

la fundación

Revista de Fundación MAPFRE#39 | junio 2017
www.fundacionmapfre.org

Arte

Duane Michals

*Albert
Renger-Patzsch*

LA PERSPECTIVA
DE LAS COSAS

Comprometidos

FUNDACIONES REAL MADRID
Y FC BARCELONA: UN «CLÁSICO»
DE LA SOLIDARIDAD

EDUCACIÓN EN HUACHIPA,
UN PROGRAMA
DE LARGO RECORRIDO

Seguridad vial
#teFaltaAlgo

Voluntarios sobre el terreno
LUCHA CONTRA LA DIABETES
EN ESTADOS UNIDOS

Seguros
EL PAVOROSO INCENDIO
DEL DÍA DE NAVIDAD

PREMIOS FUNDACIÓN MAPFRE

A LO QUE TÚ HACES POR TODOS, NOSOTROS QUEREMOS PONERLE FOCO,
DÉJANOS DARTE LAS GRACIAS.



RAFAEL MUYOR
Orquídea, 2016

PREMIO A LA MEJOR INICIATIVA
EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

DR. LUIS ROJAS-MARCOS DE LA VIESCA

PREMIO A LA MEJOR INICIATIVA
EN PREVENCIÓN DE ACCIDENTES

ALSA GRUPO, S.L.U.

PREMIO A LA MEJOR INICIATIVA
EN ACCIÓN SOCIAL

FUNDACIÓN ALADINA

PREMIO A TODA UNA VIDA PROFESIONAL
JOSÉ MANUEL MARTÍNEZ MARTÍNEZ

DR. VALENTÍN FUSTER CARULLA

LO QUE NOS MUEVE ES AYUDAR

Fundación **MAPFRE**

SÍGUENOS EN:  

WWW.FUNDACIONMAPFRE.ORG



Las fuertes lluvias registradas en Perú desde finales de enero han dejado tras de sí un terrible balance de víctimas mortales, desplazados y personas sin hogar e importantes daños en carreteras y suministros

de servicios esenciales como el agua.

Piura, Trujillo, Huarmey y Chosica son algunas de las zonas de Perú más devastadas por el fenómeno «El Niño Costero».

Fundación MAPFRE ha coordinado y financiado

el envío de cuatro plantas potabilizadoras que han sido instaladas por los seis bomberos voluntarios españoles pertenecientes al Consorcio Provincial de Bomberos de Málaga que se han desplazado a la zona de la catástrofe. Actualmente

las plantas proporcionan agua potable a 16.000 personas al día. Perú sigue necesitando ayuda. ✕

✓ SÍGUENOS EN FACEBOOK Y TWITTER

▶ VÍDEO EN LA EDICIÓN DIGITAL

En Perú, más de 200 voluntarios de MAPFRE colaboraron en la elaboración y reparto de las bolsas de alimentos y medicinas para los damnificados



la fundación Revista de Fundación MAPFRE Presidente del Consejo Editorial Antonio Núñez Tovar Director Javier Fernández González Edita Dirección de Comunicación de MAPFRE Redacción Ctra. de Pozuelo 52. 28222 Majadahonda. Madrid. T 915 815 073. F 915 818 382. comunicacion@mapfre.com www.fundacionmapfre.org Distribuye Área de Marketing de Fundación MAPFRE. Pº de Recoletos, 23. 28004 Madrid. T 916 025 221. informacion@fundacionmapfre.org Realización editorial Moonbook S.L. contenidos@moonbook.es Infografías Gorka Sampedro Imprime Edipack Grafico, S.I. Depósito legal M-26870-2008 ISSN 1888-7813 La publicación de esta Revista no supone necesariamente para Fundación MAPFRE conformidad con el contenido de los artículos y trabajos que en ella se contienen. Previa expresa autorización de los editores, y siempre citando su procedencia, está autorizada la reproducción de artículos y noticias. **Imagen de portada** Duane Michals, *Boy in Leningrad* [Chico en Leningrado], 1958. Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York © Duane Michals

sumario

RAMÓN LARRAMENDI



Fotografía: Proyecto Trineo de Viento

DUANE MICHALS



Boy in Leningrad [Chico en Leningrado], 1958

Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York
© Duane Michals

ALBERT RENGER-PATZSCH



Eiserne Hand (calle «Mano de Hierro»), Essen
[“Eiserne Hand” in Essen], 1930

Museum Folkwang, Essen.
© Albert Renger-Patzsch / Archiv Ann und Jürgen Wilde,
Zülpich / VEGAP, Madrid 2017



6

EN PRIMERA PERSONA

RAMÓN LARRAMENDI

«El trineo de viento es el primer vehículo eólico con cero emisiones»

Hablamos con Ramón Hernando de Larramendi, explorador polar, sobre su vehículo eólico. Incluye reportaje sobre la Biblioteca Virtual de Viajes Científicos Ilustrados que se presentó recientemente junto con el trineo por iniciativa de la Fundación Larramendi y de Fundación MAPFRE.



ARTE

14

DUANE MICHALS

Hasta el 10 de septiembre se puede ver en nuestra sala de exposiciones de Barcelona una exposición retrospectiva de este fotógrafo estadounidense.



22

ALBERT RENGER-PATZSCH. LA PERSPECTIVA DE LAS COSAS

La exposición de este fotógrafo alemán podrá visitarse hasta el 10 de septiembre en la sala Recoletos de Madrid.



26 PREMIOS

VIDAS ENTREGADAS

Valentín Fuster, Luis Rojas-Marcos, Fundación Aladina y Grupo Alsa son los galardonados de este año.



28

PROFESIONALES Y MÁS

La escritora Carmen Posadas nos cuenta su acercamiento a las personas que más lo necesitan.



30 SECRETOS DEL SEGURO

EL INCENDIO DE LOS GRANDES ALMACENES EL SIGLO EN 1932

Una de las piezas más singulares que conserva el Museo del Seguro es el expediente del siniestro de este incendio.

34 VEINTICINCO ANIVERSARIO DE LA TORRE MAPFRE
EL PROYECTO QUE SE ADELANTÓ A SU TIEMPO

38 INVESTIGACIÓN

INVESTIGACIÓN PARA MEJORAR NUESTRA SALUD Y CALIDAD DE VIDA

Pequeñas grandes historias de equipos científicos apoyados por las ayudas a la investigación Ignacio H. de Larramendi, que concede Fundación MAPFRE.

42

SEGURIDAD VIAL

GESTOS QUE SALVAN LA VIDA

La campaña #teFaltaAlgo conciencia a los pasajeros de la importancia de llevar el cinturón de seguridad en los autobuses.

CUÍDATE

46 LAS SEMILLAS, LOS NUEVOS SUPERALIMENTOS

48 COMER SANO TAMBIÉN ES DIVERTIDO

Conoce nuestro programa para enseñar a los niños hábitos saludables en materia de alimentación.

52 ACTIVIDAD FÍSICA Y ENTORNO LABORAL: EN EL PODIO DE LA SALUD

Cada vez son más las empresas que fomentan la actividad física. Lo que reciben es más de lo invertido.

COMPROMETIDOS

56 UN CLÁSICO DE LA SOLIDARIDAD

La Fundación Real Madrid y la Fundación FC Barcelona también juegan en el campo de la solidaridad.

60

EDUCACIÓN CONTRA EL OLVIDO EN HUACHIPA

64 VOLUNTARIOS SOBRE EL TERRENO

CAMINAR PARA DETENER LA DIABETES

66 OTRA MANERA DE AYUDAR

68 VISTO EN LA RED

70 ALIADOS



LAS SEMILLAS, LOS NUEVOS SUPERALIMENTOS



Fotografía: Thinkstock

GESTOS QUE SALVAN LA VIDA



Imagen cedida por Nadeskha Mackenzie

EDUCACIÓN CONTRA EL OLVIDO



Foto cedida por CESAL



Ramón Larramendi:

«El trineo de viento es el primer vehículo eólico movido por energía eficiente con cero emisiones»



RAMÓN LARRAMENDI
Nacido en Madrid, en 1965, Ramón Larramendi es uno de los más relevantes exploradores polares. Con 19 años realizó por Islandia su primera travesía de 400 kilómetros con esquís y ya nunca pudo parar. Su gran hito histórico llegó con la Expedición Circumpolar MAPFRE. Durante tres largos años (1990-1993) el explorador recorrió 14.000 kilómetros utilizando solamente trineo de perros y kayak. Desde 1998 en sus expediciones se desplaza con su trineo de viento, el primer vehículo eólico con cero emisiones. Autor de varios libros, además dirige la agencia de viajes Tierras Polares, de la que es fundador.

TEXTO: RAFAEL CONDE
FOTOS: PROYECTO TRINEO DE VIENTO

Ramón Larramendi, madrileño de nacimiento, es uno de los más relevantes exploradores polares del siglo XXI. A lo largo de treinta años ha realizado numerosos viajes a zonas polares, entre los que destaca la Expedición Circumpolar MAPFRE (1990-1993) que se convirtió en la más importante expedición geográfica española realizada en el siglo XX. Desde 1999 trabaja en el desarrollo del trineo del viento, el primer vehículo polar movido por energías renovables. Aprovechamos la presentación de este proyecto en la sede del CSIC para charlar con él sobre toda su trayectoria.

¿Cuándo y cómo nació tu interés por explorar las regiones polares?

Desde que era niño he tenido esa vocación. Yo creo que surgió cuando leí con once o doce años un libro que había en la biblioteca de mi casa sobre las exploraciones polares: ese libro despertó mi pasión por los polos. Con 19 años atravesé Islandia, fue mi primera expedición semipolar, y a los 20 años

participé en la primera expedición española que atravesó Groenlandia.

En 1990 dirigí y participé en la Expedición Circumpolar MAPFRE, que supuso un gran hito de la exploración en la que cuatro personas : Manuel Olivera, Antonio Martínez, Rafael Pechi y yo, recorrimos 14.000 kilómetros, desde Groenlandia hasta Alaska, desplazándonos en trineo de perros al estilo tradicional inuit.

La experiencia fue enorme y la expedición tuvo una repercusión extraordinaria que valió un reportaje en la revista *National Geographic*. Viéndolo hoy, con la perspectiva de los 30 años que han pasado, creo que el viaje de la Expedición Circumpolar MAPFRE marcó el fin de una era en la que, a lo largo tres años seguidos, conocimos a la mayoría de las poblaciones árticas y convivimos con los últimos cazadores de todo el ártico.

¿Cómo surge la idea del trineo del viento?

El proyecto del trineo de viento es el fruto de la experiencia adquirida en la expedición Circumpolar MAPFRE, ya que hemos utilizado todo el conocimiento acumulado durante esos tres años de expedición en los que aprendimos a viajar por el mundo ártico al estilo tradicional



de los inuit. Después de esa expedición viajé con el equipo del programa *Al filo de lo imposible* de TVE al Polo Norte magnético en 1998 y en 1999 al Polo Norte geográfico. Fue en ese segundo viaje donde surgió la idea de resolver el último gran enigma de la exploración polar: cómo navegar por la superficie del hielo como si de un barco se tratase.

Esa forma de navegar sobre el hielo es muy innovadora.

Así es. El trineo de viento es el primer vehículo eólico movido por energía eficiente con cero emisiones que se desplaza por Groenlandia y la Antártida. La idea surge al combinar la técnica tradicional inuit con lo mejor de la tecnología actual, somos pioneros en este aspecto, no hay otro equipo en el mundo en este momento que esté trabajando en el desarrollo de este tipo de transporte.

Vosotros incorporasteis al tradicional trineo inuit el elemento del viento.

El trineo inuit es un medio de transporte tremendamente versátil. Le incorporé una cometa como una forma lógica de utilizar la fuerza del viento para impulsarlo. Sobre el trineo montamos una tienda de campaña a modo de cabina de barco siguiendo la tradición de los inuit ya que ellos duermen sobre sus trineos. La idea de conjugar esos dos elementos, el viento y el trineo, es muy simple y a la vez eficiente. En los años de la exploración polar se utilizaron muchos medios de progresión y los exploradores que triunfaron como Admunsen o Peary, lo hicieron porque supieron aprovechar las enseñanzas de los inuit. En este proyecto la clave para el éxito es la sencillez y la simplicidad,



«El viaje de la Expedición Circumpolar MAPFRE marcó el fin de una era en la que, a lo largo tres años seguidos, conocimos a la mayoría de las poblaciones árticas y convivimos con los últimos cazadores de todo el ártico»



entendiendo estos conceptos como una mezcla de técnicas de supervivencia y una filosofía aplicada a las condiciones del viaje.

El trineo ha ido evolucionando, ya se han montado diez prototipos.

Sí, y con ellos hemos realizado ocho grandes expediciones en las que hemos ido experimentando con el sistema prueba-error. Cada viaje ha indicado el modelo a seguir en el siguiente.

El trineo actual tiene una longitud de 14 metros y se compone de cuatro convoyes que pueden transportar unos 2.500 kilos y llevar a seis personas a

bordo con una autonomía que te permite navegar miles de kilómetros.

¿Habéis vivido algún momento crítico en esas expediciones?

En todo este tiempo no hemos tenido ningún percance salvo el año pasado cuando el trineo con 2.000 kilos de carga arrolló a Karin Bouzen, una mujer danesa, miembro del equipo, pero por suerte el accidente no tuvo repercusiones. Lo que si hay, lógicamente, son momentos donde no se puede avanzar porque no hay viento o en los que el viento es demasiado fuerte o desfavorable. Se suelen encontrar



La idea surge al combinar la técnica tradicional inuit con lo mejor de la tecnología actual

buenas condiciones para navegar el 60% del tiempo disponible. Es fundamental seleccionar adecuadamente una ruta con áreas de viento favorable.

La temperatura es extrema.

Las temperaturas que vivimos en el trineo varían en función de la zona, en la Antártida pueden llegar a los cincuenta grados bajo cero y en Groenlandia, donde la temperatura es relativamente cálida para lo que es el mundo polar, la temperatura media puede estar en torno a los veinte grados bajo cero. Especialmente en la Antártida es necesario optimizar el calor, con las tiendas de campaña conseguimos un efecto invernadero que saca el máximo partido de las horas de sol.

El trineo de viento ahora se ha convertido en laboratorio móvil de exploración científica.

Llevo dieciocho años trabajando en el desarrollo del trineo de viento y,

de ellos siete los hemos dedicado a probar que era posible navegar con él. La primera fase culminó con la travesía de la Antártida en 2005-2006. Desde entonces estamos trabajando en cómo convertirlo en una plataforma móvil de investigación polar para equipos de científicos españoles o internacionales. El trineo actual cuenta con una estructura modular que permite configurar sus módulos de forma independiente en función de los equipos que transporte. La idea es aumentar el número de investigadores que puedan ir a bordo y perfeccionar el sistema para que los trabajos que se lleven a cabo a bordo puedan ser cada vez más complejos. Este sistema es totalmente ecológico y también muy económico. Nuestro objetivo último es que en los próximos años España pueda poner en marcha, usando el trineo de viento, un programa de investigación nacional en el interior del continente antártico.

«Para reducir sensiblemente el impacto ambiental es necesario, en mi opinión, que pasen unos 20 años»



En tus distintas travesías has sido testigo directo del cambio climático.

Absolutamente, desde que yo comencé mis viajes a Groenlandia hace ya treinta años he visto los cambios y son enormes. El retroceso de los glaciares es un fenómeno conocido pero sobre todo he sido testigo de la disminución de la banquisa, la capa de hielo flotante



que se forma en las regiones oceánicas polares, y la reducción de su superficie ha sido tan grande que la ruta que yo realicé en 1990 desde Groenlandia hasta Alaska es imposible realizarla hoy en día. He viajado varias veces al Polo Norte geográfico y las transformaciones en la banquisa en el océano Ártico han sido radicales, ya no es posible hacer expediciones al Polo Norte geográfico. Una de las grandes preguntas es cuándo llegará el primer verano libre de hielo en el océano Ártico. Estamos muy cerca de que esto ocurra. Este proceso de deshielo se ha producido muy rápidamente, yo he percibido especialmente está aceleración desde los años 2004 y 2005.

¿Qué podemos hacer para evitarlo o al menos reducir el impacto de este calentamiento global?

Es un tema muy complicado de solucionar, las emisiones de CO₂ no han disminuido. Yo creo que se está produciendo un cambio positivo en nuestro modelo energético, pero es un cambio lento y para reducir sensiblemente el impacto ambiental es necesario en mi opinión que pasen unos 20 años, obviamente hay muchas pequeñas acciones favorables que sí se pueden llevar a cabo.

¿Cuáles son tus próximos proyectos, seguirás explorando?

De momento sigo en marcha con el proyecto del trineo de viento en el que estamos en una fase muy avanzada, para mí como explorador es un punto culminante en mi carrera, una forma de cerrar esta larga trayectoria de exploraciones, una vez finalizado este proyecto estaré más vinculado a iniciativas de divulgación y conservación. ⊗

«El mundo digital es como la gran Biblioteca de Alejandría y nosotros, como aquellos monjes de la Edad Media»

CIENCIA Y AVENTURA, AYER Y HOY

Con motivo de la presentación de la Biblioteca Virtual de Viajes Científicos Ilustrados y del proyecto Trineo de Viento en el Salón de Actos del CSIC (Centro Superior de Investigaciones Científicas), de forma excepcional, se pusieron en común las expediciones de los científicos del siglo XVIII y XIX con las que se realizan actualmente. En su intervención, el explorador polar Ramón Larramendi hacía hincapié en el nexo que une ciencia y aventura, pasado y presente: «No se pueden comparar los viajes del siglo XVIII y del XXI, pero si tienen en común la pasión y la razón».

Esta misma pasión ha llevado a Fundación MAPFRE y a Fundación Larramendi a utilizar los más innovadores métodos de digitalización para poder traer al presente las fascinantes aventuras de estos científicos que, con el espíritu lleno de confianza y guiados por la razón, a lo largo de los siglos XVIII y XIX, se lanzaron a conocer tierras lejanas para conseguir entender las leyes de la naturaleza.

Se trata de una biblioteca de libre acceso para el público, que enlaza las obras



© Thinkstock

digitalizadas en diferentes instituciones del mundo y las propias. «El mundo digital es como la gran Biblioteca de Alejandría y nosotros, como aquellos monjes de la Edad Media, certificamos y catalogamos las obras para poner en valor a los científicos viajeros», señaló Luis H. de Larramendi, presidente de la Fundación que lleva el nombre de su padre, en la presentación. La biblioteca virtual, elaborada tras dos años de trabajo por ambas fundaciones, recoge obras de los grandes viajeros ilustrados españoles, desde Félix de Azara o Jorge Juan a Alejandro Malaspina o José Celestino Mutis entre otros.

Seguramente pocas personas saben que Jorge Juan, en una expedición a Quito que duró 10 años, fue quien obtuvo el valor de un grado de meridiano terrestre que permitió determinar con exactitud la forma de la Tierra y poder trazar nuevas cartas geográficas. Ni que Mutis realizó sus primeros estudios botánicos en Bogotá donde estudió plantas medicinales, como la quina, para el tratamiento de toda clase de enfermedades, o que Félix de Azara, considerado el precursor directo de Darwin, fue el descubridor de las tierras del Río de la Plata y todo lo que estas aportaban por su geografía, fauna, recursos, costumbres...

Realizar levantamientos cartográficos, trazar nuevas rutas marítimas y descubrir especies desconocidas fueron algunos de los objetivos más comunes. Pero, en muchos casos, sus conclusiones no se quedaron en el mero ámbito científico. Los científicos fueron también agentes al servicio de la corona y, a veces, el objetivo de la expedición iba más allá que la mera exploración o estudio científico.

Ese fue el caso de Malaspina, quien dirigió la última de las grandes expediciones ilustradas a las colonias españolas de América y Asia, con el propósito de entender los problemas que dificultaban el desarrollo colonial. Para ello recabó toda la información posible de las colonias, su demografía, la geografía, la botánica y la zoología, e incluso los medios de explotación, con la idea de realizar un estudio global de los dominios de la monarquía española. Su expedición estaba formada por prestigiosos científicos y excelentes dibujantes. Algunos de estos últimos utilizaron, por primera vez en una expedición científica, la cámara oscura, lo que daba mayor veracidad a sus dibujos.

A su regreso a España, en 1794, Malaspina presentó un informe, *Viaje político-científico alrededor del mundo*, que no solo era de corte científico sino que criticaba la situación política y económica de las colonias y desarrollaba planteamientos de corte liberal favorables a la concesión de una amplia autonomía a las colonias españolas. El gobierno español decidió no publicarlo y Malaspina, desencantado, participó en una conspiración contra Godoy que le llevó a la cárcel.

Estas y otras apasionantes historias están ahora a nuestro alcance en las más de 1.000 obras de 23 autores que nos adentran en los grandes proyectos de la navegación ilustrada. Un elenco de la contribución histórica española en los siglos XVIII y XIX que se ordena en cuatro grupos:

- 1.—Navegación, cosmografía y geografía,
- 2.—Matemáticas, física y química,
- 3.—Ciencias Naturales, y
- 4.—Medicina y farmacognosia.

La Biblioteca Virtual de Viajes Científicos Ilustrados «descubre el velo de lo olvidado», tal y como señaló Luis H. de Larramendi, trayendo al presente las obras de aquellos personajes de nuestra historia que ahora se recuperan en ella. ✕

Biblioteca Virtual de Viajes Científicos Ilustrados

Esta fabulosa e innovadora recopilación se enmarca dentro de las bibliotecas virtuales temáticas y de autor que la Fundación Ignacio Larramendi ofrece en su web www.larramendi.es.

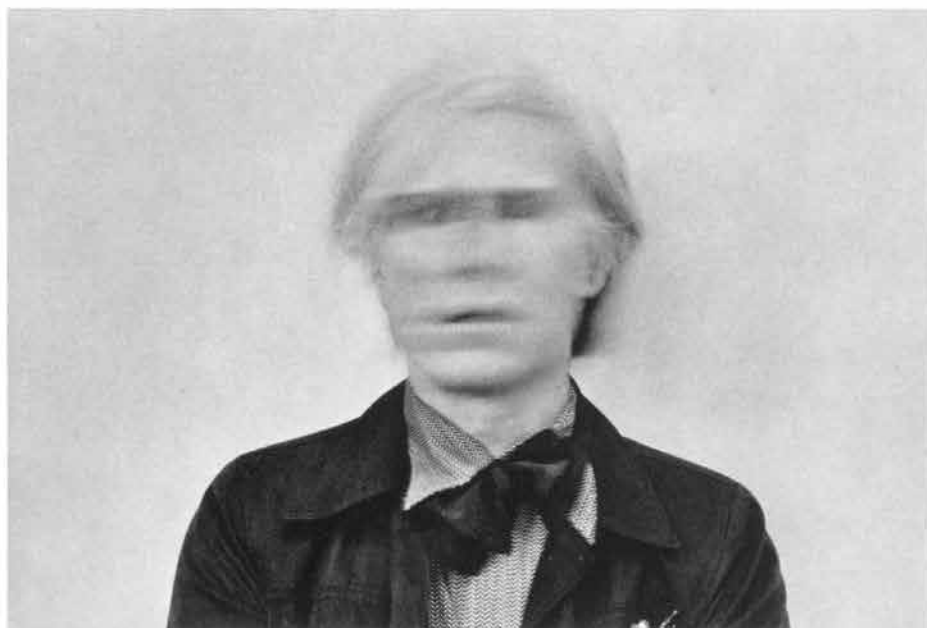
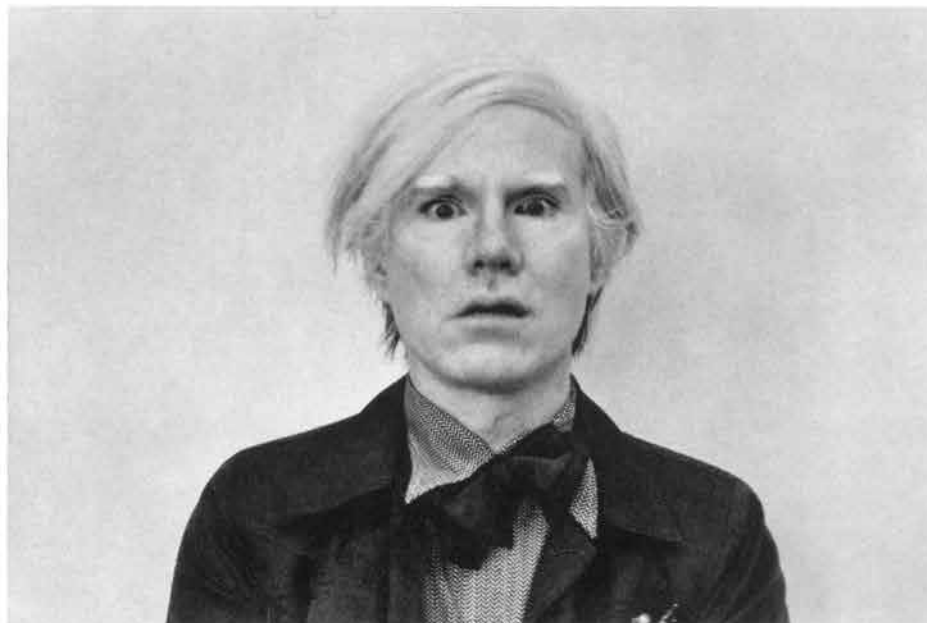
Los objetivos de la Biblioteca son: dar a conocer la inmensa aportación de España, tanto en los territorios europeos como americanos o filipinos, a la Ciencia Ilustrada Universal y mostrar los grandes viajes ilustrados, como los de Celestino Mutis, fantástico ordenador de la flora americana, de Félix de Azara, precursor directo de Darwin, o de Andrés del Río, descubridor de un nuevo elemento químico, el vanadio.

Los científicos fueron también agentes al servicio de la corona y, a veces, el objetivo de la expedición iba más allá que la mera exploración o estudio científico

La biblioteca virtual se ha implementado con un sistema de gestión digital bibliotecaria de nueva generación que ofrece nuevas e importantes funcionalidades como la geolocalización y la búsqueda en Europeana y en la DPLA, los grandes agregadores de contenidos digitales de Europa y Estados Unidos, entre otras.

 MÁS INFO EN WWW.LARRAMENDI.ES

ANDY WARHOL 1972



Duane Michals

TEXTO: BLANCA DE LA VÁLGOMA
IMÁGENES: © DUANE MICHALS

Del 31 de mayo al 10 de septiembre de 2017 Fundación MAPFRE presenta en su sala de exposiciones de Barcelona (Casa Garriga i Nogués) una exposición retrospectiva consagrada al fotógrafo estadounidense Duane Michals.

Artista en equilibrio entre la fotografía, la pintura, el teatro y la poesía, Michals es uno de los nombres más prestigiosos de la vanguardia norteamericana. En los años sesenta plantea una nueva aproximación a la fotografía que no pretende tanto documentar la realidad tangible, el «momento decisivo» que tanto preocupaba a sus contemporáneos, como ocuparse de los aspectos metafísicos de la vida. De esta manera, Michals se aleja de la fotografía como instrumento de la memoria visual: lo que no se puede ver, lo que permanece oculto, se convierte en el objetivo de su búsqueda.

Nacido en McKeesport, a las afueras de Pittsburgh, en 1932, Michals estudió arte en la Universidad de Denver y diseño en la en la Parsons School of Design de Nueva York. Descubrió la fotografía en 1958 casi de casualidad, durante unas vacaciones en la Unión Soviética a las que llevó consigo la cámara de un amigo. Aprendió a decir en ruso «¿Puedo hacerle una foto?» y comenzó a realizar retratos sencillos y directos que obtuvieron un gran éxito cuando se decidió a exponerlos a su vuelta a Nueva York, animándole a dedicarse a lo que sería la gran pasión que se convertiría en el eje de su vida: la fotografía.

El propio artista afirma que tuvo la suerte de no haber estudiado nunca fotografía, lo que le permitió

alejarse de las prácticas habituales sin preocuparse en absoluto por los límites autoimpuestos por la fotografía tradicional. De la misma manera, sus referentes estéticos más relevantes no son fotógrafos sino tres pintores: René Magritte, Balthus y Giorgio de Chirico, a los que conoció y retrató y que determinaron su libertad, su carácter lúdico y su visión escenográfica. El único fotógrafo que verdaderamente le sirvió de inspiración fue Eugène Atget, cuyas vistas de París cercanas al surrealismo dieron lugar a la primera serie de importancia que Michals realizó, *Nueva York vacío*.

Las series tienen un gran protagonismo en la obra de Duane Michals. En los años sesenta comenzó a trabajar con secuencias, formadas por varias fotografías cuidadosamente construidas con las que compone relatos. Con estas secuencias logra superar los límites de la imagen individual, que él juzga insuficientes para expresar su mundo interior, y crear narraciones en las que lo inesperado suele tener el protagonismo. Estas historias le permiten reflexionar sobre los grandes temas que le preocupan, como la muerte, el amor, la sexualidad o la percepción, muy a menudo a través del humor, la sorpresa y del juego.

Otra de las grandes renovaciones del lenguaje fotográfico que Duane Michals propuso fue la de

CHANCE MEETING



incluir textos escritos a mano sobre sus copias positivadas, rompiendo así con el tópico de que una imagen vale más que mil palabras. Estos textos, que en ocasiones son verdaderas obras poéticas, constituyen un complemento de lo que no se ve en la imagen pero que debe ser contado y compartido, elemento fundamental para la comprensión total de la obra. A través de ellos expresa su ideología política en fotografías como *Lo negro es feo* o *El hombre desdichado*, pero también desvela sus sentimientos más íntimos, como en *Una carta de mi padre*, y sus pensamientos filosóficos más profundos, como en la serie *Preguntas sin respuesta*.

Duane Michals reutiliza y combina en numerosas ocasiones diferentes recursos con la intención

de traducir de la manera más precisa sus sentimientos. Así, por ejemplo, utiliza la inclusión de textos junto a la superposición de imágenes, otra de sus técnicas recurrentes, para reflexionar sobre la memoria, sus orígenes y la familia en una de sus series más personales, *La casa que una vez llamé hogar*. En estas fotografías, resultado de una visita en 2002 a la casa ya arruinada de su infancia, el artista evoca la historia de su familia con imágenes antiguas que se superponen a las contemporáneas, acompañando con versos el relato de los personajes y los lugares.

Frente a esta vertiente más profunda y severa de su obra, muchas de sus fotografías están caracterizadas por el humor y la ironía. Su lenguaje burlón

Chance Meeting, 1970
[Encuentro casual]
Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía, Madrid

Michals afirma que tuvo la suerte de no haber estudiado nunca fotografía, lo que le permitió alejarse de las prácticas habituales sin preocuparse en absoluto por los límites autoimpuestos por la fotografía tradicional



Now Becoming Then, 1978
[El ahora convirtiéndose en entonces]
Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York

alcanza niveles verdaderamente hilarantes en la serie dedicada al arte contemporáneo. A través de diversas fotografías en las que imita a varios de los artistas actuales más conocidos y mejor valorados, Duane Michals hace una divertida pero afilada crítica sobre la deriva del mercado del arte contemporáneo, donde la palabra del crítico dispara la cotización de obras poco significativas por sí

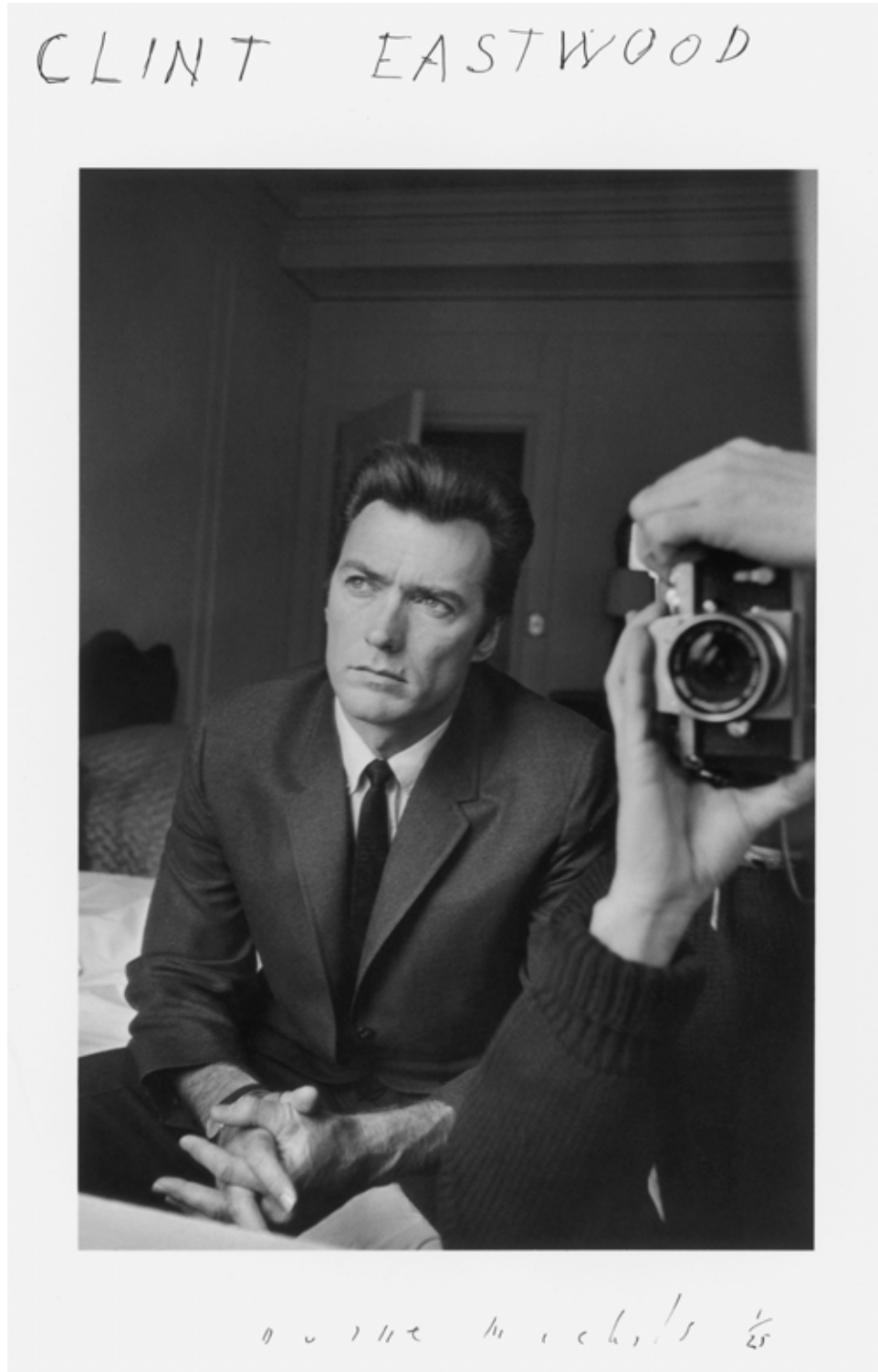
mismas y donde los formatos de gran tamaño intentan camuflar la falta de contenido.

Precisamente con el fin de no depender del mercado del arte, Michals ha desarrollado a lo largo de toda su carrera, en paralelo a su obra más personal, una intensa actividad como fotógrafo profesional. En estos trabajos más comerciales, ligados al mundo de la publicidad, y en

los retratos de un gran número de personalidades del mundo de la cultura y el arte, realizados por encargo de prestigiosas revistas, Michals imprime su carácter y su estilo, convirtiéndolas en auténticas obras de arte. Este tipo de trabajos le han permitido desarrollar su trabajo más personal con la máxima libertad, sin necesidad de someterse a la presión de que su obra obtuviese un éxito comercial.

Con 84 años Duane Michals sigue creando, inventando formas y nuevos recursos con los que poder expresarse. Así, en los últimos años, ha comenzado a producir una serie de obras en color positivadas en forma de abanico, inspirándose para ello en la tradición popular japonesa del *Ukiyo-e*, con la intención de explorar la enigmática naturaleza fluctuante de la vida contemporánea. A este proyecto sigue la reinterpretación de viejos ferrotipos, en los que Michals superpone signos y palabras trazados al óleo. En los últimos dos años se ha dedicado a la dirección de cortometrajes de siete minutos de duración que suponen una deriva natural de sus secuencias y donde plasma muchas de sus invenciones formales y de los grandes temas que recorren toda su obra. ✕

Con motivo de esta exposición se ha publicado un catálogo con tres ediciones, castellano, catalán e italiano, que incluye un ensayo de la comisaria, Enrica Viganò, extractos de una entrevista inédita realizada a Duane Michals en diciembre de 2016, así como un texto del filósofo José Luis Pardo, Premio Nacional de Ensayo. La publicación también incluye imágenes de todas las obras presentes en la muestra así como una cronología sobre el artista realizada por Irene Núñez.



Clint Eastwood, s. f.

Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York

LA ELECCIÓN DE LA COMISARIA

ENRICA VIGANÒ*

COMISARIA DE LA EXPOSICIÓN DUANE MICHALS

Grandpa Goes to Heaven es una de las secuencias más conocidas de Duane Michals. Las secuencias son, según el estilo de Michals, una serie de imágenes que se desarrollan en un breve relato, poniendo en discusión la sacralidad de la toma única.

El artista construye historias que tienen la misma relación con el cine que los poemas con la novela. Estas extraordinarias series de imágenes estimulan pensamientos, sin pretensiones didácticas y con la máxima libertad de interpretación.

En esta secuencia Michals representa la muerte de un abuelo, desde el punto de vista de su nieto. Lo que no se puede

ver, lo que permanece escondido, se convierte en el objeto de la búsqueda de Duane Michals: la naturaleza humana de un niño que pierde a su abuelo, con sus secretos más intrincables y sus fantasías más inconfesables.

Los misterios universales son unos de los temas preferidos de Duane, aunque hablar de estas cosas no es nada fácil, considerando que entiende la situación humana como una continua transformación en la que el presente ya ha pasado y todo no es más que recuerdo, sueño o ilusión.

Duane Michals mismo, en la entrevista que le hice en diciembre de

2016, me comentó que: «Fundamentalmente, me interesan las cuestiones espirituales. Me interesa la naturaleza de mi experiencia de la manera más profunda».

Esta secuencia, gracias a su poesía y delicada melancolía, nos atrae vertiginosamente hacia un universo que también sentimos nuestro, va a estimular nuestra empatía. Sencillamente nos vemos implicados y llenos de curiosidad. Hay algo que nos afecta, algo que en su evanescencia no conseguimos definir; solo podemos sentirlo, pero precisamente en la intimidad de esta interacción reside la eficacia y universalidad de esa obra de Duane Michals. ✕



* Enrica Viganò es periodista y comisaria de exposiciones especialista en fotografía. En los últimos veinte años ha comisariado numerosas exposiciones, tanto individuales como colectivas, y ha colaborado con festivales y asociaciones internacionales como PHotoEspaña o Foto&Photo.

Grandpa Goes to Heaven
[El abuelo se va al cielo], 1989

Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York



Albert Renger-Patzsch. La perspectiva de las cosas

TEXTO: LUCÍA DE LUCAS GONZÁLEZ-VALLÉS

IMÁGENES: © ALBERT RENGER-PATZSCH / ARCHIV ANN UND JÜRGEN WILDE, ZÜLPICH / VEGAP, MADRID 2017

Esta exposición, que podrá visitarse del 22 de junio al 10 de septiembre de 2017 en la Sala Recoletos de Fundación MAPFRE en Madrid, recoge 185 fotografías y una veintena de libros de la carrera de este fotógrafo alemán del siglo XX, desde principios de 1920 y hasta la década de 1960. La muestra está organizada con la colaboración especial y el apoyo científico de la Fundación Ann y Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne, Múnich.

Albert Renger-Patzsch (Würzburgo, 1897-Wamel, 1966) está hoy considerado como uno de los fotógrafos más influyentes del pasado siglo. Fue uno de los máximos representantes de la Nueva Objetividad alemana, movimiento artístico surgido tras el fin de la Primera Guerra Mundial que, en términos generales y como reacción al Expresionismo previo, se afanó en lograr una representación del mundo lo más objetiva posible.

La fotografía se erigió en este contexto en una de las artes más apropiadas para la consecución de tal fin, dado que se trataba de un medio técnico, no manual. Por ello Renger-Patzsch, desde los inicios de su carrera, defendió firmemente su autonomía en relación a las demás artes. Así, por fin llegaba la ruptura con los experimentos híbridos de las vanguardias anteriores y con el Pictorialismo previo, que durante décadas había explorado la vertiente más emotiva y pintoresca de los

Hormas en la fábrica Fagus, Alfeld
[Schuhleisten im Faguswerk Alfeld], 1928

Albert Renger-Patzsch Archiv / Stiftung Ann und Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne, Múnich.



Página anterior:

Un nodo del puente de celosía de
Duisburgo-Hochfeld [Ein Knotenpunkt der
Fachwerkbrücke Duisburg-Hochfeld], 1928

Albert Renger-Patzsch Archiv / Stiftung Ann und
Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne, Múnich

Dos postulados fundamentales caracterizan el trabajo que Renger-Patzsch desarrolla a lo largo de su carrera: gran atención al detalle y realce de los aspectos más formales, estructurales y materiales de los objetos fotografiados



Cristalería [Gläser], 1926-1927
Galerie Berinson, Berlín

objetos fotografiados en su afán por reivindicar para la fotografía el mismo estatus privilegiado del que gozaba la pintura.

Dos postulados fundamentales caracterizan el trabajo que Renger-Patzsch desarrolla a lo largo de su carrera: gran atención al detalle y realce de los aspectos más formales, estructurales y materiales de los objetos fotografiados. Estos recursos venían a reafirmar las cualidades que, para el fotógrafo, dotaban a la fotografía de un papel privilegiado en lo que a representación (y percepción) de la realidad se refiere: realismo, objetividad y neutralidad. Así, es un estilo sencillo, sobrio, producto de una concepción de la cámara como aparato técnico capaz de transmitir rigurosamente la naturaleza de las cosas y de reforzar nuestra

consciencia de las mismas. Son buenos ejemplos las imágenes de plantas —de sus primeros años— que publica de la mano de la editora Folkwang/Auriga; también todas las recogidas en su libro *Die Welt ist Schön* (El mundo es bello), de 1928, paradigma del eclecticismo en la elección de temas que caracterizará el resto de su carrera.

Y es que la temática de sus imágenes es bastante variada: abundan los elementos naturales y los arquitectónicos, pero a lo largo de su trayectoria también trabaja el género del retrato y se interesa por captar tareas cotidianas propias de los lugares que conoce. Así Renger-Patzsch consigue siempre reflejar las genuinas relaciones que se establecen entre estos territorios y sus habitantes, entre naturaleza y cultura.

En este contexto, son muy notables las imágenes de ciudades y elementos industriales con las que capturó el imparable proceso de industrialización de muchos centros urbanos alemanes en estas décadas centrales de la centuria. Verdaderos exponentes de la Nueva Objetividad fotográfica —además de poseer indudable valor documental para nosotros—, en estas escenas Renger-Patzsch capta con maestría las cualidades para él inherentes a la nueva ciudad moderna: aquella en la que coexisten diferentes tiempos históricos y en la que los aspectos culturales más auténticos se ven obligados a convivir con los impactos de la industria. Los encuadres —en ocasiones— muy ajustados y asimétricos que aquí predominan, junto a la frecuente alternancia de planos generales y

visiones de detalle, se convierten en recursos muy adecuados para la transmisión de estas ideas.

Trabaja en esta línea desde fines de los años veinte. En 1929 se instala en la región del Ruhr, en importante proceso de transformación como consecuencia de la expansión del sector industrial. En su interés por poner esto de manifiesto, Renger-Patzsch ha ensanchado los encuadres de modo que permitan mostrar el entorno de los objetos y así explorar las relaciones que se establecen entre ambos.

También ahora, a lo largo de la década de los treinta, aumenta considerablemente la cantidad de encargos que le llegan de arquitectos y empresas industriales. De ello resulta un importante conjunto de fotografías de objetos y edificios industriales, en las que Renger-Patzsch demuestra su capacidad de aunar estilo personal con las necesidades específicas de cada encargo. En ellas, cada cosa tiene su propio significado estético; la naturaleza formal y estructural de estos objetos se enfatiza, a pesar de que, en ocasiones, el artista busque también evidenciar su condición serial.

En 1944, tras la destrucción de la mayor parte de sus archivos (depositados en el Museo Folkwang) por los bombardeos aliados, la familia Renger-Patzsch se traslada de nuevo, esta vez a la zona rural de Wamel. Regresa ahora a los temas de la naturaleza, en imágenes que invitan, sin duda, a una práctica más contemplativa y dirigen la percepción hacia una



Eiserne Hand (calle «Mano de Hierro»), Essen
 [“Eiserne Hand” in Essen], 1930
 Museum Folkwang, Essen



Essen-Stoppenberg, 1929

Albert Renger-Patzsch Archiv / Stiftung Ann und Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne, Múnich

suerte de realidad atemporal, libre de las incidencias de la modernidad y de las amarguras de la guerra.

Renger-Patzsch publicó además numerosos escritos en los que plasmó sus convicciones y difundió su obra fotográfica. Ya en 1923, con *Pflanzenaufnahmen* (Fotografías de plantas) ponía de manifiesto el potencial del medio para representar la naturaleza; lo reafirmaba un año más tarde con las imágenes incluidas en los dos primeros volúmenes de *Die Welt der Pflanze* (El Mundo de las Plantas). De los años siguientes cabe destacar la publicación de *Die Halligen* (1927), *Lübeck* (1928) y *Hamburg* (1930), pero sobre todo de *Die Welt ist schön* (El mundo es bello, 1928), considerada hoy su obra editorial más importante y muy exitosa desde su misma

aparición. En ella recogió un conjunto de unas cien fotografías de muy variado género, realizadas desde el inicio de su carrera (entre ellas varias de las incluidas en libros anteriores), y en las que dejaba planteadas, ya en tan temprana fecha, las que serían sus principales inquietudes temáticas y formales.

Con su trabajo Renger-Patzsch abrió a las puertas a una nueva concepción de la fotografía en cuanto a posibilidades de representación se refiere y también, por ende, en términos estéticos, influyendo notablemente en generaciones posteriores. Su obra y los textos que publicara en vida constituyen sin lugar a dudas los mejores testimonios de este proceso.

Albert Renger-Patzsch. La perspectiva de las cosas es una de las mayores exposiciones

retrospectivas de su obra realizadas hasta la fecha. Tras su clausura en Madrid podrá visitarse también en la parisina galería nacional del Jeu de Paume.

Con 185 fotografías y cerca de una veintena de libros, recorre su carrera desde principios de 1920 hasta la década de 1960. Para ello ha contado con préstamos de las siguientes colecciones institucionales: Fundación Ann y Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne (Múnich), Museum Folkwang (Essen), Museum Ludwig (Colonia), Galerie Berinson (Berlín) y Centre Georges Pompidou (París). ⊗

LA ELECCIÓN DEL COMISARIO

SÉRGIO MAH*

En 1929 Renger-Patzsch se muda con su familia a la ciudad de Essen, en el Ruhr, la mayor zona industrial de Alemania. Allí entabla relación comercial con arquitectos, industrias, empresas y editoriales. Sin embargo, en ese periodo su ocupación más excepcional no es un encargo, sino un proyecto iniciado dos años antes de la mudanza, y que dura aproximadamente hasta 1935. Se trata de un proyecto de tipo estrictamente personal sobre el paisaje (natural y urbano) en el Ruhr, un territorio único y peculiar, mezcla de campo y ciudad, naturaleza y espacios industriales, con una enorme diversidad de casas burguesas y barrios obreros, patios, terrenos baldíos, minas, talleres de fundición, vías de trenes, carreteras, vertederos, calles, jardines y parcelas agrícolas. Renger-Patzsch se interesó no tanto por los centros urbanos sino por las zonas intermedias entre las ciudades y también por las zonas entre el campo y la ciudad: espacios en proceso de transformación.

En estas fotografías se percibe un cambio en la mirada fotográfica de Renger-Patzsch. Los encuadres se ensanchan hasta convertirse en panorámicas en muchos casos. Las imágenes se centran ahora en multitud de elementos y exploran las relaciones y asociaciones interpretativas que esos mismos elementos suscitan entre sí. El paisaje surge como un género que hace posible incorporar y contraponer elementos muy diferentes y jugar con los límites entre territorio rural y territorio industrial, entre ciudad y periferia. Lo vertical y lo horizontal, lo bajo y lo alto, lo cercano y lo lejano, se mezclan y se yuxtaponen. La relación entre los planos (del primero hasta el fondo) se intensifica para mostrar de qué modo la industria ha moldeado el paisaje y lo ha convertido un territorio heterogéneo. Uno de los ejemplos más notables de este período es la imagen *Landschaft bei Essen und Zeche «Rosenblumendelle»*, de 1928. Una fotografía



que transmite la idea de un *collage* de dos capas —dos realidades, dos zonas—, el contraste entre la serenidad idílica del mundo rural, en primer plano, y al fondo el carácter masivo y descomunal de los nuevos complejos industriales, como destino fatídico del mundo moderno. En medio, una carretera, metáfora de la historia, al mediar dos realidades distintas y sugerir el dilema entre tradición y modernidad. Un dilema que ya estaba presente en *Die Welt ist schön* y que es un indicador de la posición ambigua y paradójica de Renger-Patzsch con respecto a la industrialización. ☒

Paisaje de Essen y mina de carbón Rosenblumendelle [Landschaft bei Essen und Zeche «Rosenblumendelle»], 1928
 Albert Renger-Patzsch Archiv / Stiftung Ann und Jürgen Wilde, Pinakothek der Moderne, Múnich

* Sérgio Mah, comisario de la exposición Albert Renger-Patzsch. La perspectiva de las cosas, es profesor en la Universidad Nova de Lisboa.



Vidas entregadas



TEXTO: RAQUEL VIDALES

Pensar en los demás. Procurar el bienestar de la sociedad. Hacer del mundo un lugar mejor. Eso es lo que hacen las personas e instituciones que cada año son reconocidas por Fundación MAPFRE en sus premios anuales. Los galardonados este año necesitan poca presentación porque sus méritos son de sobra conocidos: Valentín Fuster, Luis Rojas-Marcos, Fundación Aladina y Grupo ALSA.

Cerca de 750 candidaturas de Europa, Estados Unidos e Iberoamérica ha recibido este año Fundación MAPFRE para optar a sus premios anuales, dotados con 30.000 euros cada uno. Es una buena noticia: muchas personas en el mundo dedican sus esfuerzos, a veces

su vida entera, a mejorar la vida de los demás. Los seleccionados esta edición llevan años haciéndolo.

Bien conocidos son los logros del ganador del Premio a Toda una Vida Profesional José Manuel Martínez. Valentín Fuster es posiblemente el cardiólogo que más distinciones ha recibido, entre ellas el Príncipe de Asturias de Investigación en 1996, por su contribución al tratamiento y prevención de las enfermedades del corazón. Además de su constante trabajo que ha ayudado a muchas personas a evitar o superar un infarto, el doctor siempre ha mostrado gran interés por extender el conocimiento. Se ha implicado a fondo en la divulgación de la ciencia y en la promoción de la alimentación y los hábitos de vida saludables para prevenir problemas cardiovasculares.

Valentín Fuster, el proyecto Ayuda de Luis Rojas-Marcos, la Fundación Aladina y el Grupo Alsa reciben los premios anuales de Fundación MAPFRE

▶ VISITA LA EDICIÓN DIGITAL PARA VER NUESTROS VÍDEOS

Abandonados en las Calles de la Ciudad: Proyecto Ayuda es el nombre del programa distinguido en la categoría de Mejor Iniciativa en Promoción de la Salud. Más de 10.000 enfermos mentales desamparados en Nueva York reciben anualmente atención gracias a este proyecto que se inició hace 30 años, que está dirigido por el español Luis Rojas Marcos y que permitió crear el primer servicio móvil de atención psiquiátrica del mundo. Integrado por psiquiatras, profesionales de la enfermería y trabajadores sociales, ha servido de modelo para muchas otras ciudades del mundo.

Superar un cáncer no es fácil ni para el paciente ni para su familia. Mucho menos si quien lo sufre es un niño o un adolescente. Por eso el Premio a la Mejor Iniciativa en Acción Social ha recaído en la Fundación Aladina, creada en 2005 por el empresario Francisco Arango, que día a día ayuda a enfrentarse a este dolor a cientos de personas. Gracias a su equipo de profesionales más de 1.500 niños y sus familias reciben apoyo psicológico en los 12 hospitales españoles con los que colabora.

En la categoría de Mejor Iniciativa en Prevención de Accidentes ha resultado ganadora este año la empresa de transporte de viajeros por carretera ALSA por su proyecto de prevención de riesgos viales World Class Driver. Gracias a este programa, la compañía ha reducido un 35% la tasa de accidentes con responsabilidad de sus conductores desde 2010 a 2016. La clave: la educación. Más de 55.000 horas de formación han recibido sus empleados para asegurarse de que todos conocen y cumplen los niveles de seguridad exigidos. ✕



Valentín Fuster, Premio a Toda una Vida Profesional José Manuel Martínez



Abandonados en las Calles de la Ciudad: Proyecto Ayuda, dirigido por Luis Rojas Marcos: Premio a la Mejor Iniciativa en Promoción de la Salud



Fundación Aladina, Premio a la Mejor Iniciativa en Acción Social por su Programa de Atención Psicológica para Niños y Adolescentes Enfermos de Cáncer y sus Familias



ALSA Grupo, S.L.U., Premio a la Mejor Iniciativa en Prevención de Accidentes por su proyecto de prevención de riesgos viales World Class Driver (WCD)



«Los que somos conocidos debemos aprovecharlo para dar visibilidad a los problemas de los demás»

TEXTO: NURIA DEL OLMO FOTO: DOLORES POSADAS

Carmen Posadas, la escritora uruguaya de 63 años, nos recibe en su casa, en pleno centro de Madrid. Está feliz. Disfruta de la vida todo lo que puede. Reconoce que el destino le ha brindado una «prórroga», que le permite caminar sin prisas y dar las explicaciones justas. Esa «segunda juventud», como ella denomina, también le permite acercarse más y mejor a las personas que lo necesitan, a los olvidados del mundo. «La felicidad debe venir porque estamos mejorando, porque hacemos cosas productivas», afirma.



Nuestra revista La Fundación quiere destacar la labor social, silenciosa, y en muchos casos desconocida, que llevan a cabo muchos profesionales. ¿Por qué cree que es importante comprometerse con los más desfavorecidos? ¿Qué la empujó a hacerlo?

Siempre he pensado que cualquier persona que tenga una proyección pública tiene el deber de utilizarla para dar visibilidad a aquellos que no la tienen. Yo me lo he planteado, no porque sea buena persona sino porque creo que es mi obligación. Trato de ayudar en todo lo que puedo y colaboro con todos los que me lo piden, sacando tiempo de donde sea. Descubres que el hecho de dar produce una enorme felicidad. Y realmente cuesta tan poco, ¿por qué privarse?

¿De qué forma colabora con Acción contra el Hambre. ¿Por qué eligió esta asociación?

Como miembro del patronato de esta asociación, viajo con ellos al menos una vez al año a conocer de cerca la realidad de muchas personas. Hemos estado ya en la franja de Gaza, un lugar que está viviendo una situación terrible, y en Georgia, para averiguar cómo estaban evolucionando los países de las ex repúblicas soviéticas. En marzo del año pasado, el país elegido fue Perú, donde dicha entidad desarrolla más de 1.400 iniciativas. El objetivo de este viaje solidario fue ver, de primera mano, cómo evolucionan sus proyectos que no solo están ayudando a combatir la malnutrición sino que, además, proporcionan puestos de trabajo a las madres de familia.

¿Cómo fue la experiencia?

Fue muy interesante. Perú es un país que ha crecido mucho en los últimos años, pero donde las desigualdades aumentan cada día. Se ha logrado erradicar la desnutrición aguda pero a cambio ha surgido un enemigo invisible e implacable llamado anemia crónica. A diferencia de otras ONG, que han intentado incorporar suplementos alimenticios en la dieta de los niños, algo en contra de la cultura de

El proverbio «Dale un pez a un hombre, y comerá hoy. Enséñale a pescar y comerá el resto de su vida» lo resume todo

estas personas, el proyecto de Acción contra el Hambre dio con la solución. Se pensó que la mejor manera de añadir hierro a una dieta defectuosa era desenterrando las viejas recetas de los incas, en concreto el charqui y la sangrecita, que es simplemente la sangre de los animales, la misma que en España usamos para hacer morcillas. De este modo se ha logrado erradicar esta enfermedad, que hasta hace poco afectaba a cuatro de cada diez menores de 3 años.

¿Cómo cree que podemos ayudar a que estos países reduzcan sus niveles de pobreza y desigualdad?

El proverbio «Dale un pez a un hombre, y comerá hoy. Enséñale a pescar y comerá el resto de su vida» lo resume todo. Creo que la educación es la clave del desarrollo.

¿En qué consiste su participación en la iniciativa «Vidas en progreso» de Paz y Desarrollo?

Es un magnífico proyecto de una pequeña ONG, con la que me encantó colaborar, que nos dio a mí y a otras cuatro escritoras, Almudena Grandes, Mara Torres, Rosa María Calaf y Ángeles Caso, la oportunidad de presentar un libro de relatos breves que narraban la historia, con final feliz, de cinco mujeres del Tercer Mundo, personas líderes y referentes en su lucha por alcanzar la justicia de género y el reconocimiento social en países con gran discriminación.

¿Qué es lo que le produce mayor felicidad en estos momentos de su vida, lo que más ilusión le hace?

En primer lugar está mi familia. Somos muy tribu. Luego, estoy yo, y el momento que atravieso, que es una especie de tregua que la vida me está dando, una etapa que agradezco y disfruto, después de tantos años en los que te obligas (como todas las mujeres) a ser la mejor en tu trabajo, la mejor amiga, la mejor madre y esposa. Pensamos mucho en los demás pero muy poco en nosotras mismas. A partir de los 50 años la vida te da una segunda juventud y la sensación de libertad es otra. ✕



Crónica de un siniestro literario

El incendio de los Grandes Almacenes El Siglo en 1932

TEXTO: ANA SOJO

Conservadora del Museo del Seguro de Fundación MAPFRE

Una de las piezas más singulares que conserva el museo del seguro es el expediente del siniestro del incendio de los Grandes Almacenes El Siglo de Barcelona.

Este gran centro comercial, cuyo origen data de 1881, estaba situado en la Rambla de los Estudios, la calle Xuclá y la Plaza del Buen Suceso, y ocupaba una superficie útil de 25.083 m². Su historia puede considerarse un referente de la implantación de las grandes superficies comerciales en España, con más de 60 secciones especializadas, entre las que, desde 1910, se encontraban un café-bar y un colmado.

El violento incendio se inició el día de Navidad de 1932 hacia las 11 de la mañana y fue debido a un cortocircuito producido, probablemente, por un mal funcionamiento de un tren de juguete que estaba colocado en un escaparate.

A las dos horas de comenzar el incendio no quedaba gran cosa de los edificios de la parte central del establecimiento y de las calles Xuclá y Buen Suceso, y las mercancías y el ajuar industrial podían considerarse como perdidos totalmente.

La tasación de los daños por los peritos pudo llevarse a cabo, fundamentalmente, gracias a la recuperación de una parte de la documentación contable de El Siglo.

Afortunadamente los grandes almacenes estaban coasegurados por 22 compañías tal y como se describe en el dictamen realizado para tasar los daños producidos por el incendio por don Narciso Masoliver Ibarra, ingeniero industrial, y don E. Pedro Cendoya, arquitecto, peritos ambos de las compañías aseguradoras y de los grandes almacenes, respectivamente.

La elaboración de este dictamen de 249 páginas, con 22 planos y 41 fotografías, en solo cinco meses, hizo posible la rápida solución que las compañías aseguradoras deseaban dar al asunto. El expediente se puede ver en el Museo del Seguro y consultar a través de nuestra web en la edición digital de la revista *La Fundación*.

Los daños derivados del incendio quedaron fijados en 11.201.334 pesetas, (equivalentes en la actualidad a 23 millones de euros o 3.825 millones de las antiguas pesetas). El 33% de dicha



Portada del expediente que se puede consultar en el Museo del Seguro



© Imagen cedida por el Museo del Seguro



© Fuente: La Vanguardia, Hemeroteca. 27-12-1932

cantidad correspondía a los edificios asegurados y el 67% al mobiliario industrial y mercancías aseguradas. La indemnización fue asumida por las 22 compañías aseguradoras y el rápido pago de la indemnización hizo posible la reapertura de los grandes almacenes en 1934.

El diario *La Vanguardia* publicó el 27 de diciembre de 1932 una noticia a página completa, que reproducimos en esta página, sobre estas líneas, referente al incendio, lo que indica la repercusión que el siniestro tuvo en su momento y cómo afectó a la sociedad catalana:

[...] *Los Grandes Almacenes El Siglo, S. A., han sido destruidos por*

un colosal incendio. Aquel popular comercio que, en plenas Ramblas, era un exponente de la potencialidad mercantil catalana, fue, durante la jornada del domingo, pasto de las llamas, que consumieron en poco más de dos horas lo que había sido logrado gracias al gigantesco esfuerzo de largos años y a un alto espíritu de empresa. La ciudad ha, vivido horas de sincero y legítimo dolor [...]

[...] El fuego fue voraz y en su desarrollo no respetó dependencia ninguna, y así, cuando los bomberos, con su obstinado y heroico esfuerzo habían conseguido localizar las llamas, evitando su propagación, los tres inmuebles en que estaban



15. — Habit de demi-saison (dos).



16. — Habit de demi-saison (davant).

© iStock

instalados aquellos almacenes no eran más que una inmensa pira, que en su furia destructora no tan solo situaba a una empresa poderosa en trance difícil, sino que hacía desaparecer un comercio en el que ganaban su pan más de un millar de familias humildes[...]

Fuente: <http://hemeroteca.lavanguardia.com> ✕

+

LEE LA NOTICIA COMPLETA
EN NUESTRA EDICIÓN DIGITAL

Un siniestro literario

Este acontecimiento ha inspirado a algunos novelistas, como Care Santos, ganadora de la edición del premio Nadal en 2017, que escribió la novela —y posterior serie de televisión— *Habitaciones Cerradas*. Tuvimos el placer de atender a esta escritora en el Museo del Seguro cuando estaba recopilando información para su obra.

Además, Care Santos cuenta en el blog que publicó en torno a su novela interesantes historias sobre los almacenes, como la existencia de las jóvenes empleadas conocidas como *sigleras*:

El escritor Sempronio, cronista de la ciudad Condal, ha descrito cómo a la salida del centro esperaba todos los días

una multitud sólo por ver a las trabajadoras abandonar el local. No sólo tenían fama de guapas y educadas, sino que vestían de uniforme y eran seleccionadas de entre la clase media barcelonesa, lo cual era sinónimo de excelencia. No en vano se dice que entre las empleadas del establecimiento se contaron incluso personalidades, como la esposa del futuro presidente Josep Tarradellas, Antònia Macià.

También destaca que los almacenes El Siglo fueron pioneros en muchos servicios que hoy nos parecen normales:

[...] desde la venta por correo hasta la existencia de una cafetería en el

interior del edificio. En El Siglo las señoras podían elegir las telas para sus vestidos y encargar su confección al taller de modistas, instalado en el mismo edificio. También era posible tomarse un retrato, escribir una carta, visitar una exposición de pintura, vestirse de duelo o adquirir una cristalería fina.

Fuente: <http://habitacionescerradas.blogspot.com.es/2011/02/grandes-almacenes-el-siglo-un-bazar-que.html>



Información práctica del Museo de Seguro

Ubicado en Madrid, en el paseo de Recoletos, 23, cuenta con 600 piezas expuestas y un total de 1.300 conservadas en los fondos de la institución.

Además, todas ellas se encuentran disponibles en la versión virtual del museo en www.museovirtualdelseguro.com.

Disponemos de visitas guiadas gratuitas para grupos previa petición en el teléfono +34 916 025 221



La Torre MAPFRE 1992-2017, el proyecto que se adelantó a su tiempo

En todas las imágenes del *skyline* de Barcelona destacan sobremanera dos torres vecinas que se asoman majestuosas al mar desde los límites costeros de la ciudad: una es el hotel Arts y la otra es la emblemática Torre MAPFRE.

La Torre, que este año cumple 25 años de vida, fue una apuesta estratégica de MAPFRE, entonces presidida por Julio Castelo Matrán, para aumentar su presencia en Cataluña, concursando primero por el solar y construyendo después, en una esquina estratégica de la futura Villa Olímpica, el segundo edificio más alto de España —entonces el primero era la Torre Picasso de Madrid, de 155 metros—. En aquel momento ya se intuía el gran cambio urbanístico de la ciudad de Barcelona para abrirse al mar recuperando los espacios de ocio y los entornos de modernidad que hoy constituyen su cara más litoral.

La construcción fue diseñada por dos jóvenes arquitectos, Íñigo Ortiz Díez de Tortosa y Enrique León García, que elaboraron un proyecto sencillo pero muy vanguardista, anticipando algunas de las soluciones arquitectónicas que hoy son un estándar para este tipo de edificios pero que, en su momento, constituyeron una auténtica revolución.

Actualmente los conceptos de sostenibilidad y ahorro energético son esenciales en los proyectos de arquitectura, pero hace 25 años eran unas palabras, no diríamos desconocidas pero sí muy inusuales en ambientes profesionales y en un entorno en el cual la calidad de construcción en España no estaba tan desarrollada como en otros países de referencia.

Desde el primer momento, los arquitectos vieron la oportunidad de aportar al proyecto una serie de innovaciones que garantizaran la rapidez de la construcción, el ahorro energético, incluyendo las últimas tendencias en arquitectura, materiales y procedimientos constructivos. Muchos de ellos serán utilizados por primera vez en España y algunos de ellos en Europa.

Para empezar, se cimentó a base de pilotes de gran diámetro y profundidades superiores a los 25 metros, y se construyeron dos

sótanos por debajo del nivel del mar mediante muros de contención de hormigón, una ampliación de espacio para incorporar plazas de garaje que supuso una complejidad añadida al proyecto debido a la proximidad a la costa. Los ascensores, de doble cabina para garantizar la movilidad, fueron los primeros en Europa de este tipo, y los más rápidos en su época. Para la fachada, de diseño innovador, la inclinación

ESTE AÑO
CELEBRAMOS EL

25

ANIVERSARIO
DE SU CONSTRUCCIÓN

Un proyecto con unas premisas muy sencillas: hacer un edificio de calidad e innovación a un coste razonable y que reflejara los principios de MAPFRE

del vidrio no solo permite evitar deslumbramientos y reflejos, sino que aporta importantes ahorros en mantenimiento. La torre cuenta con un helipuerto totalmente homologado para helicópteros y un sistema de generación de energía descentralizado que también fue innovador en su momento.

Todos estos aspectos, y algunos otros de menor importancia hicieron que la Torre MAPFRE y su sensibilidad ante la sostenibilidad y la innovación fueran utilizadas como caso de estudio en universidades y foros internacionales. Incluso últimamente se ha realizado un estudio en Italia en el que la Torre MAPFRE se muestra como ejemplo de arquitectura de fácil desmontaje y reciclado debido a su alto nivel de

prefabricación y simplicidad, con pocos materiales tanto en estructura como en fachadas e instalaciones.

Lo que fue una de las construcciones más innovadoras de Europa en su momento, volverá a serlo en los próximos años gracias a la profunda renovación de la Torre que se está llevando a cabo para modernizarla y situarla en el *top ten* de este tipo de edificios de oficinas en altura de la Unión Europea.

Al margen de su explotación comercial, lo cierto es que la Torre MAPFRE es y seguirá siendo un icono de Barcelona que forma parte de todas las imágenes de esta ciudad que se proyectan en cualquier lugar del mundo. ✕

El 25 aniversario de la Torre reunió en Madrid a los directivos de MAPFRE que estuvieron más involucrados en el proyecto junto a los arquitectos que lo diseñaron. De izquierda a derecha, Fernando Carvajal, Fausto Rodríguez del Coso, Enrique León García e Íñigo Ortiz Díez de Tortosa.





Un símbolo de la Barcelona post olímpica

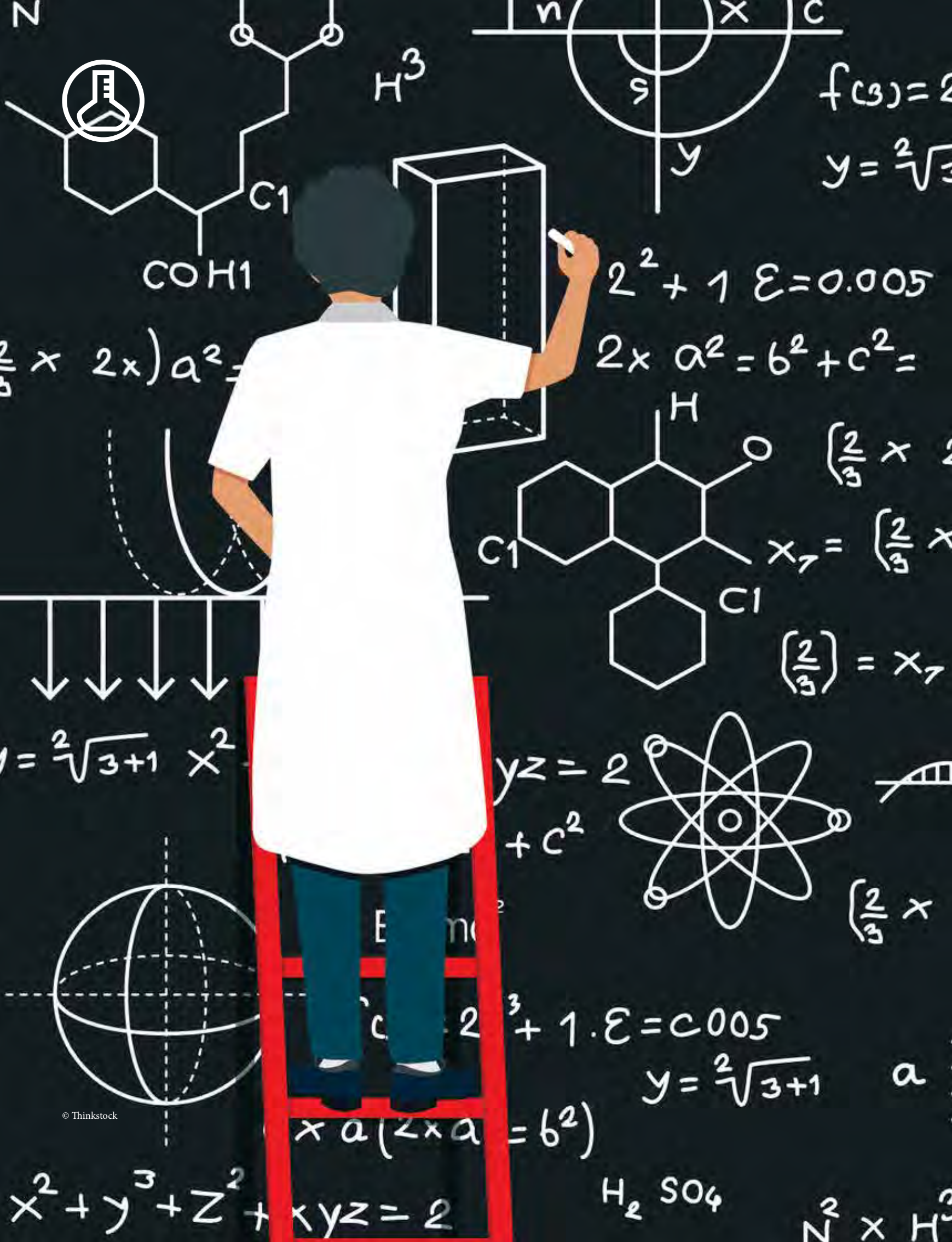
Las Olimpiadas de 1992 cambiaron la fisonomía de Barcelona. No solo se aprovechó para mejorar infraestructuras y rehabilitar algunos barrios, sino que además, se abrió la ciudad al mar; se construyó el Puerto Olímpico y se habilitó el acceso a varias playas.

La Torre MAPFRE es uno de los emblemas de la remodelación urbanística que sufrió la ciudad en 1992.

Visible desde toda la ciudad, es el rascacielos más alto de Cataluña, junto con su vecina del Hotel Arts que tiene una altura idéntica. Ambas se enfrentan junto al mar, entre las playas de Nova Icària y la Barceloneta, y dominan el Port Olímpic. El conjunto formado por las dos torres se completa con el Peix d'or (una escultura en forma de pez) que Frank Gehry instaló con motivo de las olimpiadas y que se ha

convertido en un símbolo de la ciudad.

Con 40 plantas y 152 metros de altura, la Torre MAPFRE forma ya parte de la silueta de Barcelona. Puede verse desde distintos puntos de la ciudad y su innovadora arquitectura, con un cambio de inclinación alternado en la fachada, crea un efecto de espejo gigantesco en el que se refleja la vida de la ciudad.



Investigación para mejorar nuestra salud y calidad de vida

TEXTO: JUAN RAMÓN GOMEZ

La investigación científica aborda innumerables proyectos que tratan de mejorar nuestra calidad de vida desde ámbitos tan diversos como la alimentación, la inteligencia artificial o la seguridad. En estas páginas relatamos pequeñas grandes historias de equipos científicos que, apoyados por las ayudas a la investigación de Ignacio H. de Larramendi, otorgadas por Fundación MAPFRE en su convocatoria de 2016, trabajan pensando en nuestra salud y en nuestro retiro profesional en el futuro.

La importancia de la colaboración entre médico y farmacéutico

Con la edad, a veces van surgiendo nuevas patologías que requieren medicamentos que se suman a los que ya se toman, y esa polimedicación podría estar detrás de la alta tasa de reingresos de la población mayor en los hospitales. Con esa premisa, detectada por un equipo multidisciplinar de farmacéuticos e internistas en el hospital madrileño 12 de Octubre, el doctor Carlos González Gómez se ha propuesto demostrar si una intervención farmacoterapéutica basada en la conciliación, información y seguimiento precoz del paciente tras el alta, podría reducir esa tasa de reingresos.

Con una amplia experiencia como clínico especialista en Medicina Interna, García, junto a dos farmacéuticos especialistas en farmacia hospitalaria y residentes de ambas especialidades, detectó

que muchos ingresos «parecían motivados por descompensaciones de la patología de base debidos a la propia medicación o a efectos adversos derivados de esta medicación». Su proyecto tiene un doble objetivo que ha sido valorado por Fundación MAPFRE para apoyarlo con una de las becas de este año: desarrollar una intervención que pueda tener impacto sobre la salud y calidad de vida de las personas mayores, así como en la mejora de la utilización de los recursos sanitarios.

El proyecto ya ha superado una primera fase en la que se estudió a todos los pacientes que reingresaron cuatro o más veces en medicina interna en el periodo de un año. A partir de variables como edad, diagnóstico, comorbilidades, presencia de polimedicación, tipo de medicamentos y alteraciones derivadas de su uso, se está realizando un análisis estadístico para identificar cuáles de estas variables

podrían tener relación con el reingreso. Una ardua labor que el equipo debe compaginar con el trabajo diario de un gran hospital, que ocupa el cuarto puesto entre los mejores de España, y el tercero en la especialidad de medicina interna. Pero González presume de motivación: «Somos un equipo joven y activo, que ha dedicado tiempo extra fuera de su jornada de trabajo para sacar adelante el proyecto».

La segunda fase del estudio pretende «demostrar que la colaboración de médico y farmacéutico es esencial, y que esta intervención se convierta en un estándar de calidad en la práctica clínica para el paciente anciano polimedcado».

Cómo elegir un plan de pensiones

Fondos de inversión, fondos de pensiones... En fin, materia complicada para el común de los ciudadanos y, por lo que parece, también para los propios gestores, asesores financieros y ahorradores, porque el objetivo de este proyecto es orientarles a todos ellos sobre los factores que deben tener en cuenta a la hora de seleccionar planes de pensiones.

«Hacer investigación es algo que realmente me apasiona», afirma Luis Otero González, profesor titular de Economía Financiera y Contabilidad en la Universidad de Santiago de Compostela. Con esa presentación, queda claro que para él la investigación no es algo nuevo. De hecho, el proyecto en el que se ha embarcado ahora, y que ha sido apoyado por Fundación MAPFRE, da continuidad a otro anterior: «Llevamos cierto tiempo trabajando en el análisis de fondos de inversión y en los determinantes de la *performance* —el rendimiento— que obtienen y quisimos ampliar el análisis a los fondos de pensiones».

La gestión del riesgo y la evaluación del rendimiento de los productos financieros son las áreas principales de interés de Otero, que en este proyecto cuenta con un equipo de tres investigadores de las universidades de Santiago de Compostela y La Coruña, a los que previamente él mismo dirigió sus tesis doctorales.

Identificar a la población con riesgo de infarto

Con el objetivo de crear un modelo de organización para la óptima atención a pacientes con infarto agudo de miocardio, el servicio de Cardiología del Hospital Clínico Universitario Santiago de Compostela (CHUS) decidió abordar la elaboración de un registro muy detallado de los ingresos en el centro con esa patología.

Alfredo Redondo Diéguez, uno de los cuatro cardiólogos que, junto con un estadístico, trabajan en este proyecto, explica: «Nuestra comunidad autónoma fue una de las pioneras en el desarrollo de un programa de atención al infarto agudo de miocardio, y una de las primeras en implementar el sistema de historia clínica electrónica. Toda esa información almacenada durante años nos permitirá obtener un seguimiento de gran calidad y a muy largo plazo de nuestros pacientes.

El valor de los registros en la medicina actual es clave. El punto de partida para mejorar es saber dónde estamos. Además, es la única forma de poder comparar tus resultados».

Estos datos serán fundamentales para pasar a la siguiente fase: «El análisis de este registro ayudará a la identificación de poblaciones de interés, programas de formación y divulgación y publicación de artículos científicos. Así podremos,

por ejemplo, elaborar programas dirigidos a reducir el tiempo que tardan los pacientes en solicitar asistencia médica cuando tienen un infarto de miocardio».

El proyecto no ha partido de cero sino que está en línea con la trayectoria del servicio de cardiología del CHUS, que fue pionero en el tratamiento del infarto de miocardio mediante angioplastia primaria, así como en el desarrollo e investigación en el ámbito del síndrome coronario agudo.

El registro, la fase más ardua del proyecto, continúa y prevé llegar a más 1.700 pacientes y 200.000 entradas. Para Redondo, «la recompensa vendrá cuando comencemos a analizar los datos y obtener resultados, porque nuestra meta como médicos es aumentar la calidad y tiempo de vida de nuestros pacientes».

Nuestra meta como médicos es aumentar la calidad y tiempo de vida de nuestros pacientes

«Somos un equipo joven y activo, que ha dedicado tiempo extra fuera de su jornada de trabajo para sacar adelante el proyecto»



© Thinkstock

Celíacos; ¿buena salud nutricional?

El Grupo en Nutrición y Ciencias de la Alimentación de la Universidad CEU San Pablo, liderado por el profesor Gregorio Varela, fue noticia recientemente por haber detectado una ingesta insuficiente de vitamina D en niños y adolescentes celíacos. Los resultados de su estudio les han servido para demostrar que es necesario hacer un seguimiento nutricional de estas personas para identificar sus necesidades y las carencias de una dieta sin gluten.

«Se trata de un proyecto que, al igual que la epidemiología de la enfermedad celíaca, se podría describir como la punta de un iceberg», asegura la doctora Natalia Úbeda Martín, del equipo del profesor Varela. «Dado que todas las personas que sufren enfermedades relacionadas con el gluten deben seguir una dieta restrictiva en ciertos alimentos, nos propusimos conocer el estado nutricional de la población que sigue este tipo de dieta», explica sobre el proyecto.

La doctora Úbeda relata los avances: «Hasta el momento, hemos conseguido valorar nutricionalmente a un grupo de 65 niños y adolescentes celíacos y hemos obtenido unos resultados muy reveladores, que nos hacen pensar que están en muy buen estado de salud nutricional, prácticamente a la par que sus homólogos sin la enfermedad. Sin embargo, sí hemos encontrado un ligero déficit de vitamina D en las niñas celíacas, pero todavía tenemos que seguir con la investigación para conocer los factores que afectan a este nutriente».

A esta investigación aún le queda recorrido, como explica la doctora: «Actualmente estamos desarrollando el mismo estudio en población adulta y, en función de los resultados que obtengamos, estableceremos la continuación de la investigación. Tenemos muchísimo trabajo por delante». ✕



Gestos que salvan la vida

TEXTO: ÁNGEL MARTOS

Subir al autobús. Buscar el número de asiento. Colocar en la bandeja superior el equipaje de mano. Sentarse. Ajustarse el cinturón de seguridad... Hay actos cotidianos que vale la pena adoptar. Que salvan la vida. El testimonio directo de una víctima de accidente de autobús y los resultados del *Informe sobre el uso del cinturón de seguridad en autobuses* realizado por Fundación MAPFRE nos recuerdan la importancia de ese gesto.

Hay noticias que nadie querría leer y que nunca querría protagonizar. «18 muertos y 37 heridos en accidente de autobús en Panamá», titulaban los diarios digitales el pasado 6 de marzo. La tragedia había sucedido el día anterior en la mítica carretera Panamericana, cuando un autobús procedente de la provincia caribeña de Bocas del Toro perdía el control y se precipitaba desde un puente hasta al río Las Guabas, a una altura de 60 metros. En el vehículo viajaban 50 temporeros que iban a trabajar en la cosecha de sandía. Nadeskha Mackenzie, ejecutiva de operaciones de MAPFRE en Panamá, leyó la noticia esa mañana de lunes y no pudo evitar sentirse preocupada: «Este accidente puso al país completo a pensar en lo vulnerables que somos», recuerda. Su solidaridad tiene raíces profundamente personales que ahondan un año atrás, cuando un suceso en un autobús le cambió la vida para siempre. «Es inevitable pensar en el momento en el que sufrí mi accidente y darme cuenta

de que pudo pasarnos lo mismo a nosotros, y de que, a pesar de que fui una víctima de gravedad, no hubo víctimas fatales». Una reflexión que lleva a Mackenzie siempre a la misma conclusión: «Debemos crear la cultura del uso del cinturón de seguridad en autobuses y autos privados, nadie está exento de sufrir un accidente de tránsito así que está en nosotros utilizar las herramientas necesarias para prevenirlos».



Portada del informe

Campaña #teFaltaAlgo

Ese mismo espíritu ha inspirado en España la campaña #teFaltaAlgo de Fundación MAPFRE, para concienciar a los pasajeros de la importancia de llevar el cinturón de seguridad en los autobuses, tal y como indica la normativa. En nuestro país, cada vez son más los usuarios que optan por este medio de transporte en sus desplazamientos por carretera, con un incremento en 2016 de un 4,3%, según el Instituto Nacional de Estadística (INE). Una de las razones de su uso masivo es la seguridad: viajar en bus es 10 veces más seguro que hacerlo en coche, en cifras del Consejo Europeo de Seguridad en el Transporte. Es tan poco habitual sufrir un accidente de autobús que cuando ocurre despierta una gran alarma social, más si se convierte en una tragedia con pérdida de vidas humanas. Una manera de reducir ese impacto es aumentando el grado de seguridad con el uso del cinturón. Es la apuesta del *Informe sobre el uso del cinturón de seguridad en*

autobuses, realizado por Fundación MAPFRE, con la colaboración de empresas españolas como Alsa, Avanza, DBLAS y Esteban Rivas. Al igual que ocurre en el resto de los vehículos, su utilización puede ser la manera más efectiva para salvar vidas y prevenir lesiones, «al evitar que tanto el conductor como los ocupantes se puedan golpear contra el interior del vehículo o salir despedidos a través de una ventana en caso de vuelco, colisión o frenada repentina», apuntan los autores del estudio, Jorge Ortega y Jesús Monclús, ambos del Área de Prevención y Seguridad Vial de Fundación MAPFRE.

La paradoja del riesgo

Esta enumeración de catastróficas desdichas describe a la perfección el accidente que sufrió Nadeskha Mackenzie, que la dejó parapléjica un 6 de febrero de 2016. Era sábado de carnaval y se dirigía desde la capital panameña hacia Isla Colón, en la provincia de Bocas del Toro, para pasar unos días de descanso en la playa. Viajaba en un autobús de 60 pasajeros que, a su vez, formaba parte de una caravana con otros dos vehículos (unas 180 personas en total). Tras 11 horas de trayecto nocturno, «a eso de las 8:00 a.m. desperté y pude percatarme que estábamos en un área peligrosa



Imagen cedida por Nadeskha Mackenzie

«Lamentablemente no llevaba el cinturón puesto», rememora con sentimiento Nadeskha

llamada Cabello de Ángel». Lo único que Nadeskha podía ver desde la ventana del autobús eran barrancos. «No era la primera vez que pasaba por ese camino, pero igual me asusté y deseaba que saliéramos lo más rápido posible», recuerda. «De pronto escucho a la gente gritar y el autobús comienza a moverse de un lado al otro, y escuchaba los frenazos de otro bus... Lo primero que vino a mi mente en ese momento fue “vamos a morir”. Mi corazón latía a mil por hora y lo único que pude hacer fue abrazar a mi amiga, pensando en que todo había terminado». El conductor del bus que seguía al de Nadeskha había perdido el control de los frenos y golpeado el lateral derecho de su transporte, haciéndoles volcar sobre el lado

izquierdo, mientras él mismo se estrellaba contra la ladera de la montaña. «Lo siguiente que recuerdo es estar tirada en el pavimento y no sentir el 75% de mi cuerpo... me sentía, de forma literal, como una gelatina: veía mis piernas pero no las sentía».

Las posibilidades de salir proyectado del vehículo, como le ocurrió a Nadeskha, son grandes. Cuando un vehículo colisiona se produce una brusca deceleración y el ocupante, «en el caso de que no vaya firmemente sujeto al vehículo por medio del cinturón, seguirá moviéndose a la misma velocidad que

instantes antes lo hacía el vehículo, golpeándose contra el interior del vehículo o saliendo despedido de él», explican Ortega y Monclús. El impacto de un transporte contra un objeto inmóvil se puede comparar con la caída desde un edificio. Así, una colisión a 30 km/h contra un vehículo parado, un muro o un árbol es similar a caer desde un primer piso o desde 4 metros de altura. «Si circuláramos a 100 km/h la caída sería desde una altura de 40 metros u 11 pisos», aseguran.

«Lamentablemente no llevaba el cinturón puesto», rememora con sentimiento Nadeskha. «Aparte de que el autobús no los tenía, en Panamá simplemente no se acostumbra a utilizarlo: se tiene la idea de que en los autobuses se va

mucho más seguro que en cualquier otro transporte, no se acostumbra a utilizar el cinturón en ellos y muchos no lo tienen». Es lo que Tom Vanderbilt, autor del *bestseller Tráfico: por qué conducimos de la manera que lo hacemos y qué dice esto de nosotros*, llama la paradoja del riesgo y que resume en esta frase: «Cuando percibes que una situación puede ser peligrosa, lo más probable es que en realidad sea más segura de lo que crees; es cuando te sientes seguro cuando precisamente deberías estar alerta».

Una herramienta eficaz

Esta aparente contradicción se manifiesta en las cifras españolas de uso del cinturón de seguridad: en los servicios de largo recorrido, sólo el 27% de los pasajeros lo lleva abrochado, una tasa que en trayectos interurbanos de corto recorrido baja al 0,7%, según el informe de Fundación MAPFRE. «Se ha demostrado que el cinturón es la herramienta de seguridad más eficaz para prevenir las consecuencias de cualquier accidente de tránsito», subraya Nadeskha, «usarlo en los autobuses evitaría un alto porcentaje de lesiones permanentes causadas por accidentes de tránsito, como es mi caso». Jesús Monclús reconoce que «el accidente de Nadeskha nos recuerda el motivo de nuestro trabajo en Fundación, nuestra motivación diaria. Pensamos que los accidentes siempre les suceden a los demás, o a los irresponsables, pero estamos muy equivocados».

Nadeskha tiene hoy 30 años. Estudió Marketing y Publicidad y

se especializó en Diseño Gráfico. «Me considero una persona muy creativa y realmente amo mi profesión». Por eso, trabaja desde hace cuatro en MAPFRE Panamá, en el área de Imagen, Marca y Comunicación. Su sonrisa se ilumina también cuando habla de su trabajo solidario en Fundación MAPFRE. «Siempre me ha gustado participar del voluntariado y brindar mi apoyo en cualquier proyecto social, me hace crecer como persona y aprendo muchísimo en cada actividad a la que voy». Un apoyo que le ha sido devuelto con creces y le ha ayudado

a superar las dramáticas consecuencias de su accidente: «Se realizaron muchas actividades para recaudar fondos para mis gastos médicos y operaciones, ¡fue impresionante, la verdad! MAPFRE es mi segunda familia y estoy muy agradecida, ya que me apoyaron para que pudiera adecuar mi casa y ser lo más independiente posible con mi silla de ruedas...», recuerda. «Ver la solidaridad de mis compañeros y mi familia fue el motor que me lleno de energía positiva para seguir adelante». Nadeskha es un nombre ruso y significa Esperanza. ✕



© Thinkstock

Una patente libre para la seguridad

«Los pilotos con los que trabajé en la industria aeroespacial estaban dispuestos a dejarse poner casi cualquier cosa para mantenerse a salvo..., pero en sus coches, la gente normal no quiere estar incómoda ni un minuto». Palabra de Nils Bohlin. El ingeniero sueco creó el cinturón de seguridad de tres puntos en 1959 para Volvo, y la casa automovilística liberó la patente para que pudieran también instalarlo de serie el resto

de marcas. Hoy se calcula que su uso ha podido salvar más de un millón de vidas. En España, la responsabilidad sobre la utilización del cinturón en los autobuses recae directamente sobre el usuario, no sobre el conductor. Pero un recordatorio a través de una alocución o la proyección de un vídeo «consigue elevar el porcentaje de utilización de un 24% a un 69%», según el *Informe sobre el uso del cinturón de seguridad en autobuses*, de Fundación MAPFRE.



Las semillas, los nuevos superalimentos

Las semillas se pueden comprar a través de numerosas páginas de Internet. Pero también están ya presentes en la mayoría de los supermercados e hipermercados.

TEXTO: CRISTINA BISBAL

FOTOS: THINKSTOCK

Forman parte de nuestra dieta desde hace unos 10.000 años, cuando el hombre comenzó a domesticar animales y a cultivar plantas. En la actualidad, además conocemos los beneficios que nos aportan.

De quinoa, de chía, de sésamo, de lino, de amapola... En los últimos tiempos, las semillas se han convertido en un imprescindible de las despensas de medio mundo. Tanto es así que se puede llegar a pensar que sus propiedades nutritivas tienen más que ver con una moda que con una realidad. Por eso conviene poner cada cosa en su sitio. Por ejemplo, que de moda no tienen nada. Lo explica Ana Luzón, médico y Vicepresidenta de la Asociación Española de Gastronomía y Nutrición: «Como producto alimenticio sin procesar, se sabe, gracias al hallazgo de unas tabletas de arcilla grabadas, que ya

en la cocina Sumeria de 3.000 años a. C. se empleaban semillas de mostaza, sésamo y comino». Y añade: «Siempre se han empleado. En cada zona, las que se cultivan con más facilidad. Pero la globalización también afecta a estos alimentos y, a medida que se difunden sus propiedades y se aplica una buena “comunicación” al respecto, algunas adquieren una categoría poco menos que mágica».

Muchos nutrientes en poco volumen

Milagrosas o no, «sin duda son alimentos interesantes porque contienen los nutrientes que sostendrán a la planta en su primera etapa, lo que implica una alta concentración de elementos en poco volumen», comenta Luzón. La práctica totalidad de las semillas destacan por su alto contenido en fibra vegetal, grasas recomendables, minerales, oligoelementos y vitaminas que hace que sean un buen integrante de una dieta completa y equilibrada.

Además, cada una tiene su particularidad, que la hace adecuada para una dolencia. Por ejemplo, las de chíá cuentan con un alto contenido en Omega-3 —«deben ser trituradas para que esté disponible»—, fibra, zinc, selenio, calcio, magnesio, hierro y fósforo. Las de sésamo son ideales para quienes necesitan vitaminas, puesto que además de calcio, hierro, fibra y zinc, aportan vitaminas del grupo B, Vitamina E. Y las de lino son excelentes para mantener un buen ritmo intestinal aunque deben evitarse en caso de diverticulosis o colitis ulcerosa; y consumirlas con precaución en caso de diabéticos en tratamiento con insulina por riesgo de hipoglucemia.

De todo esto se deduce que las semillas son beneficiosas para la salud. Ana Luzón: «Las de granada, gracias a su gran capacidad antioxidante, contribuyen a la prevención del cáncer y accidentes cardiovasculares. Las de girasol son beneficiosas para el rendimiento muscular por su alto contenido en magnesio. Las de comino para las digestiones lentas. Las de sésamo ayudan a controlar el colesterol...».

En pocas cantidades, aptas para dietas

Como no todo puede ser bueno, las semillas tienen un pequeño inconveniente. «La mayoría tienen un elevado contenido energético (entre 500 y 600 kcal por cada 100 gramos)», comenta la creadora de la Dieta Luzón. Pero no suele suponer un problema porque no se consumen grandes cantidades. «En general, unos 20 o 30 gramos para tomar a media mañana o media tarde; o como ingrediente de un desayuno no van a suponer ningún peligro para la dieta», concluye la nutricionista.

Otra de sus ventajas es la multitud de posibilidades que nos ofrecen a la hora de ser consumidas: «Pueden añadirse a las ensaladas, a un yogur, a platos cocinados (sésamo, piñones, almendras...), como costra de una carne o del pan, como snack entre horas, acompañando un postre...». Solo una recomendación más. A la hora de almacenarlas, hay que tener en cuenta que, con el calor, algunos de sus componentes se degradan y pierden parte de sus efectos beneficiosos. ✕

La práctica totalidad de las semillas destacan por su alto contenido en fibra vegetal, grasas recomendables, minerales, oligoelementos y vitaminas

Quinoa, alimento del año en 2013

La quinoa es uno de esos alimentos de los que todo el mundo habla desde hace menos de un lustro. Pues bien, se trata de semillas vegetales originarias de los Andes consumidos por los pueblos indígenas desde hace 7.000 años. Destacan por su alto valor alimenticio. Ana Luzón: «Contiene todos los aminoácidos necesarios para el cuerpo humano». La FAO dice de esta semilla: «Se puede comparar a alimentos como los frijoles, el maíz, el arroz o el trigo. Además es una buena fuente de proteínas de gran calidad, fibra dietética, grasas poliinsaturadas



A pesar de las bondades nutricionales de las semillas, Ana Luzón advierte del perjuicio que a menudo causa su popularidad entre sus consumidores habituales en los países de origen. «El incremento de su demanda, ocasiona también un aumento de su precio».

y minerales». Cuenta también con la capacidad de adaptarse a diferentes ambientes ecológicos y climas. «Ante el reto de incrementar la producción de alimentos de calidad para alimentar a la población mundial en el contexto del cambio climático, la quinoa es una alternativa para aquellos países que sufren de inseguridad alimentaria». Estas son algunas de las razones esgrimidas por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura para considerar el pasado 2013 como «Año Internacional de la Quinoa».



Comer sano también es divertido

TEXTO: CANDELA LÓPEZ



Comer más verduras y fruta. Hacer más ejercicio. Dejar de fumar... ¿Cuántas veces estos propósitos no llegan a cumplirse? No es fácil cambiar de costumbres cuando se es adulto. Pero los niños son otro cantar: aprenden rápido y se adaptan más fácilmente. Por eso es mejor que adquieran hábitos saludables desde edades tempranas. Ese es el objetivo del programa Vivir en Salud de Fundación MAPFRE.

¿Con qué frecuencia puede comer dulces un niño?
 ¿Son saludables las patatas congeladas? ¿Por qué es importante cocer bien un huevo? ¿Hasta qué edad es necesario beber leche? ¿Cómo debo descongelar la carne o el pescado para que siga en buen estado? ¿A qué edad se puede empezar a tomar café? ¿Se deben dar vitaminas a un niño que se encuentre cansado?

Estas preguntas aparentemente sencillas no siempre encuentran respuestas correctas en buena parte de los ciudadanos. Eso puede ser fuente de problemas de salud: intoxicaciones, enfermedades cardiovasculares, insomnio u obesidad. Según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) realizado en 2016, unos 42 millones de niños tienen sobrepeso en el mundo. «Y esto no es culpa de los niños», destacan los autores del trabajo. «Se debe a varios factores: condicionantes biológicos, inadecuado acceso a alimentos saludables, disminución de la actividad física en su vida cotidiana, etc. Todo ello requiere una respuesta global y coordinada», aclaran.

El informe es tajante en sus conclusiones y advierte a todos los países de que se deben tomar medidas urgentes para luchar contra la obesidad. Entre ellas, «educar a niños, padres, docentes y dirigentes sobre la importancia del consumo de la comida sana y de reducir la ingesta de azúcares y grasas. Asimismo, se debe promover el ejercicio físico y combatir el sedentarismo», recomienda el documento. Según la OMS, si no se actúa rápido y se mantienen las tendencias actuales, la cifra de niños con sobrepeso crecerá hasta los 70 millones en 2025.

La organización recuerda también que los niños con sobrepeso tienen muchas probabilidades de convertirse en adultos obesos y, en comparación con los niños sin sobrepeso, tienen más probabilidades de sufrir a edades

más tempranas diabetes y enfermedades cardiovasculares que, a su vez, se asocian con un aumento de la probabilidad de muerte prematura y/o discapacidad.

Hacer fácil lo difícil

Fundación MAPFRE lleva varios años trabajando en la línea que recomienda la OMS por medio de un programa específico, llamado Vivir en Salud, que se desarrolla tanto en Europa como en Latinoamérica, Malta y Turquía. El objetivo de este proyecto es promover hábitos de vida saludables desde edades tempranas actuando en los dos escenarios más importantes de la infancia: la familia y la escuela. ¿De qué forma? Sobre todo, a través de talleres para niños y poniendo a disposición de padres y docentes todo tipo de recursos didácticos: guías sobre nutrición y cuidados de la salud, pautas para la práctica de actividad física, materiales audiovisuales, consejos de expertos y hasta programas de radio.

Todos estos recursos están elaborados siguiendo una consigna: hacer fácil lo que parece difícil. Por ejemplo, ¿cómo inculcar una dieta saludable a los niños? «Preparando la comida juntos a mediodía, la merienda o la cena; yendo a hacer la compra juntos y, en el propio mercado, enseñarles los diferentes tipos de alimentos; explicarles cuáles son más saludables y mostrarles cuáles son los que están disponibles según la época del año», explica la guía didáctica para las familias.

Familia y escuela, esenciales

El papel de la familia es de vital importancia para el aprendizaje de las conductas en salud y para distinguir los comportamientos de riesgo. En materia de alimentación, es el entorno más adecuado para transmitir unas costumbres saludables: «si somos

42

MILLONES DE NIÑOS TIENEN
 SOBREPESO EN EL MUNDO SEGÚN
 LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL
 DE LA SALUD

capaces de generar una dieta variada y equilibrada, de enseñarles a comer despacio y masticar bien los alimentos, estaremos favoreciendo que nuestros hijos adquieran buenos hábitos alimentarios», explican los expertos de Vivir en Salud. «Es muy beneficioso que toda la familia se mantenga activa. Propón a tus hijos actividades físicas con las que se diviertan y se esfuercen en conseguir metas. No importa si tienen que experimentar con distintas actividades hasta que encuentren la que más les gusta. La actividad física ayuda a compartir tiempo y experiencias y mantener en forma a toda la familia», añaden los especialistas.

También la escuela y los profesionales de la educación son muy importantes en la formación de las personas durante la infancia y la adolescencia, momentos en los que se adquieren muchos de los hábitos que quedarán fijados para toda la vida. ¿Y cómo puede un profesor convencer a sus alumnos de la importancia de hacer ejercicio, por ejemplo? El programa Vivir en Salud propone cuentos, cómics, canciones, juegos y vídeos para ayudarles a transmitir este mensaje de manera divertida para que los niños lo asimilen casi sin darse cuenta. Y pone a su servicio a personajes animados capaces de atraer la atención de los más pequeños: como el Profesor Lunatus, un mago

de joven aspecto que explica a los niños todo lo que sabe sobre cuál es la alimentación más saludable y con qué frecuencia es necesario practicar deporte.

Junto a estos recursos didácticos la Fundación MAPFRE desarrolla talleres presenciales lúdicos, muy dinámicos y fundamentados en el juego, para alumnos de primaria y que se desarrollan en el propio centro educativo. Durante una hora, aproximadamente, los niños se implican en actividades que les ayudan a conocer la importancia de mantener una dieta saludable, descubrir el peligroso impacto de una nutrición incorrecta y el sedentarismo, interpretar correctamente la pirámide de la alimentación y valorar la necesidad del descanso, entre otras cosas.

Durante 2016 miles de niños asistieron a los talleres de Vivir en Salud. En España alcanzó la cifra de 30.103 alumnos; en Brasil, más de 70.000, y en México más de 100.000. Se desarrollaron también en Panamá (5.440), Malta (2.400), Turquía (1.246), Puerto Rico (8.405) y Paraguay (2.061).

Resultados incipientes

Queda mucho camino por recorrer, pero hay datos esperanzadores que indican que el trabajo educativo realizado en los últimos años empieza a notarse. Por



© Kutxi-Pacheco

«Es muy beneficioso que toda la familia se mantenga activa. Propón a tus hijos actividades físicas con las que se diviertan y se esfuercen en conseguir metas»

ejemplo, en España el exceso de peso en niños de seis a nueve años descendió un 3,2% entre 2011 y 2015, según el Estudio Aladino 2015 (Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España) que elabora periódicamente el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aecosan). Los menores con sobrepeso pasaron del 44,5% al 41,3%.

En el estudio de 2011, las cifras de sobrepeso infantil no habían logrado reducirse en diez años. En 2013, el número de niños afectados se empezó a reducir, pasando del 45,3% al 43%. «Los datos son buenos, pero insuficientes. Por eso hay que seguir trabajando entre todos para que la tendencia siga así», advirtió el pasado noviembre la actual ministra de Sanidad, Dolors Montserrat, durante la presentación del estudio. ✕



© Thinkstock

El valor del deporte

El pasado marzo la infanta Elena de Borbón, en calidad de directora de Proyectos de la Fundación MAPFRE, y Javier Fernández, presidente del Sporting de Gijón, firmaron un acuerdo de colaboración para impartir en Asturias 150 talleres del programa de Fundación MAPFRE Vivir en Salud que beneficiarán a unos 2.500 alumnos de primaria. El objetivo de los cursos es el fomento del deporte y los hábitos de vida saludable entre los niños.

Tras la presentación del convenio, la infanta y los dirigentes del club asturiano asistieron a la celebración del primero de los talleres,

que se impartió en el comedor de la Escuela de Fútbol de Mareo, el complejo deportivo que sirve de sede y lugar de entrenamiento del Sporting de Gijón y que además es un espacio de formación de jóvenes futbolistas.

La enseñanza que se imparte en estas instalaciones no se limita exclusivamente al condicionamiento físico y técnico, sino que también se pretende dar una formación humana. En ese contexto se inscribe el acuerdo con Fundación MAPFRE.

Las consecuencias de los malos hábitos

La principal consecuencia de llevar un estilo de vida no saludable (mala alimentación, sedentarismo, falta de higiene) en los países desarrollados es la obesidad. Es una consecuencia que no viene sola: según la Organización Mundial de la Salud, las personas con un índice de masa corporal elevado tienen más riesgo de sufrir de enfermedades no transmisibles como dolencias cardiovasculares (principalmente las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares), que fueron la principal causa de muertes en 2012; trastornos del aparato locomotor (en especial la osteoartritis, una

enfermedad degenerativa de las articulaciones muy discapacitante); algunos cánceres (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon) y diabetes.

La obesidad infantil se asocia con una mayor probabilidad de muerte prematura y discapacidad en la edad adulta. Además de estos mayores riesgos futuros, los niños obesos sufren dificultades respiratorias, mayor riesgo de fracturas e hipertensión, y presentan marcadores tempranos de enfermedades cardiovasculares, resistencia a la insulina y efectos psicológicos.



Actividad física y entorno laboral: en el podio de la salud

TEXTO: ISABEL PRESTEL



Cada vez son más las empresas que implementan programas para fomentar la actividad física entre sus trabajadores. Lo que reciben es más de lo invertido. De ello se habló en el II Foro Salud y Empresa, organizado por Fundación MAPFRE, al que acudieron las empresas españolas Cofares, Mahou San Miguel y Red Eléctrica Española.

«Cada vez que veo a un adulto encima de una bicicleta recupero la esperanza en el futuro de la raza humana». Esta frase del escritor H. G. Wells resume la opinión de muchos profesionales de la salud y el deporte, un dúo ganador, también en el entorno laboral. Las razones son obvias: la actividad física cuenta con numerosos beneficios para la salud y el bienestar. Por el contrario, el sedentarismo está vinculado a la obesidad y a una serie de patologías articulares reumatológicas, hipertensión arterial, patología cardiovascular, enfermedades respiratorias, diabetes mellitus, patología cerebrovascular y osteoporosis. Así lo indica el American College of Sports Medicine y la American Heart Association.

Carmen Atero Carrasco, asesora del Gabinete del Presidente del Consejo Superior de Deportes, se muestra de acuerdo: «Es evidente que la salud está íntimamente ligada a la práctica de ejercicio. Y es muy alto el porcentaje de población que no practica ninguna actividad de manera habitual». Eso en España, un país en el que el absentismo laboral es de los más elevados de Europa. El pasado año 4,5 millones de trabajadores estuvieron de baja, lo que supone dejar de producir bienes y servicios por valor de 64.603 millones de euros. Por suerte, cada vez más empresas son conscientes de esta íntima relación. Y están dispuestas a fomentar que sus trabajadores sean físicamente activos con regularidad. Y aún deberían ser más si se tiene en cuenta que, según Atero: «cada inversión de un euro supone un ahorro de tres en prevención en el futuro».

Una estrategia de salud

En la mayoría de los casos son las grandes empresas las que más se toman en serio reducir el sedentarismo entre sus empleados.

Por ejemplo, la compañía suministradora de electricidad Red Eléctrica Española, para cuyos responsables inicialmente se trataba de conseguir un buen ambiente de trabajo. Lo cuenta Victoria Marín Úbeda, responsable de Seguridad y Salud: «Al principio el fomento del deporte en Red Eléctrica (torneos, pádel, salidas en bicicleta) era una herramienta de comunicación e integración fuera del ámbito de la empresa con el objetivo de mejorar el clima laboral y las relaciones interpersonales». El apoyo se traducían en ayudas económicas para aquellas personas que participaban en los diferentes grupos deportivos. Con el desarrollo del modelo de Empresa Saludable, el deporte se convirtió en una estrategia más en la mejora de la salud. «A partir de ahí se modificaron determinados criterios y se incluyeron nuevos proyectos desde una perspectiva global». Actualmente se ofrecen charlas, programas de sensibilización, comunicación interna y eventos deportivos, además de realizar acciones individuales para identificar necesidades en el estado de salud de cada trabajador: «En ese sentido se les hacen propuestas personalizadas y una evaluación periódica, en la que el ejercicio puede tener un impacto positivo».

La personalización, un punto esencial

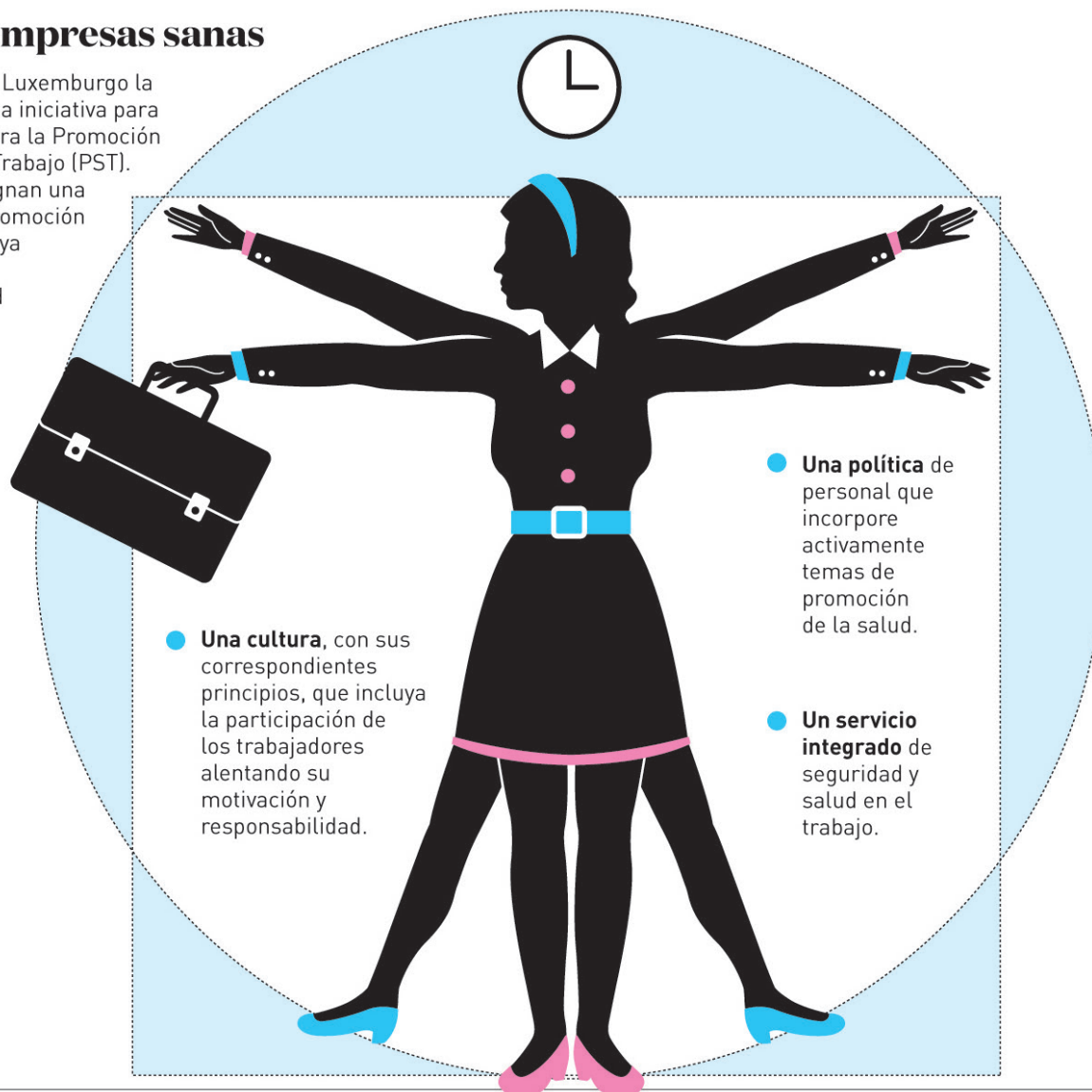
La personalización es también uno de los puntos fuertes de A tu Salud, el programa de la empresa cervecera Mahou San Miguel. Así lo explica Manuel Palencia, su jefe de Bienestar y Salud: «La salud individual aportada y unas pruebas funcionales específicas añadidas (antropometría, frecuencia cardíaca máxima y tensión arterial, composición corporal y gasto energético, consumo de oxígeno, prueba de fuerza y elasticidad, prueba de funcionalidad de la

La experiencia dice que con estos proyectos ganan todos, empresarios y trabajadores

Gente sana en empresas sanas

Mediante la Declaración de Luxemburgo la Comisión Europea apoya una iniciativa para formar una Red Europea para la Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo (PST). En la Declaración se propugnan una serie de medidas para la Promoción de la Salud en el Trabajo cuya implantación influirá directamente sobre la salud de los trabajadores. Éstas incluyen:

- **Principios y métodos** procedentes de la dirección de la empresa que reconozcan que los trabajadores son un elemento necesario en la organización y no un mero coste.
- **Unos criterios** de organización del trabajo que proporcionen a los trabajadores un equilibrio entre las demandas del trabajo, el control sobre el mismo, su formación y el reconocimiento social derivado.



- **Una cultura**, con sus correspondientes principios, que incluya la participación de los trabajadores alentando su motivación y responsabilidad.

- **Una política** de personal que incorpore activamente temas de promoción de la salud.
- **Un servicio integrado** de seguridad y salud en el trabajo.

columna vertebral) permiten la prescripción de la dosis de ejercicio recomendada (intensidad, duración y sesiones semanales) tanto aeróbica como de tonificación. Es un programa definido para 24 semanas con controles intermedios. Al finalizar se valora y se marcan nuevos retos». La actividad se puede desarrollar en los Talleres de Salud habilitados en las sedes de la empresa o en centros deportivos concertados.

Del mismo modo, en la distribuidora de medicamentos Cofares cuentan con un club deportivo integral que no se limita a la coordinación y desarrollo de las actividades deportivas del colectivo, sino que funciona como un centro de actividad, formación y

asesoramiento, de todo lo relacionado con la salud, la forma física, la nutrición... La respuesta de los trabajadores está siendo realmente buena, aumentando las inscripciones cada año, lo que supone un éxito para los responsables de Cofares. En palabras de Ángel Javier Vicente Pérez, director de Recursos Humanos y Servicios Generales: «No solo ha servido para fomentar el deporte entre los empleados, sino para generar espacios de comunicación informales, favorecer la transversalidad desde el conocimiento mutuo, ayudar a fomentar el trabajo en equipo, mejorar el clima laboral... Creo sinceramente, que la empresa ha ganado mucho con estas políticas de bienestar organizacional». Y lo

ha hecho no solo en el presente sino también para el día de mañana: «En la situación actual, con problemas futuros en el cobro de las pensiones, el envejecimiento de la población española (en un par de años vamos a ser el segundo país más viejo del mundo, tras Japón), la baja tasa de natalidad, y la dificultad en la rotación de trabajadores, debemos procurar que nuestros empleados lleguen en mejor situación a sus fechas de retiro. Creo que es una obligación para las empresas, más allá de las normas en materia de seguridad y salud laboral», concluye Vicente Pérez.

Proyectos en los que todos ganan

Para Marín Úbeda, estos proyectos son «una necesidad social». Argumenta: «Dado el aumento progresivo de los factores de riesgo cardiovascular y sus patologías asociadas, así como el número de procesos de cáncer y patologías de origen psicosocial, sin olvidar el alto nivel de sedentarismo asociado a los puestos de trabajo, se hace necesario adoptar medidas de promoción del ejercicio físico para la salud». La experiencia dice que con estos proyectos ganan todos, empresarios y trabajadores.

La responsable de Seguridad y Salud de Red Eléctrica Española lo ve claro: «La empresa gana personas más sanas, felices y comprometidas con la organización. Estoy convencida de que este conjunto de medidas es ampliamente beneficioso para las personas y por extensión para las empresas, donde las personas son el principal activo». En la misma línea se sitúa Manuel Palencia: «Para Mahou San Miguel supone una gran inversión porque tiene una gran incidencia en la disminución del absentismo y en el incremento de la productividad». Y algo más: «Intangibles como la motivación y satisfacción de las personas. Esto supone que perciban a la compañía como la mejor para trabajar». Tanto es así que el ROI (Retorno sobre la Inversión) se sitúa entre 2,2 y 2,9 euros, según un estudio interno realizado en la empresa sobre el programa Actividad Física y Salud. De ese mismo estudio se desprendía que el 94% de los participantes creían haber mejorado su salud y condición física; y el 86%, su bienestar emocional.

La Sociedad Española de Medicina del Deporte (FEMEDE) cuenta con un documento sobre este



Imagen cedida por Red Eléctrica

Fundación MAPFRE Elige Salud

Para que cada vez sean más las empresas que fomenten hábitos saludables entre sus trabajadores, Fundación MAPFRE ha diseñado el programa Elige Salud para facilitar de forma completamente gratuita herramientas que las ayuden a diseñar, implementar y dar continuidad a programas de promoción de la salud. Antonio Guzmán, director del Área de Promoción de la Salud de Fundación MAPFRE: «El programa se ha lanzado oficialmente en enero de 2017, tras una fase de prueba durante el año 2016 y a pesar de este corto periodo de tiempo ya contamos con más de 20 entidades adheridas, aunque esperamos un crecimiento importante

durante este año. Nuestro objetivo es dar un óptimo servicio a todas las empresas del programa, ampliar el número de entidades participantes y el catálogo de servicios.» Eso sí, teniendo en cuenta que cada empresa ha de poner en marcha su propio programa, según el colectivo de empleados y familiares con el que cuenta, el tipo de actividad y cómo hacer partícipes a los trabajadores. «Lo más importante es la adherencia, es decir, que la actividad realmente se lleve a cabo y tenga continuidad en el tiempo», concluye Guzmán.

tema, *Deporte en el ámbito laboral*. En él se dice que la práctica regular de ejercicio puede comportar grandes beneficios para la persona y para la empresa, como la reducción del estrés y la mejora de los estados depresivos. Por supuesto también se habla de la reducción de las bajas laborales, el absentismo y la mejora del clima laboral. Ahora solo hay que conseguir que las empresas lo entiendan y se pongan en marcha. Hay mucho trabajo por hacer. ✕



Un Clásico de la solidaridad

TEXTO: ANTONIA ROJO



Son probablemente los dos mejores clubes de fútbol del mundo. Y los protagonistas de una rivalidad deportiva ya mítica que conocemos como «el Clásico». Pero más allá del terreno de juego, el FC Barcelona y el Real Madrid son campeones en la educación en valores de niños y adolescentes a través de sus fundaciones. Y cuentan, además, con el apoyo de Fundación MAPFRE.

«Balón para Iniesta, Iniesta con Piqué, Piqué círculo central, busca pase por dentro con Rakitić, Rakitić busca hacia atrás, orienta a banda derecha para Sergi Roberto, este busca a Messi, Messi de nuevo con Casimiro, combina con Busquets, Busquets, Rakitić dentro del área, deja pasar para Messi, Messi la mete en una... ¡vaya dribbling! ¡vaya eslalon! ¡Pero qué golazo! Gol gol gol... Gol gol gol... Gol, gol, goool...» Así cantaban en el *Carrusel Deportivo* de la Cadena Ser el tanto que daba la victoria al Fútbol Club Barcelona sobre el Real Madrid (2-3) el pasado domingo 23 de abril, día de San Jordi. Era el minuto 92, el segundo de los tres que había añadido el árbitro al último partido de Liga que los enfrentaba. Un espectáculo futbolístico que ha alcanzado en tiempos de globalización mediática el estatus de referencia deportiva universal.

Ambos equipos se encararon por primera vez en competición el 17 de febrero de 1929, saldado entonces con un 1-2 para el cuadro blanco, aunque en la vuelta la victoria fue para el combinado catalán, por 0-1. Una rivalidad de décadas que ha precipitado este siglo bajo el nombre de «el clásico». El término proviene de la historia cultural y aquí nombra el momento de mayor plenitud futbolística anual. Un evento que apasiona a más de 600 millones de espectadores de 180 países, audiencia que triplica la de la Super Bowl (final de fútbol americano) y que solo es superada como evento deportivo por la final del Mundial (700 millones) y la ceremonia de inauguración de los Juegos Olímpicos, que supera ligeramente los 1.000 millones.

La participación en actividades deportivas puede fortalecer la salud en la infancia, mejorar el rendimiento escolar y contribuir a reducir el nivel de delincuencia

Pero hay otro clásico protagonizado por ambos equipos, con menos visibilidad y mayor repercusión a largo plazo, jugado en el campo de la solidaridad y la educación, en el que los valores deportivos se vuelven formación para la vida de cientos de miles de niños y niñas de 75 países. Son las escuelas sociodeportivas desarrolladas por las fundaciones del Fútbol Club Barcelona y del Real Madrid, con sendos modelos propios que dotan de contenido el lema blaugrana de ser *mucho más que un club* y que en palabras del presidente blanco, Florentino Pérez, constituye «una demostración de superación y de entrega». Un partido en el que la Fundación MAPFRE juega como titular en proyectos en ocho países de América y en Filipinas.

Un futuro mejor

Roberto es un niño de 7 años sano y activo, «un campeón goleador», según le describe Fernando López, entrenador del centro sociodeportivo de la Fundación Real Madrid y la ONG Cesal en Oaxaca, México. «Tenía 4 años cuando entró a la escuela. Su

madre trabajaba todo el día, por lo que se quedaba al cuidado de la abuela. Fue ella quien acudió a solicitar la inscripción. Lo veía muy triste [...], tenía problemas de lenguaje y sobrepeso, otros niños se burlaban de él. Cuando entró era muy inseguro, introvertido, su rendimiento físico era bajo, al patear el balón se caía, se avergonzaba y quería irse; pero siempre se le apoyó para que superara sus miedos». Hoy es un niño sano

La práctica regular de deportes y juegos desde la infancia y durante la adolescencia es esencial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social



Imagen cedida por Fundación Real Madrid

y feliz: «Perdió totalmente el miedo, sus habilidades futbolísticas son muy buenas. Es muy puntual y participa en todas las actividades. Está realmente muy contento...» Pequeños testimonios de esperanza que en ocasiones escapan al drama, como recuerda Emilio Butragueño, director de Relaciones Institucionales del Real Madrid C.F. en el periódico digital *El Español*, sobre su visita a esta escuela mexicana. Una niña integrada en el programa se le acercó y le dijo: «Gracias, porque sé que mi futuro va a ser mejor, no de prostitución...».

La práctica regular de deportes y juegos desde la infancia y durante la adolescencia es esencial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social. Según se expone en el artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño, los Estados «reconocerán el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar

libremente en la vida cultural y en las artes». La participación en actividades deportivas puede fortalecer la salud de la infancia, mejorar el rendimiento escolar y contribuir a reducir el nivel de delincuencia. Según Unicef, es una actividad especialmente beneficiosa para las niñas, pues contribuyen a desmontar los estereotipos de género. Constituye, además, un medio eficaz para llegar a aquellos niños, niñas y adolescentes que a menudo padecen discriminación o exclusión, «como los huérfanos, los discapacitados, los que han sido niños soldados, los niños y niñas refugiados y desplazados, los que han sido víctimas de la explotación sexual, y los niños y niñas de comunidades indígenas».

Respeto, valores y deporte

Ambas fundaciones deportivas declinan estos parámetros y objetivos en forma de metodología registrada. En el caso de la Fundación FC Barcelona, ese patrón

Hay otro clásico protagonizado por ambos equipos jugado en el campo de la solidaridad y la educación, en el que los valores deportivos se vuelven formación para la vida de cientos de miles de niños y niñas de 75 países



Imagen cedida por Fundación FC Barcelona

Deporte para leer

En la Fundación Real Madrid el deporte es entendido como vehículo educativo para la transmisión de valores y como canalizador del desarrollo integral de las personas. Una visión que se plasma en el manual *Entrenando fútbol, enseñando valores*, que ayuda al profesorado de las escuelas sociodeportivas de fútbol en todo el mundo en su formación y su trabajo diario con el alumnado. Otro texto interesante es *El partido empieza en casa*, donde se hace partícipe a las familias de las líneas básicas sobre las que trabaja la institución: las características básicas de la práctica deportiva educativa y los principios fundamentales que sustentan el proyecto *Por una Educación Real: Valores y Deporte*. La próxima temporada verán la luz otros materiales lúdico-educativos de uso interno, centrados en esta ocasión en los alumnos y los menores hospitalizados.

se llama FutbolNet, y cuenta con una inversión cercana a los 10 millones de euros. Su clave es el diálogo: «A través de esta herramienta, los jugadores y jugadoras no sólo entran en relación de respeto y entendimiento mutuo, sino que también adquieren confianza en sí mismos y sentido de responsabilidad», señalan en la web del club. Tras una exitosa implantación local, FutbolNet dio los primeros pasos internacionales en 2012 en Brasil, en una de las favelas más convulsas de Río de Janeiro. Y ha crecido también de la mano de algunas de sus estrellas, como Neymar Jr. en la ciudad carioca y São Paulo, y Leo Messi en las escuelas argentinas de Rosario, hasta llegar a los 55 países y más de 500.000 beneficiarios. La extensión de su éxito habla de su capacidad de adaptación a distintos contextos para trabajar contra la violencia y por la mejora del rendimiento escolar de los niños y, en definitiva, la cohesión social.

En el caso del equipo merengue, el programa se titula 'Por una educación REAL: Valores y Deporte', acoge también al baloncesto y tiene más de 10 millones de euros de presupuesto. La metodología pedagógica abunda en el trabajo en equipo, la autoestima, la igualdad, la solidaridad, los hábitos saludables, la motivación y el esfuerzo... «De entre todos los valores del deporte siempre destaco el respeto, el compromiso y el compañerismo que intentamos inculcar a los alumnos, niños y niñas, y la preocupación por mejorar las condiciones de vida de la infancia», ha subrayado Butragueño. A nivel internacional, el programa se traduce en la temporada 2016/17 en 271 proyectos en 75 países y algo más de 35.000 beneficiarios, y cuenta también con la implicación de sus figuras más populares, como Keylor Navas, Jesé, Modric, James, Marcelo o Cristiano Ronaldo. ⊗



Educación contra el olvido

TEXTO: RAQUEL VIDALES FOTOS: CESAL

Huachipa era un lugar olvidado. Es un distrito periférico de Lima, la capital de Perú, con escasas vías de acceso directo y pocos transportes públicos que lo conecten con la gran ciudad. Fundación MAPFRE y la ONG española CESAL desarrollan allí un programa de educación integral.

Las 70.000 personas que viven en los distintos asentamientos que conforman Huachipa están casi tan aisladas como las que habitan allá lejos en las sierras andinas. Solo el 3,7% de las viviendas tienen agua corriente y casi no hay alumbrado en las calles.

La mayoría de sus habitantes son familias con una media de cuatro hijos y unos ingresos raramente superiores a 200 euros al mes. Se dedican a la extracción de arcilla, la fabricación de ladrillos artesanales, el sembrado y venta de gras, la crianza de cerdos, el reciclaje de basura y el comercio informal. El 3% de los niños presentan desnutrición crónica y el 48% están en riesgo, con una alta probabilidad de contraer enfermedades infecciosas como la tuberculosis.

En Huachipa trabaja la ONG española CESAL desde el año 1998. La situación de la infancia en ese momento en la zona era alarmante: desnutrición, trastornos en el aprendizaje, trabajo infantil, falta de higiene por la carencia de recursos en las viviendas. Los niños eran víctimas también de la desestructuración y la violencia familiar y de la falta de adultos que se interesasen por ellos. Enseguida se pusieron en marcha proyectos puntuales: se construyó una guardería, un centro de salud y una red de agua, que siguen en funcionamiento.

Estrategia de apoyo integral

Pero fue en 2010 cuando la ONG, en colaboración con Fundación MAPFRE, empezó a diseñar programas de

largo recorrido para atacar la raíz de gran parte de los problemas: la falta de educación. Según las estadísticas locales, el 8% de los niños de 6 a 11 años no sabe leer ni escribir, porcentaje que sube al 20% entre los adolescentes de 12 a 17 años y baja otra vez al 7,9% en los mayores de 18. Es un círculo vicioso: sin formación no hay posibilidad de acceder a un buen empleo, y sin un buen empleo las familias no pueden enviar a sus hijos al colegio. Cerca del 45% de la población dejó de estudiar por falta de dinero.

En los años que llevan trabajando en Huachipa los trabajadores y voluntarios de los programas de CESAL y MAPFRE se han dado cuenta de que para arreglar esta situación no basta con talleres o cursillos sueltos. Es necesaria una estrategia de apoyo educativo integral que empiece en la edad preescolar (tanto en las aulas como asesorando a las familias), continúe durante toda la infancia y se mantenga en la adolescencia con formación técnica profesional para que los jóvenes mejoren sus condiciones de acceso al mercado laboral. En todo este trayecto no hay que olvidar la educación nutricional y sanitaria ni la transmisión de pautas de crianza contra la violencia o el machismo.

En 2010 arrancaron las primeras acciones de esta estrategia integral que ha dado ya grandes frutos: clases de refuerzo extraescolar para niños, asesoramiento familiar, cursos de emprendimiento y formación profesional impartidos en el centro La Rosa Blanca



(corte y confección, cosmetología, auxilio educativo, comercio...). Y ya está en marcha un nuevo programa en esta misma línea, impulsado por la colaboración de CESAL y Fundación MAPFRE, que beneficiará a 1.750 personas de todo el distrito de Huachipa.

Dentro de este nuevo programa se brindarán, entre otros, servicios educativos extraescolares para 285 niños y niñas de 6 a 12 años y a 480

adolescentes de 13 a 17 años. Por otro lado, se ofrecerán servicios de asesoría educativa para docentes de centros públicos de la zona y se desarrollarán talleres complementarios de informática,

**Sin formación
no hay posibilidad
de acceder a un
buen empleo, y sin
un buen empleo
las familias no
pueden enviar a
sus hijos al colegio**

inglés, artesanía, cocina, manualidades, música, danzas peruanas y deporte, estos últimos en colaboración con la escuela sociodeportiva Warma Yachay de la Fundación Real Madrid, que gestiona CESAL con

«Ahora me siento más segura de mí misma y aspiro seguir estudiando en la universidad», afirma Amelia Karina Morales Condori

financiación de Fundación MAPFRE. Además, alrededor de 300 jóvenes de 18 a 29 años recibirán formación en La Rosa Blanca y más de 500 familias recibirán asesoramiento en su vida cotidiana.

Un resultado real

El resultado de todas estas acciones está más que comprobado. «Me he beneficiado de los programas desde que era niña, cuando empecé haciendo mi reforzamiento escolar en las clases que impartían. A los 18 pude diplomarme como auxiliar educativo y actualmente trabajo en un colegio del nivel inicial. Me siento contenta porque he podido realizarme como persona y encontrar mi vocación trabajando con los niños. Ahora me siento más segura de mí misma y aspiro seguir estudiando en la universidad», afirma Amelia Karina Morales Condori, de 20 años, una de las jóvenes que han recibido formación profesional en el centro La Rosa Blanca en los últimos años.

Otro ejemplo es el de Mirko Siuce, de 15 años, que recibe atención extraescolar en la escuela sociodeportiva del Real Madrid. Cerca de 200 alumnos como él están contentos porque han podido crecer junto a sus familias. Su madre, Rayda, se ha especializado en cosmetología en La Rosa Blanca y ha puesto en marcha un negocio.

María Palomino, madre de familia que asistió a un taller de Catering y Pastelería, ofrece otro testimonio de éxito: «Soy de Ayacucho y llegué a Lima en el año 1975. Toda mi vida había trabajado en casa, pero gracias a estos cursos he aprendido a preparar queques, empanadas, *chiffon*. Desde entonces mi vida dio un giro: ahora pasó más tiempo con mis hijos y ayudo en los gastos de la casa». ✕



La mujer, motor de desarrollo

El analfabetismo en Huachipa es más elevado entre las mujeres, pues ya desde la edad escolar se antepone el trabajo doméstico sobre su educación. La mayoría se casan y tienen hijos muy jóvenes, lo que les cierra definitivamente la puerta a la posibilidad de formarse para un empleo. Encerradas en sus casas, muchas de las mujeres de esta zona quedan aisladas de su entorno, sin capacidad para relacionarse ni siquiera con otras mujeres.

La estrategia de educación integral diseñada por CESAL y Fundación MAPFRE tiene muy en cuenta este factor como uno de los principales obstáculos para el progreso en Huachipa. Por eso el programa incluye sesiones para promover que las mujeres se relacionen en redes o grupos de apoyo mutuo. El objetivo es que ellas mismas se motiven, se animen entre sí a formarse, a buscar un trabajo o montar un negocio para tener ingresos propios e independencia. Esto contribuye, además, a reducir la violencia machista e intrafamiliar.

Datos

Nombre de proyecto: Programa de Apoyo Educativo Integral de Huachipa. Comunidad MAPFRE-CESAL

Localidad: Huachipa (Nievería, Cajamarquilla y Jicamarca del Distrito

de Lurigancho-Chosical). Departamento de Lima. Perú

Colectivo al que va dirigido: Niños y niñas menores de 14 años, jóvenes de 15 a 18 años y adultos.

Líneas de actuación: Educación, nutrición, salud, acceso al mercado laboral y emprendimiento

Cantidad aportada por Fundación MAPFRE: 200.000 euros

Web: www.cesal.org/peru



Caminar para detener la diabetes

TEXTO Y FOTOS: **MELISSA GREEN**
MAPFRE INSURANCE. Estados Unidos
Desde 2007 Melissa Green, del área técnica de MAPFRE Insurance, dedica su tiempo libre a ayudar a la Asociación Americana de la Diabetes. Así, pone su grano de arena en la lucha contra esta enfermedad que se llevó la vida del padre de su hijo a la temprana edad de 31 años. La preocupación por la salud de su hijo y el apoyo que recibió le hizo querer dar a su vez la misma ayuda a otras personas. Su lucha tiene la motivación de encontrar una cura para esta enfermedad.

La diabetes es una de esas enfermedades de la que se oye a hablar con frecuencia, pero de la que en realidad sabemos poco.

Para mí también era así, hasta que llegó a mi vida. La diabetes no me ha afectado físicamente, pero sí que ha alterado mi vida en muchos sentidos y de forma permanente. Desconocía la gravedad de ser diabético hasta que el padre de mi hijo fue diagnosticado con esta enfermedad y finalmente perdió la vida como consecuencia de ella.

Durante muchos años formé parte de la vida de una persona con diabetes. Entre las complicaciones que surgieron como resultado de su enfermedad nos encontramos con el glaucoma, una neuropatía (daño en los nervios), la gastroparesia, los problemas y ataques cardíacos, además de la propia diabetes. Vi cómo con el paso de los años su calidad de vida iba disminuyendo. Después de someterse a múltiples

cirugías, incluido un trasplante de páncreas, y de años de lucha contra esta enfermedad, la gastroparesia fue lo que finalmente le quitó la vida a la edad de 31 años, dejando a nuestro hijo sin padre a los 6 años de edad. La diabetes está extendida entre los miembros de la familia de mi hijo, algo que he tenido muy presente día sí día también desde que mi hijo era tan solo un bebé. Y ese es el motivo por el que estoy tan implicada en ayudar a la Asociación Americana de la Diabetes a encontrar una cura para esta enfermedad que tanto altera la vida.

En 2007 llegué a la Asociación Americana de la Diabetes. Sabía que quería formar parte de ella para encontrar una cura. No quería que mi hijo tuviera que preocuparse por esta enfermedad o en su actividad en el día a día. Desde entonces, he dedicado innumerables horas como voluntaria para la Asociación Americana de la Diabetes, incluyendo el acto *Step Out and Walk to Stop Diabetes* (Sal y camina para detener la diabetes). He organizado varios eventos para apoyar la lucha contra la diabetes y he participado en varias actividades para recaudar fondos en favor de esta causa. Cuando falleció el padre de mi hijo, me emocionó mucho

«Me ofrezco voluntaria y participo en tantos eventos como puedo para recaudar fondos en favor de la investigación necesaria para encontrar una cura para la diabetes»

la profusión de amor de familiares y amigos. Aprecié tanto este apoyo que me enamoré de la sensación de ayudar a los demás porque sé lo increíble que fue cuando otros me ayudaron cuando lo necesité. Así que me ofrezco voluntaria y participo en tantos eventos como puedo para recaudar fondos en favor de la investigación necesaria para encontrar una cura para la diabetes.

Mientras que siento la diabetes cerca de mí, creo que participar como voluntaria y ayudar en la vida de otras personas, al igual que otros me han ayudado a mí, vale todo el tiempo del mundo. ✕



Otra manera de ayudar

Demasiado joven para ser una esposa: los peligros del matrimonio infantil

ACNUR, la Agencia de la ONU para los refugiados apoya la iniciativa de esta joven siria refugiada en el campo jordano de Zaatari que pide ayuda para seguir luchando por la protección de mujeres y niñas en todo el mundo. Aunque según la ley jordana, la edad mínima para casarse son los 18 años, la sharia o ley islámica puede autorizar matrimonios con menores de hasta 15 años. A pesar de esto, las dificultades económicas de muchas familias refugiadas en Jordania provocan casos de matrimonios no oficiales con niñas de 14 años o incluso menos.

Cuando Omaira vio cómo su mejor amiga se casaba antes de cumplir los 14 se decidió a ayudar para que esto cambie y luchar contra el matrimonio infantil. «Mi amiga era una de las mejores estudiantes

de la clase, no quería casarse, pero sus padres pensaban que era la mejor opción para ella», recuerda Omaira.

Como en la mayoría de los matrimonios infantiles, su amiga dejó el colegio después de su boda y no volvió a verla, lo que le ha llevado a intentar parar que esto le siga ocurriendo a otras niñas del campo.

Según cuenta, el apoyo de sus padres es lo que le da la fuerza para hablar con otras niñas y convencerlas de que sigan yendo al colegio. Tras hablar con ellas, sus esfuerzos ya esperan a dar sus frutos y Omaira sueña con ir a la universidad algún día.

Más información: <https://eacnur.org/es/actualidad/videos/omaira-una-nina-siria-que-lucha-contr-el-matrimonio-infantil>

«Con 12 y 13 años venían a clase a decir que no volverían»



Imagen cedida por ACNUR

Auara, agua con valores

Las Auaras son las tormentas de arena que se producen en el desierto de Afar, en Etiopía, una de las zonas más secas del planeta y cuya población es una de las más amenazadas por la escasez de agua.

Auara es también una marca de agua mineral que tiene el compromiso estatutario de invertir el 100% de sus dividendos en proyectos que llevan agua potable a países en vías de desarrollo. Esos proyectos se llevan adelante con socios locales y con involucración de las comunidades para que se responsabilicen de su mantenimiento.

Su agua mineral natural proviene del manantial Carrizal II, en la provincia de León y con su comercialización se consigue que lugares que sufren de extrema pobreza puedan acceder a este elemento básico tan necesario para reducir hambrunas y enfermedades y permitir el desarrollo. Además de conciencia, la marca utiliza un 100% de PET reciclado (rPET) para producir sus botellas. Y su cuidado diseño permite trasladar un 20% más de botellas por palet.

Los puntos de venta de Auara y más información sobre esta iniciativa se pueden encontrar en su web www.auara.org.



© Thinkstock



Imagen cedida por AIPC Pandora

Experiencias internacionales que transforman

¿Qué te parecería convivir con una comunidad refugiada albina en Tanzania? ¿O apoyar a mujeres que están emprendiendo sus negocios en Nicaragua? ¿Te imaginas construyendo un sistema de letrinas junto con personas de comunidades tribales del sur de India? Con destinos tan dispares como Cuba, Guatemala, Kenia, India o Nepal, la ONG AIPC Pandora pone su programa de microproyectos a disposición de todas las personas interesadas en participar en un proyecto de cooperación. Los participantes, que asumen los gastos de viaje, pueden elegir entre los distintos destinos que la ONG ofrece, siempre a países del sur, para participar en un proyecto, con unos objetivos y resultados previamente definidos y con una duración de 21 días. No se requiere de conocimientos previos de cooperación ya que la propia organización ofrece una formación presencial. Lo que sí les pide es tener interés por el intercambio cultural, respeto a las culturas locales, flexibilidad para aceptar imprevistos y empatía para comprender las situaciones que se puedan presentar. Desde 2008, más de 1.000 personas han podido participar en esta experiencia. Puedes encontrar más información en su web www.aipc-pandora.org

Visto en la red

Conoce todas nuestras actividades a través de las redes sociales. En esta sección descubrirás una selección de los mejores post de Facebook, Twitter e Instagram.

f FACEBOOK

@FundaciónMapfre
@fundaciónmapfrecultura
@EducatuMundo
@FMobjetivocero

🐦 TWITTER

@fmapfre
@mapfreFcultura
@EducatuMundo
@FMobjetivocero
@FMculturaCat

📷 INSTAGRAM

@mapfrecultura

EL MEJOR TUIT

@fmapfre
22 mar.

Perú te necesita. Las lluvias torrenciales ya han dejado sin hogar a más de 100.000 personas.

bit.ly/2nxy4Y3

#EMERGENCIAPERÚ



Descubre la belleza

Descubre la exposición Retorno a la Belleza y conoce nuestro vídeo que ya supera las 100.000 reproducciones



Juntos somos Capaces recibe el Premio Stela

Nuestro programa Juntos Somos Capaces, que impulsa el acceso al mundo laboral de personas con discapacidad intelectual y trastorno de salud mental, ha sido galardonado por la Fundación Síndrome

de Down de Madrid en los Premios Stela 2017. Agradecemos mucho el reconocimiento y seguiremos trabajando para mejorar la situación laboral de este colectivo y la implicación social de las empresas.



mapfrecultura Queremos que conozcas a Miró de una forma diferente. Ven a los Martes Miró, visitas de 15 minutos solo para ti.

Una mirada diferente, una forma íntima de conocer al artista.

#EspacioMiró #Madrid #Arte #Cultura#exposiciones #fundaciónMAPFRE#JoanMiró #MartesMiró

saradelval Hasta qué día está vigente? Muchas gracias

mapfrecultura@saradelval Hola Sara, se trata de nuestra Colección Permanente y estas visitas se realizarán todos los martes. ¡Te esperamos!



Día Internacional de los museos

¡Estamos de fiesta! Celebramos con nuestros seguidores el #DíaInternacionalDeLosMuseos y el 18 de mayo el acceso a las salas fue gratuito. También nos unimos a la Noche de los Museos el 22 de mayo.

#RetornoALaBelleza
#EspacioMiró
#expo_lewisbaltz
#exposiciones
#Cultura
#FundaciónMAPFRE
#Arte

Premios Fundación MAPFRE 2016

Gracias a todos los galardonados de los Premios Fundación MAPFRE 2016 por su labor para mejorar la sociedad, día a día. Por su constancia y entusiasmo. En este vídeo expresamos nuestro agradecimiento, ¡no te lo pierdas!

<http://bit.ly/2qqQb3M>

670 reproducciones



Concurso de cuentos

Nueva convocatoria del concurso para que los más pequeños de la casa imaginen un mundo más solidario y nos lo cuenten.

Concurso de cuentos. ¡Más de 100 premios en juego! Si tienen mil historias que contar, estamos deseando escucharlas. ¡Anímales a participar!

<http://bi.ly/2pR100V>

6.210 reproducciones



Desde hoy hasta el 14 de mayo se celebra la IV Semana Mundial de la Seguridad Vial. Una iniciativa de la ONU con la que queremos concienciar sobre la necesidad de controlar la velocidad. Súmate y ayuda a salvar vidas. ¡Comparte tu mensaje!

#SlowDown

<http://bit.ly/2pT96CK>

¿#TeFaltaAlgo?

Recuerda ponerte el cinturón de seguridad, también en el bus. ¿Y a ti? ¿Te falta algo?

bit.ly/2oXCO7



#SlowDown

Gracias por hacer de la IV Semana Mundial de la Seguridad Vial una vía para informar y concienciar de los peligros de la velocidad. Todos desempeñamos un papel y la seguridad de los demás está en nuestras manos.

#SlowDown

<http://bit.ly/2pT96CK>





© Thinkstock

Manos solidarias

TEXTO: ÁNGEL MARTOS

La provincia verde. Así conocen los ecuatorianos a Esmeraldas, tierra más rica en paisajes que en piedras. En sus playas se bañan los quiteños, tiene parques naturales con los manglares más altos del mundo y su selva aún acoge a comunidades indígenas como los cayapas, los épera o los awá. Una exuberancia natural que mostró su lado más cruel en 2016, con el terremoto del 16 de abril, de 7,8 grados en la escala Richter, y sus sucesivas réplicas durante el resto del año. Ninguna de las 670 personas que murieron en la catástrofe pertenecía a la parroquia pesquera de San José de Chamanga, una de las zonas más afectadas por el seísmo. Pero el

90 por ciento de sus casas cayeron desplomadas. Incluido el colegio Monseñor Enrique Bartolucci, en el que estudiaban 400 alumnos menores de 14 años.

Hoy las clases se siguen dando bajo carpas provisionales, a la espera de que la ayuda internacional reconstruya un centro que era referencia educativa en la región. Manos Unidas, la ONG de la Iglesia Católica en España, lidera este proyecto, y cuenta con Fundación MAPFRE como una *mano* más.

Una alianza con la música de Bach y los villancicos tradicionales como banda sonora, interpretados en diciembre pasado por la orquesta barroca del Real Conservatorio

de Madrid. El concierto solidario, celebrado en la iglesia de los Jerónimos, contó con la presencia de la Infanta Doña Elena y logró recaudar 10.000 euros.

Pero la relación entre Fundación MAPFRE y Manos Unidas en España nace años atrás y tiene su lado más celebrativo en los Premios Manos Unidas. Son distinciones a los trabajos que siembran la semilla de la solidaridad entre los países más necesitados. Fundación MAPFRE impulsa el Premio Especial Manos Unidas que, en su última edición, se entregó a Julián del Olmo, sacerdote y periodista director del programa de Televisión Española *Pueblo de Dios*. ☒

VISITA NUESTRAS EXPOSICIONES

VISIT OUR EXHIBITIONS

www.fundacionmapfre.org

Fundación **MAPFRE**

Duane Michals
Boy in Leningrad [Chico en Leningrado], 1958
Duane Michals. Cortesía de DC Moore Gallery, Nueva York
© Duane Michals

DUANE MICHALS

Lugar

Sala Casa Garriga-Nogues
Diputació, 250. 08007 Barcelona

Fechas

Desde el 30/05/2017
hasta el 10/09/2017

Horario de visitas

Lunes: 14:00 a 20:00 h.
Martes a sábado: 10:00 a 20:00 h.
Domingos y festivos: 11:00 a 19:00 h.
Acceso gratuito los lunes



DUANE MICHALS

Location

Casa Garriga i Nogués Exhibition Hall
Diputació, 250. 08007 Barcelona

Dates

From 30/05/2017
to 10/09/2017

Visiting hours

Monday from 2 pm to 8 pm.
Tuesday to Saturday from 10 am to 8 pm.
Sunday/holidays from 11 am to 7 pm.
Free entry on Mondays

Albert Renger-Patzsch
Hormas en la fábrica Fagus, Alfeld [Schuhleisten im Faguswerk Alfeld], 1928
Albert Renger-Patzsch Archiv/
Stiftung Ann und Jürgen Wilde,
Pinakothek der Moderne,
München. N.º INV. AJW 513
© Albert Renger-Patzsch/Archiv
Ann und Jürgen Wilde, Zülpich/
VEGAP, Madrid 2017

ALBERT RENGER-PATZSCH. LA PERSPECTIVA DE LAS COSAS

Lugar

Sala Fundación MAPFRE Recoletos
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

Fechas

Desde el 22/06/2017
al 10/09/2017

Horario de visitas

Lunes de 14:00 a 20:00 h.
Martes a sábado de 10:00 a 20:00 h.
Domingos y festivos de 11:00 a 19:00 h.
Acceso gratuito los lunes



ALBERT RENGER-PATZSCH. LA PERSPECTIVA DE LAS COSAS

Location

Fundación MAPFRE Recoletos Exhibition Hall
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

Dates

From 22/06/2017
to 10/09/2017

Visiting hours

Monday from 2 pm to 8 pm.
Tuesday to Saturday from 10 am to 8 pm.
Sunday/holidays from 11 am to 7 pm.
Free entry on Mondays

ESPACIO MIRÓ

Lugar

Sala Fundación MAPFRE Recoletos
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

Exposición Permanente

Horario de visitas

Lunes de 14:00 a 20:00 h.
Martes a sábado de 10:00 a 20:00 h.
Domingos y festivos de 11:00 a 19:00 h.

Acceso gratuito con la compra
de la entrada a las salas Fundación
MAPFRE Recoletos



ESPACIO MIRÓ

Location

Fundación MAPFRE Recoletos Exhibition Hall
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

Permanent Exhibition

Visiting hours

Monday from 2 pm to 8 pm.
Tuesday to Saturday from 10 am to 8 pm.
Sunday/holidays from 11 am to 7 pm.

Free access with the purchase
of an entrance ticket to the exhibition
halls of Fundación MAPFRE Recoletos



¡¡COMPRA TUS ENTRADAS!!
BUY YOUR TICKETS!!

Fundación
MAPFRE

www.fundacionmapfre.org

ESP/CONSULTA NUESTRA REVISTA ONLINE

ENU/CHECK OUR ONLINE MAGAZINE

PTB/CONFIRA NOSSA REVISTA ON-LINE

www.fundacionmapfre.org/revistalafundacion

ESP/SUSCRÍBETE A LA EDICIÓN DIGITAL

ENU/SUBSCRIBE TO THE DIGITAL EDITION

PTB/INSCREVER-SE PARA A EDIÇÃO DIGITAL

www.fundacionmapfre.org/suscripciones

