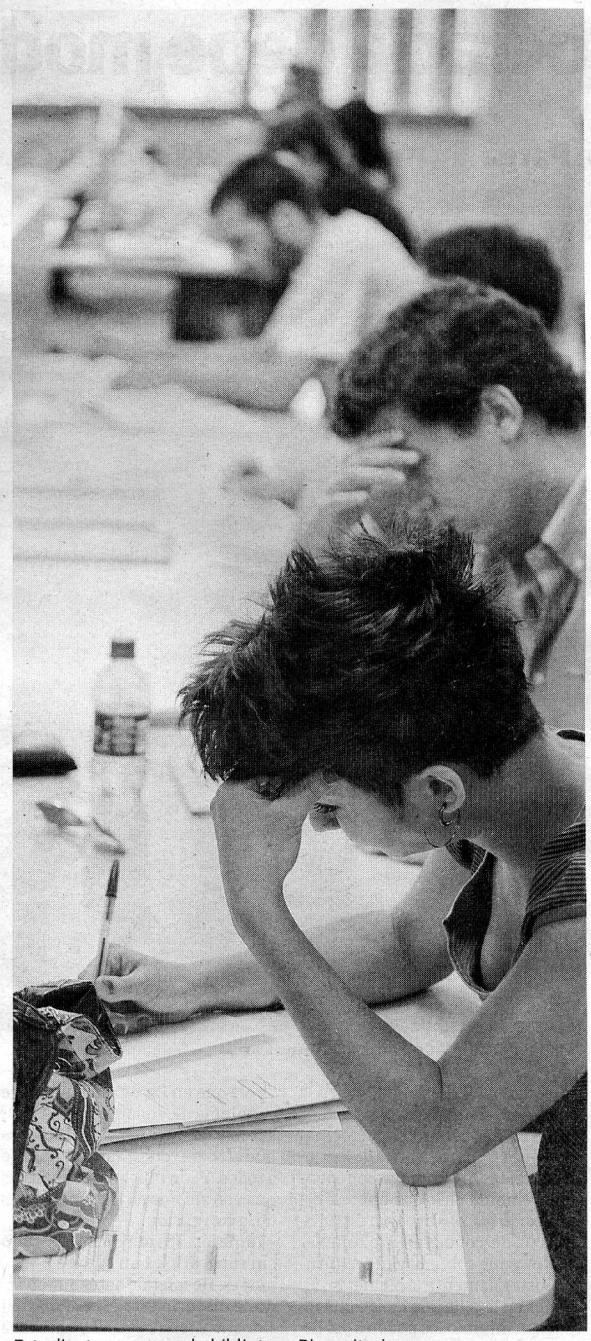
Si las técnicas son importantes, no lo es menos hacer frente al estrés y saber superarlo así como los nervios. Cuando el estrés se prolonga afecta al rendimiento académico. El manejo del estrés implica cuatro pasos que pasan por reconocer y comprender las señales de estrés, identificar y comprender las fuentes, aprender a manejarlas cuando son controlables y cuando no manejar la propia respuesta.

Pesadilla ante los orales

Ante el estrés hay que hacer todo lo que esté en la mano para acudir a clase con las tareas realizadas, hacer un plan de estudio que permita organizarse, entre otras cuestiones. La ansiedad y miedo a hablar en público es otro de los quebraderos de cabeza de algunos universitarios. Una pesadilla a la hora de hacer los exámenes orales, que ahora también trae de cabeza a más de un universitario. Unos consejos: No se puede olvidar, entre otras cosas, la respiración adecuada y relajar la tensión de los hombros.

La ansiedad ante los exámenes –escritos y orales– es otra fuente de conflictos. Produce reacciones físicas, emocionales, cognitivas y conductuales que pueden afectar en el rendimiento académico. Para reducir la ansiedad es necesario, entre otras cosas, poner metas de estudio y afrontarlas de una en una, practicar respiración abdominal y asignar el tiempo necesario al estudio.

El estrés, la falta de sueño y/o la mala alimentación son los peores compañeros de viaje en estas semanas para los universitarios. Con ellos el fracaso está casi garantizado. Por eso, es mejor 'tirarlos' a la basura y buscar y poner encima de la mesa de estudio las buenas técnicas y prácticas de estudio.



Estudiantes, ayer, en la biblioteca Biosanitaria. :: A. AGUILAR

ALGUNA RECOMENDACIÓN

▸ **Algunas pautas para elaborar el horario:** Fijarse un plan de estudio realista; estudiar a las mismas horas todos los días; aprovechar las horas libres entre clase; planificar periodos cortos de estudio (45 minutos); dejar horas libres para imprevistos; incluir tiempo para el descanso, el ocio o los deportes; dedicar tiempo a alimentarse y dormir adecuadamente y dejar un día libre a la semana para descansar, entre otras cuestiones.

▸ **Hábitos y técnicas de estudio:** Analizar bien cada asignatura en cuanto al volumen de trabajo que conlleva, dificultad...; establecer el orden de estudio de las asignaturas; es importante ser constante y desarrollar, entre otras técnicas, el subrayado, esquemas o ejercicios de compresión.

Recursos psicológicos y materiales

:: A. G. P.

GRANADA. Han hecho sus deberes. Han pedido ayuda antes de los exámenes. Son los universitarios que han recurrido este curso al Gabinete Psicopedagógico de la Universidad de Granada (UGR) y han participado en alguno de los talleres que se han ofertado. En total han sido 133 estudiantes. De ellos cincuenta han participado en los talleres de técnicas y hábitos de estudio.

Los profesionales del Gabinete Psicopedagógico han ayuda a diez estudiantes a relajarse en época de exámenes, a otros 31 a superar el miedo y la ansiedad a hablar en público y a otros once a trabajar en equipo. Y un nuevo taller este curso se ha centrado en cómo elaborar y presentar trabajos universitarios. Han participado dieciocho estudiantes.

A estas intervenciones se suman otras como el asesoramiento individual o las jornadas de acogida en centros por las que pasaron 2.373 universitarios. En los talleres limitan el número de estudiantes para poder trabajar y ser más efectivos. Grandes grupos no tendrían sentido. Este recurso está al alcance de todos los universitarios. Otros recursos, muy diferentes, y a los que están acudiendo los estudiantes estos días son las plataformas de apuntes y de exámenes. En algunos centros se puede consultar este tipo de material, que en ocasiones elaboran los propios universitarios.

Presentan una prótesis para el oído apta para menores

PEDIATRÍA

:: **EFE.** El especialista Jorge Eduardo Almiro, del Hospital Militar central de Bogotá, ha presentado en Pamplona una audioprótesis invisible apta para menores. La presentación se ha realizado en el X Congreso Europeo de Otorrinolaringología Pediátrica, al que asisten 900 especialistas de 60 países, y en ella Almiro explicó los resultados obtenidos.

Se trata de un dispositivo que, según dijo, se ha implantado ya en 34 pacientes, cinco de ellos niños entre 10 y 14 años, que resulta invisible pues se coloca detrás del oído por debajo de la piel.

Dotado con un sistema de programación compuesto por un software de adaptación y diagnóstico, un control remoto y una batería de 15 años de duración, los sonidos se recogen a través de un micrófono de alta sensibilidad, se amplifican según las necesidades y se convierten en señal eléctrica. Esta señal se envía después a través de un cable al transductor, cuyo extremo se encuentra en el oído medio, y éste las convierte en un movimiento mecánico que estimula los huesecillos del tímpano del oído y permite así que la persona que lo lleva perciba el sonido.

Es el propio usuario el que puede encender y apagar el sistema en función de sus necesidades.

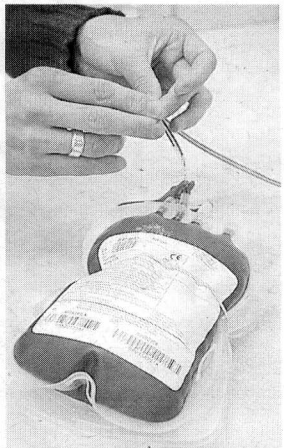
Un congreso debate las novedades en hemoterapia y bancos de sangre

TERAPIA CELULAR

:: **EFE.** Más de medio millar de especialistas debatirán a partir del próximo jueves en Valladolid sobre hemoterapia, bancos de sangre y los avances en terapia celular, dentro del XXI Congreso nacional de transfusión sanguínea y terapia celular. Organizado por la sociedad española en esta especialidad (STES), los expertos abordarán los últimos avances en transfusión sanguínea y terapia celular, en un momento en el que la red de bancos de sangre en España ha sufrido un enorme impulso.

Los profesionales de este sector demandan una mayor especialización y formación por lo que este foro permite estrechar lazos entre la comunidad médico-científica, debatir sobre sus problemas y promocionar los avances en este campo.

El Congreso, que podrá seguirse en directo a través de la página web sets.es, se inaugurará con una conferencia del Premio Príncipe de Asturias y codirector del yacimiento burgalés de Atapuerca José María Bermúdez de Castro, quien disertará sobre la evolución humana en Europa. Además, el ex director del servicio nacional escocés de transfusión, el doctor Brian McClelland, ofrecerá una lección magistral sobre el óptimo uso de la sangre.



Bolsa de sangre. :: IDEAL

Científicos de la UGR constatan los beneficios del aceite de oliva como terapia antienvejecimiento

Los resultados han sido publicados en la revista 'Mechanism in Ageing and Development'

:: IDEAL

GRANADA. Científicos de la Universidad de Granada (UGR) junto con especialistas del Complejo Hospitalario de Jaén, el Instituto de Bioquímica de la Universidad de La Marche, en Italia, y de la Universidad de Lleida han demostrado los efectos beneficiosos del aceite de oliva virgen contra el envejecimiento frente a otras fuentes grasas.

Estos resultados, publicados en la revista 'Mechanisms in Ageing and Development', demuestran que ratas alimentadas con este tipo de grasa viven más tiempo que otras cuya dieta está basada en aceite de girasol, según informó ayer en un comunicado Andalucía Innova.

Los investigadores granadinos trabajan para establecer los posibles mecanismos moleculares a través de los cuales el aceite de oliva virgen por sí solo, así como la suplementación con coenzima Q, un compuesto antioxidante, ejerce sus influencias en los signos propios del envejecimiento, que provocan cambios en la estructura y las funciones de las células.

Así, los expertos estudian cómo afecta la grasa ingerida a las células, porque si hay una relación negativa entre ambos factores (tipo de grasa y funcionamiento celular), modificando la dieta «también se pueden atenuar ciertos procesos». En concreto, la investigación se centra en ver cómo afecta el aceite de oliva a las mitocondrias, un orgánulo del interior de la célula que se encarga de producir energía. Estudian los efectos de la grasa sobre tres niveles: el estrés oxidativo, la funcionalidad del orgánulo y su estructura. «La dieta basada en aceite de oliva hace que durante la vejez se acumulen menos daños en estos tres niveles», asegura el responsable de la investigación, José Luis Quiles.

También participan especialistas jienenses y de las universidades de Lleida y La Marche

El aceite de oliva protege del envejecimiento a las células. :: EFE

El estrés oxidativo hace referencia al proceso por el que las células generan cantidades de compuestos llamados radicales libres. Estos se generan de forma natural por el organismo pero, en exceso, resultan perjudiciales. Se trata de unos agentes que se crean en la producción energética que tiene lugar en el interior de las células. En este proceso de combustión de grasa, se liberan los radicales libres y actúan como antorchas en relación con los tejidos del cuerpo, pues queman todo lo que tocan». El aceite de oliva reduce el estrés oxidativo, es decir, la generación de radicales libres y, por tanto, hace que los tejidos envejezcan de forma más lenta», asevera Quiles.

En cuanto a la funcionalidad de la mitocondria, han comprobado que el estrés oxidativo daña la capacidad de este orgánulo para producir energía, además de alterar su apariencia. «Al envejecer, se hinchan y pierden la impermeabilidad que permite mantener el equilibrio electroquímico entre el interior y el exterior de la célula», explica Quiles.

Diferentes dietas

Para sustentar estas conclusiones, los expertos han alimentado a ratas con dietas que difieren en su fuente grasa (aceite de oliva virgen, girasol o pescado y/o la suplementación con coenzima Q) durante toda su vida.

Los análisis apuntan que si el animal ingiere de forma mayoritaria una grasa durante toda la vida, la composición de las membranas de sus células refleja esa grasa ingerida. Así, el aceite de oliva virgen genera unas condiciones de salud a nivel mitocondrial y de estrés oxidativo que favorecen la aparición más tardía del fenotipo del envejecimiento, cuando se compara con individuos que han ingerido otras grasas como el aceite de girasol. Para demostrarlo, los investigadores han elaborado las denominadas curvas de supervivencia. En estos ensayos, los roedores que sólo ingieren aceite de oliva viven más tiempo que el resto.

Asimismo, si se suplementa la dieta basada en aceite de girasol con coenzima Q, se obtienen los mismos beneficios que con el aceite de oliva. No obstante, suplementar este último tipo de aceite con coenzima Q no mejora su acción beneficiosa, según los investigadores. Esto demuestra los frágiles equilibrios que se producen a nivel celular.

Estrategias

«Los experimentos revelan que no es necesario suplementar la dieta de aceite de oliva virgen con coenzima Q si se toma una alimentación variada y basada en aceite de oliva virgen, porque no sólo no aumentamos el efecto, sino que podríamos romper el equilibrio de la célula y puede ser contraproducente», avisa Quiles.

Los expertos exploran ahora la denominada nutrigenómica, es decir, la relación de la dieta con la expresión de los genes. El siguiente paso es encontrar estrategias para asociar unos determinados genes al origen de la muerte de las ratas. En este sentido, no sólo comprobarán que las ratas alimentadas con aceite de oliva virgen viven más tiempo, sino que asociarán la muerte del animal con una causa.