

EMAKUME ETA ESKUBIDEAK

ÓRGANO DE EXPRESIÓN DE LA ASOCIACIÓN EMAKU - EMAKUME ETA ESKUBIDEAK

Ahora EMAKU también en Internet www.emaku.es



LA UE FIJARÁ CUOTAS PARA LOGRAR LA PRESENCIA FEMENINA EN LA DIRECCIÓN DE LAS EMPRESAS

- CRECE LA CIFRA DE HOMBRES QUE CONCILIAN EN EUSKADI, AUNQUE APENAS SUMAN EL 7% DEL TOTAL.....19
- EL 12,5% DE LAS MUJERES VASCAS RECONOCE HABER SUFRIDO VIOLENCIA DE GÉNERO Y EL 29,6% HA SIDO VÍCTIMA DE MICROMACHISMOS..... 30
- LEPOKO ZARTADA, EMIDEMIA MODERNOA.....40



LAS NUEVAS FAMILIAS REPRODUCEN LOS PATRONES DE DESIGUALDAD



LA CRISIS CONVIERTE A LAS MUJERES EN EMPRENDEDORAS



LOEZINA: GAURIK GABEKO EGUNAKUSKERA

Esta revista ya la puedes leer y descargar en pdf. en internet: www.emaku.es

Revista editada, en colaboración, por las asociaciones:

EMAKU
ADDH

EDITORIAL

Los estereotipos sexistas continúan vigentes en nuestra sociedad, tanto en la publicidad como en la vida cotidiana. Esta es la principal conclusión de un estudio elaborado por la Universidad de Deusto y Emakunde, que deja patente que las nuevas familias vascas están reproduciendo los mismos patrones de desigualdad entre hombres y mujeres en el trabajo doméstico. Aunque la sociedad vasca ha avanzado en sus herramientas contra la desigualdad, con leyes e inversiones destinadas a desterrar las diferencias entre mujeres y hombres, en el día a día, se vive el espejismo de la igualdad, una realidad en la que se continúan reproduciendo los estereotipos sexistas y situaciones que se pueden encontrar en la antesala del maltrato. Las distintas encuestas nos indican que los jóvenes vascos no perciben esa otra realidad, lo que les impide apreciar las señales de desigualdad.

También seguimos sin conseguir que las mujeres puedan ascender a lo más alto en los órganos de administración y dirección de las grandes empresas. Según el último informe sobre este tema, presentado por la Comisión Europea, los avances durante el último año han sido más bien escasos y débiles, tanto que la vicepresidenta y comisaria de justicia, Viviane Reding, ha anunciado el lanzamiento de una consulta pública que evaluará la posibilidad de introducir por ley en la Unión Europea cuotas femeninas en los consejos de administración.

Fernando Pedro Pérez
(Director)

Director: Fernando Pedro Pérez.
Directora-Adjunta: Felisa Sánchez.
Redactora jefe: Nagore Elgeta Sasiain.
Redactores: Ane Barrenetxea, Begoña Bilbao, Nekane Bolinaga, Miren Loizaga, Nerea Gorriti, Beatriz Alza.
Fuente: Agencias de noticias y prensa diaria.
Diseño gráfico: Elena Carriedo.
Depósito legal: BI-1173-03

Edita:
EMAKUME ETA ESKUBIDEAK - ADDH
C/ Tximelarre Goikoa, 27 - 2º dcha.
48960 - GALDAKAO
C/ Hermógenes Rojo, 8 - 2º izda.
48013 - BILBAO. Tirada: 2.000 ejemplares
Tel: 94 475 28 83 - 94 490 34 04
web: www.emaku.es

EMAKUME ETA ESKUBIDEAK
ASOCIACIÓN PARA LA DEFENSA DE LA DIGNIDAD HUMANA

Nº 36 - Ekaina-Junio 2012

SUMARIO

Muskiz rinde homenaje a sus mujeres.....3	El optimismo es bueno para el corazón.....25
Ondarroa visibiliza en un recorrido los lugares más emblemáticos de la actividad femenina.....4	Pausoa nolakoa, bame-zola halakoa.....26
Ocho asociaciones de mujeres de Sestao elaboran un mural en favor de la igualdad...6	Once mujeres denuncian cada día en Euskadi.....28
Consuelo Cubilleo, minera de Galdames, cumple 100 años.....7	El 12% de las mujeres vascas reconoce haber sufrido violencia de género.....30
Las mujeres de Sopuerta distinguen a la presidenta de las Juntas y a Enkartur.8	Caridad de los Ángeles, primera víctima de la violencia de género en Euskadi en 2012...33
Galdakao saca a las mujeres a escena.....9	"Mi ex me tiene sentenciada a muerte".....34
Emilia Cortés: "Nuestro fin es hablar con el hombre ara lograr la igualdad".....13	Tercera edad, la gran bolsa oculta del maltrato machista.....36
Loezina: Gaurik gabeko egunakuskera.....14	Almudena Grandes mezcla el horror y la aventura en su novela.....37
32.000 amas de casa buscan trabajo en Euskadi.....16	Almudena de Arteaga novela la relación que tuvo Goya con tres duquesas.....38
Beatriz García, Jueza de los social: "La reforma laboral es un decreto empresarial que no va a crear empleo".....17	Clara Sánchez presenta su libro "Entra en mi vida".....39
Crece el número de hombres que concilian en Euskadi, aunque son el 7% del total.....18	
empleadas de hogar crean cooperativas de ayuda domiciliaria.....20	



La crisis económica convierte a las mujeres en emprendedoras.....21

Un estudio de Emakunde señala que las nuevas familias reproducen los patrones de desigualdad.....22

Isabel Etxebarria logra la segunda mejor nota de España en el examen del MIR.....23

La comisión europea podría fijar cuotas para garantizar la presencia femenina en los consejos de administración de las grandes empresas.....24



Inés Lezama: "Para prevenir la desnutrición hay que trabajar con las mujeres".39

Lepoko zartada, epidemia modernoa.....40

Maia Echandy: "Sarako biltzarra idazle guztiena izan da hasieratik".....42

Lucía Laborda: "Alimentarse bien es fundamental en salud, pero mucho más en la enfermedad".....44

Las mujeres afganas no podrán salir solas a la calle.....45

La igualdad, asignatura pendiente en Irak.....46

Una menor se suicida en Marruecos tras ser obligada a casarse con su violador....48

Una joven violada se convierte en icono contra la corrupción en Ucrania.....49

Asma Lamrabet: "Es el momento ideal para el feminismo islámico".....50



MUSKIZ RINDE HOMENAJE A SUS MUJERES

El Meatzari Aretoa de la localidad proyectó un documental el Día Internacional de la Mujer con el testimonio de 38 vecinas.



No son famosas que encandilen con sus opeles, ni heroínas que persigan liberar al mundo de todos los males. Son simplemente mujeres, de Muskiz, imprescindibles para entender el otro punto de vista, el femenino, de la historia de este pequeño municipio de Bizkaia que decidió tributarles un sentido homenaje en el Día Internacional de la Mujer.

Y lo hacen escuchando, recogiendo y difundiendo el testimonio de 38 mujeres de entre 70 y 95 años en un emotivo documental de apenas 30 minutos, titulado Nosotras contamos... la historia de Muskiz, que pretende visibilizar sus vivencias, sus experiencias... En definitiva, su visión de un tiempo pasado del que hablan sin rencor a pesar de que tuvieron que luchar desde muy jóvenes.

Hijas en su mayoría de familias extensas, tener solo tres hijos era casi una rareza, las más jóvenes de las protagonistas del vídeo que se proyectó en el salón del Meatzari Aretoa llegaron al mundo tras el final de la Guerra Civil, la época del racionamiento, de la reconstrucción y de la humillación frente al vencedor. "A mi madre no la dieron ni un céntimo del dinero que llegaba al Ayuntamiento de mi padre que estaba trabajando en un pelotón de presos", señala con convicción una de las amamas.

"Entonces había aquí muchos socialistas, comunistas y anarquistas, más que nacionalistas, y a nosotros no nos daban ni del auxilio social porque éramos hijos de comunistas", relata otra veterana.

Este de la guerra es sin duda un episodio que las marcó profundamente a todas ellas -algunas tuvieron que ir de niñas refugiadas a Inglaterra o Francia-



pero la dureza de la vida para estas mujeres no acabó con el fin de las bombas que les hicieron esconderse en túneles y minas de la zona.

A la falta de recursos económicos se unía la necesidad de seguir para adelante como fuera por lo que no todas pudieron ir a la escuela tanto tiempo como hubieran querido. Había hermanos que cuidar, tierras que labrar y ganado que atender, y además ayudar en las faenas domésticas echando una mano a la madre.

Una de esas ocupaciones que conocieron de jóvenes y de mujeres adultas era lavar la ropa de los obreros en los distin-

tos lavaderos que existían en el municipio. "Los lavaderos eran como la televisión de hoy día. Allí te enterabas de las noticias. Oye ya sabes que han subido el sueldo en la Babcock. ¡Jo! Pues mi marido trabaja en la General y allí no suben nada", recuerda otra contertulia. Sin embargo, al echar la vista atrás, estas testigos vivos del pasado reciente de Muskiz no olvidan que a pesar de todo ellas también fueron niñas y repasan en el documental sus juegos y entretenimientos, la mayoría de ellos desaparecidos de la faz de la infancia.

"Jugábamos al corro de las patatas, a las tabas, a los alfileres, a tres navíos en el mar (una especie de juego de escondite), a la cuerda y a los cacharritos. Cogíamos los platos que tiraban los bares y las tazas, y con ellos jugábamos entre los árboles de la zona del castillo de Muñatones" apunta otra animosa muskiztarra de adopción, ya que reconoce que nació en Galdames.

A su lado, otra mujer se sincera y reconoce que se le iban los ojos detrás de las muñecas de las niñas. "Yo no tuve nunca una muñeca".

El paso por la escuela, el primer novio, "decían que era pecado y cuando te daban el primer beso parecía que todos los voltios de Iberduero se habían revuelto", los primeros trabajos fuera de casa como niñeras o sirvientas en Bilbao son expresados con naturalidad por estas mujeres a las que el área de Igualdad quiso compensar por "el escape o nulo protagonismo que se ha dado a sus continuas aportaciones. Se trata, en definitiva, de reivindicar el papel de la mujer y denunciar la aparente invisibilidad de sus actos". Actos que contribuyeron y siguen contribuyendo a la historia de Muskiz.



ONDARROA VISIBILIZA EN UN RECORRIDO LOS LUGARES MÁS EMBLEMÁTICOS DE LA ACTIVIDAD FEMENINA

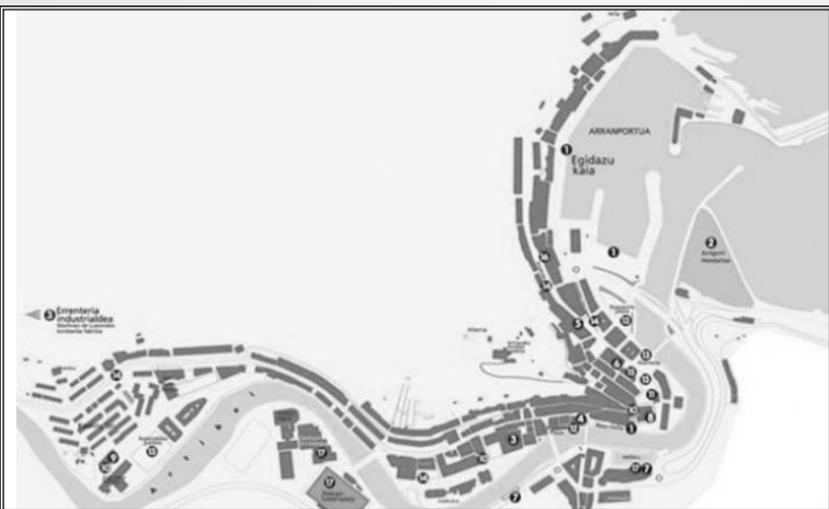
El recorrido realizado se recoge de manera gráfica en el mapa elaborado en el trabajo Emakumeen eta mugimendu feministaren oroimena Ondarroan euren aztarnen bitartez, elaborado por Zaida Fernández con la inestimable colaboración de decenas de mujeres que con su testimonio descubrieron para las generaciones venideras los avatares sufridos por las mujeres de la villa costera y los rincones en los que se vivieron.

Muchas de ellas participaron en la visita guiada, en la que enriquecieron con sus propias experiencias las explicaciones dadas por la autora del trabajo en cada uno de los puntos de referencia donde las mujeres han dejado su huella -ya antes habían desgranado sus vivencias en una charla previa que duró tres horas pero que se hizo corta a la vista de sus interesantes relatos-. En plaza Berdura se recordó el protagonismo de la mujer en las labores de casa y junto a la conservera Ortiz se rememoraron las jornadas laborales en las que las trabajadoras "cantaban canciones que se inventaban mientras desarrollaban su trabajo, para hacerlo más ameno".

Los murales y monumentos que enaltecen la labor de la mujer salpican las calles de Ondarroa, tratando de hacer visible su repercusión en la vida social y laboral del municipio. "Hemos visto a padres y madres que explican a sus hijos e hijas lo que significan y solo eso les da valor", reconocían. Para reforzar



ese objetivo, las representantes municipales que participaron en la salida anunciaron que la Comisión de Igualdad estudia dar el nombre de mujeres a algunas calles o plazas de la localidad, que mayoritariamente llevan nombres masculinos. "La plaza situada entre las escuelas de Celedonio y la ría podría ser una de ellas", sugirieron.



Siguiendo las huellas, la comitiva -que no pudo visitar todos los puntos recogidos en el mapa, dado que esto hubiera supuesto una visita excesivamente prolongada- llegó hasta el club de remo, donde los avances logrados por las mujeres en el mundo del deporte fueron ensalzados a la vez que se criticó la "menor sensibilidad que aún hay hacia las mujeres, ya que hace unos años se quiso hacer una regata en la ría con motivo del Zapato Azul y no se pusieron más que pegats para hacerlo", clamaron algunas de las participantes en la visita. Contiguo al club de remo se encuentra el actual Gaztetxe, donde las chicas actúan en igualdad tal vez ajenas a la lucha que otras tuvieron que librar para poner en marcha el local primigenio en Zaldubide. El recorrido finalizó, como no podía ser de otra manera, al llegar al puerto. Allí, durante muchísimos años, las mujeres realizaron, y lo siguen haciendo, duros y fundamentales trabajos que casi nunca se han valorado como la también sacrificada labor de los arrantzales, siempre más reconocida. Sin embargo, Maite ejerció en ambos bandos. "Trabajaba de redera pero también fui con mi padre de pesca muchas veces. Cuando estaba ya para casarme, mi marido no me dejaba que fuera", recordó, para añadir que "si hubiera cobrado por todo lo que hacía, sería millonaria". Estas visitas se repetirán más adelante, y en cada curso, con los estudiantes de sexto de primaria de la localidad, que tendrán la posibilidad de "rescatar la historia que no está en la



Raquel Aspiazu.

historia escuchando el susurro de las mujeres".

ACTIVIDAD FEMINISTA

Rakel Aspiazu es militante feminista desde finales de los 70, ahora dentro de la asociación Uxu, pero entonces en Ondarroako Emakumeen Taldea. "Tomamos conciencia feminista en unas jornadas en Leioa y nos apoderamos del espacio público en Ondarroa, con manifestaciones, obras de teatro... Fuimos muy criticadas pero también hubo gente que vino a pedirnos ayuda y creamos relaciones firmes entre las mujeres", relata. La elaboración del Plan Familiar y el Centro de Educación Sexual en locales de Iparkale fueron un importante hito. A finales de los 90 se creó el primer Gaztetxe de la villa, donde también colaboró Rakel. "El primero estuvo en Astilleru y las chicas tomaron la responsabilidad del bar, organizaron charlas y conciertos..."

TRABAJADORAS DE CONSERVEMERAS

Idoia Etxebarria desarrolló su labor durante años en una fábrica de conservas, con efectividad aunque sin la misma remuneración que los hombres. "Las mujeres, que éramos el 98%, estábamos consideradas como auxiliares, el escalafón más bajo, mientras que los hombres



Antigua Urbieta.

CAMINANDO HACIA LA IGUALDAD



Amaia Diz.

entraban ya como peones y hijos. Al reclamar nos decían que no éramos hombres", recuerda. Las injustas condiciones laborales la empujaron a presentarse como representante sindical, donde exigió el cumplimiento del convenio, con reivindicaciones como la remuneración en caso de enfermedad o cobrar más en festivos que, ante su incumplimiento, les llevaron a la huelga. Los pactos entre sindicatos debilitaron la lucha. Tras abandonar su cargo de representante sindical fue despedida.

REDERAS Y EMPACADORAS

Amaia Diz es integrante de la asociación de empacadoras del puerto de Ondarroa, donde desarrolla su labor. "Pesamos y clasificamos los pescados. Manejamos mucho peso, aunque menos mal que ahora las cajas son más pequeñas que antes", se felicita. Aun así, la humedad y las posturas forzadas originan lesiones de articulaciones. "Ahora hay menos trabajo y con las paradas biológicas éramos las únicas nos quedábamos sin subvención. Creamos una plataforma sindical y reclamamos nuestros derechos. En la siguiente parada nos pagaron la seguridad social de mes y medio, como si fuera un favor".

CONCILIACIÓN LABORAL Y FAMILIAR

Antigua Urbieta ya descabezaba anchos a los 6 años y a los 12 tuvo que dejar sus estudios para cuidar a varios niños en una casa. "Siempre tuve inquietud por la lectura y, primero en casa de una amiga veraneante y después cuidando niños, tuve oportunidad para desarrollar esa afición. De hecho, a los 13 años volví a la escuela a hacer el último curso mientras trabajaba de cuidadora". Esposa de arrantzale, llevó las riendas de su hogar y crió a sus cuatro hijos a quienes llevaba a lugares como las playas de Arrigorri y Saturrarán, y las plazas de Itsasaurre y la Alameda.

REPRESENTANTES MUNICIPALES

Argia Ituarte es la primera mujer en llegar a la Alcaldía de Ondarroa. Antes que ella hubo otras que trataron de dar el salto a la vida política municipal, como Julia Amilibia en tiempos de la República, y otras que sí lo han logrado. Para Ituarte, su nombramiento "se tomó con naturalidad, aunque no es algo que haya ocurrido de por sí, sino gracias a una larga lucha de muchos años". Los locales municipales de Cofradía Vieja, Guzurrutxe y el mismo ayuntamiento han acogido numerosas actividades encaminadas a lograr la igualdad.



Argia Ituarte.

OCHO ASOCIACIONES DE MUJERES DE SESTAO ELABORAN UN MURAL EN FAVOR DEL A IGUALDAD

Conchi es una joven gitana de Sestao que al igual que muchas mujeres de su etnia intenta abrirse un camino hacia la igualdad en una cultura de claro predominio patriarcal, donde las normas, usos y costumbres relegan a su género a un papel secundario, semioculto a los ojos de la sociedad.

Ella, sin embargo, es una de las decenas de mujeres gitanas que han dado el paso adelante para cambiar esa situación a través de la Fundación del Secretariado de Acción Gitano en Sestao donde reciben un claro apoyo hacia el empoderamiento a través de un amplio programa que incide, sobre todo, en la formación como instrumento fundamental.

"Estamos muy contentas porque a través del secretariado estamos ganando en libertad. Salimos más, aprendemos más y eso nos hace estar mejor", viene a señalar con timidez la joven. "La mujer gitana sufre aún hoy una doble problemática, por ser mujer y por ser gitana, lo que hace que aún esté peor que la mujer que no es gitana", acierta a definir Carmen Pinedo, coordinadora de la fundación en Sestao.

Una fundación que busca que a través del diálogo, la reflexión, el esfuerzo y una creciente participación en la sociedad, aporte nuevos significados a la identidad gitana, convirtiendo a sus integrantes en referente para otras personas de su comunidad y transmisores de todo lo que van aprendiendo a las generaciones que vienen detrás.

"Ellas aún tiene que luchar un poquito más que nosotras, pero están saliendo mujeres muy valientes, que están rompiendo muchos moldes en la lucha por la igualdad y hay muchos hombres gitanos que lo van entendiendo, lo que supone dar pasos importantes", añade Pinedo, quien ejemplifica estos avances en la conquista de nuevos espacios al margen del hogar o la formación integral, incluida la búsqueda de salidas al mundo laboral.

No obstante, aún hay problemáticas, como la juventud en la que la mujer gitana llega a la maternidad, y que supone un freno al desarrollo formativo que no se da en otro tipo de sociedades. "Ha habido recientemente una racha en la que se han producido matrimonios muy jóvenes pero también es cierto que ahora ese hecho de que se casen y tengan hijos no está impidiendo que, una vez que escolarizan a sus hijos o encuentren ayuda en sus compañeros, retomen la formación".

'Romí Sinalo'

Una apuesta formativa integral que se nuclea desde hace tres años en torno al programa Romí Sinalo (Somos Mujeres), que ofrece a las mujeres gitanas -en grupos de 10 personas que van rotando a lo largo del año- apoyo para abordar diversos temas. Así, en la programación del grupo se incluyen temas de la educación para la salud, donde se abordan desde los hábitos de alimentación saludables, pasando por la educación sexual, el ocio y tiempo libre, con talleres de manualidades o reciclaje, hasta clases para conocer mejor la cultura más cercana -la vasca- e incluso otras culturas cuya presencia es notoria en la localidad



fabril.

Una presencia que también estuvo representada el domingo 11 de marzo en la plaza del Kasko a través de la Asociación de Mujeres Inmigrantes de Sestao Amises, que al igual que otras seis asociaciones culturales y de mujeres participaron en la jornada de clausura de los actos de celebración del 8 de marzo llevada a cabo en este espacio sestaoarra.

Amises, de reciente creación,

tiene por objetivo promocionar la integración cultural, social y laboral de las mujeres inmigrantes, facilitando su desarrollo personal, al tiempo que promueve el intercambio cultural y favorece el respeto, la sensibilización y la igualdad de género, leit motiv de la jornada dominical.

Una jornada en la que cientos de personas de ambos géneros, de diferentes razas y de diferentes opciones y sensibilidades políticas hicieron piña en favor de la ruptura de las barreras psicológicas, sociales y económicas que atenazan a la mujer del siglo XXI, que lucha activamente por conquistar el empoderamiento y la igualdad de trato.

"Ha sido una jornada exitosa en la que cabe destacar la amplia participación de los vecinos y vecinas de Sestao", se felicitaba el alcalde de la localidad, Josu Bergara, quien destacó que esta jornada de clausura es un homenaje a todas aquellas mujeres sestaoarras que "sufren la desigualdad de cualquier modo, por lo cual es una prioridad corregirlo para que ninguna mujer de nuestro municipio la sufra por ningún motivo".

Una valoración que Josu Bergara hacía tras dar los últimos brochazos en el mural participativo Construyendo Igualdad, cuya elaboración culminó la jornada y que fue expuesto de manera permanente. "Hemos conjugado en esta jornada la participación del Foro por la Igualdad de Sestao con un mural participativo en el que tanto personas del foro como a título individual 'pudiera plasmar una idea, crear una imagen en favor de la igualdad", incidía Begoña Zugadi, técnica de Igualdad.

MUJERES QUE MANEJAN LOS HILOS

Las encajeras de la asociación Mirabueno exponen sus creaciones con los bolillos en la Casa Torre de Santurtzi

El tintineo de los bolillos al pasar el hilo solo se camufla por el sonido de sus conversaciones. Así pasan las tardes, dos a la semana, el grupo de doce mujeres santurtziarras que forman los talleres de manualidades de la asociación Mirabueno, donde una de sus especialidades son los bolillos. Pero estas mujeres, todas jubiladas, aunque ejerciendo en el mercado "como abuelas", no le tienen miedo a ninguna disciplina artística y lo mismo tejen un pañuelo para transportar las arras de una futura boda, que bucean en internet para captar las últimas tendencias en el reciclaje de objetos para transformarlos en collares. "Antes no teníamos tiempo para hacer nada y no lo hacíamos. Pero ahora no paramos", explican divertidas.

Sus casas son sus talleres, y sus maridos los mejores transportistas porque "nos ayudan siempre a llevar una cosa de un lugar a otro". Pero la mano de obra la ponen ellas, solo ellas. Cuadros, tapices, jerseys de ganchillo, canastillos para los bebés, pulseras, anillos... Paki Pérez, Encarni Cuenca, María del Pilar Solla, Delfina de Diego y Paz Moreno se reunieron el lunes 5 de marzo para dar cuenta de su arte. Las cinco son solo una pequeña representación del grupo que conforman desde hace doce años, y la semana del 12 al 18 de marzo estuvieron presentes en la Casa Torre de la localidad marinera con una exposición en la que mostraron algunos de los trabajos que han realizado en los últimos siete años. "Son auténticas obras de arte que no se pueden dejar de ver", resaltaba Idoia Vizcaino, concejal de Turismo y Comercio de Santurtzi, mientras observaba la destreza de las mujeres en la tarea de los bolillos.

Son muy versátiles y todas se dejan enseñar con las demostraciones de nuevas tendencias. Y es que no solo mueven los bolillos -algunos de ellos fabricados también por sus esposos- sino que indagan sobre las nuevas



técnicas de algo que ahora está muy de moda, el hand made, hacerlo uno mismo. "Nos movemos mucho, vemos cosas nuevas y, sobre todo, pensamos mucho a la hora de crear cosas diferentes", explican.

Una de sus mayores fuentes de inspiración es internet. "Es impresionante todo lo que se puede hacer ahora", dicen señalando varios collares. "Yo me meto en Youtube y veo cómo lo hacen, aprendo y después les enseño a mis compañeras", cuenta una de ellas, que enfoca más su trabajo hacia la bisutería y los abalorios.

Punto de cruz, el Guernica en 3D e incluso ropa elaborada a ganchillo por amama, una mujer de más de 85 años que acude a todos los viajes con la asociación, formaron parte de la muestra.

Reciclaje

En sus casas, aseguran, ya no entran más obras de arte con firma femenina así que cada vez que se acerca la fecha de un cumpleaños tiran de su stock. "Muchas cosas regalamos, yo les he hecho a mis nietas pañuelos para sus bodas y tienen solo 16 años", apunta otra de ellas con el pañuelo morado al cuello. "Aunque también hay alguna vez que vendemos cosas, pero muy pocas".

Lo que sí les gusta hacer a las encajeras de Mirabueno es reciclar. Y para ello utilizan todo tipo de productos usados en sus creaciones. Lo más destacado, los cedés que se convierten en elegantes, prácticos y originales posavasos o las ya conocidas pulseras elaboradas con las chapas de las latas.

Una comida reunió a las doce 12 manitas para celebrar el día de la mujer trabajadora. "Nos gusta celebrarlo todas juntas", indican. Después, los bolillos continuarán tintineando mientras ellas manejan los hilos.



CONSUELO CUBILLEDO, MINERA DE GALDAMES, SOPLA LAS CIEN VELAS DERROCHANDO SALUD Y VITALIDAD

Consuelo Cubilledo es una mujer dura, forjada en las minas de Galdames, donde trabajó durante cuatro años limpiando mineral de hierro. Este es un material que ha marcado su vida y que también puede definir la salud de esta mujer que el lunes 15 de abril cumplió su centenario, cien años que solo quedan reflejados en su DNI, ya que su aspecto y su discurso hacen pensar que tiene unos cuantos años menos. La realidad dice que nació un 15 de abril de 1912 en Galdames, concretamente en el barrio de Virular en el seno de una familia de tradición minera. *"Desde pequeña tuve que trabajar mucho, me iba al campo a cuidar las ovejas solo con un cacho de pan y otro de tocino, con eso tenía para todo el día"*, asegura con energía. A Consuelo le ha tocado vivir tiempos muy duros y siempre se ha tenido que adaptar a las condiciones adversas. Abandonó su Galdames natal a 18 años, cuando se casó con su marido José López y se trasladó a la calle Labayru de Bilbao. Allí nacieron sus cuatro hijos: Rosa, Lucía Luxemburgo, Marcel y María Begoña. Consuelo se dedicaba a cuidar a sus pequeños mientras José trabajaba fuera de casa. Esos roles cambiaron radicalmente cuando José fue detenido en 1940 y encarcelado por los franquistas en la prisión de Larrinaga. El destino llevó a Consuelo a deshacer el camino que emprendió una década antes y volver a Galdames. Allí logró trabajo en las minas. *"Era un trabajo durísimo, entra-*



ba a las seis de la mañana y salía a las once de la noche. El mineral bajaba por una especie de túnel hasta donde estaba yo y me encargaba de lavarlo", especifica haciendo gala de una memoria privilegiada. *"Todas esas horas que trabajaba me servían para sacar adelante a la familia porque ganaba un buen dinero"*, recuerda Consuelo, una de las catorce mujeres que por aquel entonces trabajaban en las minas de Galdames. Afrontó las circunstancias con valentía, pero su único miedo era el camino de vuelta a casa por la noche. En aquel sendero tenía que pasar cerca del cementerio, un lugar que aún a día de hoy aterriza a esta mujer de hierro. *"Era mi punto débil, hace seis años volví a Galdames a ver el pueblo y pedí por favor que no me hiciesen pasar cerca del cementerio"*, rememora Consuelo. Para aplacar sus miedos contó con

la ayuda de sus hijos, que subían a acompañarla, y un compañero de trabajo que encendía un candil para que tuviese la referencia. *"Me decía que cuando llegase a la plaza, me girase y mirase al candil"*, recuerda Consuelo. *"Al día siguiente de salir de la cárcel, mi marido fue a la mina y les dijo que yo no iba a volver a trabajar allí"*. Tras su etapa minera, volvió a Bilbao y siguió cuidando de una familia a la que con el paso del tiempo se han sumado ocho nietos, tres biznietos y para el próximo julio espera que un tataranieta. *"Me hace muchísima ilusión, los niños me dan muchísima energía"*. Un plus de fuerza que esta mujer aprovecha al máximo, ya que tiene cualidades físicas para ello. *"No tengo colesterol, ni la tensión alta... Solo tengo vértigos"*, explica con una lucidez que para sí quisieran muchos jóvenes.

EL GRUPO TEATRAL "ENTRE MUJERES" DE SESTAO REGRESA A LOS ESCENARIOS

El grupo amateur llegó a contar con 15 actrices y vuelve este viernes con una obra de denuncia social.

Cinco años después de bajar el telón, la compañía teatral Entre Mujeres de Sestao regresó a los escenarios con la ilusión de volver a sorprender a los fieles seguidores que disfrutaron con sus trabajos escénicos durante los años noventa y comienzos de la pasada década. La cita fue el viernes 13 de enero en el salón de actos de la escuela de música, donde interpretaron la obra Reserva Comanche. *"Es una obra de denuncia social que aborda una serie de proble-*



mas que tarde o temprano nos tocará vivir a todos", explicó Ada Puente, una de las actrices que prosigue en esta nueva singladura de la compañía junto a Txoli del Río y Ana González. La trama toca cuestiones tan sensibles como los conflictos familiares, el abandono personal y el feminismo. A pesar de no haber actuado en público durante el último lustro, Puente indicó que han permanecido vinculadas al mundo de las artes escénicas *"reciclandonos mientras encontrábamos la obra idónea"* para regresar. La compañía llegó a contar con 15 actrices amateurs.

LAS MUJERES DE SOPUERTA DISTINGUEN A LA PRESIDENTA DE LAS JUNTAS Y A ENKARTUR

Con motivo del Día Internacional de la Mujer, celebrado el jueves 8 de marzo, la asociación de mujeres de Sopuerta, Gaurko Emakumeak, quiso premiar en la sexta edición de sus galardones anuales la apuesta por la igualdad.

Lo hizo otorgando sendas distinciones a Ana Madariaga, presidenta de Juntas Generales, y la asociación de Turismo de Enkarterri, Enkartur, en la antigua casa de juntas de Abellaneda. La presidenta personifica la igualdad de oportunidades que reivindica el colectivo. *"Hemos querido reconocer su condición de cargo público y mujer y mostrar que si una persona es válida su género no debe constituir un obstáculo en su trabajo"*, expuso la presidenta de Gaurko Emakumeak, Felisa Peral.

Ella misma hizo entrega del premio a Ana Madariaga. *"Esto es mi Oscar particular. A veces me sigo sintiendo una mujer en medio de un montón de hombres, pero tenemos que hacer que se respete nuestro sitio"*, agradeció emocionada la presidenta de Juntas en el museo de Enkarterri, que acogió este acto por primera vez.

La crisis económica está afectando con especial dureza a la comarca. A pesar de todo, entidades como Enkartur en colaboración con el Behargintza se preocupan por generar nuevas oportunidades laborales a los vecinos y a las vecinas. Las mujeres lo tienen más difícil no solo a la hora de encontrar traba-



jo, sino también para conciliarlo con su vida familiar. *"En todos esos sentidos, apreciamos la labor que hace Enkartur por integrar a las mujeres en el mercado de trabajo"*, aseguró Felisa Peral en presencia de la diputada de Acción Social, Pilar Ardanza, que entregó el galardón al alcalde de Abanto, Manu Tejada, que asistió en representación de la entidad comarcal. *"Con su apuesta a favor de la mujer, Enkartur ha contribuido a crear una sociedad más equilibrada y justa"*, dijo la diputada. Muchas de las 350 integrantes de Gaurko Emakumeak asistieron a una entrega de premios a la que este año se ha dado un carácter más formal. Entre ellas estuvo Visitación Diéguez. Con más de 85 años no se pierde ni una de las actividades. Como socia más veterana, recogió los aplausos de todos. Es el reflejo de la excelente acogida de la asociación. *"Una de cada tres mujeres de Sopuerta pertenece a Gaurko Emakumeak"*, se enorgullece su presidenta. El grupo nació en 2006 para ofrecer alternativas de ocio y hoy oferta más de 20 cursos para mujeres... y hombres.

GALDAKAO SENSIBILIZA EN LA IGUALDAD A TRAVÉS DEL CINE PROYECTANDO UN CICLO DENOMINADO "MUJERES EN LA PANTALLA"

400 espectadores llenan Torrezabal para ver la primera de las películas del ciclo 'Mujeres en la pantalla'.

Cuatrocientos espectadores llenaron el martes 6 de marzo Torrezabal para disfrutar de la película "Estrellas que alcanzar", un filme que quiere rescatar los miles de dramas que quedaron sepultados entre las paredes de la prisión de mujeres de Saturrarán durante la Guerra Civil. Entre los asistentes se encontraba el propio Mikel Rueda, director de la cinta que levantó los aplausos de un entregado público que tuvo que guardar una seria cola para lograr ocupar una butaca. Este largometraje fue el primero de los tres que componen el ciclo de cine Mujeres en la pantalla, organizado por el Ayuntamiento en torno al 8 de marzo, día internacional de las mujeres.

A esta película le siguieron los días 13 y 20 las películas "Criadas y Señoras", ambientada en las evidentes diferencias raciales del sur de EE.UU. en los años 60 y "La fuente de las mujeres", que narra la historia de las vecinas de un pueblo islámico que tejen su propia revolución contra el machismo imperante hoy en día.

Pero no será solo la gran pantalla la que habló de ellas. La sala de exposiciones de la casa de cultura de Torrezabal acogió el pasado mes de marzo los trabajos de trece pintoras y una ceramista procedentes de diferentes municipios vascos, desde Hondarribia hasta del propio Galdakao.

También los días 7 y 15 de marzo se celebraron dos conferencias. El miércoles, María González Gorosarri habló horas sobre La represión contra las mujeres entre 1936 y 1945.



La segunda charla que se celebró el 21 de marzo, en el colegio Gandasegi, trató de desvelar cómo era la mujer medieval, de la que hoy en día pocas cosas se conocen. El teatro tampoco se libró del impulso de las chicas. El

miércoles 14 de marzo Torrezabal homenajeó a las galdakotarras Paula Osinaga -vinculada al grupo de mujeres Erabide- y Araceli Avellaneda -que fuera integrante del grupo de teatro Alborada desde su fundación- en un acto al que siguió a la representación de la obra "Paga congelada" a cargo de Aztiak.

ENKARTERRI VISIBILIZA LA LABOR DE LAS MUJERES TRABAJADORAS

La comarca conmemoró el Día de la Mujer con numerosas actividades.

Enkarterri se sumó al Día Internacional de la Mujer con numerosas actividades que se desarrollaron en varios municipios de la comarca con el objetivo de hacer visible la labor femenina en su faceta profesional.

El Museo de Boinas La Encartada de Balmaseda recordó en una serie de visitas durante todo el mes de marzo, cómo era la vida de las trabajadoras de la factoría, una actividad complementada con las representaciones teatralizadas que se llevaron a cabo los días 11 y 17 de marzo. Balmaseda celebró en el Klaret Antzokia una charla organizada por la EPA de Enkarterri en la que la catedrática de Historia Carmen Carral desgranó las biografías de



mujeres que han jugado un papel clave a lo largo de la historia. También se realizó una cena de hermandad entre las componentes de la Asociación Zoko Maitea, que disfrutaron de una salida cultural a Donostia.

En Gordexola la asociación Argizka y el área municipal de Igualdad llevó a cabo en el aula de cultura de Camino de Ibarra una charla coloquio a cargo de la licenciada en Pedagogía y auxi-

liar de clínica y geriátrico Arantza Baños que abordó la realidad de las personas cuidadoras. Los actos se cerraron con una conferencia sobre sexualidad femenina el día 11. Güeñes realizó en la kultur etxea la obra Evolución de una muñeca. En Turtzioz las personas que se acercaron a la kultur etxea les fue entregado un marcapáginas conmemorativo de la conmemoración del 8 de marzo

ABANTO-ZIERBENA HOMENAJEA A TEODORA GARCÍA MARTÍN

Teodora García Martín cumplió el lunes 27 de febrero 100 años y dos meses ya que nació en Palencia un 27 de diciembre de 1911. Sin embargo, el homenaje que le tributó por su feliz cumpleaños el Ayuntamiento de Abanto-Zierbena, municipio en el que reside desde hace 68 años, no pudo efectuarse en esa fecha y se celebró el pasado mes de febrero "porque no daban con ella a pesar de seguir figurando en el padrón en su piso de Doctor Areilza. Al final la pudimos localizar a través del médico de cabecera", comentaban jocosamente en el Ayuntamiento minero que le hizo entrega de una placa conmemorativa y un precioso ramo de flores.

Lo del médico, no obstante, no era porque estuviera enferma, pues goza de una salud envidiable y apenas necesita algunos medicamentos de continuidad. "No tengo nada porque no me miro" bromea Teodora mientras su hija Begoña asegura que está como una rosa. "Parece una moza de 18 años", señala.

La razón por la que el Ayuntamiento no la encontraba era porque que esta simpática y hogareña mujer esta viviendo desde hace unos meses en la cercana localidad de Ortuella en casa de su hija Begoña que la colma de cuidados lo mismo que su nuera María Antonia, viuda de Iñaki, el otro hijo que tuvo Teodora de su matrimonio con Crescencio del Moral.

"Yo sólo pido que me sigan cuidando también como lo están haciendo ahora", bromeaba esta menuda ama de casa.

Y vaya que si lo hacen, incluidos sus cuatro nietos y hasta sus cinco biznietos, uno de los cuales, Xabier, de ocho años, no se separó de ella en el salón de plenos y ayudó a su bisabuela a dar cuenta de una gran bandeja de pasteles que le ofreció solícito el alcalde de Abanto-Zierbena,



Manu Tejada. "Hay que comer de todo" le recordaba Teodora a su biznieto mientras daba cuenta de un pastelito, aunque señalaba ejemplarizante que también hay que "comer alubias, acelgas, berzas, puerros o lo que haya. Hay que comer de todo".

Con su alegría, Teodora sacó más de una sonrisa a los numerosos familiares y amigos que se dieron cita en el salón de plenos del Ayuntamiento de Abanto-Zierbena, municipio donde ha residido los últimos 68 años de su longeva existencia. "Me gusta el dulce. Los como cuando se marcha mi hija a cuidar a los nietos. Voy como las hormigas de armario en armario cogiendo un poquito de aquí, otro poquito de allí y todo para dentro..." reconocía ante sus familiares y amigos.

Amiga de darse un buen paseo siempre que hace buen tiempo Teodora reconoce que cuando llegó a Gallarta desde su tierra de campos, cuando las minas aún estaban en su apogeo, "había mucha pobreza" a pesar de que trabajo no falta-

ba, pero los jornales eran muy bajos.

"Todo giraba en torno a la mina, a los lavaderos de mineral y a la mina iba la gente a sacarse el jornal" recuerda esta mujer cuyo marido acabó trabajando en la industria, primero en varias fundiciones, entre ellas la de Aurrerá, para acabar en el General Eléctrica Española en Trapagarán.

Ella fue toda su vida ama de casa aunque también le tocó luchar. "¿Sabes lo que hacía?; dejaba a los hijos con una botella de agua y una onza de chocolate y me iba al monte a cortar leña aunque con lo que bajaba apenas daba para una hora, así que a por más".

Duras condiciones de vida que contraponen con lo sucedido estas últimas décadas, "donde las familias han estado en la gloria con las casas llenas, algo que yo no conocí", señala esta centenaria mujer que gusta de ver la tele, aunque dice que no le hace mucha gracia "todo lo que se ve. Hay mucha tristeza en la tele, hay mucho malo".

FIESTA POR EL CENTENARIO DE MARÍA OMEÑAKA

María Omeñaka, residente de la residencia foral de Bizkotxalde en Basauri, celebró su 100 cumpleaños por todo lo alto. La mujer, que lleva ingresada en el centro desde enero del pasado año, dedica su tiempo de ocio a elaborar collares y pulseras así como al punto de cruz, pero el 28 de diciembre pasado estuvo muy ocupada. Pasó el día rodeada de sus familiares y recibió la visita del alcalde, Andoni Busquet y el delegado



de Política Social, Asier Iragorri, así como de representantes de la Diputación. En el homenaje recibió dos ramos de flores y obtuvo una estatuilla de recuerdo de la institución foral y una placa conmemorativa en nombre de la residencia. María nació en 1911 en Agreda (Soria) y ha vivido en el barrio de San Miguel desde 1955, cuando llegó a la localidad vizcaína.

EMILIA CORTÉS DUAL/ PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE MUJERES GITANAS DEL PAÍS VASCO "NUESTRO FIN ES HABLAR CON CON EL HOMBRE PARA LOGRAR LA IGUALDAD"

Emilia Cortés es la presidenta y alma mater de la Asociación de Mujeres Gitanas del País Vasco. Mujer inquieta y comprometida con la llegada de la igualdad al pueblo gitano, hoy se muestra satisfecha de los logros conseguidos en los últimos años en esta materia, sin embargo recuerda que los principios fueron muy duros.

¿En que año se fundó la asociación de mujeres gitanas del País Vasco y dónde tiene su sede?

- Se fundó en el año 2005 y nuestra sede se encuentra en la calle Lancarán Nº 2 del barrio bilbaíno de Otxarkoaga.

- ¿Que objetivos persigue la Asociación de Mujeres gitanas?

- Nuestro objetivo es hablar con el hombre para lograr la igualdad con la mujer, ya que si no hablamos con el hombre, difícilmente lograremos la igualdad con la mujer.

Nuestra tarea es enseñar a la mujer gitana cómo debe tratar al hombre para que podamos llegar a una igualdad. Entonces la enseñamos y la decimos, mira, se hace de esta forma, así y así. Nunca con agresividad, sino explicándole que tú no eres más que él, ni él es más que tú. Y que lo mismo que puedes fregar tu puede fregar él también y al igual que tu cuidas al niño, también lo puede cuidar él.

Nuestra misión es precisamente esa, nuestro objetivo es lograr la igualdad real entre hombres y mujeres gitanas. ¿Por qué?, pues porque hasta que no entremos en esa igualdad, el pueblo gitano, por mucho que queramos pelear las mujeres, si no lo hacemos de la mano de los hombres, no vamos a conseguir nada.

Por eso tenemos que involucrar a los hombres, estamos dialogando con ellos, que vienen a la asociación. Tenemos ya 25 hombres que vienen y es algo gratificante el ver cómo los hombres se acercan hasta nuestra asociación, se sientan con nosotras, nos escuchan y ven a sus mujeres cómo hablan, cómo se están soltando, e



incluso ellas mismas nos dicen cómo su marido ha cambiado en tal o cual aspecto desde que estoy viniendo aquí a la asociación, desde que me estáis enseñando cómo tratar con mi marido. Porque también hay que saber tratar al marido. No se puede decir, "soy mujer o me voy a callar", o "porque soy mujer voy a hablarle por arriba", no. Hay que hablar en un tono de cariño, como amiga, compañera y mujer.

Eso es lo que nos está costando, pero, poquito a poco ya están entrando.

Recuerdo que al principio los hombres decían a sus mujeres. "¡no vayáis donde esa!; ¡pero esa gitana qué quiere enseñaros!", y a menudo cuando pasaba al lado de los gitanos, que estaban sentados en un banco, me amenazaban con las cachavas y me decían: "A las mujeres del tobillo para arriba no hay que dejarlas subir". Yo les decía ¿Cómo?, cuando sea tu compañera, tu amiga y tu amante, entonces yo no hablaré, Emilia no hablará. Queriéndoles decir, cuando consideréis a la mujer de igual a igual, entonces yo desapareceré.

Es la lucha que tenemos es con el hom-

bre, hasta que no consigamos que comprenda que el machismo no lleva a ningún lado. Su erradicación sería un síntoma de la verdadera integración social del pueblo gitano.

Otra anécdota que recuerdo de los difíciles comienzos fue una ocasión en la que estábamos en la iglesia evangélica y estaba el alcalde de Bilbao y una alta representación institucional. Entonces yo iba a hablar de la igualdad entre hombres y mujeres y un gitano irrumpió gritando "esa mujer está loca, callarla, callarla, no la dejéis hablar". No les convenía escucharme.

El comienzo ha sido muy duro para mí porque y he empezado con mujeres solas, sin el amparo o la sombra de los hombres. Pero con el tiempo han venido a mí esos hombres que en un principio rechazaban mi labor. Eso me ha supuesto una profunda satisfacción.

- ¿Habéis notado avances en estos años de trabajo?

- Sí, mucho. Las generaciones que están viniendo tienen un comportamiento muy diferente a las pasadas. Los hombres jóvenes ayudan a fregar a sus mujeres, cambian el dodotís a los críos. Si su mujer está mala no hace falta que vaya su madre para atenderla porque la cuida su marido. Si ella quiere ir a tomar un café con las amigas se va, y él si quiere ir a alguna fiesta con algunos amigos, también se va; en fin es un mutuo acuerdo entre los dos.

Resulta asombroso, el comportamiento de las nuevas generaciones gitanas. Yo suelo decir, qué envidia no haber conocido yo esto.

- Tú serías una de las primeras mujeres gitanas en apostar por la igualdad'

- No lo dudes, yo fui una de las primeras, y además gitana sola. Porque hay otras que están siempre a la sombra de otros, de otras asociaciones de hombres.

- ¿Ha tenido que resultar difícil luchar por la igualdad en medio de una cultura y una sociedad tan cerrada en este aspecto, como es la cul-

tura gitana, ¿no Emilia?

- Sí. Realmente en el pueblo gitano está muy presente el machismo, pero no porque sean machistas de por sí, sino porque sus propias costumbres les exigen serlo.

Si ven que un hombre ha cambiado las costumbres ancestrales, se tiende a decir, mira, si es un "mariquita", "mira si va con la mujer como si sería una chacha".

La cultura incita a que el hombre sea el que tiene que dominar a la mujer, a ser el principal, a estar siempre un escalón por encima de ella, de lo contrario se pone en entredicho su condición de hombre, su masculinidad. Todavía para muchos gitanos mayores no se concibe socio-culturalmente que el hombre y la mujer estén en el mismo escalón. Es algo contrario a lo que se les ha inculcado y han visto tradicionalmente en su sociedad desde que nacieron. Entonces luchas con esto, sobre todo al comienzo, en esta sociedad, te puedes imaginar lo difícil que ha sido, lo complicado que ha sido abrir este camino tan enmarañado.

- Sin duda tenéis un mérito enorme. Comprendo bien la dificultad

- Y a pesar de los avances logrados, todavía hoy es difícil; pero los logros conseguidos nos dan cada vez más fuerza para seguir adelante. Ese logro de la igualdad y el poder llevar a los críos a los colegios e ikastolas, ha hecho posible que estamos en un 95% con los chavales y las chavalas en igualdad. Ya se ha erradicado la idea que al niño se le cuida mejor en la casa. Se le cuida igual al niño que a la niña, que es lo principal, porque esas generaciones son las que nos van a sustituir. Y bueno, estamos encantadas, y cada día trabajando con más fuerza y sabiendo más.

- ¿Qué días os reunís?



Emilia Cortés junto a Josune Rentería presidenta de la Asociación de Neskattillas y Rederas de Euskadi y (en el centro) y otra compañera, durante los premios Brdintasuna-Sarea 2012.

den una cosa, cuando van a algún sitio tienen que decir, "yo esto no lo entiendo y como no lo entiendo me lo explicas, y si hace falta que venga otra persona para que me atienda". Y estamos encantadas, porque estamos enseñando a las mujeres gitanas lo que a nosotros no nos han enseñado. Y sobre todo con el hombre, trabajar con el hombre es una maravilla.

Tenemos también voluntarios, chicos que vienen y yo les ponía a fregar y a limpiar. Algunos me decían: "pero cómo voy a limpiar"; "¡Coge ahora mismo la escoba y vas a limpiar que no eres más que yo. Aquí todos somos iguales. Tú y tu a fregar y yo también"... Y ha sido una maravilla ver el avance que hemos logrado. Pero si no seguimos la gitana por mucho que quiera trabajar, se lo van a impedir, a mí me impedían, que destacara.

Si le decimos la hombre que queremos estar a su nivel, y le enseñamos lo bonito que es ser un matrimonio, ser compañeros, amigos, amantes, y a darles ese cariño que no nos han enseñado, pero que ahora lo estamos aprendiendo, estaremos dando un paso de gigante en igualdad.

SÓLO 5 MUJERES SE SIENTAN EN LOS 46 SILLONES DE LA REAL ACADEMIA DE LA LENGUA

En los casi tres siglos de historia de la Real Academia Española (RAE), sólo siete mujeres han ocupado un sillón en esta institución. Una labor que ha estado reservada en exclusiva a los varones hasta la segunda mitad del siglo pasado, cuando las puertas del viejo caserón de la calle Felipe IV se abrieron, al fin y por primera vez, para una mujer. Eso sí, 266 años después y tras sonoros portazos a varias escritoras y filólogas. Bien entrado en siglo XXI son cinco las mujeres con silla en la Academia, que cuenta con 46 plazas, de modo que ellas siguen así siendo una rareza en la RAE.

«Es mucho lo que queda por hacer», reconoce una de estas cinco académicas en activo, Soledad Puértolas, que cree sin embargo que «sería erróneo establecer cuotas femeninas o imponer la paridad». Ana María Matute, escritora y una de las tres únicas ganadoras con el Premio Cervantes, que ella obtuvo en 2010, es la académica más veterana en la casa,

a la que se incorporó en 1998 como titular del sillón K. Tras ellas llegaron cuatro más, todas en la última década: la historiadora Carmen Iglesias (2002, sillón E), la científica Margarita Salas (2003, sillón I), la narradora Soledad Puértolas (2010, sillón G) y la filóloga Inés Fernández Ordóñez (2011, sillón P).

Fundada en 1713, bajo el reinado de Felipe V, la RAE tardaría una eternidad en dejar paso a las féminas y no fue por falta de candidatas. La primera en intentar romper el muro académico fue la poetisa Gertrudis Gómez de Avellaneda (1814-1873). Para la sociedad de la época era inconcebible que una señora ocupara puesto de tanta responsabilidad, y no hubo caso.

Pronto podrán ser seis las mujeres con sillón. Las candidatas son la novelista mallorquina Carme Rieras y la poeta malagueña María Victoria Atienza, que aspiran a cubrir la vacante de Valentín García Yebra.

LOEZINA: GAURIK GABEKO EGUNAKUSKERA

Morfeo gugandik ihesi dabilenean, ohetik jaikitzea izaten da eraginkorra, eta egiaz logura sumatzen dugunean etzatea berriz ere.

Lo egin nahi eta ezinean dabilenarentzat, amaigabeak gertatzen dira gauak. Norberak ezin, eta erlojuak lo hartzen duela dirudi. Minutuak ordu bihurtzen dira, eta orduak egun. Irtenbide magikorik ez dago egoera horretatik ateratzeko, ez ardi miragarrik ez liburu loarazlerik. Arazo bat dugula onartzea eta medikutura joatea funtsezkoa izaten da sendabidea aurkitzeko. Loezinak, nagusiki, 60 urtetik gorako pertsonen erasaten die, eta emakumei gehiago, gizonei baino. Zehazki, azken ikerketek diotenez, herritarren % 6,4k daukate loezina Espainian, eta sexuak eta adinak badute eragina kopuruetan: emakumeen % 7,8k pairatzen dute, eta gizoneen % 4,9k; adinari dagokionez, berriz, gazteen artean, % 3,3ri eragiten die, eta 60 urtetik gorako % 9,8ri. Sendabideak badaude, baina, ahal dela, botika loarazleak edo hipnotikoak, behintzat, saihestu egin behar dira, mendekotasuna sortzeko arrisku handia izaten baitute. Azken urteetan, sendagai espezifikoko agertu dira nahasmendu horrentzat, nahi gabeko ondorio gutxiago dakartzatenak.

Ohitura txarrak eta gogo-aldarte gorabeheratsuak

Pertsona batek loezina edo insomnioa duela esaten da zailtasunak dituen nahi duen denbora-tartea lo egiteko, nahi duen unean eta behar bezain sakon, eta arazo horrek hilabete edo gehiago irauten duenean, itxuraz horretarako arrazoi argirik ez egon arren. Zenbaitetan, beste arazo edo gaixotasun batek sortutako sintoma izaten da. Loa galarazten duten egoeren artean, minari edo oinazeari lotutako prozesuak egoten dira, eta bestelako eragozpen batzuk ere bai: nokturiak edo inkontinentziak eraginak, haurdunaldiak, kafe gehiegia edo kafeina duten produktuek, edo kortisona duten sendagaiak (nahi gabeko ondorioen artean, lo-nahasmenduak sortzen dituztela dirudi).

Baina ez da hor bukatzen kontua: gaueko ohitura txarrek ere eragin zuzena dute. Zenbait kasutan, hauxe izaten da gaixoen arazoak: gaizki lo egiten ikasi dute. Horregatik, lotara sartzen direnean, erlaxatu beharrean, logabetu egiten dira, estresatu eta loa nahasita dutela ematen dituzte gauak, modu kronikoan. Egoera hori sorgin-gurpil arriskutsu bihurtzen da, eta zaila izaten da hortik ateratzea. Ohean telebista ikustea, irratia entzutea edo ohean bertan afaltzea izan daitezke, besteak beste, arazo horren iturburu.

Loezina pairatzeko joera gehien duten pertsonak izaera pentsakorrekoak eta gogoetara emanak izaten dira, gauzei buelta asko



ematen dizkietenak, erraz larritzen direnak, edo egunez gogo-aldarteetan gorabeherak izan eta gauean horien ondorioak sumatzen dituztenak (depresioa edo antsietatea, adibidez) Emakumeetan, gainera, gerta liteke hormona-gorabehera baten ondorio izatea, zeren askori gertatu baitzaie, bizi guztian ongi lo egin, eta menopausia igarota, loezinarekin hastea.

Era guztietako loezinak

Loezina ez da berdina izaten pertsona guztietan. Iraupenari begiratuta, akutua izan daiteke (unean unekoa denean, eta sortu duen egoera estresari, minari edo doluari lotuta dagoenean). Baina kronikoa ere izan daiteke (luzaro irauten duenean). Azken horrek sortzen du eragozpen gehien, eta halakoetan erabakitzen du jendeak medikutura joatea.

Loezina bera nola aurkezten den kontuan hartuta, hiru eratakoa izan daiteke: horietako batean, lo hartu ezina izaten du pertsonak, kosta egiten zaio lo hartzea, baina behin lortuta, nahiko ongi egiten du. Loaldiari eutsi ezin izatea dakar beste loezin mota batek; pertsona horiek arazorik gabe lo egiten dute, baina gauean esnatu egiten dira zenbait aldiz. Azkenik, bukaerako loezina dago: pertsona gauaren azken aldera esnatzen da, behar baino lehenago (goizaldeko laurak edo bostak ezker), begiak zabal-zabal dituela. Esan beharra dago, dena den, loezin horiek guztiak konbinatuta ere ager daitezkeela. Bada beste loezin mota bat ere, loezin familiar hilgarria delakoa; eritasun arraro bat da, proteina prioniko batek eragina, zeinak kalte egiten baitie garuneko zelulei, eta

familia bereko hainbat kidek paira dezaketete. Mundu guztian 100 kasu daude, eta horietako 40 Euskal Herrian agertu dira. Eritasun horren sintometako bat da loezina, baina ez da garrantzitsua (arteria-tentsio altua edukitzea eta haluzinazioak ikustea ere badaude sintomen artean).

Diagnostikoa: norberaren araberakoa

Historia klinikotik abiatuta egiten da loezin kasu baten diagnostikoa, norbera medikutura joan eta zer gertatzen zaion adierazita. Sistema horrekin, zenbaitetan medikura ohartzen da loezina, egiaz, loaren pertzepzio okerra baino ez dela. Hau da, gaixoak adierazten dio gaizki lo egiten duela eta orduak ematen dituela esna. Baina loaldiaren erregistroa egiten diotenean, ohartzen dira gaixoak uste eta esaten duen baino gehiago lo egiten duela. Halakoetan, diagnostikoa finkatzeko, ez da egin behar izaten loaldiaren inguruko ohiko probarik.

Beste zenbaitetan, beste nahasmendu neurologiko bat antzematen dute (atsedenik gabeko zangoen sindromea, adibidez), eta arazoa ez dute lotzen loezinarekin. Eritasun horren ondorioz, gaixoak ezin izaten du lo hartu, iruditzen zaiolako ondoreza duela zangoetan (oinez ibilita egiten du hobera sintoma horrek). Hasieran loezina dela uste izan arren, ez da hala, eta tratamendua ere bestelakoa izaten du: sendagai dopaminergikoak erabiltzen dituzte, Parkinsonen gaitzarentzat hartzen diren gisakoak.

Sendabide posibleak

Loezina gaintzeko lehen pausoa, haren arrazoia zein den jakitea da (ordutegi desegokiak, gaueko jokabide okerrak, eragin bizkorgaria duten sendagaiak edo substantziak). Beste faktore batzuk baztertu ondoren, honako pauso terapeutiko hauek egin daitezke:

* Ohiturak aldatu: medikuak eta gaixoak aztertu egin behar dituzte haren jokaerak (egunekoak eta gauekoak), eta lo hartzea galarazten duten jokabide okerrak aldatzen saiatu behar dute. Adibidez, gaixoak egunez jarduerara asko egiten baditu (bi lanetan aritu edo kirola egin), medikuak jakinaraziko dio bizi-eritmo hori ez dela bateragarria 30 segundoko lo hartzarekin. Lehenago, denbora bat behar izaten da lasaitzeko.



* Terapia kognitibo-konduktuala eta erlaxatze-teknikak: atseden hartu ezinak sortzen duen larritasuna gaintzeko eta lo hartu aurretik jokabide egokiak eskuratzeko, terapia kognitibo-konduktuala erabiltzen da (psikologo batekin lantzen da), eta yoga eta gisako erlaxatze-teknikak ere irakasten dira.

* Sendagai hipnotikoak: lo egiteko pastillak azken aukera gisa erabiltzekoak dira. Bi edo hiru astez hartzea komeni da, ez gehiago, eta gaixoak larritasuna gaintzeko lortzen ez badu soilik; aurrez, dena den, ohiturak aldatzen saiatu beharra dago. Hartzen hasi eta gero, ordea, askori kosta egiten zaie uztea. Kal-

kuluek diotenez, herritarren % 4k modu jarraituan hartzen dituzte. Sendagai horiek adinekoei ematen zaizkienean (horiei eragiten die gehien loezinak), neurri zorrotzak hartu behar izaten dira. Izan ere, pertsona horiek behin baino gehiagotan jaikitzen dira gauez komunera, eta erortzeko arriskua izan dezakete, erreakzionatzeko zailtasunak eduki ditzakete eta.

* Tratamendu berriak: azken urteetan sendagai espezifikokoak eta nahi gabeko ondorio gutxiago dituztenak sortu dira loezinari aurre egiteko. Melatonina-hartzailearen agonistak daude horien artean; hormona natural bat da melatonina, gauez jariatzen dena eta loa errazten duena. Nagusiki, gaixoak depresioa daukanean ematen dute sendagai hori, baina lagungarria da loezinari aurre egiteko ere, sarritan buru-eritasun horri atxikia egoten baita.

Lorik ez egitearen ondorioak

Gauean lorik ez egitearen ondorioak egunez nabari izaten dira, batez ere sendabiderik jarri ez eta luze irauten duenean. Kontzentrazio falta sumatzen dute loezina dutenek, ondoreza eta nekea. Gorputzak ez du atsedenik hartzen, eta ez da egoten bete-betean. Zenbait ikerketak frogatu dutenez, epe luzera, depresioa izateko arrisku gehiago sortzen du loezin kronikoak, eta substantzia lasaigarriak eta alkohola -eragin lasaigarria du- hartzeko joera areagotzen du. Eta bada jendea substantzia horietako batzuk nahasi egiten dituen, baina mendekotasuna sortzeko arrisku handia dakar horrek. Gainera, zenbait ikerketa zientifikok frogatu nahi dute loezina daukaten pertsonen arrisku gehiago dutela hipertentsioa pairatzeko.

Nahi dut, baina ezin: lo egiteko aholkuak

* Egiaz logalerik ez badugu, ez dugu sartu behar ohean.
* Ohean ez dugu aritu behar telebista ikusten, irratia entzuten edo jaten. Gorputza nahasten dute, eta kosta egiten da lo hartzen.
* Gauerdian esnatu eta urduritzen hasten bagara, hobe da ohetik atera, eta lo egiteko gogoa dugunean itzultzea.
* Sendagai hipnotikoek ez dute konpontzen arazoa. Loezinari irtenbidea emateko, medikutura joan beharra dago; hark esango du zein den sendabiderik eraginkorra.
* Aholku hauek ez dute balio mundu guztientzat. Medikuari gal- detzea da onena.

32.000 AMAS DE CASA BUSCAN TRABAJO EN EUSKADI

Las dificultades económicas les empujan al mercado laboral, pero muchas no consiguen empleo.

Euskadi es la única comunidad autónoma en la que el parado tipo es una mujer. En concreto, una mujer, de entre 25 y 34 años que lleva de uno a dos años buscando trabajo. En el conjunto de España el perfil del desempleo es masculino y responde a un varón de entre 30 y 34 años. No es un hecho diferencial del que presumir. Al contrario, más bien habría que preocuparse y analizar el porqué. Y la respuesta tiene mucho que ver con el elevado número de amas de casa que se han incorporado al mercado laboral a causa de la crisis, al advertir que no llega el dinero para afrontar los gastos del hogar. Un alto porcentaje de ellas termina en la larga cola del antiguo Inem, ahora Lambide con el transpaso de competencias.

Según un estudio de la Fundación Adecco, sólo el año pasado 22.900 mujeres que hasta entonces se dedicaban a las tareas domésticas y al cuidado de los hijos, se pusieron a buscar empleo fuera de casa. Desde que empezó la crisis, ya suman 32.000. "En muchos casos la razón fue que el marido se quedó en el paro. Pero también por miedo a esa amenaza. Porque, tal y como están las cosas, ningún trabajo está asegurado y por si acaso...", explica Montse Izaguirre, portavoz en Euskadi de la entidad. La cifra multiplica por siete la del ejercicio anterior y explica en gran



medida el crecimiento de la población activa femenina; es decir, las mayores de 16 años que quieren trabajar al margen de que lo consigan (ocupadas) o no (paradas). La tasa ha crecido desde el 49,3% de 2007 hasta el 52,8% a finales de 2011, cuando se contabilizaban 496.400 mujeres "activas" en los registros laborales. No es un fenómeno exclusivo de Euskadi. En el resto de España ocurre exactamente lo mismo. Adecco estima que, desde el inicio de la crisis, en torno a medio millón de amas de casa se han incorporado al mercado laboral. Casi 200.000 en el último ejercicio.

Lo que sí cambia es que, como resultado de esta afluencia, Euskadi es la única comunidad en la que el número de paradas supera al de parados, como destaca un informe de Agett, la patronal de las empresas de trabajo temporal (ETTs). Son 67.800 frente a 65.600. Se trata de datos extraídos de la Encuesta de Población Activa (EPA), elaborada por el Instituto Nacional de Estadística (INE), que no coinciden con los del Eustat vasco, que arrojan una cifras bastante menor para las mujeres.

Pero, de acuerdo con el INE, el paro femenino en Euskadi se eleva al 13,6%, dos puntos por encima del 11,6% del masculino. Con todo, es la tasa más baja de España porque el desempleo en Euskadi, tanto en lo que respecta a mujeres como a hombres, es el más reducido del conjunto nacional, donde se dispara hasta el 23,3% y el 22,4% respectivamente. Uno de los efectos de la presente crisis es que ha igualado o al menos aproximado las tasas de paro de ambos sexos. Pero como destaca UGT en un informe, no es ningún consuelo porque el motivo no es que las condiciones de las mujeres hayan mejorado, sino que las de los hombres han empeorado.

SEGÚN UN ESTUDIO DE EMAKUNDE, NUEVE DE CADA DIEZ TRABAJADORES SIN CONTRATO EN EUSKADI SON MUJERES

También señala que pese a esta mayoría, sigue sin alcanzarse la igualdad real entre sexos.

Nueve de cada diez ciudadanos vascos que realizan un trabajo remunerado sin contrato laboral y, por lo tanto, sin cotizar a la Seguridad Social, son mujeres, según recoge el informe que Emakunde realiza anualmente. El estudio presenta indicadores de diversas áreas (demografía, salud, política, trabajo, tiempo, violencia de género...) y la conclusión es que sigue sin alcanzarse la igualdad real entre sexos: se mantiene la desigualdad en el ámbito laboral, existe brecha salarial, persisten los roles sexistas de género y en el uso del tiempo, y continúa la violencia de género. La falta de autonomía económica de un alto porcentaje de mujeres explica muchas de las desigualdades. Un dato concluyente es que una parte importante de las que optan por la maternidad y tiene hijos



desaparecen del mercado laboral, lo que evidencia la insuficiencia de las ayudas para la conciliación. Si la tasa de actividad entre las mujeres sin descendencia es 14,5 puntos inferior a la de los hombres, esta diferencia aumenta hasta superar los 21 puntos en el caso de aquellas que tienen tres o más hijos. También llama la atención el hecho de que las extranjeras trabajan en mayor porcentaje que las nacionales.

Las condiciones en el mercado laboral también es muy diferente: casi el 75% de las personas sobreocupadas (más de 8 horas diarias de trabajo) son hombres. Mientras, el empleo parcial tiene nombre femenino (el 82,3% son mujeres). El informe de Emakunde advierte de que si la crisis se extiende con fuerza al sector servicios, por ahora el menos afectado, las mujeres se verán gravemente perjudicadas, ya que son cerca del 90% de este colectivo.

BEATRIZ GARCÍA CELAÁ/ JUEZA DE LO SOCIAL DE BILBAO

"LA REFORMA LABORAL ES UN DECRETO EMPRESARIAL QUE NO VA A GENERAR EMPLEO"

Tacha de contradictorio que se concedan tantas posibilidades de flexibilidad y, a la vez, se facilite y abarate el despido.

Como corresponde a una juez de lo Social, se ha estudiado a conciencia la reforma laboral aprobada por el Gobierno de Mariano Rajoy. Pero en contra de lo habitual en los siempre prudentes magistrados, no tiene pelos en la lengua para decir lo que piensa de la nueva regulación. Y el veredicto de Beatriz García Celaá, titular del Juzgado de lo Social número 3 de Bilbao, es duro.

- ¿Qué le parece la reforma laboral? Desde el punto de vista jurídico y también personal

- Es un decreto empresarial. Pone todo el peso en dar posibilidades a las empresas para adaptarse al entorno y restringe las condiciones laborales que habían alcanzado los trabajadores. Es un decreto que se inspira en la reducción del paro, pero estoy convencida de que no va a generar empleo. Se basa en la flexibilidad como forma de que las empresas puedan adecuarse a las nuevas circunstancias, pero creo que se pasa de frenada porque da muchas posibilidades al empresario para modificar las condiciones de trabajo. Es excesivo. Además, se supone que concede esa flexibilidad para que el ajuste no se haga por la vía de la destrucción de empleo, pero establece una gran facilidad para el despido objetivo. Lo cual es contradictorio. Por otro lado, hay una huida de los tribunales en este último apartado.

- ¿Por qué cree que hay una huida de los tribunales?

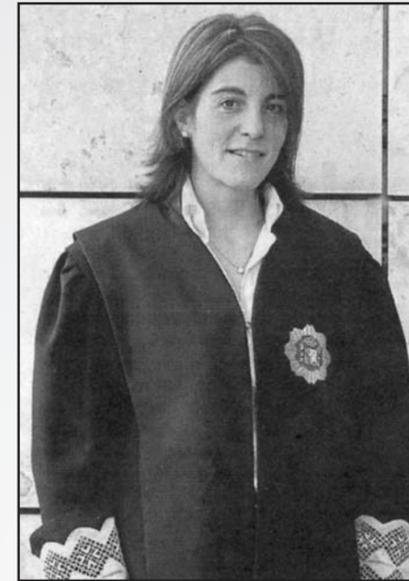
- Anteriormente se extinguía una justificación para el despido por causas económicas, como garantizar la viabilidad. Ahora no hay que justificar nada, tan sólo acreditar que concurre la causa. Basta con una caída de nueve meses en los ingresos o las ventas. Eso, en la actualidad, se da prácticamente en todas las empresas, aunque su situación sea buena. Ahora bien, aquí los tribunales podríamos hacer una reflexión: dado que se da al empresario tantas medidas de flexibilidad, ¿se podría haber evitado con ellas el despido?

- ¿Pero la reforma le da al juez margen para hacer esas consideraciones?

- No, no nos da pie a eso. Pero si hacemos una interpretación proempleo, protrabajador, se podría entender que quizás hay que valorar que el empresario ya tiene esas herramientas de flexibilidad y que el despido debería ser el último recurso.

- El despido colectivo, los EREs, ya no requieren de autorización administrativa. A los trabajadores sólo les queda impugnarlos. ¿Aumentará su judicialización?

- Sí, desaparece la autorización. Sólo es necesaria la notificación y, por tanto, no hay un control previo de la autoridad laboral. El empresario no necesita permiso para extinguir el contrato. Tiene que haber un periodo de consultas que puede terminar o no en acuerdo con los trabajadores. Si no hay acuerdo, el empresario lo impondrá y cabe una impugnación colectiva, que se sustan-



ciar ante las salas de lo Social, o individuales, de las que conoceremos los juzgados. Sí creo que va a haber más judicialización al desaparecer el control previo, y también creo que se pierde el incentivo para la negociación porque antes se intentaba llegar con un acuerdo a la autoridad laboral.

- Otro punto muy polémico es la desaparición de los salarios de tramitación. Eso quiere decir que el peso de la tardanza por la judicialización del proceso recae en el trabajador. Antes muchos empresarios se iban al despido exprés, que consiste en reconocer la improcedencia del despido y consignar la indemnización de los 45 días en los juzgados con objeto de parar los salarios de tramitación. Eso ocurría incluso en despidos en los que había una causa objetiva, como una bajada de rendimiento. Pero el empresario prefería esa opción a ir a juicio y que luego el tribunal no le diese la

razón y pagar los 45 días más los salarios de tramitación. Ahora eso desaparece. El empresario puede arriesgarse a ir a juicio porque en el peor de los casos pagará los 45 días. Sólo hay salarios de tramitación si el empresario decide readmitir al trabajador.

- ¿Por qué considera excesivas las medidas de flexibilidad? Hay muchos elementos. Ahora se permite cambiar al trabajador de una función a otra sin que se considere modificación sustancial. Por otro lado, se da prioridad a los convenios de empresa y se facilitan los descuelgues. Eso supone pérdida de fuerza de los sindicatos en materia de negociación y también que los convenios sean diferentes en empresas del mismo sector, algo que podrían utilizar para competir entre sí. La que tenga salarios más bajos podrá ofrecer producto más barato.

- Pero, ¿por qué creen que se pasan de frenada?

- Es el conjunto. Hay demasiada apertura a esa flexibilización supuestamente para evitar despidos. Se dan muchas bazas. Incluso se permite al empresario modificar el salario del trabajador. Es verdad que nuestro sistema era muy rígido y que había que flexibilizarlo. Se ha ido hacia un modelo alemán. Pero el conjunto de la reforma es tal que la flexibilización es mucha. Luego habrá que ver lo que hacen las empresas, porque tampoco hay que pensar que sólo buscan el despido barato. Si los empresarios actúan de forma responsable, recurrirán estas medidas de flexibilización.

- Los sindicatos denuncian que hay varios elementos que podrían considerarse - inconstitucionales. Uno de ellos es el contrato con un año de prueba.

- Es que es un disfraz para un contrato temporal con despido libre, con cero de indemnización. Es verdad que si les despiden en ese tiempo, pierden las bonificaciones. Pero hasta el contrato temporal tiene una indemnización. Aquí haces un contrato indefinido y en un año te deshaces del trabajador. También, en una disposición del decreto, se alarga el contrato de formación hasta los 30 años mientras que el paro no baje al 15%, algo que no va a ocurrir en años.

EMAKUNDE FINANCIA UN TEXTO SOBRE EL POCO RECONOCIMIENTO SOCIAL AL TRABAJO DOMÉSTICO

Mi madre no trabaja -contestó una adolescente que entrevisté hace unos años-. Ella se encarga del tema de la casa: compra, cocina, todo, todo lo que se necesita en casa. Lavar y planchar la ropa, fregar, cuidar a mis hermanos... Lo que te decía, como no trabaja, ella es la que se encarga de estas cosas». La socióloga Raquel Royo Prieto empieza así su estudio 'Maternidad, paternidad y conciliación en la Comunidad Autónoma del País Vasco. ¿Es el trabajo familiar un trabajo de mujeres?', presentado el lunes 19 de marzo en Vitoria. La autora y María Silvestre, directora de Emakunde -entidad que ha subvencionado la publicación-, presentaron la obra, a la que puede accederse a través de la página web de Emakunde. Está editada por Emakunde y la Universidad de Deusto.



«El trabajo doméstico, las múltiples actividades cotidianas que nos proporcionan alimento, vestido, protección y cuidado carecen del reconocimiento social que merecería una labor tan necesaria y relevante para el bienestar y supervivencia de la sociedad», explica Raquel Royo. «Y es tan importante como el trabajo remunerado, propio de la economía de mercado».

Estudio a 52 parejas

En el libro se recopilan vivencias cotidianas de 52 parejas. «Una conclusión importante es que la desigualdad se reproduce porque hay obstáculos invisibles, ideas socialmente construidas, aprendidas sin darnos cuenta», explica Royo. «También atisbamos los nuevos valores y conductas básicas

para avanzar hacia una sociedad no discriminatoria». Un ejemplo es la creencia social sobre cómo debe ser la buena maternidad, que genera sentimiento de culpa en las mujeres. «Es un obstáculo para la igualdad, en un sistema que se sustenta sobre el trabajo gratuito de las mujeres en los hogares».

Pero no estamos abocados al fracaso. «He visto que es posible subvertir esos mecanismos y desobedecer los mandatos genéricos. Es cuando se deconstruye lo que hemos aprendido sin darnos cuenta. Lo he visto en algunas parejas».

¿Cuáles son esos ejemplos elocuentes? «Hay padres que integran elementos que se han considerado femeninos, como el cuidado y el cariño a los hijos. Son capacidades que tienen los hombres y que el sistema les ha negado».

La autora considera que el trabajo doméstico y de cuidados tiene en nuestra sociedad un carácter marginal y ello es debido, en parte, a que se considera un «trabajo de mujeres, invisible y desprovisto de la consideración de auténtico trabajo. Es una actividad que se encuentra entre los niveles más bajos de aprecio social». Aunque ha sido designado con «el trabajo del amor», que se hace, aparentemente, sin ningún desgaste personal, el trabajo doméstico y su utilidad social es uno de los secretos mejores guardados de la sociedad, dice.

Todas las personas compartimos la experiencia de haber sido cuidadas, pero «el empresariado, la Administración y la Universidad olvidan una realidad que envuelve nuestros recuerdos, marca nuestro presente y, por tanto, merece toda nuestra atención».

No es casual que lo doméstico no sea considerado trabajo. «Un mecanismo típico de las ideologías hegemónicas en Occidente consiste en presentar como naturales las relaciones sociales de poder», escribe. «La doctrina de las esferas separadas está puesta en cuestión por la incorporación masiva de las mujeres al ámbito laboral, pero pervive en el mundo de las creencias y valores socialmente compartidos».

Por su parte, María Silvestre recuerda que «a pesar de los logros en el camino hacia la igualdad, el peso de las tareas desarrolladas en el hogar continúa recayendo fundamentalmente en las mujeres».

265 GRADUADOS EN MEDICINA Y ODONTOLOGÍA



Un total de 265 alumnos de la UPV recibieron el viernes 5 de mayo sus títulos de grado en Medicina (214) y Odontología (51), en un acto que se desarrolló en el palacio Euskalduna de Bilbao. La

nota media de los facultativos fue de un 7,64 y la de los dentistas, un 7,74. Iban Aldecoa obtuvo el mejor expediente en Medicina, e Iratí Ibáñez en Odontología.

CRECE LA CIFRA DE HOMBRES QUE CONCILIAN EN EUSKADI, AUNQUE APENAS SUMAN EL 7% DEL TOTAL

Los varones que han recortado su jornada laboral para atender a la familia son 1.400 frente a más de 18.000 mujeres.

Un crecimiento de dos puntos puede suponer un cambio intrascendente entre la maraña de datos estadísticos, pero en los sísmógrafos sociales algo parece haberse movido. Euskadi ha constatado desde 2010 un aumento del porcentaje de hombres que se acogen a las ayudas de conciliación (excedencias y reducciones de jornada para el cuidado de hijos y personas dependientes). Que nadie se transporte a la Suecia idílica de la igualdad porque apenas suponen un 7,12% del total. Hoy por hoy, la conciliación sigue conjugándose en femenino, pero «progresamos adecuadamente», asegura Loli García, directora de Política Familiar y Comunitaria del Gobierno vasco.

Desde que en 2002 la Administración vasca comenzara a ofrecer subvenciones económicas para promover la conciliación de la vida personal y laboral, esa cifra ha permanecido prácticamente congelada en torno al 5%. En 2010 escaló un peldaño, hasta el 6,66%, y el año pasado subió uno más, hasta el 7,12%. Son 1.404 hombres que han optado por recortar su jornada laboral para pasar más horas en casa al cuidado de sus hijos o familiares, frente a las 18.293 mujeres. Si se escarba en el dato, se obtienen más pistas: la mayoría de los vascos se acoge a una reducción de jornada (1.263) y solo 91 escogen la fórmula de la excedencia.

Conocer el por qué de este ligero repunte requeriría de un estudio en profundidad, advierte García, pero se vislumbran varias hipótesis. La directora de Familia del Gobierno vasco no le resta valor a los «pasos positivos que se están dando hacia el modelo de corresponsabilidad» en las tareas familiares. «Hay mayor conciencia de la importancia del rol del padre», añade. La brecha salarial entre hombres y mujeres también se ha acortado. En muchos hogares el salario femenino es el más elevado, así que el padre es la persona que reduce su jornada por una simple cuestión de números.

La crisis también ha engordado el número de hombres que se acogen a las ayudas por reducción de jornada. No hay un informe que lo confirme, pero sí se está constatando que empresas en apuros han optado por flexibilizar horarios para ahorrar costes. Otra cosa es que el interés por la conciliación sea real. «Estas medidas, que de alguna forma se imponen a la fuerza por la crisis, mejoran de paso las condiciones de trabajo», dice Nuria Chinchilla, economista del IESE (Universidad de Navarra) y experta en familia. Es la necesidad convertida en virtud, «una ocasión que habría que aprovechar para que cale la cultura de la flexibilización de horarios, del tiempo parcial en el trabajo», añade.

Cita el caso de una empresa que en lugar de hacer un ERE entre los trabajadores promovió el trabajo a tiempo parcial



para salvar los puestos de trabajo. «Es verdad que algunos empleados estarán encantados y otros preferirán trabajar al 100% para cobrar su nómina completa, pero hay que sacarle el lado positivo. La rigidez es imposible. La flexibilidad es necesaria. Las empresas humanas son las que mejor saldrán de esta situación tan complicada», defiende con ahínco.

Al aumento de reducciones de jornada por la crisis se añade otro cambio cuyas consecuencias sociales empiezan a asomar. La destrucción de empleo está afectando en mayor medida a la población masculina. Las últimas cifras del INE señalan además que hasta 500.000 amas de casa se han incorporado al mercado laboral como imperiosa necesidad para la supervivencia de la familia, señala Ana Bujaldón, presidenta de la Federación de Mujeres Directivas (Fedede). «Puede ser una ocasión para que el reparto de tareas domésticas y cuidado de niños y dependientes se realice de una manera más ecuánime», añade. A la federación no se le escapa que «la carga de las rutinas y hábitos adquiridos en casa pesa en demasía. Así, las mujeres que ahora trabajan también fuera de casa compaginan una doble jornada laboral», denuncia Bujaldón, quien receta «educación, corresponsabilidad y conciliación como única vía para que las nuevas generaciones erradiquen la feminización de los trabajos domésticos».

Para alcanzar ese escenario ideal, Nuria Chinchilla también señala a la mujer, «que tiene que dejar que los hombres tengan su papel como constructores del hogar». Bujaldón lo llama el 'suelo pegajoso': «Son las barreras internas que las propias mujeres sienten impuestas de una manera consciente o inconsciente. Solemos tener una menor disponibilidad a la movilidad laboral, al cambio de residencia y un sentimiento de culpa cuando eligen trabajo en lugar de familia».

Pero la respuesta a la conciliación no solo debe darse desde las familias, sino también desde las empresas y las leyes, defiende Loli García, directora de Política Familiar. «Las reglas de juego deben cambiarse desde el mundo de las organizaciones». El III Plan vasco de apoyo a las familias incide en la sensibilización a las empresas, a quienes va dirigida una web (www.euskadi.net/concilia+), donde pueden comprobar los beneficios «sociales y económicos» de un modelo laboral más flexible y equilibrado.

García asume «el larguísimo camino que queda por recorrer». Los países nórdicos, que son «el espejo donde Euskadi quiere mirarse», llevan más de cincuenta años inculcando esa cultura con medidas «más decididas», como la mayor cobertura de permisos por maternidad y la obligatoriedad de coger los de paternidad. «Hoy por hoy, la realidad aquí es que el hombre que concilia está peor visto en la empresa que la mujer que concilia», reconoce. El horizonte de la igualdad, por tanto, se dibuja todavía bastante lejano.

EMPLEADAS DE HOGAR CREAN COOPERATIVAS DE AYUDA DOMICILIARIA

La creación de cooperativas de ayuda a domicilio soluciona muchos problemas de las trabajadoras del hogar.

La ayuda a domicilio y la atención de dependientes -niños y personas mayores- es uno de los pocos sectores que aún en esta época de crisis está creando empleo. Sin embargo, la realidad es que en una elevada proporción y pese a la nueva regulación es empleo sumergido. Por eso mejorar las condiciones laborales de las mujeres que trabajan en la ayuda a domicilio y hacer aflorar ese trabajo son retos importantes que se pueden lograr a través de la formación de cooperativas de trabajo asociado.

La regulación del trabajo en el hogar familiar que está en vigor desde enero extiende la obligación de contratar y dar de alta a todas las trabajadoras, independientemente del número de horas que trabajen para su empleador. Esta medida, que comporta indudables ventajas para las trabajadoras, también les está causando problemas, ya que deja en manos del empleador la responsabilidad de cotizar por su empleada. Una manera eficaz de solventar esos problemas es la constitución de cooperativas de trabajo asociado de empleadas de hogar, pues de esta manera las socias-trabajadoras logran la equiparación de derechos laborales con los trabajadores por cuenta ajena y para ello no quedan en manos de su empleador. Pero es que, además, este tipo de asociación empresarial comporta ventajas para las personas que contratan el trabajo doméstico, pues les simplifica los trámites y les ahorra gestiones.

Según un proyecto elaborado por Work-Lan, con apoyo de la Diputación de Bizkaia y colaboración de la Fundación Ellacuría y Salesianos de Deusto, la creación de cooperativas de trabajo asociado en el sector doméstico ofrece numerosas ventajas, tanto para la parte trabajadora como para la empleadora. El objetivo de este proyecto es impulsar la creación y consolidación del empleo y mejorar las condiciones de trabajo de las empleadas domésticas.

Actualmente Work-Lan ya está trabajando en la configuración de la primera de estas cooperativas en el País Vasco y continúa organizando charlas informativas y talleres para explicar a las trabajadoras de hogar las posibilidades y beneficios de crear este tipo de empresas. En la iniciativa de Muskiz participan seis mujeres, mientras que en Bilbao y otras localidades se está en la fase de identificar a las personas interesadas en promover cooperativas.

Belén Varela, gerente de Work-Lan, apunta que el diseño que mejor se adapta a la situación de las trabajadoras del hogar es el de cooperativa pequeña de iniciativa social. "En este sector trabajan muchas mujeres inmigrantes, algunas internas, y el trabajo que hacen no es solo de limpieza, sino que



atienden a personas, hacen gestiones, les acompañan al médico... lo que tenemos ahí es un trabajo de ayuda a domicilio. Nuestro proyecto está basado en cooperativas de ayuda a domicilio, entre otras cosas, porque eso nos permite obtener la calificación de cooperativas de iniciativa social lo que hace que estén exentas de IVA y evita que ese mayor coste que supondría cargar el IVA recaiga sobre los hogares empleados", explica Belén Varela.

La responsable de Work-Lan es una firme defensora de la fórmula cooperativa y más en el caso del trabajo de ayuda domiciliaria. "Creemos que es una buena oportunidad para ampliar mercado, trabajo y sobre todo para solventar la situación en la que muchas mujeres se encuentran ahora con el nuevo real decreto sobre trabajo doméstico, que complica bastante las cosas, tanto para los hogares empleadores como para las trabajadoras", dice. Sin embargo, tener una empleada que forma parte de una cooperativa simplifica mucho la situación de los empleadores, "porque la misma persona que ya tienen trabajando en su casa les presenta una factura a final de mes y se acabó", no tienen que elaborar nóminas mensuales ni realizar los trámites ante la Seguridad Social. "Hemos detectado -añade Varela- que hay hogares que prefieren prescindir de la persona que tienen trabajando porque no quieren complicarse la vida realizando trámites ante la Seguridad Social, hacer nóminas... más todo lo que supone cuando hay bajas por enfermedad, vacaciones... no es tan sencillo. En un futuro próximo también habrá hogares en los que el coste del trabajo doméstico se incrementa, no solo por el pago de cotizaciones, sino porque tendrán que contar con una asesoría. Nuestro planteamiento les ahorra ese coste".

Para las trabajadoras las ventajas también son importantes, ya que ellas mismas han comprobado que la nueva ley en lugar de regularizarlas está provocando muchos despidos. Sobre todo en el grupo de empleadas discontinuas y aquellas que trabajan en varios domicilios, dado que son los empleadores los que deben darlas de alta en la Seguridad Social y que la afiliación por cuenta propia se ha eliminado.

Entre las ventajas que para las trabajadoras tienen las cooperativas Belén Varela cita la existencia de "ayudas por parte de la Dirección de Economía Social del Gobierno vasco, de los ayuntamientos y otras instituciones que permiten cubrir una parte importante del coste de cotización a la Seguridad Social,

de tal manera que las mujeres que constituyen las cooperativas pueden asumir los primeros gastos de la Seguridad Social con estas ayudas". A eso se añade que "las socias-trabajadoras de una cooperativa que optan por el régimen general son asimiladas a trabajadoras por cuenta ajena y pueden beneficiarse de todas las bonificaciones a la contratación que estén vigentes". Belén Varela pone el ejemplo de "una mujer mayor de 45 años que hasta ahora ha estado en la economía sumergida y lleva más de 12 meses en desempleo, y que tiene una bonificación de 1.300 euros durante 4 años". "Si unes las ayudas con las bonificaciones a las que muchas pueden acogerse eso hace que el coste de cotizar a la Seguridad Social sean mínimo, además están emergiendo trabajo y pueden beneficiarse de los derechos laborales y sociales que supone ser una trabajadora de pleno derecho. En ese sentido nos parece que formar cooperativas para el trabajo de ayuda a domicilio es una iniciativa muy interesante", apunta la experta. Y también "es una oportunidad de profesionalizar la actividad que desarrollan estas trabajadoras". En cuanto a las dificultades de gestión y administración que



pueden encontrar las socias de estas cooperativas, Belén Varela señala que están buscando recursos para poder organizar unos cursos en los que las futuras cooperativistas reciban formación para hacer frente a las gestiones básicas. "Queremos -dice- formar a las mujeres para que sean capaces de hacer sus nóminas y cotizaciones todos los meses". Quedaría aún el tema de la contabilidad de la empresa. Para eso desde Work-Lan intentarán llegar a acuerdos con algunas asesorías para que el trabajo sea el mínimo imprescindible. También se plantean hacer propuestas de trueque con esas asesorías, de forma que el trabajo de preparar los libros de contabilidad para presentarlos en el Registro se haga a cambio de horas de servicio.

LA CRISIS ECONÓMICA CONVIERTE A LAS MUJERES EN EMPRENDEDORAS

El 83% del empleo autónomo perdido desde 2008 es masculino.

La crisis ha empujado a las mujeres no sólo al mercado de trabajo, sino también a la aventura empresarial. Así, desde 2009, casi medio millón de amas de casa se han incorporado a la búsqueda activa de empleo, de ellas casi 200.000 sólo en el último año, según asegura la Fundación Adecco.

Es más, frene al descenso general del empleo autónomo, en 2011 creció el número de emprendedoras -son ya el 33,4%, 12 puntos porcentuales más que en 2010-, mientras que no ha dejado de crecer el de trabajadores por cuenta propia. De hecho, desde 2008, el 83% del empleo autónomo perdido ha sido masculino, según la organización ATA.

Las causas de esta tendencia las sitúa Adecco en la necesidad de aportar un sueldo adicional al hogar o en el hecho de que el cónyuge haya perdido su trabajo. Para UGT, en cambio, el motivo es distinto: las mujeres sortean las dificultades que encuentran para colocarse como asalariadas bien creando su propio empleo, bien aceptando la "imposición empresarial" que les exige "darse de alta como autónomas para conseguir un trabajo remunerado".

Pese a estos avances, la tasa de empleo femenino en España, el 52,35% sigue siendo de las más bajas de la UE, frente al 71,1% de Dinamarca. Además, ese empleo sigue



siendo más precario, peor retribuido, con menores cotizaciones a la Seguridad Social, temporal y a tiempo parcial. Las cifras de los sindicatos y la ETT Adecco coinciden en destacar que, en efecto, el 76% de los contratos a tiempo parcial en España -casi un millón- los firman mujeres. Y que el 60% de ellas ha aceptado esa jornada porque no ha hallado un puesto a tiempo completo.

Pero la discriminación va incluso más allá. Un estudio de la Fundación Primero de Mayo de CCOO resalta también las diferencias salariales. Si ya de por sí trabajar a tiempo parcial

significa cobrar menos de la mitad que a jornada completa -10.307 euros al año, frene a 25.057- una mujer percibe una media de 9.872 euros, frente a 11.247 de un hombre.

También el 60,2% de las mujeres contratadas por la ETT Adecco sólo posee estudios elementales, y básicamente para auxiliar administrativo, teleoperadora, peona y manipuladora. Por el contrario, no llega al 10% el número de mujeres en cargos de alta dirección, de acuerdo con un estudio de PriceWaterhouseCoopers e Isotes. Aunque el 60% de los titulados universitarios son mujeres.

Y la reforma laboral no va a mejorar el panorama, según denuncia la secretaria de la Mujer de CCOO, Carmen Bravo. El Gobierno, explicó, ha eliminado el incentivo de cien euros a la contratación de mujeres que se reincorporan al trabajo antes de los dos años de su maternidad. "La incorporación de las mujeres empeora las estadísticas", aseguró Bravo, "por lo que es mejor que figuren como activas".

UN ESTUDIO DE EMAKUNDE SEÑALA QUE LAS NUEVAS FAMILIAS REPRODUCEN LOS PATRONES DE DESIGUALDAD

Los jóvenes vascos viven el espejismo de la igualdad, a pesar de que el sexismo perdura en el día a día.

Algo está fallando en las políticas de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres llevadas a cabo por las distintas instituciones vascas, entre ellas Emakunde. A pesar de numerosas campañas de concienciación llevadas a cabo por el Instituto Vasco de la Mujer, los estereotipos sexistas continúan más vigentes que nunca, tanto en la publicidad como en la vida cotidiana. Al menos así se desprende de un estudio elaborado por la Universidad de Deusto y Emakunde, que deja patente que las nuevas familias vascas están reproduciendo los mismos patrones de desigualdad entre hombres y mujeres en el trabajo doméstico. Un dato para el estudio y la reflexión de los políticos de Euskadi.

Aunque la sociedad vasca ha avanzado en sus herramientas contra la desigualdad, con leyes e inversiones destinadas a desterrar las diferencias entre mujeres y hombres, en el día a día, se vive el espejismo de la igualdad, una realidad en la que se continúan reproduciendo los estereotipos sexistas y situaciones que se pueden encontrar en la antesala del maltrato.

Las distintas encuestas nos indican que los jóvenes vascos no perciben esa otra realidad, lo que les impide apreciar las señales de desigualdad. A pesar de todo, las cifras son claras: el 33,4% de las mujeres fueron víctimas de la violencia de género durante el primer semestre de 2012.

La directora de Emakunde, María Silvestre, y los autores de tres libros financiados por el Instituto de la Mujer presentaron el lunes 20 de mayo en Gasteiz estos trabajos centrados en distintas cuestiones relacionadas con la igualdad. Uno de estos libros se titula "Maternidad, paternidad y conciliación en la Comunidad Autónoma Vasca", basado en la tesis doctoral de la socióloga Raquel Royo. Raquel explicó que su trabajo se ha centrado en el análisis de las situaciones domésticas de medio centenar de personas que, en principio, podrían responder a nuevos parámetros sociales, al tener los dos miembros de la pareja estudios universitarios, trabajar ambos fuera del hogar y pertenecer a núcleos urbanos, entre otros aspectos.

Pese a ello, según relató la autora, se mantienen las "inercias de género" de manera significativa, lo que provoca la "doble jornada de las mujeres (fuera y dentro del hogar) o su sentimiento de culpa" por trabajar fuera. La socióloga se refirió a los "mecanismos ocultos" que mantienen los roles tradicionales de los hombres y las mujeres y que llevan a un desinterés masculino por labores socialmente consideradas como femeninas, como la limpieza, pero también a un sentimiento similar a la inversa, como por ejemplo la falta de interés de las mujeres por los pequeños



arreglos domésticos.

El mantenimiento de esos roles solo se modificará si, a parte de cambios en la educación de las nuevas generaciones, se produce un vuelco en la sociedad y se pone en "el centro del sistema la propia vida y no la producción económica". Y es en esta misma línea en la cual los movimientos feministas de Euskadi y Emakunde alertan sobre un posible retroceso de los avances en las políticas de igualdad. "Las leyes no están legitimadas socialmente al cien por cien, no terminamos de creer que sea necesario un marco normativo como ese porque en el fondo nuestra cultura sigue basándose en principios y en valores muy desiguales", reconocen.

Otro de los trabajos presentados fue el titulado, en euskera, "El tratamiento de género en la formación del profesorado", de la pedagoga Pilar Aristizabal. Este estudio recoge la percepción del alumnado de la Escuela Universitaria de Magisterio de Gasteiz sobre la igualdad entre hombres y mujeres, una cuestión que, en su opinión, está "superada", a pesar de constatar que, por ejemplo, la desigualdad influye en la elección de los estudios por parte de los chicos y las chicas.

Perspectiva de género

Aristizabal considera que se debe hacer un mayor esfuerzo en la sensibilización para desarrollar el reto de introducir la perspectiva de género en las nuevas titulaciones, ya que según constata en su trabajo la igualdad no se encuentra entre las prioridades del alumnado.

El tercer libro editado por el Instituto Vasco de la Mujer-Emakunde y el Instituto Vasco de Criminología constata, según la directora de Emakunde, que la violencia de género se ha utilizado como "arma de guerra" en conflictos bélicos.

Este trabajo, "Situación penitenciaria de las mujeres presas en la cárcel de Saturrarán durante la Guerra Civil española y la primera posguerra", se inició tras encontrar en la prisión de Martutene expedientes penitenciarios de mujeres presas en Saturrarán. Ander León, uno de los autores del libro, explicó que en todos los conflictos y, en este caso, por parte del franquismo, se utilizó la cárcel como método de "aniquilación del enemigo, en general, y de las mujeres, en particular, a las que se castigaba por ser militantes activas en contra del régimen o por ser pareja, madre o familiar".

De hecho, Andrés León recordó cómo a las mujeres prisioneras se las sometía a castigos específicos que no se aplicaban a los hombres, como cortarles el pelo al cero u obligarlas a paseos públicos denigrantes.



"DURANTE SEIS MESES HE TENIDO QUE ESTUDIAR DOCE HORAS SEGUIDAS"

La getxotarra Isabel Echavarría Díaz-Guardamino logra la segunda mejor nota de España en el examen para Médico Interno Residente (MIR).

La constancia, unas dotes innatas para el estudio y miles de horas preparándose han permitido a la getxotarra Isabel Echavarría Díaz-Guardamino obtener la segunda mejor nota en el temido examen para Médico Interno Residente (MIR). Este año 12.000 personas optaban a las 6.707 plazas ofertadas en toda España. Nada más acabar sus estudios en la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra, esta joven de 23 años optó, como muchos aspirantes, a apuntarse a una prestigiosa academia de Oviedo para preparar concienzudamente tan importante desafío.

"Durante seis meses he tenido que estudiar doce horas diarias", reconoce. Pero no estuvo sola en esta aventura. Muchos de sus compañeros acudieron al mismo centro, lo que «hizo la estancia mucho más llevadera, incluso nos permitimos alguna salida nocturna».

En realidad, el fruto de miles de horas con la cabeza sumergida entre libros y apuntes fue obtener la mejor calificación en la prueba. Sin embargo, el expediente académico «me bajó unas décimas al hacer el cómputo general». Así que obtuvo un 3,24 sobre cuatro puntos posibles. El segundo puesto, sin embargo, no es ningún demérito. Esta posición de privilegio le permitirá elegir su



residencia. Y ella lo tiene muy claro. Quiere especializarse en Oncología en un hospital madrileño. De hecho, ya ha visitado la capital española para conocer los entresijos de diversos centros sanitarios y así elegir plaza con conocimiento de causa.

«Cercana al paciente»

Su preferencia por esta especialidad obedece a que es una rama muy «humana, ya que la relación entre médico y paciente es muy cercana. Es lo más parecido a medicina interna que siempre me ha gustado». Isabel sabe muy bien de lo que habla: hizo prácticas en Oncología infantil en Estados Unidos, y con adultos en el hospital Gregorio Marañón, en Madrid. Su amor por la medicina le viene «desde pequeña, siempre he querido ser doctora». Y es que tiene dos tías y una prima que ejercen esa misma profesión. Tampoco la elección de la Universidad de Navarra fue fruto del azar. «Lo tenía claro desde hace mucho tiempo y ha sido todo un acierto».

En cualquier caso, a pesar de su brillante expediente académico, Isabel niega ser un ratón de biblioteca. «Es cierto que he estudiado mucho, pero no me he privado de disfrutar de otras cosas que me encantan en mi tiempo libre, como viajar, esquiar, estar con mi familia y salir con mis amigos». De hecho, nada más concluir el examen y celebrarlo con su familia, estuvo en Suiza y luego «en Pamplona con mis compañeros». Incluso ha tenido unos días para estar en su casa, en Las Arenas, donde no ha parado de recibir felicitaciones. En cuanto al futuro, prefiere no adelantar acontecimientos. «Primero quiero disfrutar de los primeros años como residente, y luego ya se verá».

NUEVE JUEZAS JURAN SU CARGO PARA EJERCER EN EUSKADI

Tiene una media de treinta años y han dedicado cuatro de ellos a preparar la oposición.

Nueve juezas de la 62 promoción juraron o prometieron el lunes 3 de marzo su cargo para ejercer en Euskadi en un acto en el Tribunal Superior de Justicia del País Vasco presidido por su presidente, Juan Luis Ibarra. De estas magistradas, dos prestarán sus servicios en Balmaseda, dos en Durango, tres en Irún, otra en Bergara y una última será juez de Adscripción territorial del Tribunal Superior en Gipuzkoa. La 62 promoción está integrada mayoritariamente por mujeres (65%), el promedio de edad es de 30 años y han empleado una media de cuatro años para sacar la oposición. Ibarra les recordó que el jurista será reconocido como tal «en razón de su destreza en conseguir que el conocimiento jurídico se plasme en la realización social del buen derecho».



LA COMISIÓN EUROPEA PODRÍA FIJAR CUOTAS PARA GARANTIZAR LA PRESENCIA FEMENINA EN LAS DIRECCIONES DE LAS GRANDES EMPRESAS

La proporción de directivas es de una a siete, pese al 60% de universitarias.

El techo de cristal que impide a miles de mujeres ascender a lo más alto en los órganos de administración y dirección de las grandes empresas no solo resiste sino que es tan sólido que harán falta al menos 40 años para romperlo. Según el último informe sobre este tema, presentado por la Comisión Europea, los avances durante el último año han sido más bien escasos y débiles, tanto que la vicepresidenta y comisaria de justicia, Viviane Reding, anunció el lanzamiento de una consulta pública que evaluará la posibilidad de introducir por ley en la Unión Europea cuotas femeninas.

"Personalmente no me gustan las cuotas, pero si son el instrumento idóneo para alcanzar el objetivo que perseguimos, si es el camino, es el que seguiremos", explicó durante una conferencia de prensa en la que anunció nuevas medidas para después del verano. "Quizás necesitemos las cuotas para romper ese techo y normalizar la situación". Y es que si bien hace un año Reding pidió a las empresas que aumentaran voluntariamente el número de mujeres en los consejos de administración y firmaran el compromiso de elevar esta presencia hasta el 30% en 2015 y el 40% en 2020, la realidad doce meses después es "decepcionante". Tan solo 24 empresas han rubricado este pacto y según el informe a este ritmo serán necesarios 40 años para alcanzar la igualdad de género en los consejos de administración. Pese a que el 60% de los titulados universitarios son mujeres, las cifras señalan que apenas uno de cada siete miembros de los consejos de dirección de las grandes compañías es del sexo femenino (13,7%), un dato que supone una ligera mejoría respecto a 2010 (11,8%). En el caso de España este porcentaje se



limita al 11,5%, dos puntos más que en octubre de 2010. La conclusión de Bruselas es que el techo de cristal es sólido e impide "la progresión de las mujeres hacia la cumbre, aunque están cualificadas y hay suficiente talento", lamentó.

freno al crecimiento

Según la vicepresidenta, la falta de mujeres en las empresas va en detrimento de la competitividad y obstaculiza el crecimiento económico. Como muestra un informe de la consultoría McKinsey que cifra en un 56% superiores los beneficios de explotación que obtienen las empresas con igualdad de género respecto a las compañías en las que solo trabajan hombres. La práctica, sin embargo, demuestra que por mucho que las grandes consultoras subrayen los beneficios que reporta muy pocas apuestan por ello.

Como en otros ámbitos, aquí también ha diferencias entre el norte y el sur de Europa. Finlandia sigue estando a la cabeza en lo de contar con mujeres en sus órganos de dirección (27,1%), seguida de Letonia (25,9%), Suecia (25,2%) y Francia (22,3%) que ella sola ha aumentando el porcentaje de mujeres diez puntos en solo un año, la mitad de toda la UE gracias a la legislación sobre igualdad de género que promulgó el año pasado. Y es que, pese a no ser defensora de las cuotas, reconoce que en los países donde existen, como ocurre en Francia, "se ha progresado más", pero también en otros casos como Reino Unido, que ha pasado del 13 al 16%, o en los países nórdicos, que siguen a la vanguardia, y donde no tienen cuotas. "Hay que cambiar la mentalidad", insiste.

Según la Comisión, algunos países como la citada Francia, Bélgica, España, Italia y Holanda han aprobado medidas legislativas para establecer cuotas en los consejos de administración. En el caso español, por ejemplo, solo las empresas que cumplen con una determinada cuota femenina pueden acceder a las licitaciones públicas.

EL OPTIMISMO ES BUENO PARA EL CORAZÓN

Las personas optimistas tienen la mitad de riesgo de padecer un accidente cardiovascular.

Don't worry, be happy» (No se preocupe, sea feliz). El estribillo del famoso tema de Bobby McFerrin recupera todo su brillo al calor de los últimos descubrimientos científicos, que conectan la actitud positiva ante la vida con un corazón mucho más saludable. Antes de que el cantante estadounidense engatusara al mundo con su melodía, la sabiduría popular ya había demostrado que ver el vaso medio lleno y disfrutar de los placeres sencillos es el mejor seguro de vida. Sin embargo, ha habido que esperar a que la Universidad de Harvard estampase su sello en uno de sus prestigiosos estudios para recuperar una idea que parece cada vez más arrinconada en estos tiempos de crisis. Puesto en términos estadísticos, el estudio concluye que los individuos más optimistas tienen un 50% menos de riesgo de enfermedad cardíaca y circulatoria que los que viven atosigados por los problemas y son proclives a dejarse dominar por la sombra de la negatividad. El hallazgo no ha sido producto de un trabajo en particular sino que es consecuencia de la revisión de 200 investigaciones realizadas en los últimos tiempos donde se observa que las personas optimistas tienen una mejor salud en general, sobre todo porque ven cómo sus organismos se defienden mejor contra la plaga de dolencias crónicas asociadas a la vida moderna como la hipertensión, el



alto colesterol o la diabetes. Los estados psicológicos dominados por el estrés, la depresión, ira, ansiedad y hostilidad serían los agravantes que terminaría por afectar de manera fatal al corazón.

«Hemos visto que factores como la felicidad, el optimismo o la satisfacción con la propia vida reducen el riesgo de enfermedades del corazón, independientemente de otras características como la edad, el estatus socioeconómico o el peso», explica Julia Bohem, una de las autoras del trabajo, publicado en la revista 'Psychological Bulletin'. Redford Williams, una de las máximas autoridades de EE UU en ciencias de la conducta, va más allá y asevera que los beneficios sobre la salud de una actitud positiva continuada son indudables para el corazón, minimizando el impacto de las experiencias negativas ocasionales que suceden a lo largo de la vida de una persona.

Hábitos saludables

Para entender mejor las relaciones entre la salud psicológica y la cardiovascular, los investigadores analizaron otros factores indirectos relacionados con las actitudes positivas. Los resultados mostraron que, en general, las personas que se sienten satisfechas con su vida también tienden a adoptar hábitos más saludables: practican ejercicio diariamente, siguen una dieta sana y duermen un número de horas aceptable. Además, las personas con actitudes más positivas suelen tener menor presión sanguínea, los lípidos en sangre dentro de los niveles estándar y un peso corporal normal, todos ellos factores que minimizan el riesgo de accidentes cardiovasculares. Si investigaciones futuras confirman que niveles más altos de satisfacción, optimismo y felicidad benefician la salud cardiovascular, los hallazgos podrían resultar importantes para la creación de estrategias de prevención y tratamiento.



LAS MUJERES QUE SUPERAN UN CÁNCER DE MAMA PUEDEN PERDER CAPACIDAD MENTAL VARIOS AÑOS

Las supervivientes de cáncer de mama pueden experimentar problemas con ciertas capacidades mentales hasta varios años después del tratamiento, independientemente de si fueron sometidas a quimioterapia más radioterapia o solo a radioterapia. Lo confirma así un estudio publicado en la revista 'Cáncer', que supervisa la sociedad americana que lucha contra esta enfermedad. El trabajo revela que existen varias formas, relacionadas con la medicación, en que las terapias contra el cáncer afectan negativamente a las habilidades mentales de las pacientes. Los problemas



cognitivos persisten, según se ha visto, hasta tres años después de concluida la terapia.

Investigaciones previas ya sugerían que la quimioterapia puede causar problemas de memoria y concentración en mujeres que superan cánceres de mama. Las participantes en el estudio pasaron por evaluaciones neuropsicológicas seis meses después de completar el tratamiento y, de nuevo, 36 meses después para verificar los datos.

PAUSOA NOLAKOA, BARNE-ZOLA HALAKOA

Zapaten barne-zolek, erosotasuna emateaz gain, funtsezko eragina dute oinazpiko eritasunei aurre egiteko orduan.

Oinetakoak janzen dizkiegu, eta han behean geratzen dira, zama guztia gainean dutela eta erdi ahantzita. Arreta handirik jarri gabe eta zer behar duten kontuan hartu gabe, muga-mugara eramaten ditugu sarri askotan. Haiak, berriz, batetik bestera eramaten gaituzte, ordainetan deus eskatu gabe. Oinei buruz ari gara, eta, zehazki, oinazpiei edo oin-zolei buruz. Gorputzari eusten dioten zutabeak dira, baina behar-beharrean ez bada, ez diegu eskaintzen merezi duten arretarik, eta arrazoi horregatik, gero eta jende gehiagok behar izaten ditu barne-zolak zapatatzen, bai arazoaren bat zuzentzeko, bai oinazeei aurre hartzeko eta, zergatik ez, erosoago ibiltzeko ere bai. Azken batean, konponbide bikainak dira gure oin nekatu, minberatu eta gogortasunez beteentzat. Askotan, min arinak saihesteko, aski izaten da ohiko oinetakoentzat diren zolak erabiltzea, baina horiekin ezin denean, erdi mailako zolak behar izaten dira, eta bestela, profesional batek agindutako zola terapeutikoak jarri beharko dira. Oin bakoitzarentzat, beraz, zola bat komeni da. Norberak zer podologia-arazo daukan ikusi beharra dago, harentzat zola mota egokiena zein den jakiteko.

Ohiko oinetakoen zolak

Oinetakorik gehienek barne-zola eduki ohi dute erosotasuna bermatzeko; batzuk kendu egin daitezke, eta besteak zapatarri itsatsita egoten dira. Uneotan, era askotako barne-zolak daude, EVASekin, latexarekin eta poliuretanoarekin eginak, besteak beste, eta badira ezaugarri bereziak dituztenak ere, pertsona talde jakinek erabil dituztenak: kirol-oinetakoak erabiltzen dituztenek, haurrek, adinekoek edo emakumeek. Zola guztien artean, bio anatomikoak dira erosoena, horien forma egokitu egiten baitzaio oinaren anatomiar (orpoak, arkuak eta metatarsal-hezurrek osatzen dute oina). Kirol-oinetakoarentzat, barne-zola bereziak egin dituzte, zoruaren aurkako kolpeak arintzen dituztenak lasterka egiterakoan edo jauzi egiterakoan. Zola horiei zati bat eransten diete orpoan, material espezifiko egina, zeinak hobeki xurgatzen baititu zoruaren aurkako kolpeak.

Haurren oinetakoetan, oinen higieua hobetuko duten zolak behar izaten dira, elementu bakterizidak eta onddoen aurkakoak dauzkatenak. Haurrak zenbat eta txi-



kiagoak izan, orduan eta ehun guri gehiago izaten du haien oinazpiak, eta, beraz, ez da beharrezkoa izaten barne-zolak beste ezerekin osatzea. Adinekoei, berriz, kontrakoa gertatzen zaie: oinazpiko mintza murriztu egiten da, eta oina lurrean jartzean, presio handia jasaten dute; ondorioz, material aringarriekin osatu behar izaten dira zolak, oinazpiko presioa modu egokian banatu dadin.

Emakumeentzako zolan ere berrikuntza interesgarri bat agertu da azken urteetan: zapata takoidunetan jartzeko zola-zatiak. Orpoan jartzen dira zolak, oin erdiraino, edo, bestela, oinaren aurreko aldean, metatarsal hartzen dutela. Zola-zati horien helburua da oinak ez dezala irrist egin, eta erabiltzaileak erosotasun handiagoa eta presio txikiagoa senti dezala takoiaren gainean jarrita eta oinaren aurreko

aldean. Egonkortasuna hobetzen dute, erosotasuna ere bai, eta ohiko patologiei aurre hartzen laguntzen dute; besteak beste, talalgiei eta metatarsalgiei. Min kronikoak dira horiek biak, orpoan izaten dena lehena eta oinaren aurrealdean bigarrena, eta emakume askok izaten dituzte 65 urtetik aurrera. Erdi mailako barne-zolak

Ohiko oinetakoen zolen eta terapeutikoen artean, erdi mailakoak daude, botiketan, supermerkatuetan eta kirol-dendetan saltzen direnak. Erabiltzaileek horiek erosten dituzte, baldin eta zapatek lehendik dauzkatenak gustatzen ez bazaizkie edo beren beharretara egokitzen ez badira, oinetakoek zola oso gogorra badute edo arazoak badituzte oinazpian edo orpoan.

Oinetan izaten den mina arintzea eta erosotasuna hobetzea izaten da helburua. Hainbat material erabiltzen dituzte horiek egiteko: gela, EVAS, poliuretanoa edo latex sofisticatua. Prezioa, berriz, 5 eta 20 euroren artekoa izaten dute. Horiekin ere oinazzea joaten ez bada, podologotara joan beharra dago laguntza profesionala eskatzera; hark aztertuko du oinean patologiarik baden edo ez, gerta daiteke-eta lotura edukitzea belaunetan, bizkarrean edo egitura muskulu-eskeletikoan sortu den arazoaren batekin.

Oinak ez dezan zapalkuntzarik jasan

- Produktu ez-terapeutikoa bada,

eguneroko oinetakoentzat, arretaz erreparatu behar zaio barnezolari, elementu garrantzitsua baita erosotasuna bermatzeko, eta eragina ere handia du oinazpiko eritasunei eta oinazeari aurre hartzeko.

- Arreta bereziarekin aukeratu behar dira haurrentzat eta adinekoentzat diren zolak.

- Zalanta edukiz gero, eta mina sumatzen bada oinetan edo belaunean edo bizkarrean, podologo bati edo profesional bati galdetu behar zaio.

- Barne-zolek sendabide eraginkorrak dira, eta erasaten ez dutenak; gainera, oso onak izan daitezke oinen osasunarentzat.

Barne-zola terapeutikoak

Oinetan izaten diren arazoak zuzentzea eta konponbidean jartzea izaten da zola terapeutikoen helburua. Talalgia eta metatarsalgia aipatu ditugu lehen, baina badira bestelako arazo batzuk ere:

Oinaren lerrokadura: Norbaitek oin laua edo plano duenean, oinaren arku behar baino beheago izaten du. Batzuetan, oin laua izateaz gain, gerta daiteke oinak gehiegi biratzea orkatilarekiko, eta azken hori edo oina? barrurantz makurtzea (oin lau valgoa); epe luzera, eta beste arrisku-faktore batzuei lotuta (luzaroan zutik egotea, adibidez), beste arazo bat ekar dezake: oin-zolako faszitisa. Horregatik, oin laua duten pertsonen zola terapeutikoak jartzen dizkietenean, arku goratzeko izaten da, eta oinaren eta orkatilaren lerrokadura zuzentzeko. Oinaren barnealdean doan zatia lodiagoa izaten dute zolek, eta kanpoaldekoa finagoa, gehiegizko makurdura zuzentzeko (pronazioa). Oin sakon edo kaboa dutenei kontrakoa gertatzen zaie: oinaren arku oso handia izaten da eta, oro har, horrekin batera, oina gehiegi biratzen da orkatilarekiko, eta oina kanporantz makurtzen da (oin sakon varoa). Barne-zolak, beraz, oin lauentzat ez bezalakoak izaten dira: oinaren kanpoko alde goratzen dute barruko alde beharrean, orkatila lerroka dadin, eta zolaren anatomia arkuaren neurria egokitu dadin, oina lurrean normal jartzeko. Era horretan lortzen da arkuak euskarri bat izan dezan pisuarentzat, eta horren gainean berma dadin.

Barne-zolak erabiltzeak ez du zuzentzen oin lauaren eta oin sakonaren anatomia, baina saihestu egiten du oin-forma horiek bestelako arazorik sortzea. Oin laua gehiago bermatzen da barnealdearen eta behatz lodien gainean, non jua-nikoteak sortzen diren (Hallux valgus), eta areagotu egiten ditu juanikoteak eta barnealdeko gogortasunak. Oin sakonetan, berriz, kanpoaldean eta behatz txikian agertzen dira gogortasunak.

Oinaren lerrokaduraren arazoei dagokienez, kontu berezia eduki behar da haurrekin. Haurrek, jaiotzen direnean, ehun guri ugari izaten dute oinean, eta oin lauak izaten dituzte, gainera. Hazi ahala, ehun gantzatsua galdu eta arku sortzen da. Hiru edo lau urte egin ondoren azal daitezke arazoak oinetan, baina diagnostiko garbirik ez da lortzen haurrak bost edo zazpi urte bete arte. Haurrak oinetan arazoak izan ditzakeela susmatzen bada, komeni izaten da urtero podologoa-rengana eramatea, azterketa egin diezaion, batik bat lehen urteetan, oina azkarrago hazten den garaian, alegia (hamalau edo hamabost urteetatik aurrera, motelago hazten da), zeren barne-zola txiki geratuko balitz, gaizki jarria edukiko luke orekatu beharreko oinaren forma anatomikoarentzat.

Oin-zolako faszitisa: Faszia batek biltzen du oinazpiaren



barrualdea, ehun-mintz batek, alegia (tendoien oso antzekoa da), eta horri esker, tentsioan egoten da oinaren arku. Oin-azpiko faszitisa zera da: faszia hanpatzea, eta, ondorioz, mina izaten da orpoan edo oin-azpiaren erdigunean. Oinetako desegokiak erabilita sortu edo larritu liteke faszitisa, eta gune horri lan gehiegi eginarazteagatik ere izan liteke (luzaroan zutik egon behar dutenek, kirolariek, pisu gehiegi duten pertsonen... jasan dezakete). Oin lauak eta gehiegizko pronazioa ere arrisku-faktoreak dira, faszia tentsio handia egin diezaiokete eta. Oin-azpiko faszitisaren oinazeak saihesteko, oinaren arkuari utsiko dion zola erabil daiteke, faszia duen tentsioa murriztu eta ez dezan hainbeste tiratu metatarsal eta orpoan barneratzen diren guneetan.

Faszia oinazeak arintzeko, infiltrazioak eta hanturen aurkako sendagaiak hartu behar izaten dira. Horregatik, barne-zolak erabiltzeko aukera beti da ona, sendagaiak baino gutxiago erasaten baitute.

Oin diabetikoa: Pertsona diabetikoek saiatu behar izaten dute ahal bezain modu homogeneoan banatzen oinaren gaineko presioak, inon ez dadin sortu gehiegizko presiorik, eta hortik ez dadin etorri ultzeraren bat. Beraz, oinaren guneren batean presio gehiegi izaten dela ikusiz gero, podologotara joan eta barne-zola moldatu behar lukeke (material guriago bat sartuta edo zulo bat eginda). Podologoek egiten dituzte zola horiek, eta horiei esker, diabetikoek ongi banatzen dituzte oinaren gaineko presioak, eta saihestu egiten dituzte ultzerak.

Nola egiten dira barne-zolak?

Zola terapeutikoak egiteko, bestelako zolentzat erabiltzen diren material berberak erabiltzen dituzte gehienetan. Prezioetan, alde nabarmenak aurki litezke: 80 eurotik 150 euro bitartekoak daude, eta horri, podologoaren bisita gehitu behar zaio (beste 60 euro). Podologoek eurek agintzen dute zer zola mota behar duen bakoitzak, eta egin ere, eurek egiten dituzte; traumatologoek ere agindu dezakete zer zola jarri behar den, baina ez dituzte egiten, eta ortopediek, berriz, egin bai, baina ezin dute agindu. Arrazoi horregatik, traumatologoak esan dezake zer zola mota jarri behar den, eta ortopedia batera bidal dezake bezeroa, han eros ditzan, baina podologoak bi gauzak egin ditzake: oina aztertu eta zola egin. Argibide horiek eman dizkigu Juan Carlos Gonzalezek, Valentziako Biomekanika Institutuko Jantzien Saileko zuzendariak.

ONCE MUJERES DENUNCIAN CADA DÍA EN EUSKADI

El año pasado se presentaron en Euskadi 4.125 denuncias por violencia machista y casi el 16% de las denunciadas renunciaron a continuar con el proceso judicial.

4.125 denuncias por violencia machista en Euskadi en 2011, o sea, más de 11 al día. En total, 4.125 mujeres sufrieron esta lacra que en el Estado dejó otra escalofriante cifra. Nada menos que una denuncia cada cuatro minutos, lo que supone 367 al día. Casi nada.

El año pasado los órganos judiciales de la Comunidad Autónoma Vasca recibieron un total de 4.125 denuncias por violencia machista, lo que supone la presentación de una media de once denuncias al día, según los datos del Consejo General de Poder Judicial. La estadística en relación con las actuaciones judiciales por violencia contra las mujeres también muestran que un 15,85% de las vascas que interpusieron una denuncia el año pasado renunciaron después a continuar con el proceso judicial.

En 2011 se incoaron en Euskadi 953 órdenes de protección para las víctimas de violencia machista. En el 63% de los casos, los jueces concedieron esta medida (596 órdenes) y la denegaron el 37% restante (357).

En cuanto a la evolución del número de denuncias presentadas, en 2010 y según la memoria de la actividad judicial del TSJPV, un mayor número de víctimas acudieron a los juzgados (hubo 5.678 denuncias), aunque también fue superior el porcentaje de renunciadas a continuar con el proceso (19%). En los dos últimos años, el porcentaje de renunciadas en Euskadi fue superior a la media estatal, que se situó en el 11% en 2010 y en el 11,54% el año pasado, periodo en el que Navarra fue la comunidad con más renunciadas (22,15%) y Euskadi, la segunda. En cuanto a la tasa de denuncias por cada diez mil mujeres, Euskadi fue en 2011 la cuarta comunidad autónoma con el ratio más bajo (36,91) y solo tuvieron menos denuncias Galicia (35,64), Extremadura (35,72) y Castilla y León (36,89).

mantener las alertas Por lo que respecta a la situación general en el Estado, el Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género del Poder Judicial reclamó ayer que se mantengan la alerta y las campañas de sensibilización para no retroceder



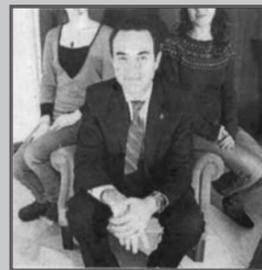
en la lucha contra este tipo de agresiones y conseguir mayor implicación del entorno familiar.

El número de denuncias de violencia de género registradas en 2011 se mantuvo estable en 134.002 casos -un 0,1% menos que en 2010, que fueron 135.540-, con una media diaria de 367 denuncias (368 en el anterior ejercicio). El 71,48% de las denuncias fueron presentadas por las propias víctimas, el 14,65% derivadas de la intervención directa de la Policía, el 11,41% de parte de lesiones, el 1,31% por intervención de los servicios sociales y el 1,15% las presentaron los familiares. En seis de cada diez casos se mantenía la relación de la pareja en el momento de solicitar las órdenes de protección.

La presidenta del Observatorio, Inmaculada Montalbán, apuntó ayer que junto al número de denuncias se mantienen estables dos variables que "preocupan" a la institución: el número de mujeres que renuncian a seguir con el proceso, que son el 11,54% de las denunciadas (15.460), y el bajo índice de denuncias en el entorno familiar de las víctimas, del que "sólo" parte un 1,15% de los procedimientos.

EXPERTOS ANALIZAN EL PRECIO DE LA DESIGUALDAD

Miguel Llorente, exdelegado del Gobierno para la Violencia de Género, y Anna mercadé, del Observatorio Dona, empresa i Economía, participaron el martes 8 de mayo en la jornada "El precio de la desigualdad", que se celebró en el Colegio de Abogados de Bizkaia. El acto fue organizado por el Servicio de la Mujer del Modulo Psicosocial



Deusto-San Ignacio.



UN GRUPO DE MUJERES VÍCTIMAS DE MALTRATO RETRATA SUS VIVENCIAS A TRAVÉS DEL TEATRO

Una mujer sale a escena, sola frente al mundo, con la emoción contenida por las heridas del alma que quedan por cicatrizar. "Hola, me llamo Maisa", anuncia. Otra mujer sigue su camino. "Tengo 31 años". También se llama Maisa. En unos instantes el escenario se inunda de valentía e integridad. Las víctimas de violencia de género han dado un paso al frente y escenifican su lucha por salir adelante.

La representación realizada el miércoles 7 de marzo en el auditorio del centro cívico de Bilbao La Vieja relata la liberación de un colectivo asediado hasta el borde de la supervivencia. La historia la protagoniza un grupo de 12 víctimas de malos tratos que participan en un programa de autonomía personal de la asociación Margotu. Las mujeres transmiten un relato en primera persona de su lucha por la vida con la asistencia técnica de Mbiolak, un colectivo artístico de inspiración social.

"Muestran su capacidad de superar obstáculos todos los días", destaca Aitziber Bañuelos, miembro de Margotu. Sus integrantes salen a flote en circunstancias adversas, frecuentemente solas y con hijos a su cargo sin el paraguas de un salario adecuado. "Hola, me llamo Maisa" describe las dificultades que asaltan su camino a diario. Las mujeres se detienen en las incertidumbres que amenazan con atenzarlas. Las interpretes se lanzan a un cruce de inquietudes: "Tengo miedo a fallar a mis hijos y no darles lo que necesitan, tengo miedo a avanzar en una relación y volver a fracasar". Después se produce una avalancha de ofertas laborales que rozan la miseria con salarios de 400 euros.

A continuación, la escena se vuelve frenética con el estrés incesante de estas mujeres en su tránsito cotidiano de papeleo en papeleo por los organismos públicos. Sin embargo, la esperanza irrumpe como un arco iris en medio de la tempestad a través de un mensaje de optimismo. El ritmo vitalista de "Ai se eu te pego" entra en escena fomentando el baile liberador de las protagonistas.



La teatralización de su realidad supone un nuevo impulso en un proceso de recuperación que se proyecta a largo plazo con el objetivo de lograr la autonomía personal. "Al principio llegan bloqueadas en su capacidad de decisión", apunta Bañuelos.

perfil disminuido Todavía hoy algunas de ellas mantienen un perfil público disminuido

por el temor a una reacción virulenta de sus antiguos compañeros. En el presente todavía asoman los fantasmas del maltrato. "A veces vienen los recuerdos y no quieres ver a nadie. Solo lloras y lloras", relata Lucía, nombre ficticio de una brasileña recién independizada.

Esta residente aguantó vejaciones hasta que se decidió a vivir la vida sin cadenas. "Solo me quería como mujer para la cama y para limpiar. Di el paso por mí y mi hija. Soy joven y quería trabajar, salir adelante, tener un futuro", señala. El mismo espíritu de libertad condujo a la separación a la argelina Mokhtaria. "No podía salir ni a aprender castellano. Estaba sola, no me dejaba relacionarme con gente ni tener amigos", rememora.

Yolanda, bilbaina de Rekalde, habla a cara descubierta sobre el "infierno" que vivió durante 5 años hasta que dijo basta. "Me hacía sentir una mierda, sucia, inútil. Por fin he logrado que saliera de mi cabeza", apunta. Su turbulenta historia nació de un flechazo imparable que degeneró en una pesadilla. "Al principio era perfecto, atento y cariñoso", relata. Con 21 años se dejó llevar por la felicidad hasta el punto de lanzarse a la vida en común. Las agresiones llegaron a ser frecuentes, aunque ella reconoce más problemáticas las lesiones del alma, porque "los moratones se van en un unos días". La gota que colmó el vaso fue una amenaza de muerte que temía posible. El programa de Margotu ha supuesto un antídoto contra el pasado porque muchas de ellas se llegaron a acostumbrar al maltrato. "Piensas que es normal y que tienes que aguantar. Ahora ves a otras mujeres y te das cuenta de la realidad", confiesa Lucía.

90 VASCAS VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA MACHISTA RECIBIERON AYUDA ECONÓMICA EN 2011

La mayor parte de las peticiones denegadas tuvo como motivo que las demandantes superaban los ingresos máximos exigidos o cobraban otros subsidios.

Un total de 90 mujeres víctimas de violencia machista recibieron en 2011 las ayudas económicas habilitadas por el Gobierno vasco a este colectivo, para las que se registraron 203 solicitudes. La mayor parte de las peticiones denegadas tuvo como motivo que las demandantes superaban los ingresos máximos exigidos o cobraban otros subsidios incompatibles con esta prestación.

La directora de Atención a las Víctimas de Violencia de Género del Gobierno vasco, Mariola Serrano, que compareció ayer ante la comisión de Políticas Sociales del Parlamento vasco, recordó que el año pasado dos mujeres murieron en Euskadi a manos de sus compañeros, mientras que otro fallecimiento no figura en las estadísticas oficiales sobre violencia machista porque su pareja fue

imputada por un presunto delito de lesiones y no por homicidio.

El informe que presentó ayer Serrano a la Cámara indica que entre 2002 y 2011, los casos de violencia contra las mujeres casi se duplicaron, al pasar de 2.477 a 4.858. La directora del servicio de atención a este colectivo subrayó que hay que tener en cuenta que esta evolución evidencia que es una realidad «que ha permanecido oculta en el ámbito privado durante mucho tiempo». El año pasado se registraron 3.395 denuncias, lo que supone un incremento del 14% respecto a 2010. Serrano destacó que ese aumento refleja la «confianza creciente» de las víctimas en las medidas de seguridad y protección.

Los datos recogidos en el informe muestran que el 67% de las víctimas son mujeres nacidas en España, el 53% en Euskadi. El resto, un 33%, eran mujeres de origen extranjero. La franja de edad en la que se registran más agresiones de violencia machista es entre los 31 y los 40 años. Un total de 59 mujeres tiene escolta permanente y 32, pulsera localizadora.

EL 12,5% DE LAS MUJERES VASCAS RECONOCE HABER SUFRIDO VIOLENCIA DE GÉNERO Y EL 29,6% HA SIDO VÍCTIMA DE "MICROMACHISMOS"

Casi una de cada tres ha sido despreciada o amenazada por su pareja, aunque no identifican estas actitudes con el maltrato.

El 12,5 por ciento de las mujeres vascas reconoce haber sufrido violencia de género alguna vez en su vida, aunque el 75 por ciento de ellas no lo ha denunciado, y un 29,6 por ciento ha padecido "micromachismos" como control o aislamiento, un tipo de maltrato "más sutil" y "difícil de ser identificado", pero que constituyen "los primeros síntomas" de la violencia contra la mujer.

Éstas son algunas de las conclusiones del estudio sobre "Violencia machista contra las mujeres en la Comunidad Autónoma Vasca: percepción, incidencia y seguridad" que ha sido realizado por la Dirección de Atención a las Víctimas de la Violencia de Género del Gobierno vasco en función de los datos obtenidos en 2.600 encuestas a ciudadanos mayores de 16 años, de los que 1.340 son mujeres y 435 personas jóvenes, complementados con la información del blog habilitado para este fin.

La directora de la Dirección de Atención a las Víctimas de la Violencia de Género, Mariola Serrano, presentó el viernes 5 de mayo en Bilbao las principales cifras de este informe que se ha desarrollado con el fin de realizar una aproximación "lo más certera posible" a la violencia de género "más allá" de los datos estadísticos sobre denuncias e incidiendo en los denominados "micromachismos". El objetivo es contar con "herramientas más útiles" para prevenirla.

En función de las cifras obtenidas en este informe, el 9 por ciento de los encuestados conoce, al menos, a una mujer que actualmente es víctima de la violencia en su entorno y otro 1,2 por ciento lo sospecha. Este porcentaje es mayor entre las



mujeres, sobre todo las que han sido víctimas de este tipo de violencia, y entre la población joven.

El 12,5 por ciento de las mujeres encuestadas reconoce haber sufrido ella misma violencia de género alguna vez en su vida: un 7,5 por ciento ejercida por su pareja o expareja, un 1,79 por ciento por otros miembros de la familia, un 1,4 en el ámbito laboral y un 2,7 por ciento en el ámbito social. Un 2 por ciento del total afirma sufrir violencia de género en la actualidad, la mayoría (el 1,19%) ejercida por la pareja o expareja.

Más del 78 por ciento de los casos corresponden a violencia de tipo psicológico. Un 30,8 por ciento de las víctimas lleva más de diez años sufriendo malos tratos y el mismo porcentaje entre uno y cinco años, mientras que un 23,1 por ciento lo padece desde hace menos de un año.

El 75 por ciento de las víctimas encuestadas reconoce que no ha presentado denuncia y sólo un 17,2 por ciento ha acudido a los recursos especializados.

En este sentido, la directora de Atención a las Víctimas de la Violencia de Género ha animado a que las mujeres "pongan la

DENUNCIA A SU ESPOSO DE 81 AÑOS POR MEDIO SIGLO DE MALTRATO

Un hombre de 81 años fue detenido el lunes 23 de abril acusado de maltratar a su esposa. La mujer denunció que llevaba más de medio siglo siendo vejada y golpeada por su esposo. Este impactante episodio de violencia de género no fue el único que se produjo esa semana en Bizkaia, ya que otros dos individuos fueron arrestados en los dos últimos días por hechos sucedidos en el entorno familiar.

El caso más impactante al que se tuvieron que enfrentar los agentes se produjo en Bilbao. A las 15.00 horas del lunes, una mujer de avanzada edad llamó al servicio de teleasistencia (gestionado actualmente por el Gobierno vasco y antes por la Diputación) para poner en conocimiento de las autoridades que su marido, de 81 años, le estaba pegando. La víctima terminó confesando al operador telefónico que llevaba más de medio siglo, desde el mismo momento en que se casó, recibiendo un trato vejatorio por parte de su esposo.

Una patrulla de la Ertzaintza se desplazó al lugar de los hechos para arrestar al octogenario y poner en marcha el protocolo de atención a la mujer agredida.

Ocho horas después de este incidente, la Policía autonómica se vio también obligada a intervenir, de nuevo, en la capital vizcaína. Varios agentes detuvieron a un varón de 41 años por pegar y amenazar de muerte a su novia en el domicilio de ambos y en presencia de una menor, hija de la víctima.

La mujer, que tuvo que huir de la vivienda, sufrió erosiones en brazos y cara, según precisó el Departamento de Interior del Gobierno vasco. Al parecer, es la segunda vez que la chica era atacada por su pareja, con el que mantiene una relación desde hace menos de un año. El arrestado carecía de antecedentes.

Por último, hacia las seis de la madrugada del martes 24 de mayo, la Policía vasca tuvo que desplazarse hasta una vivienda de Santurtzi, donde un hombre de 26 años fue arrestado por atacar con un cuchillo a la pareja de su madre, tras una disputa familiar en la que amenazó a ambos. El hombre agredido sufrió cortes leves en el pecho y una mano, mientras que el joven pasó a disposición judicial para responder por un presunto delito de lesiones y otro de violencia doméstica.

denuncia cuando ellas estén preparadas" y ha indicado que, aunque el incremento de un 11 por ciento el número de denuncias presentadas en 2011 evidencia la "confianza" en las medidas protección habilitadas, "aún hay muchas mujeres que siguen sufriendo en la intimidad de los hogares".

El informe concluye, además, que "un mayor nivel de estudios no significa una menor prevalencia" de la violencia machista y añade que, aunque la mayoría de las víctimas no son extranjeras, este colectivo sí que presenta mayor prevalencia.

La encuesta también analiza las situaciones de violencia "deducida o técnica" con el objetivo de medir también los casos de mujeres que sufren "micromachismos" como "el control, el aislamiento, el menosprecio, las amenazas por el hecho de ser mujer", indicadores que "pasan muchas veces desapercibidos pero son los primeros indicios de una situación de violencia de género", ha advertido Mariola.

Un 29,6 por ciento de las mujeres ha vivido alguna vez este tipo de situaciones (8,5% ejercida por su pareja o expareja, 6,1% intrafamiliar, un 11,1% en el ámbito laboral y un 19,9 en el ámbito social), un porcentaje que, según ha destacado, "duplica" el de casos de violencia reconocida por las mujeres. Un 18,6 por ciento de ellas "con cierta frecuencia" en el último año.

La prevalencia es mayor entre las mujeres menores de 30 años y los casos más frecuentes son, en el caso de la violencia ejercida por la pareja o expareja, los desprecios delante de terceras personas, insultos o amenazas, hacerles sentirse culpables por no atenderle como es debido, impedir que vean a familiares o amistades, control de horarios o del móvil y el correo electrónico.

En el ámbito de la violencia ejercida en el espacio público, los casos más frecuentes son exhibicionismos sexuales, acoso o tocamientos indeseados en locales, seguimientos por la calle o mensajes pornográficos a través de internet, entre otros.

"Mitos" de la violencia machista

Por otro lado, el 82,2 por ciento de la población encuestada considera que la violencia de género es un problema social



"hay casos de violencia de género que son provocados por las mujeres" y un 27,9 por ciento que hay "mucho falsa denuncia".

Un 7,8 por ciento de la población afirma que, si se encuentra con que una mujer está siendo víctima de violación, "no haría nada por miedo, por considerar que no es asunto suyo o porque no sabría que hacer". Lo mismo que el 11,9 por ciento en el caso de que escuchasen discusiones "muy subidas de todo" entre los vecinos y un 5,7 por ciento en el caso de que percatarse de acoso sexual en el trabajo o en clase.

Percepción de seguridad

La encuesta aborda, asimismo, la percepción de seguridad por parte de la población y señala que nueve de cada diez encuestados creen que su zona residencia es "muy o bastante segura", si bien el 22,4 por ciento se siente "poco o nada seguro" andando solo por la noche. La percepción de seguridad es mayor en Gipuzkoa y en municipios pequeños.

Por el contrario, la percepción de inseguridad es más alta en mujeres jóvenes, especialmente por la noche, aunque Mariola ha precisado que las divergencias entre sexos "no tienen que ver con situaciones estrictamente de violencia de género, sino con otras cuestiones como robos".

El estudio revela además que algunos "mitos" sobre la violencia machista siguen vigentes en la sociedad vasca, de modo que un 51,6 por ciento está muy o bastante de acuerdo con que "el abuso del alcohol y drogas está detrás de la mayoría" de los malos tratos, un 47,7 por ciento con que "es habitual que los agresores padezcan problemas psicológicos", y un 46,6 por ciento con que "la mayoría de las agresiones se dan en momentos de altos niveles de estrés".

Además, un 22 por ciento piensa que grave y un 15,9 por ciento que es bastante grave. Dos de cada tres personas opina que los casos de violencia machista ha aumentado en los últimos años, un 29,3 por ciento que se ha mantenido y un 3,7 por ciento que ha disminuido.

En conjunto, se otorga una puntuación de 6,2 en una escala de cero a diez el grado de sensibilización de los hombres ante este problema y de 5,6 al grado de igualdad entre hombres y mujeres que existe actualmente.

Identificar a tiempo

La directora de Atención a las Víctimas de Violencia de Género ha indicado que este estudio pone de manifiesto la necesidad de "seguir trabajando tanto en las acciones de sensibilización y concienciación de la ciudadanía", como en las específicas de atención a las víctimas.

En este sentido, ha apuntado que "la violencia de género que sufren las mujeres en nuestra comunidad autónoma es una violencia de una magnitud importante y, sobre todo, hay una parte de esa violencia de género, la más sutil relacionada con esos indicios, los micromachismos, que son difícilmente identificados por las mujeres".

Por ello, ha abogado por "trabajar para que las mujeres puedan identificar a tiempo" estos malos tratos y "pararlos", rompiendo con "esa situación" para llevar "una nueva vida libre de violencia".



ARRATIA PLANTA CARA A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

La comarca dispone ya de un protocolo de actuación para resolver de la mejor manera estos casos.

El valle de Arratia ya dispone de un protocolo de actuación para los casos de violencia machista. Este documento marca las pautas que tienen que seguir todos los agentes implicados en estos casos para poder ofrecer una respuesta eficaz y rápida a las víctimas. Entre las personas a las que va dirigido destacan desde los propios alcaldes y concejales, hasta los alguaciles -ninguno de los nueve municipios del valle dispone de Policía Municipal- pasando por el personal de Osakidetza de los ambulatorios y la Ertzaintza. Es decir, todos aquellos que pueden verse implicados y ayudar ante un caso de violencia de género.

Y es que la comarca tampoco está libre de esta lacra social. Aunque "no es un número muy abultado, dado el número de población que abarcamos, sí que se dan episodios de este tipo en nuestros municipios", explica la presidenta de la Mancomunidad, Josune Gorospe. Es esta institución quien ha dado el paso de encargar el primer protocolo del valle para que pueda servir para todas las localidades que lo componen.



Este protocolo ha sido redactado tras la realización de un diagnóstico de cómo está la situación en el valle y cuáles eran las formas de actuar que hasta ahora se llevaban a cabo cuando ocurría un hecho de estas características. La presentación de este diagnóstico, así como de protocolo fueron presentados el pasado mes de marzo.

La Mancomunidad llevó a cabo una jornada especial en el mes de abril para explicar en el valle los servicios que ofrece la Diputación de Bizkaia en beneficio de las víctimas.

"Muchos municipios de Arratia han trabajado mucho en estos años. Areatza, Bedia o Igorre, por citar algunos. Al igual que las asociaciones y colectivos de mujeres, a las que hay que agradecer el esfuerzo realizado. Es con ellas con las que queremos trabajar, para que nos cuenten qué carencias hay que cubrir y viceversa. Nosotros, desde la Mancomunidad, tenemos que realizar una labor de coordinación de todos estos agentes además de brindar los servicios necesarios para que finalmente la igualdad entre hombres y mujeres sea una realidad, y esto pasa por la conciliación laboral y familiar y por acercarnos a los jóvenes para que sean ellos los que empiecen a ver la igualdad como algo normal", expresó Gorospe.

LAS ESPAÑOLAS DEJARON DE CRECER EN LA POSTGUERRA

Los hombres nacidos en 1982 miden 177 centímetros de media, quince más que las mujeres, cuya altura se estancó entre 1939 y 1958.

La estatura media de los varones españoles creció en 70 años unos diez centímetros, aproximadamente. Los hombres que nacieron en 1910 medían 166 centímetros, mientras que los que vinieron al mundo en 1982 llegan a los 177 centímetros. Este estirón en la altura de los hombres no se vio correspondido por un crecimiento similar de las mujeres, cuya talla quedó estancada desde los años treinta hasta los años sesenta del siglo pasado.

De sobra es conocido que los varones españoles miden más que las mujeres (quince centímetros más entre los nacidos en 1982). El descubrimiento del equipo dirigido por Julio Pérez, del Centro de Ciencias Humanas y Sociales del CSIC, radica en la constatación de que los ritmos de crecimiento entre ambos sexos son dispares. La altura femenina se estancó entre 1939 y 1958, mientras que en los hombres la talla ha experimentado un aumento sostenido.

En el caso de las mujeres, las que vieron la luz en 1910 medían alrededor de 155 centímetros, mientras que las nacidas en 1982 llegan a los 162. El demógrafo Julio Pérez no se atreve a dar ninguna explicación que justifique estas diferencias. «La estatura se ve condicionada por factores ambientales durante la infancia, especialmente la alimentación y las condiciones sanitarias, sumadas a la influencia de los genes. Este estancamiento en las mujeres



podría tener muchas causas», alega Pérez.

No cree este experto que los factores socioeconómicos, como la posguerra y el franquismo, sirvan empíricamente para demostrar el parón en la estatura femenina. Es tentador, desde la perspectiva de los estudios de género, emparentar la escasa altura de las españolas con el modelo de familia del fascismo español, pero esta teoría no está avalada por los datos. Además, este crecimiento retardado de la talla femenina también se produjo en EE UU en circunstancias políticas muy diferentes a la España de posguerra.

La hipótesis biológica suscita mucho interés. El demógrafo subraya que hay genes que no se expresan de forma invariable en el desarrollo de los individuos, al margen de las condiciones que les rodeen. La escasez alimentaria y la gran carga física soportada durante la infancia son circunstancias que pueden

activar la expresión de genes que darían lugar a mujeres de menor talla.

La teoría genético-evolucionista sostiene que los hombres, cuando las condiciones infantiles de vida mejoran, adquieren mayor envergadura. Esta idea no se puede extender a las mujeres, por cuanto sus funciones reproductivas son más complejas. Así las cosas, en caso de un entorno favorable, las mujeres aprovecharían esa mejora para lograr un adelanto de la edad fértil y no una mayor altura. La evolución de la estatura de los españoles ha sido más rápida que en otros países por la velocidad a la que se han producido los cambios socioeconómicos.

MARÍA CARIDAD DE LOS ÁNGELES, PRIMERA VÍCTIMA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN EUSKADI EN 2012

Un joven de 26 años asesinó el pasado domingo 25 de marzo a a su pareja en Tolosa y confesó su autoría tras ser arrestado por la Ertzaintza. La víctima, de 39 años, no había presentado previamente denuncia alguna por agresión.

Una mujer de 39 años fue asesinada el domingo 25 de marzo por su compañero sentimental en Tolosa, lo que le convierte en la primera muerte por violencia machista que ocurre en Euskadi en 2012. El homicida, un hombre de 26 años que ya había sido arrestado previamente por agredir a una pareja anterior, confesó su autoría a la Ertzaintza. La víctima no había presentado previamente ninguna denuncia por malos tratos. Las condenas de repulsa se sucedieron durante toda la jornada de y, al anochecer, una multitud reunida en la tolosarra plaza del Triángulo recordó a la víctima y mostró su indignación ante el crimen. En el acto, convocado por Bilgune Feminista, participaron el exmarido y el hijo de la mujer asesinada, así como una nutrida representación política encabezada por el diputado general, Martín Garitano, y la directora de Atención a las Víctimas de la Violencia de Género del Gobierno vasco, Mariola Serrano. Según informó el Departamento vasco de Interior, un varón de 26 años había sido detenido a última hora del domingo bajo la acusación de haber acuchillado a su compañera en una vivienda del barrio Larramendi de la villa papepera. La víctima, que se llamaba María Caridad de los Ángeles -sus amigas la llamaban Caridad- y tenía nacionalidad cubana, presentaba un corte en el cuello cuando los agentes accedieron al lugar de los hechos, en el número 25 de la calle Uzturre. En la misma habitación hallaron varios cuchillos y se investiga si el asesino confeso empleó alguno de ellos.

Fue el exmarido de la mujer quien dio la alarma sobre las 20.00 horas del domingo, al parecer cuando acudió al domicilio de Caridad para realizar la entrega del hijo de ambos (de unos 12 años), con quien habitualmente pasaba el fin de semana. Al ver que nadie abría la puerta, llamó a la policía, que accedió al inmueble situado en el primer piso y localizó en una estancia el cuerpo sin vida de la víctima, con signos de muerte violenta.

Horas después se presentó en la vivienda el presunto autor de los hechos, de nacionalidad española y origen magrebí, que presentaba heridas autoinflingidas en el brazo. Según relató la Ertzaintza, el joven fue trasladado a una clínica de Tolosa, desde donde se le derivó al Hospital Donostia para



María Caridad de los Ángeles.

paseando el perro de ella", detalló la mujer. Ninguno de los vecinos afirmó haber oído nunca peleas o broncas entre la pareja, salvo un hombre que había sentido muchas disputas ruidosas entre la pareja. La Ertzaintza precisó que el presunto asesino había pasado cuatro años en la cárcel y había sido arrestado anteriormente en siete ocasiones por robos, tráfico de drogas, amenazas y un delito de violencia de género cometido hace tres años contra su anterior pareja. Un vecino confirmó que la mujer asesinada era de nacionalidad cubana y tenía "problemas porque la vida no se portó muy bien con ella".

practicarle un análisis psiquiátrico. De allí fue llevado a dependencias policiales, donde confesó ser el autor del asesinato, tal y como informaron las mismas fuentes.

"Muy nerviosa"

Una amiga de la víctima relató que la semana pasada quedó con Caridad "para charlar" un rato, una cita en la que la sintió "muy nerviosa". "Decía que su novio era muy celoso",

expresó esta allegada, que indicó que había tenido una vida difícil y que incluso había superado un cáncer recientemente.

Caridad vivía en Tolosa desde hace cinco años, aunque anteriormente había residido durante muchos años en Donostia junto con quien en la actualidad era su exmarido. En la villa papepera había residido durante alrededor de dos años previamente en el tranquilo barrio de Amaro, cuyos residentes, impresionados por la noticia, la recordaban paseando en la zona a su perra Luna.

Los vecinos del bloque, un edificio de reciente construcción dentro de las promociones llevadas a cabo en la zona de Voith-Gorostidi, acogieron con manifiesta sorpresa la noticia sobre el crimen. Según afirmó una de las vecinas de la víctima, residente en la primera planta, Caridad llevaba "unos tres meses" en el vecindario. Y es que el inmueble, que cuenta con pisos de alquiler social y viviendas en las que se realojó a residentes afectados por los derribos, está habitado desde otoño del año pasado. "A su chico le habíamos visto varias veces por aquí,

“MI EX ME TIENE SENTENCIADA A MUERTE”

Malena Cangas es una de las 48 maltratadas que vive en Euskadi bajo la protección de un escolta.

El día ha amanecido soleado en la localidad vizcaína de Mendata. Un coche desciende por el empinado sendero que conduce a la quesería Erreketa, donde se hacen «los mejores quesos del planeta», como se promociona esta pequeña empresa familiar dedicada a elaborar queso con la leche que obtiene de las 250 cabras criadas en su propia granja. Malena Cangas atisba desde la ventana del caserío y da un suspiro de alivio. Es Pedro, el escolta que la protege «desde hace un año y dos meses» contra el hombre que ha jurado acabar con su vida, el mismo del que se enamoró a los 16 años, con el que se casó a los 22, con el que tuvo dos hijos y con el que levantó la quesería. Ella no duda de que acabará cumpliendo su amenaza. O, al menos, de que lo intentará. «Me tiene sentenciada a muerte, a acabar antes que él».

Malena está catalogada por el Gobierno vasco como una víctima de alto riesgo. Es decir, una persona que necesita la protección constante de un guardaespaldas al tener muchas posibilidades de morir asesinada a manos de su expareja. Aunque ha perdido intimidad, reconoce que ahora vive «mucho más tranquila». En estos momentos, en Euskadi hay 48 mujeres en sus mismas circunstancias. Además, al igual que otros 25 agresores, el exmarido de Malena porta una pulsera localizadora por GPS; si se acerca a su víctima más de la cuenta, pita un dispositivo en manos de ella. El caso de Malena es uno de los más graves que atienden en estos momentos los responsables de Interior. El infierno para esta mujer, que ahora tiene 54 años, comenzó «con un mordisco» cuando eran novios. «Solo era una adolescente y estaba completamente enamorada. Notaba algo raro en él, pero no quería verlo». Se casaron con 22 años y las vejaciones, las humillaciones, los insultos se convirtieron en su rutina diaria. «Le gustaba decirme que yo no valía para nada, que no le llegaba a la suela del zapato, que era una piojosa asquerosa». También las agresiones físicas, las palizas que, si dejaban secuelas, eran camufladas bajo una oportuna capa de maquillaje. Pero no se atrevía a denunciarle. «Por miedo. También porque las víctimas buscamos excusas para justificarle: que si estará enfermo, deprimido...»

La actitud de Malena no es una excepción. De las 1.952 mujeres atendidas en la primera mitad del año por la Ertzaintza, algo más de una cuarta parte optaron por no presentar denuncia contra su agresor (515) a pesar de constar un atestado policial sobre su caso. Aún así, cada hora 15 mujeres acuden en España a una comisaría para abrir diligencias por maltrato, según los datos del Observatorio contra la Violencia de Género vinculado al Consejo General del Poder Judicial (CGPJ). En números absolutos, el pasado año se interpusieron 135.540 denuncias; es decir, 371 cada día. Pero el proceso al que se enfrentan quienes deciden dar el paso no es fácil; un 19% de las vascas que presentaron una denuncia se echaron atrás y la retiraron, un porcentaje que dobla al de la media española. El supuesto arrepentimiento del maltratador o la falta de independencia económica son algunas de las razo-



nes que explican una decisión que las víctimas pueden acabar pagando con la vida.

«Ya verás lo que te espera»

«A mí nunca me pidió perdón», recuerda Malena. En su caso, fue la Ertzaintza la que optó por poner su caso en manos de la Justicia tras «ver el panorama que había en casa». Fue hace dos años, tras una brutal agresión. «Me empotró contra la puerta y me dejó hecha un cromo, sangrando de los brazos. Como solía ocurrir tras uno de sus ataques, salió de casa como un loco, derrapando con el coche. Yo tenía miedo de que tuviese un accidente y se llevase a alguien por delante, así que llamé a la Ertzaintza suplicando que vigilaran esa matrícula». Los agentes sospecharon que Malena era una víctima de violencia machista y no se equivocaron. Una patrulla acudió a su domicilio. «Me dijeron que si no denunciaba yo lo hacían ellos». Al día siguiente se presentaron dos asistentes sociales en el caserío, animándola a confiar en la Justicia. «Yo les dije: «sí, vale, pero poneos en mi lugar. En cuanto ponga la denuncia, él, que sigue viviendo en casa, me mata». Pero el proceso continuó su curso y un día llegó una carta del juzgado. Malena tuvo que presentarse ante el juez, temblando. Fue con él. Sentada a su lado, el magistrado le interpeló. «Veo que estáis juntos, ¿le has dado una segunda oportunidad?», me dijo. Yo pensé: si le digo que sí, me libro de la paliza; si le digo que no, me mata». Evidentemente, contestó que sí. Malena y su agresor volvieron a casa, juntos. «Ya verás lo que te espera», le advirtió él.

Esa situación de evidente coacción a la víctima jamás debería haberse producido según el espíritu de la Ley Integral de Violencia de Género, una de las pocas normas aprobadas por unanimidad durante la primera legislatura de José Luis Rodríguez Zapatero, que ha hecho de la lucha contra el maltrato machista uno de sus estandartes. La normativa ha traído indudables ventajas, como la creación de los juzgados específicos o compensaciones económicas para las víctimas. Pero, tras seis años de aplicación, la ley ha demostrado hacer aguas

por demasiadas líneas de su articulado, abierto a interpretaciones sesgadas y poco ortodoxas de algunos jueces o a la posibilidad de que el maltratador puede irse de rositas si la víctima tira la toalla. Sobre todo, el fallo más flagrante es que no ha servido para detener la sangría de mujeres muertas, que este año ya suman 53 en España, tres de ellas en Euskadi. El pasado ejercicio fueron 73; la mayoría de las 54 fallecidas que habían presentado denuncia habían sido catalogadas como víctimas «de riesgo bajo o inexistente». Malena está enferma de diabetes, lo que le ha provocado la pérdida de visión total de un ojo y parcial del otro. También le fallan los riñones y tiene depresión. «Los médicos dicen que esté tranquila, pero en estas circunstancias es imposible», lamenta. Hace un año, tras comprobar que «además de maltratarme, me robaba», denunció finalmente a su marido. «Fui a la Ertzaintza con los mocos colgando, con mis hijos y una testigo, y me trataron como a una exagerada». Mejorar la atención para evitar una doble victimización de la maltratada es otra de las asignaturas pendientes. Está divorciada desde hace cinco meses. Según el régimen



estipulado en la separación, ella le pasa una pensión de 600 euros y tendrá que cederle la mitad del caserío y el negocio familiar cuando venza la hipoteca. «¿Por qué mis hijos y yo tenemos que mantener a la persona que nos ha estado maltratando tantos años?», se pregunta. En estos momentos, sobre su exmarido pesa una orden de alejamiento de 5 kilómetros que «ha incumplido varias veces». En una ocasión fue interceptado por una patrulla de contravigilancia de la Ertzaintza. Hace unos días, Interior anunció que 135 agentes dedicados hasta ahora a escoltar a amenazados por ETA han pasado a realizar estas tareas de protección a maltratadas. Anochece en Mendata. Pedro se ha marchado y Malena espera a que vengan sus hijos y la ayuden a acostarse. Pone la tele a todo volumen y, a ratos, reza. A las doce toma la última de sus cuatro dosis de insulina diarias y se mete en la cama. Duerme poco. «Ahora estoy más nerviosa porque se acerca el juicio. Casi todas las noches tengo pesadillas con él». Antes de cerrar los ojos, Malena toca el cuchillo que siempre guarda bajo la almohada. Mañana, con suerte, será otro día.

LA ARTROSIS ESTÁ RELACIONADA CON LA OBESIDAD

Las articulaciones de las manos degeneran el doble en las personas con exceso de peso y con mayor riesgo cardiovascular.

La artrosis y la obesidad están mucho más relacionadas de lo que se creía. Un estudio del hospital de Sabadell ha demostrado que las personas obesas tienen el doble de riesgo de padecer artrosis en las manos y que sufren hasta 2,5 veces más que la población general del llamado síndrome metabólico, un conjunto de problemas de salud relacionados con las enfermedades cardiovasculares. Los autores del informe consideran que la práctica de más ejercicio físico -bastaría con media hora de caminata al día- permitiría a los afectados evitar todas estas complicaciones o, al menos, mejorar su estado general.

La artrosis de las manos es una dolencia típica del proceso de envejecimiento, aunque, por lo que se está viendo, más común entre quienes viven con un peso que comienza a ser enfermizo. Según explica la Sociedad Española de Reumatología (SER), los cartílagos de las articulaciones de la mano degeneran a partir de los 40 ó 50 años; y aunque ésta es una complicación que se considera benigna, puede resultar muy incómoda. La enfermedad genera dolor, deforma los dedos y dificulta su movimiento. El estudio que relaciona ambas enfermedades -artrosis y obesidad- fue presentado por su autor, el especialista Cristóbal Orellana, de la Corporación Sanitaria y Universitaria Parc Taulí del hospital de Sabadell, en el marco del congreso de la Sociedad Internacional de Investigación de la Artrosis (Oarsi), celebrado en



Barcelona. El trabajo, según recoge 'Diario Médico' en su edición digital, pretendía analizar el alcance en la artrosis de la mano en los pacientes tratados por riesgo cardiovascular y trastornos relacionados con el síndrome metabólico, como exceso de grasa en la cintura, hipertensión, diabetes, exceso de triglicéridos en la sangre, bajos niveles del colesterol bueno y demasiada azúcar en la sangre.

Los investigadores compararon un grupo de afectados con otro formado por personas que no presentaban ninguna patología reumática crónica. Al analizar los resultados, descubrieron que los pacientes afectados por artrosis en la mano presentaban el doble de obesidad que los del grupo de control y que su riesgo de síndrome metabólico se multiplicaban por 2,5.

Las conclusiones del informe llevan a sus autores a pensar que «el sedentarismo también podría influir en la elevada frecuencia de hipertensión arterial y diabetes», según explicó Orellana. Estudios anteriores habían revelado la relación entre la obesidad y la artrosis de rodilla, que parecía más evidente. Las articulaciones de las piernas sufren más cuanto más kilos tienen que soportar. Esta, sin embargo, es la primera vez en que se relaciona el peso con la artrosis de las manos.

Este proceso también tiene un importante componente hereditario, según explica la Sociedad Española de Reumatología, aunque no es ésta su única causa. Una lesión a edades tempranas y la realización continuada de trabajos manuales también favorecen el desgaste de las articulaciones. Los especialistas aconsejan estirar los dedos y evitar forzarlos con ejercicios reiterativos.

TERCERA EDAD, LA GRAN BOLSA OCULTA DEL MALTRATO MACHISTA

Son nuestras madres o las de otros, pero no andan lejos. Son abuelas de alguien, seguro. Quizá no tuvieron hijos, pero peinan las mismas canas que otras, un pelo cuidado en casa porque si es de peluquería es que quieren ligarse al barrio entero. El 13% de las asesinadas el pasado año tenía más de 64 años.

Son ancianas desde que eran jóvenes, mujeres entumecidas, secuestradas, acostumbradas a las sombras del pasillo. Llevan tantos años oyendo la basura que son, que ya no recuerdan el día que ellas fueron ellas. Viven mirando de reojo las manos de él y se alivian si no se quita el cinturón. Sólo una de las siete mujeres mayores de 64 asesinadas en 2011 había denunciado. Cocinan bien, pero la comida está siempre fría, o quemada. Piensan, pero nunca las dejan saberlo. Y de noche, la cama es un descampado con navaja junto a la foto de boda, un sexo sin sexo, una violación legal. El 24% de las llamadas al teléfono que atiende a las mujeres maltratadas es de mujeres de más de 50 años.

No hablan con nadie. Algunos hijos las creen pero no se atreven. Y otros tienen el atrevimiento de no creerlas. No exageres mamá, ya sabes cómo es papá. Los años van metiendo en la espiral del silencio. Y, así, se secan el maltrato, que es ya un pañuelo arrugado y húmedo debajo de la manga. Entre el 8% y el 12% de los casos de maltrato conocidos de produce en mujeres mayores de 65 años.

Ven anuncios contra la violencia de género, pero ellas no se ven. No hay carteles con señora de 70 años, ni ancianas aco-



rraladas contra la jubilación del marido en las campañas de la libertad. En cálculos a la baja del Consejo General del Poder Judicial (CJPG) 35.000 ancianas son maltratadas en toda España. Según explican las psicólogas que trabajan con víctimas de la violencia de género, a estas muchas de estas mujeres mayores, en numerosas ocasiones veces "les resulta difícil visualizar esta violencia".

Vivieron un patriarcado duro donde su autoestima se ligaba a la familia: ser buena esposa y madre. Esa educación dificulta que capten las señales; que un hombre mande de forma algo agresiva es lo normal. Están aún más entrenadas que las generaciones posteriores en la idea de que el sufrimiento es una virtud. Y hay un momento peor: la jubilación. Él pasa el día en casa. Los hijos ya no están, algo que era una tregua. Ahora ya no hay protección, no hay libertad condicional. Están solas. Y ella piensa que ya no le quedan fuerzas.

Los expertos creen que la tercera edad es la gran bolsa oculta del maltrato machista. "es una violencia asumida por las mujeres, por eso son necesarias campañas dirigidas a ellas que les ofrezcan alguna salida".

El IV Congreso del Observatorio contra la Violencia de Género del CGPJ concluyó que "ha bajado la edad de las víctimas de estos graves delitos, y eso debe hacer reflexionar a la sociedad".

Pero las otras, las ancianas, las jubiladas, las invisibles, siguen ahí, mujeres que conviven con tres o cuatro palabras insistentes: aguantar, machacándome, culpable, mis hijos....

ANA 69 AÑOS, "SI YO LE DENUNCIABA ERA MUJER MUERTA"

Marido me espió desde antes de casarnos. Yo veía cosas que no me gustaban, tenía miedo, pero entre todos me empujaron a casarme. Pasé aislada 35 años. No recuerdo ni un momento feliz. Ni uno. Toda mi vida con él han sido gritos, reproches, celos y golpes. Pero un día, en la cama, me quiso asfixiar. Salí corriendo con lo puesto y aquí estoy".

No hay kineenex suficiente para Ana, 69 años, la mayoría invertidos en salvar el pellejo. El de fuera y el de dentro. "Siempre me insultó y me injurió. Pero fue subiendo de nivel. Empezaron los golpes, las patadas, los empujones y el maltrato psicológico, que me golpeaba los oídos casi más que el otro. Yo pensé en marcharme, pero mi familia me decía que aguantara".

Ana aguantó casi desde el primer día. O antes. "En cuanto nació mi primer hijo tuve que dejar de trabajar, porque a él no le gustaba. Me metí en casa y ya no salí. Él me espiaba constantemente. No me dejaba asomarme a la ventana. Si hablaba por teléfono es que estaba ligando, si salía un hombre en la tele y



yo en ese momento estaba viéndola es que el hombre me gustaba... Todo eran celos. Él fue el único hombre de mi vida, pero me emparejé con todo el mundo". Y hubo una última vez. Porque Ana quiso, claro. "El maltrato estaba subiendo de nivel. Yo ya no podía dormir. Me metía en la cama con muchísimo miedo. Él me daba golpes y yo ni respiraba. Le dejaba hacer. Pero un día me amenazó con matarme y me quiso asfixiar. Me asusté y salí corriendo con lo puesto".

Ana parece ajena al mundo, sólo agarrada a su psicóloga y a su amiga Isabel, que le contradicen el pesimismo y le preguntan quién se atrevió a romper con todo. Quién. "Sí fui yo, es verdad" -responde Ana.

Ahora ve desde fuera lo que antes le tocaba desde dentro. "No me creo las campañas. Deberíamos reunirnos y escuchar lo que nos pasa. Y darnos alguna solución. Yo llamé al teléfono de atención a las mujeres maltratadas, dije que él me golpeaba y me insultaba y me dijeron que le denunciara. Pero yo sabía que si le denunciaba era mujer muerta".

ISABEL, 73 AÑOS "LA JUBILACIÓN ES LO PEOR, AHORA ESTAMOS SOLOS"

La jubilación es lo peor. Significa que él está las 24 horas machacándote. Y los hijos ya no están en casa. A través de la ventana ves que ha salido del bar, que está dando vueltas por la calle antes de subir a casa y que te mira como para decirte: "Ahora estamos tú y yo solos". Y tiembles. Y sube y te da la noche: insultos, gritos, amenazas, golpes en la cama... Y te dice. "Yo sé por qué matan a las viejas y sé cómo hacerlo para no ir a la cárcel". Ésa es nuestra vida a los 70 años, ése es el infierno de las maltratadas ancianas".

Isabel no es renglón de estadística mortal porque un día se preguntó si se quedaba en casa o si defendía su vida y se respondió lo segundo. Llevaba 40 años casada con un gruñido "que siempre cenaba con mala cara" y una mañana decidió dejarle compuesto y sin víctima. El momento más duro de la vida es salir de tu casa. Pero hay que elegir vivir. Yo llegué a este centro ciega, preguntándome qué hacía aquí. Pero una buena cara al otro lado es lo mejor del mundo. A ella la educaron para ser obediente y servir al marido. Y obe-



decí a su educación, claro. "Siempre viví sometida a él. Crees que tu obligación es estar con tu marido. Te sientes una mantenida. Te lo crees y tienes que hacer un servicio para pagar ese favor que él te hace. Él coge poder sobre ti. Yo siempre viví sometida a él. No sabía salir sin él".

La maquinaria represiva fue haciendo mella. "Desde poco después de la boda, sólo hubo reproches. Todos los días. Nunca le valía nada de lo que yo hacía. El machaque era continuo. Nunca se preocupó por los

hijos. Mis hijos dicen que nunca les regañó".

Los días del maltrato tienen noches de poder. Aquí está el macho. Yo descansaba cuando él estaba trabajando. Eran las únicas horas de paz. Pero se acercaba la hora de llegar a casa y yo me atormentaba, porque la noche era horrorosa... El sexo... Yo he pensado en dormir con un cuchillo debajo de la almohada, pero se me quitó la de la de la cabeza cuando pensé que si él lo veía lo usará contra mí y me mataría.

ALMUDENA GRANDES MEZCLA HORROR Y AVENTURA EN SU NUEVA NOVELA

La escritora rescata la leyenda del mítico guerrillero 'Cencerro' en la segunda entrega de su saga sobre la guerra civil y la posguerra.

Es una novela de aventuras y de terror contada desde la voz de un niño con el corazón partido entre lo que desea y lo que tiene». Así presenta Almudena Grandes (Madrid, 1960) 'El lector de Julio Verne' Tusquets). Es la segunda entrega de las seis que compondrán su saga sobre la guerra civil, que comenzó con 'Inés y la alegría' hace dos años. Son una suerte de episodios nacionales sobre la 'incivil' contienda y la posguerra en los que recrea aquellos años de plomo en la estela de su admirado Benito Pérez Galdós. La narradora quiso presentarla en los mismos escenarios en los que discurre, en la serranía sur de Jaén donde vivió, padeció y murió el mítico 'Cencerro', un guerrillero comunista asesinado y humillado por la Guardia Civil.

El hijo de uno de aquellos esforzados 'picoletos' -«tan víctimas del terror como los maquis»- es el narrador de una historia tierna y estremecedora. Se arropó la escritora en la presentación con los sucesores del mítico resistente, cuya leyenda mantuvo viva su viuda hasta la Transición. También con los del guardia civil que, cumpliendo órdenes, se encargó de poner fin a su vida y entregar su cadáver al enardecido populacho. «Es la crónica de la época más terrible que ha vivido la España reciente en tiempo de paz. Fue



un tiempo de terror sin límite», rememoró Almudena Grandes ante la nieta de 'Cencerro', Esther Estremera Villén, y Cristino Pérez Meléndez, el hijo del guardia civil en el que se ha inspirado para el personaje de Nino, el narrador.

El joven Nino sabrá que su padre es un represor, pero comprenderá que es tan víctima o más que los desgraciados a los que tortura e interroga. Su vía de escape y su camino de salvación será la biblioteca que una maestra esconde en unas cajas de fruta y en las que podrá leer a clásicos de la evasión como Julio Verne y Robert Louis Stevenson. De ahí el título. «Nino descubrirá que todas las novelas hablan de amor. Descubrirá también en los libros

la lealtad y el coraje que le permitirán salirse del camino que habían diseñado para él», explica la escritora. «Gracias a los libros sabrá que había también muchos perdedores en el bando de los ganadores». Con un hilo de voz, Esther Estremera rememora seis décadas después cómo durante años la familia tuvo que ocultar la historia del legendario guerrillero y cómo su mujer pagó con nueve años de cárcel el orgullo desafiante de decir que el hijo que esperaba

era de 'Cencerro'. «Hoy nos enorgullecemos de nuestro abuelo, de su lucha por la libertad y por la República. Reclamamos con el mismo orgullo que no fue ni un asaltante ni un bandolero. Su tumba está hoy limpia y siempre llena de flores», se ufana su nieta.

ALMUDENA DE ARTEAGA, GANADORA DEL PREMIO AZORÍN, NOVELA LA RELACIÓN QUE TUVO GOYA CON TRES DUQUESAS

Almudena de Arteaga novela la relación que tuvo Goya con tres duquesas en su libro "Capricho".

Francisco de Goya y Lucientes fue el Sol y tres duquesas fueron sus satélites. Así expresa la escritora Almudena de Arteaga la galaxia que ha construido para su última novela, "Capricho" (editorial Planeta), ganadora del Premio Azorín el pasado 1 de marzo.

"Ellas fueron las tres mujeres con las que trabajó más a gusto: la duquesa de Osuna, la de Alba y la de Chinchón". Las tres fueron muy diferentes, y sus marcadas personalidades le sirven a la escritora para recoger tres cualidades que también tienen mucho que ver con el universo de Goya. "La de Osuna representa la inteligencia, la de Alba la seducción y la de Chinchón la dulzura, y también cierto sometimiento porque esta última, entrañable, en muchas ocasiones hizo lo que otros quisieron que hiciera".

Ese sometimiento de la parte femenina no es nada nuevo en la novela histórica, y de hecho sigue habiendo autores que defienden que el papel de la mujer en la Historia ha estado siempre tan en la sombra que sus libros sólo pueden protagonizarlos hombres. Para Almudena de Arteaga, sin embargo, nada más lejos de la realidad. Por eso sus personajes son siempre femeninos (comenzó por la princesa de Éboli y por sus manos han pasado Isabel la Católica y Eugenia de Montijo, entre otras). "Eso del segundo plano de la mujer es un mito como tantos otros; mires donde mires en la Historia de España encuentras, en cualquier lugar y momento, personajes femeninos que hicieron y deshicieron. Los hay muy potentes".

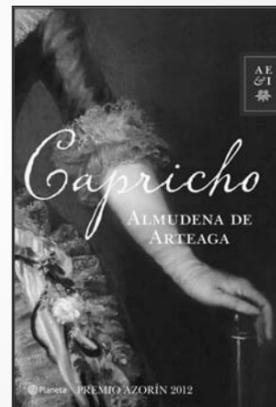
El caso más conocido es el de la duquesa de Alba, a la que Goya pintó vestida y desnuda -la desaparición de esos cuadros por orden de la Inquisición, que los consideraba obscenos y los apartó de la vista pública, es precisamente el punto de partida de "Capricho". Pero Almudena se queda con el de la condesa-duquesa de Benavente y duquesa de Osuna, María



Josefa Alonsa de la Soledad Pimentel y Téllez-Girón. "En una sociedad frívola y banal como aquella aristocracia del siglo XVII y XIX, choca que con lo que ella disfrutara más fuera el arte y por eso fuera mecenas de pintores, cantantes, toreros..." describe la escritora. Esta aristócrata, apoyo fundamental de Goya, adquirió una de las primeras ediciones de "Los caprichos" y llamó así al jardín de su villa madrileña. "De ahí el título de su novela".

"Yo también seré duquesa"

En la trama "todo es real. Claro que para describir cómo se bañaban o qué desa-



yunaban no encuentras nada en los archivos, pero todos los personajes, excepto el de la sombrero francesa que sirve de nexos entre distintos ambientes, y los hechos ocurrieron y están recogidos en los libros de Historia. Quería escribir una crónica social del momento mientras hacía un seguimiento de los cuadros", explica la autora.

"Capricho" es la decimotercera novela de Almudena de Arteaga, siempre ambientados en los salones y palacios de la aristocracia española. La especialización de esta escritora no es ajena a su propia historia:

Almudena de Arteaga heredará el título de duquesa del Infanto. "Gracias al cambio de la ley producido en 2006 se ha avanzado en la igualdad entre hombres y mujeres. Yo seré el próximo eslabón de una cadena que se remonta a mucho tiempo atrás y eso significa hacer homenaje y honor a ese nombre y actuar en consecuencia".

CLARA SÁNCHEZ PRESENTA SU LIBRO "ENTRA EN MI VIDA" DONDE ABORDA EL DRAMA DE LOS BEBÉS ROBADOS DURANTE EL FRANQUISMO

La novelista aborda el drama de los bebés robados durante el franquismo en "Entra en mi vida".

Y si... Y si yo fuera una niña robada. Y si fuera la madre de un bebé robado. Y si pudiera encontrarlo. Y si le contara toda la verdad. Los "y si" que a Clara Sánchez le han ido surgiendo mientras leía las noticias de bebés robados en España durante el franquismo, y también en democracia, son la parte fundamental con la que está construida su última novela, "Entra en mi vida". No es que se haya documentado e imaginado esas situaciones: "Me he puesto en el lugar de estas personas. Yo era la madre y la hija. Lo que podía haber sentido y pensado es el material fundamental de la historia".

Así es como "Entra en mi vida" ha terminado convirtiéndose no solo en un proceso de escritura, sino en una manera de analizar su propia historia. "He tenido que explorar mi relación con mis padres y con mis hermanas, me he alejado de ellos para verlos de una forma más objetiva. Romper ese cordón me ha ayudado a valorarlos más tal y como son", explica la escritora. "En 1982 nació mi hija y la pregunta básica es qué habría hecho yo si me dicen que murió en el parto. ¿Me lo habría creído? La información provenía de esas personas con bata blanca en las que todavía



confiamos", relata. De tanto ponerse en lugar de los otros surge "una novela de exploración de las emociones que es una intriga psicológica, un "thriller" emocional". La componen "los sentimientos, dudas y sospechas" que pueden albergar una madre y su hija sobre lo que ocurrió el día en que nació otra niña. "A Betty le dijeron que murió y se lo creyó, pero con el tiempo pasa el aturdimiento y crece la sospecha", describe Sánchez. "El suyo es un triple martirio: el del duelo, el de las dudas y el de soportar que la gente de su entorno le diga que todo son cosas suyas, sus obsesiones".

Todo ese dolor, que a medida que avanzan las investigaciones tanto en la novela como en la vida real se va multiplicando por la cantidad de mujeres que han pasado lo mismo, lo hereda su hija Verónica. Su familia jamás ha sido "normal" y está llena de rabia, pero también de la energía para continuar las pesquisas de su madre "y vengar la infelicidad de ésta, aunque

eso es imposible".

El objetivo es encontrar a Laura, la hermana perdida. A la que le van a cambiar la vida. "El padre, que es un padrazo y un buen marido, se pregunta si no es mejor pasar página y dejarla tranquila. Pero Betty no puede renegar de lo que siente". Laura tendrá que aprender que "no somos lo que parecemos y que se puede vivir toda la vida con alguien y no llegar a conocerlo nunca".

El "temazo" de los "niños robados" es uno de los que le gustan como materia de ficción a Clara Sánchez, porque pone al descubierto "esa realidad con la que convivimos". "Parece mentira. Pero ahí está: dentro de nuestra rutina, de nuestra normalidad, hay otras realidades que creíamos que solo pasaban en otros países. Son mundos paralelos de los que nos cuesta darnos cuenta".

INÉS LEZAMA/ EXPERTA EN NUTRICIÓN INFANTIL EN UNICEF-MAURITANIA "PARA PREVENIR LA DESNUTRICIÓN HAY QUE TRABAJAR CON LAS MUJERES"

Acostumbrada a ver la dureza del hambre en los rostros de muchos niños y niñas, Inés Lezama reconoce que le cuesta más "venir" al primer mundo y "ver cómo cambian las prioridades de las personas" que volver a la realidad del continente africano.

- ¿Cuáles son los principales problemas alimenticios que combate en Mauritania?

- La desnutrición aguda, provocada por la falta de alimento, diarrea o enfermedad en un corto periodo de tiempo hace que los niños pierdan peso rápidamente y es uno de los principales problemas.

- 2011 ha sido especialmente duro allí, ¿por qué?

- Ha habido mucha sequía y esto ha dificultado el acceso a muchos alimentos. También la escasez de agua potable ha llevado a que se identifiquen más casos de malnutrición. Además, se prevé que de aquí a marzo haya muchos más casos de desnutrición aguda.

- La climatología entonces es fundamental en el devenir de millones de niños...

- Sí, porque Mauritania es un país que depende muchísimo de las



crisis exteriores y de los precios de los alimentos porque tiene que comprar el 80% de lo que necesita una familia, ya que no producen.

- ¿Qué otros problemas agudizan la malnutrición?

- Las malas prácticas de lactancia materna de alimentación complementaria. Un niño pequeño se tiene que alimentar los primeros seis meses mediante lactancia materna y, hasta los dos años, ir introduciéndole alimentos combinados con tomar el pecho. Y esto no se hace

correctamente. Hay muchas diarreas por falta de higiene y más enfermedades infantiles.

- Estos problemas alimenticios pueden causar trastornos irreparables.

- Las consecuencias de la malnutrición pueden ser muy perjudiciales a largo plazo. Por ejemplo, la falta yodo puede disminuir tu coeficiente intelectual hasta trece puntos.

- Es clave la prevención de los primeros 1000 días.

- Sí, porque para prevenir la malnutrición tenemos que trabajar con las mujeres, desde su embarazo y hasta los dos primeros años tras el nacimiento del bebé.

- ¿Es posible acabar con el hambre?

- Erradicarlo es difícil pero llegar a los objetivos del milenio es posible.

LEPOKO ZARTADA, EPIDEMIA MODERNOA

Zirkulazio-istripu batek, murgilaldi zoritxarreko batek edo kirol jakin batzuk egiteak eragin dezake lepoaldeko lesio hori.

Ibilgailu bat geldi dago semaforo batean, edo abiadura txikian doa. Beste bat etorri, eta atzetik jo du. Hamaika bider ikusi izango ditugu halakoak errepedetan. Zirkulazio-istripu horiek ohiko bihurtu dira, eta eragiten duten lesioetako bat ere ohiko bihurtzeko bidean da: lepoko edo zerbikaleko zartada. Kolpearen eragina bihurtura edo zaintiratu baten gisakoa izaten da, eta istripua gertatu den unean buru-euskarria jarlekuan eramanez gero, baliteke ondorioak ez izatea hain larriak; behin kaltea eginda dagoela, tratamendu egokiak hartzea izaten da oinazea arintzeko modua.

Lepoko zartadaren sindromea sortzen da burua azelerazio-indarren eraginpean geratzen denean, eta indar horiek lepoaren gain talka egiten dutenean. Oro har, ibilgailu motordunen istripuek sortzen dute lesioa (lau gurpilekoak izaten dira gehienetan), auto batek beste bat atzetik jotzen duenean, bigarren hori mantso doala -orduko 30 kilometroren azpitik ere bai-. Talka mota horren ondorioz, kolpea eman dioten ibilgailuko gidariaren edo bidaiariaren lepoa modu zakarrean astintzen da. Hiperluzapeneko mugimendua egiten du lehenik (aurrerantz), eta hiperflexioa izaten du jarraian (atzerantz). Lepoko zartada izaten da mugimendu bortitz horren emaitza, lepoko bihurtura baten antzeko zerbait. Hezurrei egin diezaieke kalte (ornoak) eta berdin lepoaldeko zati guriei ere -giharrak, lotailuak eta zurdak edo tendoiak-, gorputzeko beste atal batzuetako bihurturak gertatzen den bezala (futbolariak orkatilan izaten dutena edo eskiatzaileek belanean).

Egoera batean baino gehiagotan sor liteke lesio mota hori, baina ohikoena izaten da ibilgailuek alboz edo aurrez aurre talka egin ondoren sortzea; igerilekuan zoritxarreko murgilaldi bat egiteagatik ere etor liteke, edo zenbait kiroletan aritzeagatik, edo jolasparke batera joan eta norian, talka-autoetan edo erusiar mendian ibilteagatik. Kasu horietan guztietan, arriskua izaten da lepoa modu zakarrean astindu eta min hartzeko.



Gero eta hedatuagoa

Gero eta jende gehiagok pairatzen du lepoko zartada. Azken 30 urteetan, nabarmen ugari dira kasuak, eta uneotan, 100.000 biztanle bakoitzeko, 300ek izaten dute urtean. Gizarte aurreratuen epidemia bihurtzen ari da, eta lotu-lotu dago ibilgailuen zirkulazioa ugari izanarekin. Espainian ez dago berriki egindako azterketa epidemiologiko zorrotzik sindrome horren inguruan, baina badakigu, Bartzelonako Klinika Medikua-Forentsean

egindako azterlan bati esker (2000. urtekoa da), gorputzeko oinazeagatik egindako kontsulten % 16 lepoko zartadaren sindromeari zegozkiola orduko hartan. Azterlan horrek eta beste batzuek erakusten dutenez, ibilgailuek atzealdetik emandako talken ondorio izaten da sindromea, atzean eserita doazenei baino gehiago eragiten die aurrean doazenei, eta gehiago jasaten dute pertsona garaiek eta 20 eta 34 urte arteko gazteek.

Buru-euskarria, segurtasun neurria

Duela urte batzuk, segurtasun-uhala erabiltzen ez zenean, auto batek aurrez aurre joz gero, haitzetakoaren beira zatiekien aurpegia zauritzea izaten zen ohikoena. Gaur egun, segurtasun-uhalarri esker, asko arindu dira kolpe handi horien ondorioak, baina ordainetan, lepoko zartada gehiago izaten ditu jendeak. Izan ere, istripuei aurre egiteko zer neurri hartzen den, era bateko edo beste-ko lesioak agertuko dira. Lepoko zartadari dago-kionez, neurri bakarra erabil daiteke ondorioak arintzeko: autoetako buru-euskarria, horren gainean geratzen baita burua, atzerantz doanean. Baina behar bezalako babesa eman dezan, jarlekuan doanaren neurria egokitu beharra dago.

Etorkizunari begira, buru-euskarri berriekin azterketak egiten ari dira auto-konpainiak, eta manikiak erabiltzen dituzte horretarako (dummie esaten diete). Helburua litzateke buru-euskarri aktiboa (edo mugikorra) diseinatzea, lepoa mugitu ahala mugitzen dena, eta horrekin arintzea zartadaren eragina.

Minetik diagnostikora

Orkatilako bihurturak bezalako mina eragiten du lepoko zartadak: oinazea izaten da lepoaldean eta, ondorioz, mugitzeko eragozpenak, zurruntasuna eta lepoko uzurdura. Zenbaitek besagaintan ere eduki dezake mina, eta besoak eta eskuak inurrituta ere bai. Jenderik gehiena bi edo hiru hilabeteren buruan osatzen da, baina batzuk, denbora hori pasatuta, lepoko oinaze kronikoarekin geratzen dira (% 14 eta % 42 artean), eta % 10i, berriz, etengabe agertzen zaie oinazea, oso luzaroen, gainera.

Lepoaldeko oinazea ez bada joaten, jendeak pentsatzen du lesio larriren bat eduki dezakeela (parapleja edo tetrapleja ekar dezakeena), eta medikuntza joaten dira luze gabe.

Behin kontsultara joanda, anamnesi bat egiten diete lehenbizi (galdeketa klinikoa, non galdetzen dieten nola gertatu zen istripua eta zer-nolako eragozpenak sortu dituen), eta gero, erradiografia bat egiten diete, bestelako lesiorik baduten edo ez ikusteko (lotailu-haustura), eta gerta liteke erresonantzia magnetikoa ere egitea.

Ondorioak minimizatu

Lepoko zartadari ematen zaion sendabidea edo tratamendua ez da berdina kasu guztietan; gaixo bakoitzaren sintometara egokitzen da, eta gorputzeko beste lesio traumatologikoen antzekoa izaten da. Lesioak berak eragiten duen minarentzat, ahotik hartzeko analgesikoak eta anti-inflamatorioak hartzen dira. Oinazea joan ezean eta mugitzeko mina sentituz gero, lepoko bat jarri eta lepoa immobilizatzea izaten da aukera bat, orkatilarekin egiten den antzera: min ematen duenean, orkatiletako bat jartzen da. Lepotakoa zazpi-hamar egunetan eramatekoa izaten da, egunean zehar gehienbat (gauetan ez da beharrezko izaten). Horrexegatik esaten zaio lepotako guri ez-jarraitua. Dena den, ez da falta eztabaidarik lepotakoaren auzian, zeren frogatua baitago immobilizatze joera sarriegia ez dela ona, sorgin-gurpil bat sortzen baitu: lepoa mugitu ezinik dagoela, uzkurto egiten da eta gero eta gehiago zurruntzen.



zuzen. Hurrengo urratsa izaten da gaixolari erakustea zer ariketa eta nola egin behar dituen lepoaren zurruntasunari aurre egiteko. Zurruntasuna kentzeko masajeak ere har ditzake, fisioterapeuta batek emanak. Hain zuzen, zenbait ikerketa medikuk erakutsi dutenez, fisioterapia-programa bati jarraitzen dioten gaixoen minak hobera egiten du, lepoa egonean utzi eta lepotakoa erabiltzen dutenekin alderatuta. Azkenik, beste sendagai batzuk ere erabil daitezke mina arintzeko: adibidez, azalean emateko analgesikoak edo min-kentzaileak (espraiak eta ukenduak).

Aholku praktikoak

* Sekula ez kendu ibilgailuak dituen buru-euskarria. Pertsona bakoitzaren neurria egokitu buru-euskarria, eta segurtasun-uhala ongi lotuta eraman. Buru-euskarriak ez du geratu behar bidaiariaren begien azpitik.

* Ez da komeni jarlekuaren bizkaraldea gehiegi etzatea. Zenbat eta bertikalago egon (erosoa izateko moduan, betiere), orduan eta segurtasun gehiago emango dio ibilgailuan doanari.

* Istripua izan eta lepoaldeko mina sumatuz gero, ez da larritu behar. Jarrera baikor eta sosegatua eduki behar da, lesioa ez baita larria.

* Ahal bada, ohiko zereginekin jarraitzeko komeni da, eta lanera joatea, erabateko atsedena ez baita izaten beti ona.

* Medikuek agintzen dituen analgesikoak hartu, eta fisioterapia-ariketekin osatu sendabidea, lehenago osatzeko.

* Gora begira edo albo batera etzanda lo egin, eroso gertatzen den jarreraren eta min gutxien ematen duenean.

MAIA ETCHANDY EUSKAL KULTUR ERAKUNDEKO KIDEA

"SARAKO BILTZARRA IDAZLE GUZTIENA IZAN DA HASIERATIK"

Idazleen Biltzarra antola-tzeaz arduratzen dira Sarako Turismo Bulegoa eta Euskal Kultur Erakundea. Maia Etchandy, Euskal Kultur Erakundeko egitasmoen arduradunarekin mintzatu gara, eta azokak euskal kulturari zein idazle-ek lekua egiteko daukan garrantzia azpimarratu du.

- Zein helbururekin antolatzen du EKEK Sarako Biltzarra?

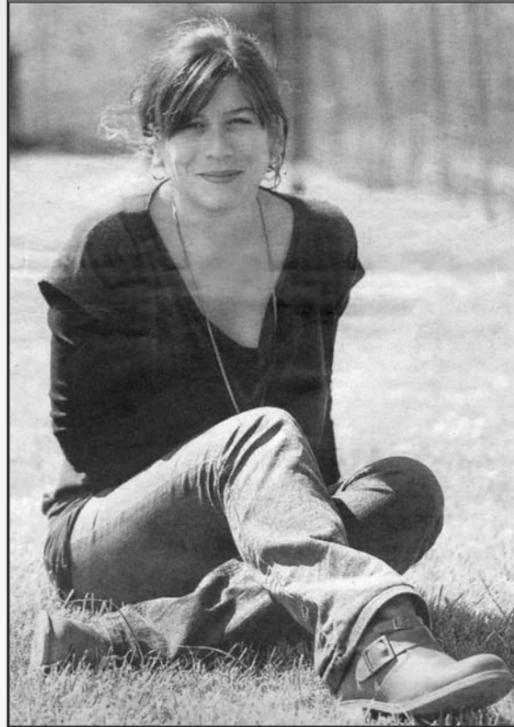
- Xede nagusia hasieratik ez da aldatu, urtero egun berean eta leku berean idazleen topagunea antolatzea euskal autoreekin, bereziki Ipar Euskal Herrikoekin.

- Antolakuntza lanean, zein da zuen egitekoa?

- Argitaletxeekin harremana daukagu, gure jakinduria ezartzen dugu antolaketa lanetan eta, bereziki, sari banaketetan. Bi urterik behin sari bereziak ematen dira, eta guk proposatzen ditugu sarituak. Komunikazio lanean ere jarduten gara, dena bi hizkuntzatan egin behar baita.

- Biltzarra, batik bat, idazle eta irakurleak harremanetan jartzeko bilgunea da, ezta?

- Bada alderdi komertzial bat horrelako gertakari batean, baina honetan ez da hori nagusitzen, topaketa baizik. Autoreak publiko-arekin hitz egiteko, liburua izenpetzeko tarte hartzen du. Solasaldi momentu horiek oso inportanteak dira. Azoka argitaletxeena da neurri batean, baina, batez ere, autore edo idazle guztiena da hasieratik.



- Ipar Euskal Herriko kultura-erentzat zer dakar Biltzarrek?

- Kultura da gure eginbeharra, EKEk sorkuntza guztia nahi du lagundu, bereziki gazteena eta Biltzarrek horretarako aukera ematen du. Sarakoaz gainera, sorkuntza programak eramaten ditugu, liburutegietan euskarazko argitalpenak hobeto ezagutarazteko plangintzak dauzkagu, beti publikoarekin lotura egiteko asmoz.

- Hego Euskal Herrian ezagutzen al da Biltzarrean egiten dena?

- Sarako Idazleen Biltzarra eta Durangoko Azokaren arteko hartueman bada; Gerediaga elkartekoak iaz etorri ziren hona aurkezpena egitera eta Sarakoak ere egonak dira Gerediagakoekin. Hegoaldeko eta Iparraldeko argitalpenen arteko lotura egin nahian gabil-tza.

- Aurten bi omenaldi egon dira, Pier Paul Berzaitzi eta Jakintza elkarteari, zergatik aukeratu dituzue horiek?

- Berzaitz Zuberoako artista dugu, baina Euskal Herri osoan ezaguna, pastoral-egilea, idazlea, kantaria, gauza anitz egin ditu eta bere obra guztia gogoratu nahi genuen. Kultur eragile garrantzitsu da guretzat. Jakintza, berriz, hamalau urte badira ikerketan dabilela, bai historian bai Euskal Herriko ondarea zain-tzen. Guretzat lan horren garrantzia ezagutaraztea ezinbestekoa da, publiko zabalak ez baitu ezagutzen.

- Maiatz elkarateak 30 urte bete ditu aurten, eta Biltzarrean egon dira.

- Euskal Kultur Erakundean Maiatz elkaratea sostengatzen dugu aspaldian, argitalpenak bultzatzeko, bai eta idazleen aurkezpenak antola-tzeko ere. Maiatzean beti egiten dituzte beren solasaldiak eta garai hartan ospatuko dugu urteurrena, zenbait egunez mintzaldiak, topaketak, solasaldiak eta abar izango dira.

- Azkenaldian ofizialtasunaren aldeko aldarria ozen entzun da. Euskal Kultur Erakundeak nola bizi du euskararen egoera Ipar Euskal Herrian?

- Nire ustez gauzak badira poliki ai-tzinatzen, baina bada bide luzea oraindik. Gure ardura da literatura, argitalpenak, artistak sostengatzea, kultur erakunde gisa euskararen inguruko komunikazioak lantzen ditugu, politika publikoetan eragiten dugu. Euskararen presentzia publiko bultzatzea gure lana da.

LA ANTIXOA EGUNA PREMIA EL TRABAJO DE LAS REDERAS EN ONDARROA

El sábado 12 de mayo miles de personas se dieron cita en Ondarroa para celebrar el Antxoa Eguna, un evento marítimo dedicado al bokarte, que aprovechó la ocasión para rendir homenaje a las rederas locales por su trabajo, y a quienes les fue concedido el galardón Zilarrezko Antxoi. Este galardón se concede en Ondarroa cada año a



alguna personalidad a colectivo por su buen hacer.

GEMA LARRAZABAL FUNDADORA DE LA ASOCIACIÓN JATABEGINTZA

"HOY POR HOY SE HACE IMPRESCINDIBLE MIRAR AL SUR PARA NO PERDER EL NORTE"

Ella es uno de esos puentes imprescindibles en la voraz sociedad de hoy en día. Uno de esos puentes que se alzan voluntariosos por unir norte y sur, que se esfuerzan por erradicar el abismo que algunos abren entre la utopía y lo alcanzable. Gema Larrazabal se siente una gota. Una gota fuerte y segura de que caminando de la mano de otras miles de gotas igual de concienzudas es posible darle la vuelta a este mundo de desigualdades. Y con ese objetivo, esta joven de Maruri-Jatabe junto con otras personas fundaron en la localidad la Asociación Jatabegintza, que ha logrado sacar adelante numerosos proyectos solidarios en los llamados países en vías de desarrollo. Por eso, por su enorme labor, por demostrar que la gente de a pie puede hacer que otro mundo sea posible, Gema Larrazabal obtuvo el premio Bizkaia Saria el pasado mes de noviembre.



principalmente es sus fundadores, sino en la generosidad del pueblo de Maruri-Jatabe. Sin su ayuda, ninguno de los logros conseguidos hubiera sido posible. Unas veces les hemos pedido que nos compraran helados, otras veces tocaba calentar la voz y cantar en Santa Ageda. El horno de pan o la incubadora, por poner tan solo dos ejemplos, hubieran quedado en un sueño si cada uno de los vecinos no hubiera aportado su grano de arena.

- ¿Ha estado en esos países a pie de proyecto?

- Tengo la suerte de conocer in situ, al menos en parte, la realidad sudamericana y la africana. De Suramérica conozco Bolivia, Ecuador, Nicaragua y Costa Rica. Y, en África, el Congo y Kenia.

- La filosofía de toda su trayectoria solidaria es que la gente de a pie desde lugares pequeños puede ir aportando su grano de arena para cambiar el mundo. ¿Cómo se toma conciencia de algo que puede parecer tan utópico para muchos?

- *Hacer que nuestra sociedad sea un lugar mejor para vivir es el final del camino de una irrenunciable utopía, una meta que, por muchos desvelos que nos da la vida, no deberíamos nunca perder de vista. Demasiado a menudo nos sentimos pequeños e impotentes, y pensamos que nuestras acciones sirven de poco. Sin embargo, he aquí una frase de la Madre Teresa de Calcuta: "El océano está hecho de gotas de agua, así que tu gota es importante porque con otras gotas podemos hacer un océano".*

- ¿Qué les impulso en su día a crear la asociación Jatabegintza?

- *Pensábamos que con decir pobrecitos no era suficiente, que había llegado la hora de echar a andar. La empatía no es solo ponerse en el lugar del otro; la empatía es preocuparnos y ocuparnos del sufrimiento o la injusticia que padecen los demás. La mayoría de nosotros nunca habíamos formado parte de una iniciativa de este estilo. Ello nos estimulaba a aprender y a caminar conjuntamente, en equipo. Sabíamos que las heridas, fruto de la injusticia y de la desigualdad, eran grandes y que nuestro esfuerzo no las iba a cerrar de inmediato, pero también creímos en el siguiente refrán: Un grano no hace granero pero ayuda al compañero.*

- ¿Qué proyectos se han llevado a cabo desde esta asociación?

- *Unos cuantos y de lo más variopintos. Son tan solo algunos ejemplos: la compra del material radiofónico necesario que permitió mejorar y ampliar la cobertura de Radio Dignidad, en Nicaragua, o la adquisición de un horno de pan para un grupo de mujeres de Ecuador. También pudimos comprar una incubadora y una lámpara de fototerapia que se fueron para un hospital de Bolivia y se construyó una granja para cabras en el Congo. También hemos cubierto una parte de los gastos de comida, escuela y cuidados sanitarios de 65 niños que permanecen en el centro Colina de la Esperanza en Congo.*

- ¿Es Maruri-Jatabe una localidad solidaria?

- *Por supuesto que sí. El verdadero éxito de Jatabegintza no está*

- Y después de estos viajes, ¿cómo vuelve una a su realidad cotidiana?

- *Con dificultad. Lo cierto es que suelo venir bastante insoportable. Todo me parece un derroche, materialismo, consumismo, superfluo...*

- También trabaja por su pueblo como concejala de Bienestar Social. Esa es otra manera de trabajar por los demás.

- *Ser concejala de Bienestar Social me permite conocer de primera mano las necesidades de mi municipio y, consecuentemente, poner en marcha proyectos que mejoren la calidad de vida de estos vecinos que por uno motivo u otro necesitan una ayuda, que no siempre tiene que ser económica. Es mucho lo que se hace desde los servicios sociales en favor de los demás pero es mucho también lo que queda por hacer. Debido a la delicadeza de muchos temas y a la protección de datos, la población no conoce más que una mínima parte de lo que se hace.*

- ¿Qué podemos hacer la gente de a pie para aportar nuestro grano de arena y hacer un poco mejor la vida de los demás?

- *A cada uno de nosotros se nos pide que hagamos lo que está en nuestras manos. Individualmente, no podemos solucionar los problemas de un continente entero pero sí podemos devolver la dignidad a una persona. No les podemos dejar que se pudran en su impotencia. Hagamos que sientan nuestro aliento solidario y nuestro compromiso con sus problemas. Lo notarán, a buen seguro, y nosotros nos sentiremos mejor. El hambre, la pobreza o enfermedades como el sida desaparecerán por la lucha constante, todos los días del año, de gente solidaria que entrega su tiempo libre o toda su vida a ello.*

- ¿Cree sinceramente que otro mundo es posible?

- *Estoy convencida de que otro mundo no solo es posible, sino necesario. Creo que queda mucho por hacer, que he emprendido un camino que merece la pena y que hoy por hoy se hace imprescindible mirar al sur para no perder el norte. En una sociedad donde la telebasura nos aparta de la realidad y el mando a distancia nos permite eludir la imagen que nos molesta hay, por suerte, un montón de indignados: voluntarios, cooperantes, misioneros o socios de ONG que aportan su grano de esperanza a un mundo más pendiente del último móvil que sale al mercado que del ser humano.*

LUCÍA LABORDA I JEFA DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL HOSPITAL DE CRUCES «ALIMENTARSE BIEN ES FUNDAMENTAL EN LA SALUD, PERO MUCHO MÁS EN LA ENFERMEDAD»

Catedrática de Dietética y Nutrición, es responsable de este área en el Hospital de Cruces, donde se preocupa no por los pacientes que presentan problemas de obesidad, sino por un carencia que suele pasar desapercibida: la de los enfermos de larga duración que no se alimentan de forma suficiente.

Coincidiendo con la celebración del Día de la Nutrición, el pasado mes de febrero, el Hospital de Cruces se sumó a una iniciativa de la Sociedad Europea de Nutrición y Metabolismo para estudiar la situación nutricional de un grupo de enfermos hospitalizados, en concreto de cuarenta pacientes ingresados en el área de Medicina Interna. Se calcula que cuatro de cada diez enfermos graves hospitalizados sufren de desnutrición.



momento de la vida: niños, jóvenes... aunque los ancianos son los más vulnerables porque sus reservas corporales ya están muy reducidas.

- Es un problema al que no se le presta atención, ¿ni por los propios familiares del enfermo?

- No se le presta atención por los familiares porque algunos sanitarios tampoco se la prestamos.

No les informamos que alimentarse bien es fundamental en la salud pero mucho más en la enfermedad, no les decimos que la nutrición forma parte de su tratamiento, tampoco les enseñamos cómo sacarle el máximo partido a «cada bocado» en estas situaciones de falta de apetito, digestiones pesadas y qué alternativas hay cuando, a pesar de todo, el enfermo no consigue nutrirse correctamente.

- ¿Qué consecuencias tiene no alimentarse bien durante esa estancia hospitalaria?

- Cuando la enfermedad es aguda, al curamos recuperamos el apetito y como disponemos de muchos alimentos nos recuperamos pronto. En la enfermedad prolongada, la desnutrición se va produciendo a lo largo del proceso, habitualmente empeora cuando los tratamientos son más agresivos y esto coincide, habitualmente, durante la estancia en el hospital. El enfermo está muchos días en ayunas por diferentes pruebas o por tratamientos, con sueros que hidratan pero que no nutren; además, cuando come deja la mitad de lo que se le proporciona y estos bajos o nulos aportes no los recupera, porque en sus días buenos, como mucho, consigue comer justo lo que necesita. No valoramos adecuadamente el consumo de alimentos y la situación nutricional del enfermo y cuando nos damos cuenta puede ser tarde. Es importante pesar a los enfermos periódicamente, valorar su consumo de alimentos y alertarnos con las pérdidas de peso progresivas.

- Por cierto, a día de hoy ¿qué tal es la comida que se sirve en los hospitales?

- Es una comida destinada a personas enfermas, con poco apetito y muchos de ellos desnutridos o con riesgo de desnutrirse. El éxito sería que los enfermos consumiesen la comida que les servimos. El objetivo es aumentar el consumo de los alimentos que ofrecemos al enfermo y para ello necesitamos un enfermo que valore estar bien nutrido, y mejorar y flexibilizar mucho la oferta.

- Pero muchas veces esa comida «no entra»...

- Si, pero es importante que sepan que nutrirse bien forma parte de su tratamiento, que aunque comer no sea un placer debe de seguir comiendo y que se puede reducir el trabajo de comer con dietas trituradas, comiendo con frecuencia... A veces, cuando se pierde el apetito necesitan abandonar «dietas» indicadas en otros momentos de su vida porque tenían exceso de peso o el colesterol o el ácido úrico altos. Además, si el enfermo no puede comer se le pueden indicar suplementos o puede necesitar nutrición artificial.



LAS MUJERES AFGANAS NO PODRÁN SALIR SOLAS A LA CALLE

El presidente afgano pretende recuperar algunas normas del régimen talibán.



Las mujeres afganas tienen que cubrirse la cabeza con un velo, viajar acompañadas de un hombre, deberse siempre a la autoridad del varón y no mezclarse con hombres ni en el trabajo ni en los centros educativos. Al menos eso es lo que quiere el Consejo de Ulemas afgano, que a principios del pasado mes de marzo hizo estas recomendaciones al Gobierno y ahora Hamid Karzai las ha aceptado. «Es un intento de controlarnos y talibanizar la sociedad», opina Hasina Safi, directiva de Afgan Women's Net-Work, que reconoce que el amén del presidente afgano ha cogido a traspás a todas las asociaciones de mujeres afganas.

«La normativa aún no se ha aprobado, está en proceso», afirma sin saber qué contestar el mulá Abdul malek Ziai, del Ministerio de Asuntos religiosos, cuando se le pregunta cómo van a aplicar la regla en el Parlamento Afgano. Si hombres y mujeres no pueden estar juntos, necesitarán dos cámaras; una para diputadas y otra para diputados. Más

allá de los esos detalles, lo que parece claro es que los mulás quieren frenar la liberalización de la mujer afgana. O mejor dicho, de las kabulíes. Fuera de la capital la situación de la mayoría de las mujeres se ajusta a la normativa que se propone, aunque aún no se haya aprobado.

A mediados del pasado mes de febrero, el Ministerio de Información y Cultura ya dio un paso en este sentido decretando que las presentadoras de televisión debían llevar siempre velo y maquillarse menos. Sin embargo, el miércoles 7 de marzo, la corresponsal de la propia televisión pública afgana hizo una conexión desde Washington mostrando una morena melena larga. En la cadena Ariana, la presentadora

del informativo llevaba tanto rímel que resultaba difícil verle los ojos y ya ni hablar de Tolo YV y Lemar, donde siempre aparecen mujeres sin velo o enseñando parte del cabello.

Safi admite que la aplicación de la normativa, si se aprueba, no va a ser fácil, pero añade que eso no quita «preocupación» a las asociaciones de mujeres afganas. Más aún teniendo en cuenta que la retirada de las tropas internacionales de Afganistán está cerca, se prevé para el 2014, y después nadie sabe qué va a pasar.

«Es una gota más hasta que se colme el vaso», se lamenta.

Azita Rafaat, portavoz del partido de la oposición Derecho y Justicia, opina que Karzai intenta así ganarse el favor de los talibán para acercarse a la mesa de negociación, algo que tiene sentido. El presidente quiere conseguir una salida dialogada al conflicto, y eso significa aceptar la entrada de los talibán en el Gobierno. Durante el régimen talibán la separación de sexos llegó a tal extremo que incluso en los autobuses había una cortina para que los hombres y las mujeres no estuvieran juntos.

LAS MUJERES CHINAS SE REVELAN CONTRA LA FALTA DE ASEOS PÚBLICOS FEMENINOS

Grupos de mujeres, hartas de hacer cola, asaltan los baños públicos de hombres para demandar la construcción de más aseos femeninos.



Li Tingting, joven estudiante de la ciudad sureña de Guangzhou, cansada de perder mucho más tiempo que sus compatriotas varones para acceder al servicio, impulsó en febrero pasado el movimiento 'Ocupa un aseo', en un claro guiño al 'Occupy Wall Street' (Ocupa Wall Street). Agitando varias

pancartas, asaltó junto a una veintena de compañeras las instalaciones dedicadas a los hombres en uno de los servicios públicos de su ciudad. Ahora la protesta se ha extendido a gran parte del país; el pasado mes de marzo, se calcula que unas cien jóvenes salieron 'a la caza de baños' en la zona de Deshengmen, en Pekín. La prensa se ha hecho eco de las manifestaciones, y el asunto ha adquirido una relevancia inusitada. Hasta el punto de que las autoridades gubernamentales han prohibido a Li Maizi - cabecilla de la revuelta en Pekín, Cantón y Zhengzhou- que salga de la capital. La celebración de los plenarios de la Asamblea Nacional Popular y la Conferencia Consultiva Política exigen un control rigurosísimo

de los disidentes y activistas, sean cuales sean las razones de su cabreo. Sobre todo cuando se dedican a dar ideas. Las manifestantes proponen una proporción de 1,5 aseos femeninos por cada uno que haya para varones. Una medida que supondría la construcción de un 50% más de servicios femeninos. Casi nada.

«Se podría pensar que si existe el mismo número para hombres y mujeres, nos encontramos ante un caso de igualdad de género. ¡Pero no lo es! Tenemos diferencias físicas que hay que tener en cuenta», insiste Li Tingting, la instigadora original de este fenómeno social y mediático. También exigen la construcción de más aseos 'unisex', principalmente en estaciones de tren y autobús. «Taiwán los está introduciendo equipados con una alarma que sirve para alertar de posibles abusos sexuales», añade la joven universitaria.

Li reconoce que se inspiró en los 'indignados' estadounidenses, pero asegura que no existe mayor conexión. No obstante, este hecho deja en evidencia que los jóvenes están cada vez mejor informados de lo que ocurre en el mundo.

LA IGUALDAD, ASIGNATURA PENDIENTE EN IRAK

«Nos gustaría volver a la situación que teníamos antes, nos gustaría volver a la situación de 1959 y avanzar desde allí» afirma a Dalal Jumma, presidenta de la ONG Organization for Iraqi Womens Freedom. Esta sorprendente afirmación tiene su explicación.

Si mirásemos hacia atrás, podríamos ver como los derechos de la mujer menguan año tras año. La libertad de la mujer no ha hecho más que empeorar desde que Al Maliki se instauró en el gobierno. Resulta paradójico cómo en un país donde existe un Ministerio de la mujer, todo apunta que los derechos fundamentales de éstas están menguando. Encima no tienen visos de mejorar a medio-corto plazo. En un lugar donde la ablación se sigue practicando en ciertas zonas rurales de Kurdistán sur, parece poco efectiva la labor de este Ministerio. «Incluso hoy, niñas de 11 años son obligadas a casarse con hombres de más de 40 años», asegura la directora de la ONG Al-Amal, Hannah Edward. «Aunque por ley esté penado, nadie investiga y se mira para otro lado. Entonces ¿cuál es la función de este Ministerio de la mujer?», se pregunta Edward.

La situación que vive actualmente el país no ayuda en nada a los sectores más vulnerables de la sociedad, donde se encuentra la mujer iraquí. Anclado en costumbres tribales, la clase dirigente les da muchas veces la espalda. La ley siempre se lava las manos ante crímenes de honor. Ser mujer implica ser más débil, ser sumisa y acatar unas normas machistas sin rechistar. Se han dado casos de violaciones a minusválidas, que en el mundo árabe pocas veces se casan. Estas, tras ser forzadas y quedarse embarazadas, son expulsadas de la casa familiar por mantener relaciones sexuales fuera del matrimonio.

La constitución de la era post-Sadamm, dicta que el 25% de los escaños han de ser para ellas. Dicha cuota haría pensar que la situación de la mujer ha de mejorar necesariamente. Pero desde varios sectores de la sociedad se afirma que estas parlamentarias no hacen lo debido en casos de violencia de género o se vulne-



Destinadas a los burdeles de Irán, Turquía y Siria, se estima que más de 5.000 mujeres iraquíes han sido explotadas sexualmente desde la caída del régimen de Saddam Hussein. Las víctimas de este negocio son aquellas mujeres que dejan el hogar por no aceptar un matrimonio forzoso o bien las que escapan por miedo a una represalia por el llamado «honor familiar».

8 de marzo en Irak

ran sus derechos. «Tenemos la sensación de que a las mujeres nos quieren marginar política y socialmente. En 1959 se hicieron leyes para que cualquier matrimonio tuviera que pasar por el juzgado. Hoy en día tenemos casos en los que no se sigue este procedimiento. Con esto la mujer se queda sin documentos y en total desamparo en caso de divorcio. Muchas veces utilizan como excusa las palabras «tradición» y «cultura islámica», incluso hay casos de poligamia», afirma la activista por los derechos de la mujer Hannah Edward.

En un país donde hay millón y medio de viudas -la mayoría por las continuas guerras que ha sufrido desde 1980- no hay medios para que se integren en la sociedad. No se les da trabajo, ni se les enseña a desempeñar un papel activo en sus propias vidas.

Sorprende en un país que ha sido históricamente muy avanzado en lo que a derechos de la mujer en el mundo árabe se refiere. Tuvieron la primera ministra del mundo árabe, también la primera juez, ambas en 1959. Según la Unesco a finales de 1970 no había analfabetas entre la población femenina. Hoy, según las últimas estadísticas, el 40% de las mujeres lo son. Las pocas graduadas universitarias no encuentran trabajo. «Las que poseen un título universitario, se tienen que afiliar a algún partido político para poder trabajar, pero siempre quedan en un segundo puesto», declara Edward.

Según un informe de Social Change Through Education in the Middle East, Irak se está convirtiendo en la capital de la trata de blancas en el mundo árabe.

Apenas una centena de mujeres con banderolas se reúnen en uno de los numerosos puentes que cruzan el Tigris. Animadas por una charanga, saltando y bailando, mujeres de todas las edades avanzan coreando eslóganes, con una sonrisa, saludándose unas a otras, con pancartas que claman justicia. Vigiladas por varios militares armados hasta los dientes y cacheadas una por una por mujeres policías, descienden hacia el río para dar comienzo a la ceremonia de suelta de velas en el río que baña Bagdad. Una por una, las velas de color morado se van depositando en platos que flotan en la parte oeste del Tigris. La alegría inunda la orilla.

Los policías que vigilan la marcha pacífica empiezan a gritar, se asoman dos barcos a toda velocidad. Impiden a los periodistas presentes sacar fotos del puente, bajo el pretexto de la siempre presente «seguridad» de la capital. Es entonces cuando un barco decide maniobrar bruscamente para crear una ola hacia la orilla. Una ola que ahoga el fuego de las velas encendidas como símbolo de buena esperanza y también las risas y festejos de las mujeres.

Siempre que suena la palabra seguridad, guerra o crisis, la política de una nación se olvida de los derechos civiles. La mujer suele ser una parte de la sociedad más vulnerable. En un país como Irak, la mujer está lastrada aún por antiguas creencias culturales. La política ni siquiera se acuerda de sus derechos más básicos. El 8 de, en Irak, es un alto en el duro camino de la igualdad.

DALAL JUMMA/ PRESIDENTA DE LA ONG IRAQÍ ORGANIZATION FOR IRAKI WOMENS FREEDOM “EL GOBIERNO DE AL MALIKI O HACE NADA PARA SOLUCIONAR EL PROBELMA DE LA MUJER”

- ¿Cuáles son los principales problemas a los que la mujer iraquí tiene que hacer frente hoy en día?

- Las cosas van a peor día a día. Queremos que la mujer iraquí tenga una educación decente. Tiene que escapar de un entorno violento y para eso esta ONG les da cobijo en varias casas que tenemos dispersas por el país. Las milicias y el extremismo religioso nos está señalando si enseñamos el pelo y no lo tapamos con el velo islámico. Nos señalan también si vamos agarradas de la mano de nuestro marido. Y en este aspecto el Gobierno de Al Maliki no está haciendo nada para solucionar los problemas y dignificar a la mujer. Aunque tenemos esperanzas de que tenga en cuenta nuestros derechos y exigencias.

- Por un lado tenemos la constitución que en teoría protege a la mujer y por el otro lado tenemos la autoridad religiosa y todo lo que implica. Es muy contradictorio.

- Tengo mi propia opinión sobre eso, creo que la autoridad religiosa tiene mucho poder en este país, es por eso que están impulsando de nuevo el uso del nikhab (velo islámico que sólo deja ver los ojos de la mujer). La constitución tiene artículos donde se garantizan



los derechos de las personas, pero al mismo tiempo hay artículos donde se pretende utilizar la sharia (ley islámica que dicta el Corán). Espero que los políticos y los parlamentarios reconsideren estos artículos. Pido una ley civil para separar la religión de la política por completo.

- ¿Qué tipo de actividades hacen en la ONG para ayudar a estas mujeres?

- Ayudamos a aquellas mujeres que se tienen que escapar de casa para salvar sus vidas, bien por motivos familiares o por persecución social. También ayudamos a mujeres que han sido maltratadas por sus maridos. Les damos cobertura legal si es necesario. Cada caso es diferente y nos adecuamos al problema que se presente. Así mismo ayudamos a prostitutas a buscar su dignidad, les damos dinero para que no vuelvan a ejercer. Hacemos lo mismo con las viudas y sus hijos, muchas veces les

damos casa, ya que la familia de su marido no les da ninguna ayuda.

- ¿De dónde consiguen la financiación? Mantener toda esa red de casas, pagar los salarios de los trabajadores supondrá una buena suma de dinero.

- El dinero viene de asociaciones no gubernamentales del extranjero que se solidarizan con la labor que hacemos en nuestro país. Esta ONG empe-

zó a trabajar en 2004 y está reconocida a nivel internacional. Las puertas de la organización están abiertas a cualquier mujer que necesite ayuda y también a voluntarios que quieran colaborar.

Tenemos un periódico y una estación de radio para la comunicación, creemos que los medios de comunicación son muy importantes para nuestra causa. En esto también hemos recibido ayuda del extranjero.

- ¿Qué mensaje lanzaría a la comunidad internacional?

- La mujer iraquí tiene que levantar la cabeza y tener una buena educación. Me gustaría volver a la situación que teníamos a principios de los años 40, cuando empezó el resurgir de la mujer en nuestro país, cuando recibíamos una buena educación. Aunque pueda resultar increíble esto es así, nos gustaría volver a esos años.

EL GRITO DE LAS MUJERES ENSORDECE LA PLAZA DE TAHIR

La humillación de una mujer egipcia, una activista anónima a la que varios policías golpearon y arrancaron la abaya a finales del pasado mes de diciembre, dejándola en sujetador en plena calle, encendió la ira de la mujer egipcia. Cientos de ellas se lanzaron a la calle para clamar contra la represión. La marcha partió de la plaza de Tahir y a ella se sumaron entre 1.500 y 2.000 personas, muchas de ellas hombres, que les ofrecían un cordón de seguridad frente a posibles abusos policiales.

La Junta Militar, por su parte, quiso calmar los ánimos expresando su «profundo pesar» por las agresiones a varias activistas en las protestas que se desarrollaron en el centro de El Cairo, y mostrándose a favor de analizar las propuestas que devuelvan la estabilidad al país.



UNA MENOR SE SUICIDA TRAS SER OBLIGADA A CASARSE CON SU VIOLADOR

La familia de la joven impuso la boda, en Marruecos, para 'salvar' el honor.

Amina tenía 15 años cuando la violaron. Fue un vecino diez años mayor que ella. Sus padres presentaron una denuncia ante el fiscal general de Tánger pero, poco después, varios intermediarios de las dos familias llegaron a un acuerdo y, con el beneplácito del juez, decidieron casar a la niña con el violador. El 'honor' de la chica y, sobre todo, el de la familia quedaba así salvaguardado y el daño causado 'reparado'.

A mediados del pasado mes de febrero, Amina se suicidó en Larache. Harta de las palizas de su marido y de su familia política, la joven marroquí tomó matarratas y puso fin a un año de miseria. No se conocen muchos más detalles del trágico suceso, reseñado por el diario Al Massae, pero la historia de Amina pone de manifiesto la enorme discriminación que aún sufren las mujeres en Marruecos, uno de los países del mundo árabe que más se vanaglorian de tener un estatuto avanzado de la mujer.

«Desgraciadamente, este tipo de casos son más comunes de lo que nos gustaría en Marruecos, especialmente en zonas rurales y pobres, donde el analfabetismo es una lacra», explica por teléfono Zahra Wardani, de la Unión de Acción Femenina, una de las asociaciones de género más activas del país magrebí. En casos como el de Amina, cuya triste historia se dio a conocer rápidamente en redes sociales como Twitter con la etiqueta #RIPamina, «las familias y la sociedad llegan a culpar a estas mujeres, muchas veces simples niñas, por lo que les ha sucedido».



Se considera que son responsables de esa violación porque llevaban puesta una falda demasiado corta o porque habían salido a la calle tarde o solas, mientras que deberían haber respetado la tradición y haberse 'guardado' de esos posibles peligros», relata la feminista. Después de la violación, y a pesar de haber contraído matrimonio con el agresor, el padre de Amina, casado con dos mujeres, se había negado a recibirla en casa. A la violencia sexual se suma en estos casos

la «violencia moral», explica Wardani, cuya asociación demanda desde hace años que se castigue a estos agresores en un tribunal penal. Según la legislación actual marroquí, si se llega a un acuerdo de matrimonio -en el que las mujeres suelen tener poco que decir-, el violador queda exento de sanción.

Regresión islamista

A pesar de que en reino alauí ha firmado multitud de convenios y acuerdos internacionales sobre los derechos de la mujer, las asociaciones feministas consideran que Marruecos vive «una regresión política y social» que afecta especialmente a la mitad femenina de la población. Muchas temen que la llegada al gobierno del Partido Justicia y Desarrollo (PJD), islamista, suponga un paso atrás en los derechos de género, ya que, según explica Yamila Guemuna, presidenta de la Federación de Ligas Democráticas por los derechos de la Mujer, los islamistas «son incapaces de vernos fuera del marco de la familia».

Estas agrupaciones han luchado en los últimos años por conquistar nuevos derechos para la mujer marroquí, «para que pueda tener una relación libre, que tenga el derecho a abortar si se queda embarazada por una violación o para que, por ejemplo, se ponga fin a la violencia sexual. También la conyugal, porque muchas mujeres casadas son sometidas a violaciones por parte de sus maridos», afirma Wardani, quien no tiene muchas esperanzas en que el nuevo ministro de Justicia, Mustafá ramid, del PJD, tenga a la mujer entre sus prioridades.

«La ley puede y debe cambiar para que no ocurran más casos como el de Amina», opina Wardani, «pero lo más difícil es cambiar de mentalidad. Se necesita mucho tiempo y esfuerzo por parte de los colegios, los medios de comunicación y también las familias. El ministerio de Interior y el de sanidad también son responsables», denuncia la feminista.



Partido Justicia y Desarrollo (PJD), islamista, suponga un paso atrás en los derechos de género, ya que, según explica Yamila Guemuna, presidenta de la Federación de Ligas Democráticas por los derechos de la Mujer, los islamistas «son incapaces de vernos fuera del marco de la familia».

DESNUDAS CONTRA LA PROSTITUCIÓN EN LA EUROCOPIA DE KIEV

Un grupo de feministas ucranianas se manifestaron ante el estadio olímpico de Kiev para exigir una Eurocopa libre de prostitución, horas antes del sorteo de partidos del torneo que el país organiza el año que viene junto a Polonia. «Las ucranianas no quieren ser víctimas de la esclavitud sexual durante esta competición», declaró una de las participantes en la protesta, pertenecientes al movimiento Femen, antes de que fueran arrastradas fuera del lugar y detenidas



por la Policía. Cientos de miles de personas visitarán Ucrania entre el 8 de junio y el 1 de julio para asistir a la fase final de la Eurocopa.

RABAT SE PLANTEA CAMBIAR LA LEY QUE PERMITE A LOS VIOLADORES CASARSE CON SUS VÍCTIMAS

El drama de Amina Filali convulsionó a la sociedad marroquí tras suicidarse por verse obligada a casarse con su violador. La pequeña fue agredida sexualmente en junio de 2011 y seis meses después contraía matrimonio con Mustafá Fellak, su verdugo, diez años mayor que ella. El código penal marroquí permite, amparándose en el artículo 475, que el violador de una menor no sea procesado y, por tanto, escape a la pena de cárcel -de uno a cinco años- si contrae matrimonio con su víctima.

Además, en el caso de violación es la mujer la que debe aportar las pruebas y si no lo consigue, puede darse la vuelta a la situación y que sea ella la que se considere culpable de haber mantenido relaciones sexuales fuera del matrimonio.

Las reacciones oficiales se han hecho esperar. Ni una palabra del Gobierno de Marruecos hasta el jueves 15 de marzo, cinco días después de la muerte de Amina. La ministra de la Mujer del Gobierno de Marruecos -la única mujer que ocupa una cartera en este Ejecutivo-, Bassima Hakaoui, islamista, apostó en unas declaraciones a la televisión nacional marroquí 2M por la revisión de la ley que permite a los violadores escapar de un proceso para endurecer las penas y que no queden libres.

Se trata de una reivindicación histórica de aso-



ciaciones de derechos humanos y colectivos de defensa de la Mujer en Marruecos, la abolición de un artículo que llevó a Amina a terminar bajo el mismo techo que su violador. El juez de Familia de Larache permitía su matrimonio con Mustafá Fellak utilizando además otro subterfugio, una excepción recogida en el Código de la Familia, impulsado por Mohamed VI en 2004, y que permite el matrimonio de menores en casos excepcionales.

Sin embargo, no dejan de crecer estas uniones. En 2010 hubo 34.777 casos, un 11,1% más que en 2009.

De esta manera, su familia ponía fin a la deshora que había sufrido la pequeña y que la convertía en una mujer de mala reputación en el Marruecos rural del que procedía.

«Mustafá violó a mi niña, quería evitarle una vida de sufrimiento y de repudio por parte de

la sociedad; y accedí a que se casaran», asegura Zohra Bel Maalem, la madre de Amina. Su hermana Hamida se lamenta de que el sexo -en especial antes del matrimonio y sobre todo en caso de una violación- sea tabú en Marruecos. «La ley no nos ampara, protege a la sociedad pero no los derechos del ciudadano». La ministra Hakaoui reconoció que esta situación es «un verdadero problema» y apostó por «un debate para reformar la ley». «Hemos hecho decenas de campañas y propuestas para modificar la ley a los sucesivos gobiernos de Marruecos, porque el caso de Amina no es único», afirmó Rhizlaine Benachir, presidenta de la Asociación Jossour por las mujeres marroquíes, quien añadió que es hora de ponerse manos a la obra y armonizar la legislación referente a la mujer con la nueva constitución, que defiende la igualdad de sexos.

Su colectivo reclama desde hace años la derogación del artículo 475.

«Desgraciadamente, ha hecho falta un drama como el de mina para que haya intención de cambio. Sin embargo, también hay que decir que da la posibilidad de perseguir al violador, y los padres de Amina prefirieron casarla con su agresor y evitarse así la deshonra familiar», añade Benachir sobre un artículo que las asociaciones de Derechos Humanos en Marruecos califican de criminal.

UNA JOVEN VIOLADA Y QUEMADA SE CONVIERTE EN ICONO CONTRA LA CORRUPCIÓN EN UCRANIA

Oksana Makar murió el jueves 29 de marzo de madrugada en un hospital de Donetsk en Ucrania después de debatirse tres semanas entre la vida y la muerte después de ser violada de forma repetida, estrangulada y quemada por tres jóvenes el 9 de marzo que tras conocerla en un bar la llevaron a su apartamento, donde la violaron. Cuando la joven advirtió que iría a la policía para denunciarlo, fue estrangulada con una cuerda. Después de que sus agresores creyeran haberla matado llevaron el cuerpo a un solar para quemarlo y arrojarlo a un pozo. Oksana fue hallada poco después con vida y trasladada a al hospital. Tenía quemaduras en el 55% de la piel y graves traumatismos. Esta joven de Nikoláyev se ha convertido en un icono contra la corrupción en el país. Dos de los presuntos autores del crimen son hijos de miembros de la elite política y su inmediata puesta en libertad hizo que miles de ciudadanos se echaran a las calles para pedir justicia. El propio presidente ucraniano, Viktor



Yanukovich, ordenó su detención y la imposición de sanciones a los policías involucrados en esa escandalosa decisión. Los tres jóvenes serán acusados de violación y uno de ellos, además, de intento de asesinato.

Pero esta agresión no es más que la punta del iceberg de abusos cometidos casi a diario por los «mazhori». Lo ha admitido el ministro del Interior, Vitali

Zajarchenko, quien estima que el «fenómeno» empieza a adquirir «proporciones alarmantes». Lo que no ha reconocido es que la mayoría de los casos quedan impunes o con castigos excesivamente leves para la gravedad que revisten. Las infracciones de tráfico, por ejemplo, ni siquiera se tienen en cuenta y es frecuente que los «alegres» hijos de la «nomenklatura» ucraniana organicen carreras de coches y motos por la noche en calles y carreteras que no se puede decir que estén desiertas. Ha habido atropellos, colisiones con otros vehículos y no pocos muertos y heridos.

ASMA LAMRABET, DIRECTORA DEL CENTRO DE ESTUDIOS FEMENINOS EN ISLAM

«ES EL MOMENTO IDEAL PARA EL FEMINISMO ISLÁMICO»

Asma Lamrabet nació en Rabat (Marruecos), donde actualmente reside y trabaja en el Hospital Universitario Ibn Sina. Médica hematóloga de profesión, es autora de diversos libros y artículos y una destacada representante del feminismo islámico. Es también presidenta de GIERFI (Grupo Internacional de Estudio y Reflexión sobre la Mujer en el Islam) y directora del Centro de Estudios Femeninos en Islam.



En plena revolución árabe, Asma Lamrabet visitó Euskadi de manos de Ipes, Askapena y Bilgune Feminista para hablar sobre feminismo islámico, una corriente cada vez más extendida entre las mujeres musulmanas. Asma, desmonta el discurso de Occidente sobre las mujeres y el islam.

- ¿En qué fundamentos se basa el feminismo islámico?

- El feminismo islámico es el feminismo como lo conocemos en el resto del mundo, con principios universales, que reivindican libertad, emancipación y dignidad para la mujer. Es islámico porque se refiere a unos principios que están en nuestra cultura en lo referente al mensaje espiritual que encierra el islam. A este respecto, quisiera aclarar dos cosas. La gente cuando oye los términos feminismo e islam juntos, se queda como cortada y se pregunta el porqué de feminismo e islam, ya que el islam está visto como una religión discriminatoria hacia la mujer. Lo que quisiera aclarar es que cuando hablamos de religión, hablamos de sistema, de una ideología religiosa y de una institución religiosa, pero dentro de todas las religiones hay un mensaje espiritual. Lo que ha traído la discriminación de la mujer son las instituciones religiosas y el sistema religioso, no el mensaje. Nosotras queremos reivindicar los derechos a partir de este mensaje espiritual y luchar contra las instituciones religiosas, que son las que han hecho una lectura patriarcal del mensaje espiritual.

A la pregunta de por qué feminismo islámico y no simplemente feminismo, debo contestar que hay distintas corrientes feministas. No me van a decir que el feminismo occidental es un feminismo monolítico, que sólo hay uno y que ese uno es único, porque no es verdad. Dentro del feminismo hay modelos diferentes y también principios universales que todas compartimos. Hay que saber diferenciar entre modelos y principios. Los principios universales son la lucha por la emancipación de la mujer, por la dignidad y por la igualdad. Es por eso que, al igual que hay feminismo radical, feminismo de Estados Unidos o black feminism, existe el feminismo islámico. El islam y la mujer musulmana están tan estereotipados, que es difícil entender cómo una mujer musulmana reivindica sus derechos a partir de su, entre comillas, religión.

- ¿Cómo surge el feminismo islámico?

- Como movimiento, es relativamente nuevo y plural, no hay un único feminismo islámico, ya que existen distintas corrientes.

Así, por ejemplo, hay corrientes feministas islámicas que no quieren el título de «feminismo» porque tiene una connotación negativa occidental. Cuando estoy en Europa, digo que reivindico mi feminismo, porque sé que la gente lo entiende, pero cuando estoy en el mundo árabe lo digo de otra manera para que no choque ni traumice. Es una cuestión de conceptos, no de principios y esto hay que respetarlo.

Este movimiento surgió en los años 90, pero no es un movimiento que nace en una sola parte del mundo. Nació en Egipto, pero también en Irán, en Marruecos, en Túnez, sin olvidarnos de los países más grandes del mundo musulmán; Indonesia y Malasia, donde hay un movimiento muy importante de feminismo islámico.

También tomó cuerpo en comunidades islámicas de otros países, como, por ejemplo, dentro de Estados Unidos, donde las mujeres tienen estudios superiores.

Si bien comenzó en los 90, no lo hizo de la nada, es la continuación del feminismo nacionalista árabe, que cobró importancia entre los años 40 y 50 y en el que las mujeres lucharon codo con codo con los hombres por la descolonización. Pero después de la independencia, fueron marginadas y el feminismo nacionalista quedó muy ausente. En los 50, nació el feminismo laico que no quería tener nada que ver con la religión, porque era la época del marxismo y de la izquierda radical. El feminismo laico no dio sus frutos porque el pueblo árabe es un pueblo que está arraigado en el islam, que constituye una memoria, una historia, una experiencia milenaria que el pueblo no puede dejar. La generación joven, la que ha seguido y tenido acceso al estudio del islam, ha visto que todo lo que decían las feministas laicas no era del todo cierto, que la lectura que las instituciones han hecho de los textos sagrados, todas controladas por hombres, son las responsables de la marginación de la mujer.

- ¿Cuál es la situación actual?

- Las mujeres han comenzado a releer los textos sagrados y se han dado cuenta de que lo que encierran es un mensaje espiritual, que, al contrario de lo que se dice, está liberando y ha liberado a las mujeres. Es liberador y emancipador. Es por eso que ahora las mujeres tenemos argumentos religiosos para luchar contra los ulemas e imanes que sostienen lo contrario.

- ¿Qué opinión tiene el movimiento feminista islamista sobre la sharia?

- Cuando se habla de la sharia, la gente se asusta y piensa en un código penal de cortar manos y lapidar mujeres. Pero, la sharia no existe en el texto sagrado. El Corán habla de la sharia como norma, como una orientación. Literalmente, la palabra sharia significa «vía». El mensaje espiritual del Corán dice «te ofrezco una vía». La vía es un camino, una ética para seguir y no hay nada en todo el Corán que se llame sharia que se refie-

ra a castigos corporales. Sólo el 3% del Corán habla exclusivamente de los castigos, pero se deben leer bien. En el Corán sólo aparecen cortar la mano al ladrón y flagelar al hombre o mujer adúltera, la lapidación no existe, es una tradición anterior al islam, una tradición judía. Pero, como he dicho, hay que leer bien, pues para cortar la mano al ladrón debemos estar en una sociedad ideal donde no hay pobres que necesiten robar. Es decir, más bien es una metáfora que un castigo de verdad. Además, debemos tener en cuenta que antes sólo existían los castigos corporales, no había cárceles ni nada así, y este versículo debe ser analizado teniendo en cuenta esa coyuntura. En definitiva, la finalidad de este versículo es que haya justicia, que no haya pobres que necesiten robar. En lo referente a la flagelación, lo importante es que para decir que debemos flagelar al hombre o a la mujer necesitamos cuatro testigos que hayan asistido al acto sexual. ¿Qué quiere decir esto? Pues que es imposible demostrar el adulterio. Esto, en el Corán, era una pedagogía para educar al pueblo árabe -que era un pueblo tribal y primario- a respetar la intimidad de los demás. Pero, se suele hacer una lectura patriarcal y las instituciones han decidido que todo el Corán sea ese 3%. Esto viene de la cultura wahhabi, que es una ideología de Arabia Saudí. Toda la ideología radical extremista religiosa viene de este país. Los imanes y los ulemas hablan del islam y el pueblo árabe musulmán, que, por lo general, es muy analfabeto, se cree lo que éstos dicen porque tienen los medios y el dinero para divulgar su mensaje, son como el Papa. Este es el gran problema. Por supuesto, ellos no reconocen el feminismo islámico y nos acusan de traidoras y de occidentalistas.

- ¿Cómo están afectando las revueltas árabes al movimiento?

- Pienso que es el momento ideal para el feminismo islámico. Yo estoy muy contenta, porque hemos podido ver a mujeres que eran desconocidas, que llevaban años trabajando por la revolución, pues no ha sido cosa de un día a otro, que esta-



ban en la sombra. El hecho de que el premio Nobel haya sido para una revolucionaria yemení, periodista, desconocida, pobre, madre de tres hijos... que ha salido a la calle hablando por un micrófono, llamando a hombres y mujeres a luchar.

Estoy muy contenta de que den premios a mujeres jóvenes como ella que lo necesitan. O como cuando vemos en Siria a una artista que está saliendo a la calle, que ha sido raptada dos veces, violada, pero que sigue saliendo y es líder de esta revolución. O en Egipto, cuando la

primera mujer escribió en un blog llamando a mujeres y hombres a salir a la calle y lo siguió haciendo todos los días.

Estoy feliz de ver que estas mujeres ya están saliendo. Y hay millones de mujeres como ellas. Yo soy optimista con esta revolución árabe porque son hombres y mujeres jóvenes que han salido y que no tienen ninguna ideología. Son un movimiento espontáneo cuyo único objetivo es la libertad, el honor y la dignidad. Esos son los tres eslóganes que hemos visto en todos los países.

- ¿Y la tendencia islamista en las elecciones tras las revueltas?

- El problema es que cuando los jóvenes han ganado, llegan las elecciones y la mayoría de los partidos que se presentan son creados por el Estado déspota. Los únicos que estaban allí, que tenían cierta virginidad política porque siempre han estado en la oposición u oprimidos, son los islamistas y así el pueblo no ha tenido elección, por no votar a los mismos de siempre ha votado a los islamistas. Esta es una de las razones, pero no es la única, pues no debemos olvidar que el islam sigue siendo un referente indispensable. La cuestión es cuál será el proyecto de estos partidos islamistas. Yo no creo que tengan un proyecto social concreto, creo que han hecho oposición por oposición, pero no tienen un discurso moralizador, no tienen un proyecto para reformar, para poner fundamentos verdaderos de la democracia. Puede ser que me equivoque, el futuro nos lo dirá.

«LLEVAR LE VELO ES UNA COSA ENTRE DIOS Y YO»

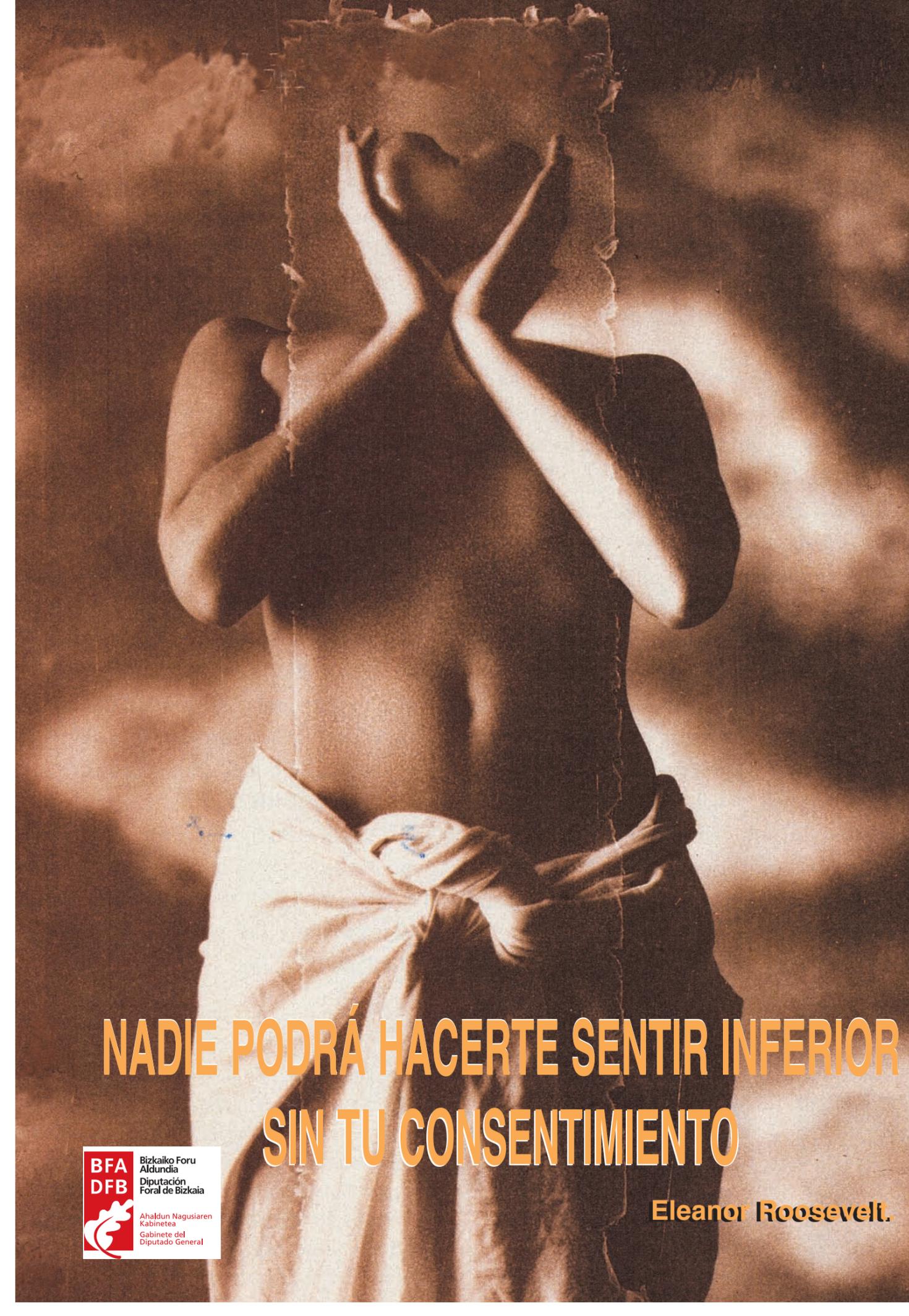
- Occidente tiende a mostrar el velo como ejemplo de opresión de la mujer en la religión islámica ¿Qué opinión le merece esta valoración?

- El velo no es ni cultural, ni político, ni ideológico, ni significa una sumisión al hombre. Es una convicción personal que está relacionada con la fe. El velo aparece citado en el Corán una sola vez y de manera sutil, como una mera recomendación dentro del comportamiento ético de la decencia y hace referencia tanto a hombres como a mujeres. El problema es que un discurso islámico machista y patriarcal ha hecho de este único versículo el principio básico de lo que debe ser una musulmana. Yo como persona independiente, libre y musulmana, tengo derecho a decidir qué quiero ponerme y todas deben tener este derecho. El velo es algo entre Dios y yo. Pero Occidente vive muy mal esto y no ha sido capaz de asumir toda esta diversidad. La prohibición del velo va en contra del derecho de la mujer sobre su cuerpo. Yo crítico de la misma manera a aquellos que utilizan el cuerpo desnudo de la mujer para hacer publi-

cidad, como a los radicales musulmanes que quieren que la mujer vaya tapada de arriba abajo y dejarla invisible.

- ¿Cuáles son las prioridades de su lucha?

- Nuestra lucha está enfocada hacia la obtención de la igualdad entre hombres y mujeres en todos los ámbitos de la vida política, social y jurídica. Hay estatutos personales casi en todo el mundo árabe musulmán donde la mujer sigue siendo menor de edad a nivel jurídico con enormes contradicciones. Por ejemplo, en Arabia Saudí, la mujer puede ser directora de una empresa financiera, dispone de todos los medios que quiere, pero, sin embargo, no tiene permiso de viajar sin su marido, y si no hay marido, no puede viajar sin su hijo, aunque éste tenga 14 años. Tampoco tiene derecho de conducir. Por otro lado, las reformas llevadas a cabo en Túnez son muy positivas aunque no son suficientes si a su vez no se reforma la educación, pues el pueblo las interpreta como antislámicas. Hay que cambiar las mentalidades y para ello la educación.



**NADIE PODRÁ HACERTE SENTIR INFERIOR
SIN TU CONSENTIMIENTO**



Eleanor Roosevelt.