

# la fundación



Revista de Fundación MAPFRE#58  
Marzo 2022  
[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)

En primera persona

***María Blasco,  
directora del  
Centro Nacional  
de Investigaciones  
Oncológicas***

Arte

**JORGE RIBALTA**

***Adolf Mas.  
Los ojos de Barcelona***

Comprometidos

**LOS FRUTOS DE  
UN ESFUERZO  
EXTRAORDINARIO**

Seguridad vial

**REPARTO A DOMICILIO,  
UNA ACTIVIDAD DE RIESGO  
EN EL SIGLO XXI**

# VISITA NUESTRAS EXPOSICIONES VISIT OUR EXHIBITIONS

[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)  
Fundación **MAPFRE**

Louis-Léopold Boilly  
*La lectura, ca. 1789-1793*  
Óleo sobre tabla, 32 x 27 cm  
Colección particular

## EL GUSTO FRANCÉS

**Lugar**  
Sala Fundación MAPFRE Recoletos  
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

**Fechas**  
Del 11/02/2022 al 08/05/2022

**Horario de visitas**  
Lunes de 14.00 a 20.00 h. Martes a sábado de 11.00 a 20.00 h. Domingos y festivos de 11.00 a 19.00 h.  
Acceso gratuito los lunes



## THE FRENCH TASTE

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

**Dates**  
From 02/11/2022 to 05/08/2022

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

Jorge Ribalta  
De la serie *Sur l'herbe*  
(*En la hierba*), 2005-2008  
Copias de plata en gelatina  
Cortesía del artista  
© Jorge Ribalta

## JORGE RIBALTA TODO ES VERDAD. FICCIONES Y DOCUMENTOS

**Lugar**  
Sala Fundación MAPFRE Recoletos  
Paseo de Recoletos 23, 28004 Madrid

**Fechas**  
Del 11/02/2022 al 08/05/2022

**Horario de visitas**  
Lunes de 14.00 a 20.00 h.  
Martes a sábado de 11.00 a 20.00 h.  
Domingos y festivos de 11.00 a 19.00 h.  
Acceso gratuito los lunes



## JORGE RIBALTA IT'S ALL TRUE. FICTIONS AND DOCUMENTS

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

**Dates**  
From 02/11/2022 to 05/08/2022

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

Adolf Mas Ginestà  
*Barrio de la Barceloneta, 1916*  
Arxiu Mas  
© Institut Amatller d'Art  
Hispànic

## ADOLF MAS. LOS OJOS DE BARCELONA

**Lugar**  
KBr Fundación MAPFRE  
Ronda del Litoral 30, 08005 Barcelona

**Fechas**  
Del 18/02/2022 al 08/05/2022

**Horario de visitas**  
Lunes cerrado  
Martes a domingo (y festivos) de 11.00 a 20.00 h.  
Acceso gratuito los martes



## ADOLF MAS. THE EYES OF BARCELONA

**Location**  
KBr Fundación MAPFRE  
Ronda del Litoral 30, 08005 Barcelona

**Dates**  
From 02/18/2022 to 05/08/2022

**Visiting hours**  
Monday: closed  
Tuesday to Sunday (and holidays) from 11 am to 8 pm.  
Free entry on Tuesdays

Lee Friedlander  
*Montana, 2008*  
Imagen de plata en gelatina  
© Lee Friedlander,  
courtesy Fraenkel Gallery,  
San Francisco

## LEE FRIEDLANDER

**Lugar**  
KBr Fundación MAPFRE  
Ronda del Litoral 30, 08005 Barcelona

**Fechas**  
Del 18/02/2022 al 08/05/2022

**Horario de visitas**  
Lunes cerrado  
Martes a domingo (y festivos) de 11.00 a 20.00 h.  
Acceso gratuito los martes



## LEE FRIEDLANDER

**Location**  
KBr Fundación MAPFRE  
Ronda del Litoral 30, 08005 Barcelona

**Dates**  
From 02/18/2022 to 05/08/2022

**Visiting hours**  
Monday: closed  
Tuesday to Sunday (and holidays) from 11 am to 8 pm.  
Free entry on Tuesdays



**EVITA COLAS COMPRANDO  
ONLINE TUS ENTRADAS**

**BEAT THE QUEUE,  
BUY YOUR TICKETS ONLINE**



**¡RESERVA TUS ENTRADAS!!  
BOOK YOUR TICKETS!!**

[www.entradas.fundacionmapfre.org](http://www.entradas.fundacionmapfre.org)



## Una red de solidaridad con Ucrania

Desde que estallara el conflicto, millones de personas han cruzado la frontera de Ucrania para escapar de la guerra, según datos del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR); además, cada día aumenta el número de personas desplazadas que abandonan sus hogares buscando lugares más seguros.

La situación en los países fronterizos es muy difícil. Por eso, colaboramos con la Fundación Mensajeros de la Paz en el paso fronterizo de Siret, en Rumanía, para proporcionar a los que huyen de la guerra, refugio,

ayuda humanitaria de primera necesidad como alimentos o agua, y consuelo. Además, colaboramos en la organización, junto con HM Hospitales y Mediaset, de dos actuaciones benéficas del Ballet Ucraniano Virsky. Los beneficios serán destinados a la atención médica de niños ucranianos enfermos que llegan a nuestro país.

En la página 58 de esta revista te contamos otras iniciativas generosas que se están poniendo en marcha para ayudar a aquellos que sufren los estragos de la guerra.

Y tú, ¿también quieres formar parte de la red? ✕

# sumario

MARÍA BLASCO



EN PRIMERA PERSONA

## 6 MARÍA BLASCO

Hablamos con la directora científica del Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas de España (CNIO), quien, junto a su equipo, investiga las causas del envejecimiento del organismo.

ARTE



## 10 JORGE RIBALTA. TODO ES VERDAD. FICCIONES Y DOCUMENTOS (1987-2020)

Hasta el 8 de mayo de 2022 en la sala Recoletos de Fundación MAPFRE en Madrid.



## 18 ADOLF MAS. LOS OJOS DE BARCELONA

Esta muestra se puede ver en el Centro de Fotografía KBr, en Barcelona, hasta el día 8 de mayo.

ADOLF MAS. LOS OJOS DE BARCELONA



Adolf Mas

*Ramón Casas pintando a Júlía y a Flora Peraire en presencia de Adolf Mas*  
Estudio de Fotografía A. Mas, 1912

© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic



24 COMPROMETIDOS

## LOS FRUTOS DE UN ESFUERZO EXTRAORDINARIO

Durante la pandemia actuamos en 18 países para combatir la exclusión social.



32 PROFESIONALES Y MÁS

Hablamos con Junibel Lancho, voluntaria en el Teléfono contra el Suicidio de la Asociación Barandilla.



CUÍDATE

## 36 ¿LA ALIMENTACIÓN CONSCIENTE PUEDE MEJORAR LA SALUD?

Comer de manera consciente nos conecta con el bienestar, tanto culinario como personal.

¿LA ALIMENTACIÓN CONSCIENTE  
PUEDE MEJORAR LA SALUD?



## PREVENCIÓN Y SEGURIDAD VIAL

### 40

## EL PRIMER METAVERSO EDUCATIVO

Tecnología digital y *gamificación* para la prevención.

### 44

## REPARTO A DOMICILIO, UNA ACTIVIDAD DE RIESGO EN EL SIGLO XXI

Analizamos la situación de los *riders* en Brasil.

## CULTURA ASEGURADORA

### 48

## ¿POR QUÉ AHORRAR NO ES SEXY (PERO NOS PUEDE SALVAR LA VIDA)?

Ahorrar forma parte de nuestro entrenamiento financiero para conseguir una vida más tranquila y feliz.

## 52 INNOVACIÓN SOCIAL

## INNOVACIÓN SOCIAL DEL DÍA DESPUÉS

¿Cómo es el día después de los proyectos finalistas de nuestros Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social?

## 58 AGEINGNOMICS

## CUANDO SER MAYOR ES UNA BUENA OPORTUNIDAD

## 62 OTRA MANERA DE AYUDAR

## 64 VISTO EN LA RED



## REPARTO A DOMICILIO, UNA ACTIVIDAD DE RIESGO EN EL SIGLO XXI



## INNOVACIÓN SOCIAL DEL DÍA DESPUÉS



## CUANDO SER MAYOR ES UNA BUENA OPORTUNIDAD





---

# María Blasco:

## «Ya es posible retrasar las patologías del envejecimiento y aumentar la longevidad»

TEXTO: NURIA DEL OLMO

Para poder eliminar cualquier enfermedad lo primero que hay que hacer es conocer su origen. Lo afirma María Blasco, directora científica del Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas de España (CNIO), quien, junto a su equipo investiga las causas que están detrás del envejecimiento del organismo, un elemento clave para poder curar las enfermedades que más nos afectan hoy, como el cáncer, el riesgo cardiovascular y las lesiones degenerativas. Hablamos con ella unos días después de impartir una conferencia magistral en Fundación MAPFRE, para profundizar en el envejecimiento como origen de las enfermedades y en la relación entre la economía y la longevidad.

Han pasado más de 30 años desde que María Blasco (Alicante, 1963) se formara como Bióloga Molecular en el laboratorio de Margarita Salas, su madre científica, su maestra, como ella la describe. Desde junio de 2011 es la directora del CNIO, una institución en la que entró después de su experiencia como científica en el Centro Superior de Investigaciones Científicas de España (CSIC), y en la que hoy, cerca de 500 personas trabajan en la investigación del tratamiento del cáncer. En su avance tiene mucho que decir la telomerasa, una proteína que está presente en las células y que está siendo fundamental para poder retrasar las enfermedades y estudiar el envejecimiento y la longevidad. Su último descubrimiento ha sido poder desarrollar una terapia para el tratamiento de la fibrosis pulmonar, basada precisamente en la activación de la telomerasa, y que próximamente podrá aplicarse en ensayos clínicos, es decir, en pacientes para los que de momento no existe un medicamento que cure su enfermedad.

**Asegura que el envejecimiento es la causa de las enfermedades que nos matan. ¿En qué consiste exactamente ese envejecimiento? ¿A partir de qué momento se produce?**

El envejecimiento se produce por la acumulación de daño en nuestras células, daño que está asociado a la multiplicación de las mismas para regenerar los tejidos. Uno de los daños más nocivos y persistentes que se producen asociados a la multiplicación celular es el acortamiento de los telómeros, unas estructuras protectoras de nuestros cromosomas, parecidas al trozo de plástico que hay al final de un cordón de zapato, y que se deforman conforme nuestro organismo se regenera por completo, algo que ocurre cada 10 años. El hecho es que, cada vez que estas regeneraciones ocurren se van agotando esos telómeros y como resultado se produce el envejecimiento y las enfermedades. La pérdida de telómeros puede producirse desde el inicio de la vida, por ejemplo, durante el desarrollo embrionario, y también durante



«Aunque me jubile más pronto o más tarde, me gustaría poder seguir ejerciendo mi trabajo»

los primeros años de vida, ya que durante este periodo hay muchísimas multiplicaciones celulares para formar al nuevo individuo y que este llegue al tamaño final.

**¿Se puede decir entonces que el envejecimiento es inevitable? Con los avances actuales, ¿se puede alargar de algún modo la juventud?**

No todas las especies tienen la misma velocidad de envejecimiento, incluso hay algunas que parecen no hacerlo, lo que nos indica que no hay un límite biológico o físico a la vida, sino que distintas especies han desarrollado diferentes longevidades, seguramente ajustadas a su capacidad para sobrevivir en la naturaleza. En los últimos años, hemos averiguado algunos de los mecanismos moleculares que determinan la longevidad de las especies. Como decía anteriormente, uno de ellos es la velocidad de acortamiento de los telómeros y en este sentido, en mi grupo, hemos demostrado que aquellas especies que tienen longevidades más cortas son las que tienen un acortamiento de los telómeros más acelerado. Dentro de una misma especie, si los telómeros se acortan más rápido de lo normal, por ejemplo, debido a ausencia de telomerasa —enzima que es capaz de alargar los telómeros—, esto hace que se envejezca más rápido. Pero, por el contrario, si los telómeros se mantienen largos durante más tiempo, podemos ralentizar el envejecimiento. Ya lo estamos haciendo con ratones, para que sean jóvenes durante más tiempo, y así lograr

retrasar las patologías del envejecimiento y aumentar la longevidad.

**Ha sido una pionera en el estudio de los telómeros, fundamentales para entender el origen del cáncer y otras enfermedades asociadas al envejecimiento. ¿Qué cree que es lo que más ha aportado esta investigación? ¿Cómo están avanzando este tipo de investigaciones?**

Hemos demostrado que, si destruimos los telómeros de las células del cáncer es suficiente para frenar el crecimiento del tumor, y esto es así porque, a diferencia de las células normales y sanas, que son mortales y acortan sus telómeros, las células tumorales son inmortales debido a que mantienen sus telómeros largos de manera aberrante. Por otra parte, hemos visto que, si mantenemos los telómeros largos durante más tiempo, los ratones viven más y tienen menos enfermedades, incluido el cáncer.

**Caminamos hacia una esperanza de vida cada vez mayor. ¿Cree que, además de vivir más años, lo haremos con mayor calidad de vida?**

Lo que vemos en las investigaciones que llevamos a cabo es que cuando conseguimos que los ratones vivan más es porque sufren menos enfermedades y tienen mejor calidad de vida. Conseguimos que ratones viejos tengan el aspecto de un ratón joven. Siempre que se aumenta la longevidad y se enlentece el envejecimiento, también se aumenta la calidad de vida.

«La mujer sigue siendo mayoritariamente responsable de los cuidados, lo que hace que la conciliación de la vida familiar y laboral sea más difícil y haya menos en puestos de dirección»



**Señala que el cáncer es el resultado de un daño en nuestras células que ocurre por el simple hecho de estar vivos y que aumenta conforme nos hacemos viejos. También advierte de que hay ciertos hábitos de vida que pueden favorecer que haya más o menos mutaciones. ¿Puede ponernos algún ejemplo?**

Sí, me refiero a que hábitos de vida que impliquen una mayor exposición de nuestras células a agentes tóxicos, como el humo del tabaco, por ejemplo, van a resultar en una mayor acumulación de mutaciones en nuestro ADN, un mayor daño y, por lo tanto, un envejecimiento molecular más rápido y un mayor riesgo de enfermedades.

**La evolución de la longevidad va a contribuir a que las personas entre 55 y 75 años puedan seguir aportando al conjunto de la sociedad. ¿Qué otros elementos cree que son necesarios para que este grupo de edad siga teniendo oportunidades?**

Son temas que corresponden a otros especialistas, pero, sin duda, creo que el aumento de la esperanza de vida

hará que se produzcan ajustes en la regulación del trabajo, en los tiempos de formación, y en la decisión de las personas a la hora de crear una familia.

**¿A qué edad le gustaría a usted jubilarse?**

Personalmente, creo que, me jubile más pronto o más tarde, me gustaría poder seguir ejerciendo mi trabajo. Creo que es difícil que un día llegue a decir, voy a dejar de pensar en ciencia y jubilarme.

**¿Cómo ha conseguido que el 70 % de quienes trabajan en el CNIO sean mujeres? ¿Qué considera que queda pendiente para que exista igualdad de género en el campo de la ciencia?**

En general, en el mundo de la investigación biomédica hay más mujeres que hombres en los distintos niveles de formación y de carrera profesional. La desigualdad aparece cuando hablamos de puestos de dirección, ya sea en un grupo de investigación o en un laboratorio. Aquí hay menos mujeres que hombres y creo que uno de los motivos es que nosotras seguimos siendo mayoritariamente responsables de los cuidados, lo cual hace que la conciliación de la vida familiar y laboral sea más difícil. ✕

## SEMINARIO ACADÉMICO 2021 SOBRE ECONOMÍA Y LONGEVIDAD

**«En las próximas décadas empezaremos a curar enfermedades hasta ahora incurables»**

«Estamos mandando naves al espacio, robots a Marte, pero no sabemos cómo curar la mayor parte de las enfermedades degenerativas». Con esta y otras reflexiones comenzó María Blasco su charla magistral en el marco del Seminario Académico 2021 sobre economía y longevidad, organizado por el Centro de Investigación Ageingomics Fundación MAPFRE. El centro, creado en 2020, tiene como objetivo investigar y divulgar el conocimiento sobre la economía del envejecimiento e impulsar los debates necesarios que permitan a la sociedad adaptarse en positivo a la realidad que viene y permita construir un nuevo modelo productivo que aproveche las oportunidades de vivir más años.

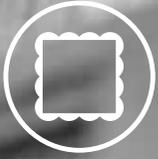
Durante su conferencia, la directora científica del Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas (CNIO) se

refirió al cáncer como «una enfermedad que empieza a ser prevalente a partir de los 40 y 50 años, edades en las que aumenta muchísimo el riesgo» y ello es debido al envejecimiento de nuestras células. «Si descubrimos en qué consiste este proceso de envejecimiento podremos saber qué tipo de personas están en riesgo de desarrollar estas enfermedades, antes de que las desarrollen, así como ser capaces de prevenirlas —retrasando este proceso de envejecimiento de nuestras células— y frenar su progresión, porque todas ellas son enfermedades degenerativas».

La bióloga alicantina, de 56 años, vinculó esta realidad con «un problema socioeconómico importante» que tiene que ver con el hecho de que, al aumentar el número de personas de más de 65 años, también se incrementa

la incidencia de sufrir enfermedades como el cáncer, cardiovasculares y degenerativas, como el Alzheimer, por ejemplo. Así mismo, se refirió al «mercado gigantesco» que puede llegar a originarse si realmente hay medicamentos o fármacos que sean capaces de prevenir o curar esas enfermedades una vez que aparezcan, e hizo referencia a que durante los últimos 10 años han desarrollado una terapia génica que permite la activación de telomerasa, parecido a una vacuna que se introduce en el organismo.

«Ahora estamos en un momento en el que vamos a ver cómo se aplica todo este conocimiento, algo sin duda emocionante en las próximas décadas porque podremos empezar a curar enfermedades que hasta ahora hemos sido incapaces de curar».



# Jorge Ribalta. Todo es verdad. Ficciones y documentos (1987-2020)

TEXTO: ÁREA DE CULTURA DE FUNDACIÓN MAPFRE

Hasta el 8 de mayo de 2022 podrá visitarse la exposición *Jorge Ribalta. Todo es verdad. Ficciones y documentos (1987-2020)* en la sala Recoletos de Fundación MAPFRE en Madrid. Se trata de la primera exposición retrospectiva del fotógrafo catalán y recoge el paso desde una fotografía ilusionista de escenificaciones iniciada en 1987 hasta su llegada a la fotografía documental.

Jorge Ribalta (Barcelona, 1963) es comisario, crítico de arte y fotógrafo, actividades que ha compaginado desde el inicio de su trayectoria en los años ochenta. En 2005 su trabajo experimenta un cambio radical que lo divide en dos períodos opuestos, al menos en su concepción de base. Durante el primero de ellos, su obra se focaliza en explorar poéticamente el naturalismo construido de la fotografía, mientras que en el segundo reorienta sus proyectos hacia una reinención del documental.

La primera exposición de Jorge Ribalta tuvo lugar en la galería Metrònom de Barcelona en el Festival Primavera Fotográfica de 1988. A finales de 1980 y principios de 1990 disfrutó de varias estancias en Estados Unidos, principalmente en Nueva York y Chicago, y en 1994 organizó su primera exposición en la Zabriskie Gallery, coincidiendo con su participación en la exposición *New Photography 10*, la influyente selección internacional anual de artistas emergentes que organiza The Museum of Modern Art (MoMA).

*Vendedor ambulante de chocolates Carlos V junto al monumento a Cuauhtémoc, cruce de Reforma e Insurgentes, Ciudad de México, 6 de octubre de 2016*  
De la serie «Faute d'argent» (Ocho piezas cortas), 2016-2020  
Copias de plata en gelatina y wallpaper digital and digital wallpaper  
Producida con el apoyo de Fundación MAPFRE (Madrid)  
Cortesía del artista

Como parte de su faceta como gestor cultural, fue director del Departamento de Programas Públicos del MACBA (Museo de Arte Contemporáneo de Barcelona) entre 1999 y 2009 y editor de varios libros de fotografía que hoy son referencia como *La fotografía en el pensamiento artístico contemporáneo* (1997) o *El movimiento de la fotografía obrera, 1926-1939* (2011). También ha sido colaborador habitual del periódico *La Vanguardia*, asesor de la colección de fotografía de la editorial Gustavo Gili y publica regularmente artículos y ensayos en diversos medios. Su obra ha podido verse en numerosas exposiciones colectivas y ha tenido monográficas en Madrid, Barcelona, Nueva York y París, además de en Salamanca o Cáceres.

La exposición que presenta Fundación MAPFRE en sus salas de Recoletos sobre el artista, *Jorge Ribalta. Todo es verdad. Ficciones y documentos (1987-2020)*, toma su título del célebre pero inacabado documental de Orson Welles *It's All True* [Todo es verdad] (1941-1943), un trabajo que ha sido objeto de numerosos debates en las últimas décadas. El proyecto conforma su primera exposición retrospectiva y recoge el paso desde una fotografía ilusionista de escenificaciones iniciada en 1987 hasta su llegada a la fotografía documental, cuyo punto



De la serie «Ártico», 1991-1996  
Copias de plata en gelatina sobre tela de algodón  
Cortesía del artista

de partida tiene lugar en el año 2005 y que hoy en día continúa practicando.

A partir de los grandes conjuntos y una lógica serial, el montaje expositivo, cronológico, reúne 14 series de trabajo comprendidas entre finales de los años 1980 y 2020. También incluye una sala de proyecciones y

material documental que ofrecen un amplio panorama del trabajo del artista.

### Primeros trabajos de escenificación (años 1980 y 1990)

En 1987, Jorge Ribalta comenzó a trabajar en sus primeras escenificaciones con miniaturas en el estudio, una labor que se prolongó durante quince años. El resultado fueron imágenes en pequeño formato con las que el artista ejercía una crítica a la representación y en las que

encontramos referencias veladas a la historia de la fotografía.

Las telas fotográficas, de mayor tamaño, se centran principalmente en rostros, en caras, pero en ellas aparece también algún paisaje, como sucede en la serie «Ártico» (1991-1996), donde Ribalta realiza por primera vez una lógica serial.

En su primer viaje a Chicago en 1994 visita el Art Institute of Chicago, donde descubre las Thorne Rooms, una colección de habitaciones en miniatura que representa una historia de los

estilos decorativos. Tras este viaje comienza a trabajar en otras series como «Habitaciones» (1994-1996) y «Pacífico» (1996).

En 1997, en Nueva York, empieza a utilizar diapositivas en color de 35 mm para fotografiar las puestas en escena y filmarlas posteriormente con una cámara de Super 8 mm, lo que le permite crear un efecto de movimiento y de paso del tiempo en las imágenes fijas. En su exposición *Habitaciones* y

*proyecciones* en la Galeria Estrany-de la Mota de Barcelona en 1998 mostró estos últimos trabajos, incluyendo las proyecciones de Super 8, breves *loops* de proyección continua, en color y en blanco y negro indistintamente.

### Últimas escenificaciones (1999-2004)

Puesto que el tipo de cámara que utiliza, una de gran formato adaptada, le permite mucha cercanía con el objeto y aumenta la verosimilitud del motivo fotografiado, este suele producir una extraña sensación de inquietante ambigüedad. El

espectador no siempre es muy consciente de lo que contempla, ni siquiera sabe que se encuentra ante una escenificación.

A pesar de su deseo de terminar con las escenificaciones, ese mismo año continúa con este tipo de práctica y se centra en el Barrio Chino de Barcelona. Reconstruye lugares en proceso de desaparición, debido a la operación urbanística que iba a cambiar la fisionomía del lugar de forma definitiva, al tiempo que realiza una crítica de la historia urbana. Surge entonces la serie «La Dalia Blanca» (1999-2002), uno de sus pocos trabajos realizados a color, que toma su nombre de una

#587. Calle Cadena con Sant Josep Oriol, 7 de abril de 2000  
De la serie «La Dalia Blanca», 2000  
Copia en color tipo C  
Cortesía del artista



floristería del barrio afectado por esta reforma y que es a la vez una cita a *La Dalia Negra*, del aclamado escritor de novela negra James Ellroy.

Su última serie realizada a partir de escenificaciones es «Antlitz der Zeit» (2002-2004), una cita homónima al libro de August Sander (en castellano, *Rostros de nuestro tiempo*) publicado en 1929

con una selección de 60 fotografías y una introducción del escritor Alfred Döblin. Los retratos de Ribalta, por el contrario, consisten en un conjunto de «antirretratos» de celebridades y personajes de los *mass media*, realizados con figuras en miniatura, un modo de autocrítica a la práctica fotográfica que él mismo había desarrollado hasta el momento.

### Inflexión, trabajos sobre barcelona (2005-2020)

El año 2005 supuso un momento de inflexión para Ribalta, que comenzó a fotografiar las transformaciones urbanas de Barcelona. Desde entonces, uno de los ejes de su trabajo ha sido realizar una representación crítica de la situación de la ciudad en la era posterior al Fórum Universal de las Culturas de 2004, un evento que el autor interpreta en la historia urbana de Barcelona como el final simbólico del periodo que se abrió con el Plan Cerdà de 1860 y que culminó, tras un siglo y medio, con el reconocido «modelo Barcelona» en la década de 1990. Estudiar la historia urbana de Barcelona es su manera de testimoniar la época.

El núcleo inicial de sus trabajos sobre la ciudad de Barcelona lo constituyen «Trabajo anónimo» (2005), que captura detalles de maquinaria y herramientas durante la campaña vecinal en Poblenou por la preservación de la última de sus fábricas de industria metalúrgica en Can Ricart; «Sur l'herbe» (2005-2008), que responde a una observación del público del festival musical Sónar, uno de los paradigmas de las nuevas políticas culturales; y «Futurismo» (iniciada en 2005 y aún en curso). El conjunto de estos trabajos incluye también otros, como «Litoral» (2009), un apunte sobre el entorno del aeropuerto del Prat, y «1888» (2012-2013), que documenta los

*Seth Green / Oz - Scott Evil (doble), 1999-2000*  
De la serie «Antlitz der Zeit», 2002-2004  
Copia de plata en gelatina  
Cortesía del artista





*Portaherramientas de fresadora Zayer*

De la serie «Trabajo anónimo». Iracheta S. L., Can Ricart, Poblenou, junio-julio de 2005

Copias de plata en gelatina

Cortesía de Naturgy Energy Group, S. A



Colectivo Flo6x8, comando flamenco anticapitalista, conocido por sus *détournements* por *bulerías en bancos*; local de ensayo de Paca La Monea, Sevilla, 1 de octubre de 2010  
De la serie «Laocoonte salvaje», 2010-2011  
Copias de plata en gelatina

Producida con el apoyo de Fundación Cajasol (Jerez de la Frontera) para el proyecto «Intervalo. Ciclo de arte contemporáneo y flamenco», la Fundación Helga de Alvear (Cáceres) y la galería Casa sin fin (Madrid)  
Cortesía de Museo Helga de Alvear, Cáceres

restos de la Exposición Universal de Barcelona de 1888 y sus usos actuales.

### Trabajos de campo (2007-2020)

En 2007, Jorge Ribalta recibió una invitación para fotografiar Tarragona en el contexto de un proyecto sobre el legado histórico de

esta ciudad, declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco. De ahí surgió «Petit Grand Tour», una observación de los varios procesos, desde los museográficos hasta los turísticos, que confluyen en la producción de los discursos sobre el pasado y que argumenta que la historia es una fabricación.

El autor emprendía así un análisis y crítica de las instituciones artísticas y del trabajo cultural. Uno de estos «trabajos de campo», tal y como el propio autor los denomina, es «Laocoonte salvaje» (2010-2011), título tomado de un verso del libro *Poema del cante jondo* de Federico García Lorca y que supone una

crítica a las retóricas folklorizantes y neorrealistas dominantes en las representaciones de este arte. Otro de ellos fue «Scrambling» (2011), realizado en la Alhambra de Granada, con el que pretende representar los mecanismos de producción del monumento, entendido como una fábrica: los procesos de seguridad, restauración y mantenimiento, jardinería y riego, *marketing* o explotación comercial.

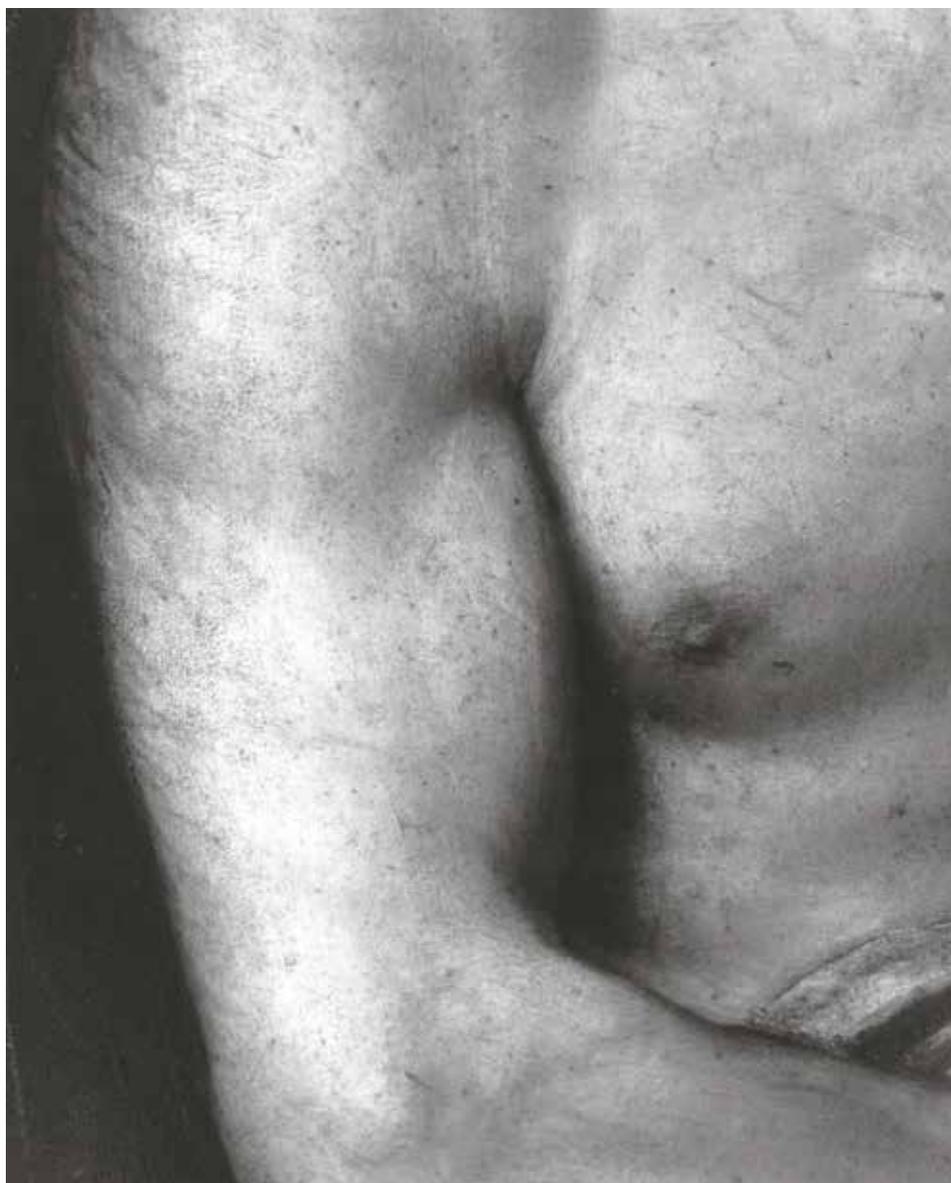
### Tragicomedias documentales (2009-2020)

En 2009, tras diez años en el cargo, Ribalta abandona su puesto como responsable de Programas Públicos en el MACBA y comienza entonces una intensa labor curatorial en la que la investigación histórica adquiere un gran peso y el trabajo de archivo le ofrece un nuevo punto de vista sobre el papel de la fotografía en el arte moderno.

El conjunto en el que esta condición alcanza su mayor radicalidad es la trilogía que dedica a Carlos V, un símbolo a cuestionar tanto desde el punto de vista de la historia de la nación española como desde la lógica imperial-financiera del capitalismo en Europa. Además, este trabajo adquiere toda su relevancia y actualidad en España tras la abdicación de Juan Carlos I en 2014, y la crisis global que se abre con la gran recesión iniciada en 2007.

Esta trilogía está formada por las series «Imperio (o K.D.)» (2013-2014), que versa sobre la abdicación y retiro a Yuste de Carlos V; «Renacimiento. Escenas de reconversión industrial en la cuenca minera de Nord-Pas-de-Calais» (2014), en la región de Hauts-de-France; y «Faute d'argent» (2016-2020), que se presenta por primera vez en esta exposición. Esta última serie, realizada en el eje geográfico

Augsburgo-Sevilla-México, completa la geografía simbólica del imperio. Las dos primeras se desarrollan en España y Europa, y esta última, en dicho eje geográfico Ausburgo-Sevilla-México. La serie, una reflexión sobre la relación de Carlos V con la saga de banqueros alemanes Fugger, trata también, en un discurso no exento de humor, de la economía de la plata y el cacao en la colonización de América. ✪



De la serie «Imperio (o K.D.)».  
Versión editada, 2013-2014  
Copias de plata en gelatina

Producida con el apoyo del Centro José Guerrero (Granada) y la Fundación Helga de Alvear (Cáceres)  
Cortesía del artista y de la galería angels barcelona



*Anna Barrera*

# Adolf Mas. Los ojos de Barcelona

TEXTO: ÁREA DE CULTURA DE FUNDACIÓN MAPFRE

Fundación MAPFRE, en colaboración con el Archivo Mas de la Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic, presenta *Adolf Mas. Los ojos de Barcelona*, un recorrido por la obra de este fotógrafo catalán, conocido por la importancia de su labor en el campo de la fotografía patrimonial y referente imprescindible a la hora de entender la transformación social de la Barcelona de comienzos del siglo XX. La muestra podrá visitarse hasta el 8 de mayo de 2022 en el centro de fotografía KBr de Barcelona.

Conocido principalmente por la creación y consolidación del celeberrimo Archivo Mas, y por ser uno de los primeros fotógrafos de patrimonio en Cataluña, Adolf Mas (Solsona, Lérida, 1860-Barcelona, 1936) es en realidad un fotógrafo mucho más complejo. Sus comienzos como reportero gráfico van en paralelo con una aproximación a la fotografía artística plasmada mediante el retrato. Se trata de unas imágenes que se escapan de las convenciones al uso y que aproximan su obra a los círculos artísticos de la época. Aunque no podamos inscribir a Mas entre los pictorialistas, es indudable que parte de su producción va más allá de lo que se estaba haciendo en otros establecimientos fotográficos contemporáneos y esta exposición pretende reivindicar también esta faceta.

A partir de 1901, cuando funda un primer negocio de venta de material fotográfico que se convertirá, unos años más tarde, en el «Estudi de Fotografia A. Mas», antecesor del «Arxiu Mas», se consolida como el fotógrafo de referencia de arquitectos como Josep Puig i Cadafalch, que lo contrata para fotografiar sus edificios a modo de inventario. En este contexto, el autor realiza una amplia serie de reportajes entre los que destacan las imágenes de la Sagrada Familia.

Pionero del reporterismo gráfico en Cataluña a principios del siglo XX, sus retratos por encargo destinados a revistas ilustradas nos dejan un extraordinario testimonio de los círculos intelectuales de la época. A partir de 1910 su producción se centra en el registro del patrimonio artístico y monumental, en especial tras recibir el encargo de conformar un repertorio iconográfico de España en 1915. Su labor se focaliza así en la administración de una potente estructura archivística destinada a la consulta pública que, en 1936, año de su muerte, contaba aproximadamente con 100 000 negativos.

La exposición *Adolf Mas. Los ojos de Barcelona* aborda la producción de este autor a través de 200 fotografías y diverso material documental, dividido en cuatro secciones temáticas que abordan los aspectos centrales de su trayectoria. Además, se completa con una sección dedicada a las campañas de catalogación patrimonial y a la estructura de lo que ha sido reconocido como el más importante archivo fotográfico de Europa sobre patrimonio español: el Archivo Mas.

## El personaje

El comienzo del recorrido nos ofrece una introducción a la figura de Adolf Mas con materiales documentales sobre su familia, el periodo de su formación inicial en el sector jurídico y su posterior entrada en el gremio fotográfico.

María Barrientos. Ópera «Carmen»  
Adolf Mas, 1915

© MAE-Institut del Teatre



*Vista de la Puerta del Ángel*  
Adolf Mas, 1902

© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic

La idea principal de este ámbito es mostrar cómo Mas abandona su lugar de nacimiento, Solsona, y la profesión familiar, en un ámbito de procuradores, para marchar a Barcelona y entrar en el comercio textil, convirtiéndose finalmente en una figura de referencia en el contexto fotográfico español. Este ámbito incluye retratos de Adolf Mas y de familiares, material original producido por artistas de la época para su establecimiento, algunas herramienta de su estudio, así como una selección de reproducciones de positivos de proyección de sus conferencias.

### Un nuevo invitado de *Els Quatre Gats*

Entre 1900 y 1904 Adolf Mas fotografió la Casa Martí, que albergaba en sus bajos el café *Els Quatre Gats*. Ramon Casas, uno de los fundadores del célebre establecimiento, estrechó un fuerte vínculo con Mas y fue retratado por él en varias ocasiones. Además, el autor hizo dos reportajes fotográficos en el taller del pintor, en 1909 y 1912 respectivamente. Casas no fue el único, pues Mas visitó y fotografió el estudio de otros artistas entre los que se cuentan el del escultor Josep Llimona, el de los hermanos José y Francisco Masriera o el de Antoni Gaudí en la Sagrada Família.

Si bien el autor comenzó a dedicarse de forma más sistemática al retrato a partir de 1906, hay que señalar que no frecuentó este



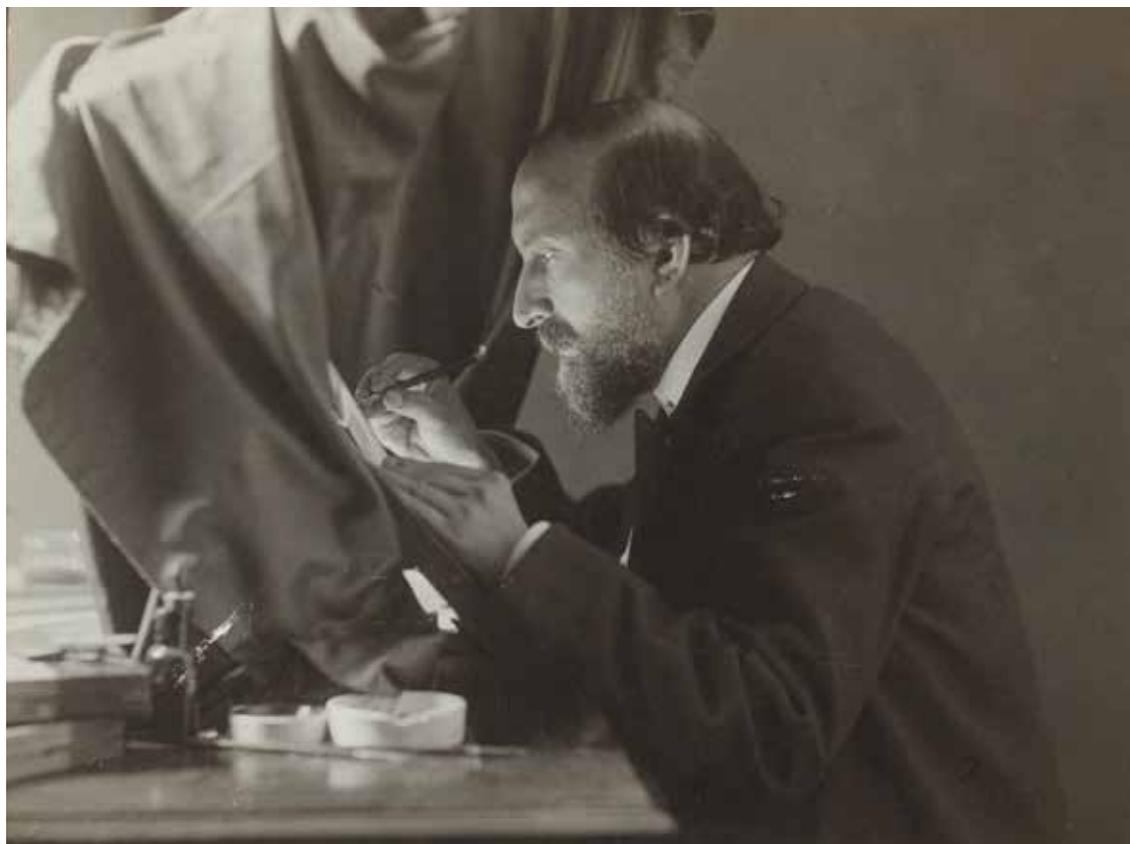
*Los «Xiquets de Valls»*

Adolf Mas, 29 de junio de 1907

© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic

*Adolf Mas retocando una imagen*  
Pau Audouard Deglaire, ca. 1909

© Fundació Institut Amatller  
d'Art Hispànic



género de forma especializada. Su empresa se dedicaba más bien a la realización de reportajes de sucesos y actos culturales, siendo parte de los retratos que tomaba fruto de encargos vinculados a la prensa ilustrada. Los retratos de Mas alcanzan su fuerza por los drásticos contrastes lumínicos, que hacen que el sujeto resalte de forma parcial. Además, el afán de generar cercanía entre retratado y espectador se crea aproximando la cámara a la cara del sujeto, a veces, de manera exagerada.

Aparte de los retratos de famosos artistas e intelectuales de la época, Mas dedicó en 1914 y 1915 sendos reportajes a dos de los personajes más emblemáticos del momento: la bailarina Tórtola de Valencia, «una de las grandes

liberadoras de la danza de aquel momento», y la cantante de ópera María Barrientos, en los que el autor refleja perfectamente la personalidad de ambas.

#### **La Barcelona de Adolf Mas**

La Barcelona novecentista de los primeros reportajes de Mas era una ciudad en la que convergían dinámicas de renovación artística y económica. La ciudad se estaba transformando desde la puesta en marcha del Plan Cerdà (1860), que pretendía mejorar la salubridad de la ciudad, hasta ahora encerrada entre sus murallas, para ofrecer un nuevo modelo urbanístico de calles anchas y espacios verdes.

La labor de Mas como fotógrafo durante los primeros años de

actividad en Barcelona abarca todos los ámbitos temáticos susceptibles de ser fotografiados como las casas Lleó i Morera y Batlló en el Paseo de Gracia, Dupont en el barrio de San Gervasio, Tomàs Santos de Lamadrid (desaparecida) en la avenida Diagonal o Llorach en la calle Muntaner.

Además, el autor fotografía instituciones políticas, las nuevas infraestructuras como la Casa Provincial de Maternidad y Expósitos en el distrito de Les Corts (1890) —que tenía como objetivo la acogida de madres solteras y niños desamparados y fue una de las primeras en implantar el método de enseñanza Montessori—, los talleres de formación para mujeres, actos públicos o acontecimientos



*Casa de lactancia*  
Adolf Mas, 1903  
© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic

deportivos. Dentro de este repertorio se incluye también la participación de Adolf Mas en el concurso municipal para llevar a cabo la documentación gráfica del entramado urbanístico que iba a desaparecer debido a la construcción de la vía Layetana. Mas fue uno de los autores más premiados y parte de su serie acabó publicada en el número del 15 de marzo de 1908 de la revista *Il·lustració Catalana*, dedicado de manera exclusiva al arranque de la reforma.

### El Archivo Mas. La gran empresa

En 1915, tras la llegada de los primeros encargos del Repertorio Iconográfico de España de cara a la que sería finalmente la Exposición Internacional de Barcelona de 1929, la producción de fotografías de bienes artísticos ya se había convertido en la principal especialidad de la empresa de Mas. El autor comenzó a delegar entonces el trabajo de fotógrafo en su hijo Pelai y en el equipo que había contratado debido a la excesiva demanda de encargos. Se trata de un momento clave en su trayectoria, en la que poco a poco va tomando más importancia la faceta de gestor de un archivo que la de fotógrafo. La aceptación del encargo significó además un nuevo impulso para que el atelier fotográfico pasara de lo regional a ocupar un lugar destacado en el panorama nacional.

El volumen alcanzado por el material fotográfico obligó también



*Monjas y niños del Sanatorio Marítimo de San José en el barrio de la Barceloneta*  
Adolf Mas, 1913  
© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic



Fotografía para un catálogo de autos. Taller Barral Hermanos  
Adolf Mas, 1909

© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic



Palau de la Música Catalana  
Adolf Mas, 1908

© Fundació Institut Amatller d'Art Hispànic

a reformular los métodos de organización de las colecciones, para que su consulta fuera ágil y sencilla. La gran innovación propuesta por el establecimiento se sustentaba en una fórmula híbrida, basada en la naturaleza comercial pero también en la divulgación pública de las colecciones: cualquier persona interesada podía consultar previamente el material fotográfico, en las salas del archivo, mediante las fichas gráficas. Estas incluían en el anverso un positivo fotográfico de la obra documentada

y en el reverso información básica sobre dicha pieza. Se trataba de un sistema de organización único en Europa que Adolf Mas presentó en 1925 en el VI Congrès International de Photographie de París.

El renombre que había adquirido el establecimiento, a raíz de que sus trabajadores recorrieron parte del territorio español como «fotógrafos oficiales del Repertorio Iconográfico de España», hizo que Adolf Mas reformulara su propia marca comercial aprovechando la fama del proyecto. A partir de

los años 1920, el Archivo Mas empezaría a divulgar su material bajo la denominación *Repertori Iconogràfic d'Espanya Arxiu «Mas», Barcelona*.

El Archivo Mas no es simplemente un fondo fotográfico, es una obra monumental desarrollada a lo largo de más de treinta años en la que ha confluído una idea vanguardista surgida con fines lucrativos, aunque teniendo presente la importancia de formar y divulgar un imaginario visual sobre un patrimonio cultural compartido. ✖



**Cáritas**  
Quintana Roo



**MUCHAS  
GRACIAS**  
Fundación  
**MAPFRE**



# Los frutos de un esfuerzo extraordinario

TEXTO: ÁNGEL MARTOS

En mayo de 2021, Fundación MAPFRE anunciaba que ampliaba en 10 millones de euros su ayuda en Latinoamérica, hasta los 45 millones, para combatir la pobreza y la exclusión social. Una cifra tan relevante que habla de grandes ambiciones y pequeñas historias de lucha y superación. Estas son algunas de ellas en los 18 países en las que se han desarrollado.

El bienio 2020-2021 ha sido extraordinario para todos. También para Fundación MAPFRE, que afrontó la pandemia por covid-19 con un esfuerzo presupuestario que en un primer momento se cifró en 35 millones de euros, a los que sumó otros 10 millones para ayudar a los colectivos más desfavorecidos: unas 168 000 personas de 18 países fundamentalmente de Latinoamérica. «Ninguna pandemia nos va a hacer renunciar a nuestro compromiso con el progreso social», subrayaba entonces Antonio Huertas, presidente de Fundación MAPFRE, sobre la magnitud de la respuesta realizada durante esos dos años.

Los proyectos se han llevado a cabo con la ayuda de 5000 voluntarios y en colaboración con 167 entidades sociales, como la Red de Banco de Alimentos de México, la Fundación Once para América

Latina (FOAL) o la Fundación Banco do Brasil, entre otras. Y han estado dirigidas a reducir la desnutrición y la exclusión social, así como a promover la empleabilidad, la educación y el emprendimiento. También a proporcionar material sanitario. Y es que, como ha señalado Huertas, «cuando la solidaridad se pone en marcha no hay quien la detenga».

En este artículo conoceremos algunas experiencias concretas sobre cómo la presencia de Fundación MAPFRE construye un cambio real para miles de personas en toda Latinoamérica. Argentina, Brasil, Honduras, México, Panamá y Uruguay son algunos de los países protagonistas. Pero también se han producido acciones en Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Guatemala, Paraguay, Perú, República Dominicana y El Salvador. Algunas, para garantizar los niveles básicos de nutrientes en bebés y niños hasta 10 años. Otras han tenido como objetivo

contribuir a la recuperación económica de las familias más vulnerables, en especial las encabezadas por mujeres. Y apoyar el mantenimiento de la educación de los grupos más golpeados por la pandemia.

## Argentina

Hay 1000 días críticos en la vida de un recién nacido en peligro de malnutrición. Desde la concepción hasta los dos años de vida, la desnutrición infantil aumenta la mortalidad causada por enfermedades y es la causa del 45 % de los casos según la Organización Mundial de la Salud. Producida en etapas tempranas, «las alteraciones llevan a un deterioro permanente e irreversible del desarrollo intelectual del niño», confirma Gabriela Sabio, directora médica asistencial de la Fundación Conin en Argentina. «A medio plazo dará como resultado un menor crecimiento, alteración



Caja alimentaria para niños de Argentina en colaboración con la Fundación Conin

Reparto de cajas alimentarias en Argentina con la Fundación Conin

del desarrollo psicomotor y menor capacidad de aprendizaje. Y a largo plazo, menos años de escolaridad, menor rendimiento intelectual, menor desarrollo del capital humano y menor capacidad de crecimiento económico (perpetuación de la pobreza)». Por estas contundentes razones, en 1993 nació esta organización que se enorgullece de haber podido rescatar de esa lacra a 17 000 niños y niñas en sus 110 centros en todo el país austral. «Es de suponer que la situación sanitaria, con sus consecuencias sociales y económicas, han

agravado las condiciones de acceso a la salud, así como a la alimentación y actividad física de nuestros niños», afirma Sabio. Para luchar contra esta deriva por la pandemia, Fundación MAPFRE y Fundación Conin crearon una caja alimentaria para la recuperación de 1274 niños de hasta 10 años con diagnóstico de desnutrición, de 77 centros Conin en Argentina, por el plazo de 3 meses. Es la primera vez que ambas organizaciones colaboran y «la experiencia del trabajo conjunto fue maravillosa, dada la calidad humana de los involucrados y la posibilidad de

llegar con un recurso fundamental y valioso como son las fórmulas y los juguetes a los lugares más olvidados y remotos del país», subraya Gabriela Sabio.

### Brasil

«La realidad de una favela no es fácil porque tenemos la certeza que salimos de casa todos los días, pero no sabemos si volveremos», por la violencia armada en las calles. Es el testimonio de Michelle, madre de cuatro hijos y una de las 6000 beneficiarias del programa de educación, empleabilidad y acceso a internet #PraFrente,

impulsado por Fundación MAPFRE en colaboración con el Instituto Gerando Falcões. Las favelas y las poblaciones rurales más deprimidas son los entornos de estas mujeres que sueñan con crear microempresas relacionadas con la alimentación, la belleza o la artesanía. ¿El objetivo? Conseguir una buena estabilidad financiera para lograr independencia y sustentar a sus familias. «La sociedad y la familia decían que yo no sería nadie», recuerda Michelle, pero hoy, tras haber pasado por #PraFrente, «demuestro lo contrario con mi espacio y mi trabajo».

Fundación MAPFRE también ha colaborado en el país con Fundación Banco do Brasil, en el

programa Brasileiros for Brazil. El objetivo es conectar al pequeño productor rural con dificultad para comercializar su producción por las consecuencias de la pandemia con las familias que se encuentran en vulnerabilidad social. «Son cestas de alimentos conformadas por artículos básicos, como arroz, frijol, sal, aceite, azúcar, café, entre otros, así como alimentos orgánicos producidos de manera sostenible», señalan desde la entidad carioca. Desde su lanzamiento en octubre de 2021, la acción ya ha beneficiado a 15 600 familias de pequeños agricultores ubicados en todas las regiones del país (más de 62 mil personas) y ha distribuido más de 5500 toneladas de alimentos a unas 982 000 personas.

### Honduras

Durante la pandemia por coronavirus, hemos tenido que aprender el significado de muchas palabras y siglas. UCI, unidad de cuidados intensivos, ha sido una de ellas y en cada oleada nos ha servido de dramático indicador del desastre humano y sanitario. En un país como Honduras, en el que su centro público de referencia, el Hospital Escuela, da servicio a 600 000 personas y contaba con una UCI de solo 7 plazas, significó para muchos enfermos «una sentencia de muerte, al impedir una atención adecuada de emergencia», explica Óscar Cárcamo, uno de los responsables de la institución. Por eso, la acción de Fundación MAPFRE en el país se ha centrado



Unidad de Cuidados Intensivos en el Hospital Escuela, en Honduras

en la construcción de una sala de cuidados intensivos con 12 plazas que atiende ya a unos 150 pacientes de covid-19 al mes. La infraestructura lleva el nombre de «Sala Fundación MAPFRE», y tras la pandemia continuará activa con pacientes con otras dolencias.

### México

La muñeca de Amealco es un popular icono otomí de México. Decenas de artesanas de esta etnia sustentan a sus familias con su

confección y venta. Es el caso de Lucía Nicolás, madre de un niño con discapacidad, que hasta 2021 conseguía apenas producir 30 ejemplares. Hoy en día, gracias a la donación de una máquina de coser, Lucía puede hacer en ese mismo tiempo hasta 150 muñecas. «Las vende a mejores precios por su acabado y hasta ha podido recibir pedidos vía redes sociales», explica Gabriel Rivera, director de la ONG Altitud, especializada en microcréditos integrales. En

colaboración con Fundación MAPFRE, se han repartido 100 de estas máquinas para apoyar a otras tantas mujeres indígenas radicadas en el Estado de Monterrey. La acción sigue el popular proverbio chino según el cual «dale un pez a un hombre, y comerá hoy; dale una caña y enséñale a pescar y comerá el resto de su vida». Para tener aún mayor recorrido, la acción se ha acompañado de cursos de capacitación en habilidades textiles y de emprendimiento. En México



Entrega de alimentos con la Fundación Banco do Brasil



En colaboración con la ONG Altitud, entregamos máquinas de coser en México

«Ninguna pandemia nos va a hacer renunciar a nuestro compromiso con el progreso social», Antonio Huertas, presidente de Fundación MAPFRE



Inauguración de la cocina renovada en colaboración con la Fundación Waved, en Panamá

existen 11 millones de hogares en los que la cabeza de familia es una mujer y aproximadamente el 50 % vive en la pobreza debido a la falta de oportunidades laborales que les permitan tanto generar ingresos como atender a sus familias. «El sector textil es la industria con peores condiciones y es una de las industrias que menos ingresos reciben los que confeccionan las prendas, por lo que creemos que se puede generar una industria textil

más equitativa y justa para todos», explica Rivera.

El otro hito de la acción de Fundación MAPFRE en México ha sido la donación realizada al Banco de Alimentos del país, la mayor de su historia. «Con esta inversión logramos apoyar hasta 27 000 familias mexicanas, beneficiando a más de 108 000 personas» durante los dos meses de duración, explica Manuel Mendoza, gerente nacional de Inversión Social de

la Red BAMX. La institución atiende habitualmente a más de 2 millones de personas en todo el país norteamericano gracias a su inmensa labor de «rescate» y reparto de alimentos que, en otro caso, se perderían, además de las donaciones de particulares y empresas. «En México se desperdician anualmente más de 24 millones de toneladas de alimento, y en la Red BAMX apenas alcanzamos a rescatar por año

Los proyectos se han llevado a cabo con la ayuda de 5000 voluntarios y en colaboración con 167 entidades sociales



Niña indígena en la inauguración de la cocina construida en Panamá con la colaboración de la Fundación Waved



Detalle de la cocina comunitaria para los habitantes de Hato Chamí, en Panamá

menos del 1 %. Es por ello que requerimos apoyo económico de todos los sectores, principalmente del privado», cuenta Mendoza. La gran donación de Fundación MAPFRE ha supuesto no solo mejorar la salud nutricional de miles de personas, sino además «motivación, inspiración para todo nuestro equipo, tanto por los tiempos incierto e inestables que ha traído la pandemia por covid-19, y también por la confianza que depositaron en nuestra organización».

### Panamá

Ver el antes y el después es uno de los atractivos de los programas de televisión dedicados a las reformas de casas. Pero mayor satisfacción obtenemos cuando de lo que hablamos es de la rehabilitación de una cocina escolar, en la localidad panameña de Hato Chamí, donde la mayoría de las personas viven con menos de un dólar al día. «La antigua cocina de la escuela tenía una estructura muy básica, que consistía en barras de madera, un

techo de zinc, una chimenea/estufa abierta hecho por ellos mismos...», recuerda Bastian Barnbeck, director de la Fundación Waved, que ha realizado este proyecto en colaboración con Fundación MAPFRE. La nueva cocina tiene capacidad para alimentar a 1117 estudiantes y más de 60 maestros de la comarca Ngäbe Bugle, una de las cinco áreas indígenas dentro de Panamá. Waved promueve la educación integral de los estudiantes con el surf como herramienta de desarrollo personal.

### Uruguay

Josefina era una niña de 10 años enferma de cáncer. Durante su largo tratamiento hospitalario, poder continuar el curso escolar fue de gran ayuda para tener una meta, saber que tenía sentido seguir cuidándose. «Generó en ella el beneficio de concentrarse en estudiar y no pensar en su enfermedad todo el tiempo, mantener sus vínculos con amigos y maestras...», recuerda su madre, Florencia Krall. «Ella misma decía, “no quiero pintar más, hacer manualidades, o ver payasos, quiero estudiar, hacer ejercicios de matemáticas”». Hoy ella ya no está entre nosotros, pero su experiencia de alumna hospitalizada inspiró a sus padres a crear la Fundación Humaniza Josefina. Su programa Sanamos Aprendiendo ha adquirido en tiempos de pandemia y aislamiento una importancia aún mayor, con la necesidad de contar con plataformas virtuales que permitan el acceso *online* a los estudios. «Funciona como

un traje a medida del niño, en el que el equipo multidisciplinario de nuestra Fundación genera un enlace con el centro educativo del cual proviene», explica Krall. Gracias al apoyo de Fundación MAPFRE 50 niños del hospital pediátrico público Pereira Rossell

han accedido a este programa. «Hoy es posible brindarlo solamente en este Hospital gracias a los apoyos financieros de empresas benefactoras, pero se hace muy difícil extenderlo a otros hospitales por los costos que implica». ✕



La Fundación Humaniza Josefina, en Uruguay, apoya la escolarización de niños hospitalizados

## **Argentina, Brasil, Chile, Colombia, El Salvador, Guatemala, México, Nicaragua, Paraguay, República Dominicana y Uruguay**

La exigencia de sumar esfuerzos que ha traído la pandemia ha fructificado también en la primera colaboración entre Fundación MAPFRE y la Fundación ONCE para la Solidaridad con las Personas Ciegas de América Latina (FOAL). Un proyecto con una dotación de 100 000 euros que contempla una formación de tres meses de duración, prácticas en empresas por otros tres meses y la adaptación del puesto de trabajo para las 86 personas

con discapacidad seleccionadas de estos 11 países. «Entendemos que el trabajo es la mejor forma de integrar a una persona en la sociedad a pleno derecho», defiende Daniel Restrepo, director del área de Acción Social de Fundación MAPFRE, que pone de manifiesto, además, cómo «las personas con discapacidad han sido de los colectivos que más han sufrido la pandemia y las restricciones».



**Junibel Lanchó, psicóloga clínica y directora clínica del hospital de día Lajman de trastorno mental grave. Es voluntaria en el Teléfono contra el Suicidio de la Asociación Barandilla**

**«Tanto profesional como humanamente estoy preparada para dar lo mejor de mí misma y devolver a la sociedad lo que me ha dado»**

TEXTO: CRISTINA BISBAL FOTOGRAFÍAS: CEDIDAS POR JUNIBEL LANCHÓ



Aunque había participado en acciones concretas como comedores sociales, reparto de juguetes a niños desfavorecidos o atención psicológica telefónica durante el confinamiento por la covid-19, Junibel nunca se había implicado en un voluntariado hasta que hace casi seis años, con 35 de experiencia como psicóloga clínica, decidió unirse a un grupo de personas de distintos ámbitos relacionados con la salud mental con la idea de apoyar a colectivos vulnerables. Así nació en España el Teléfono contra el Suicidio.

El primer paso fue crear la Asociación Barandilla. Trabajando allí observaron que el suicidio aún era un tema tabú, a pesar de que supone la muerte de unas 4000 personas al año, solo en España. Con la intención poner este asunto en la agenda política, pero también de ayudar a quienes sufren pensamientos negativos tan fuertes que les llevan a querer suicidarse, se creó el Teléfono contra el Suicidio, primera línea de teléfono herramienta terapéutica para prevenir el suicidio en momentos de crisis.

### **Cuéntenos en qué consiste su voluntariado.**

Soy escucha y coordinadora del Teléfono contra el Suicidio de la Asociación Barandilla. Dando apoyo, haciendo formación, sesiones clínicas con los demás escuchas para hablar de las diferentes llamadas y de los sentimientos y emociones que se mueven a lo largo de ellas, buscando siempre la mejor forma de ayudar a la persona que nos llama en esos momentos de sufrimiento, socorro y soledad ante su situación y sus pensamientos.

### **El objetivo del Teléfono contra el Suicidio es ayudar en momentos concretos a personas que sufren. Pero va más allá, ¿no es cierto?**

En efecto. Nos marcamos otro objetivo importante: concienciar, sensibilizar e informar a la sociedad sobre este problema de salud pública, a través de charlas, jornadas y eventos, como la Primera Carrera contra el Suicidio, o la manifestación del pasado 11 de septiembre, pidiendo un Plan Nacional de Prevención del Suicidio. Creo que hoy somos un referente para los medios de comunicación en este asunto.

Luchamos por crear conciencia en la sociedad, la clase política y los profesionales sobre que cada día mueren por suicidio 11 personas y 200 lo intentan. No podemos seguir mirando hacia otro lado.

# 4000

PERSONAS

SE SUICIDAN AL AÑO

EN ESPAÑA

### **¿Cómo ha evolucionado la imagen que se tiene de este problema desde que empezaron con el Teléfono contra el Suicidio, hace cuatro años?**

En este tiempo hemos recibido más de 6000 llamadas de toda España, todas atendidas por psicólogos; hemos intervenido en varios suicidios en curso con la mediación de policía, bomberos y servicios de emergencia; hemos dado esperanza de vida a muchas de las personas que nos han llamado. Y estamos satisfechos porque últimamente, muchas de estas llamadas son padres, amigos, parejas, profesores, orientadores de instituto... que quieren informarse sobre cómo deben actuar porque han visto señales de sufrimiento en un ser querido.

El mundo de la empresa también se interesa por este problema y por eso se nos pide realizar charlas para empleados. Estos problemas de salud mental se han agravado por la pandemia tanto en adultos como en adolescentes: la incertidumbre, la ansiedad, la depresión. Los



profesionales sabemos que si hubiera prevención, más personal, psicólogos y psiquiatras en el Servicio Nacional de Salud, se podrían prevenir depresiones y suicidios.

### **¿Se diferencia mucho su trabajo de su voluntariado?**

Por mi profesión y mi trabajo desde hace 35 años, estoy muy concienciada con todo lo relacionado con la enfermedad mental y me implico fácilmente con todo aquello que hago, por lo tanto, mi voluntariado en la asociación va muy unido a mi trabajo profesional como psicóloga: acompañar, escuchar, ofrecer herramientas y comprensión en momentos de gran sufrimiento en los

**«Me siento recompensada cuando una persona a la que he atendido vuelve a llamar para agradecer que aún está ahí, que aún está viva»**

que no se encuentra salida. La diferencia principal es que en mi trabajo sí que puedo hacer seguimiento de los procesos psicorrehabilitadores. En la asociación, sin embargo, la ayuda empieza y termina con la llamada.

### **¿Y cómo lleva lo de compatibilizar el voluntariado con el trabajo y con la familia?**

Con el trabajo a veces puede ser difícil porque me debo a mis pacientes y a mi equipo, pero lo consigo. Y con mi familia no hay problema: me apoyan y lo tienen asumido. Ten en cuenta que en este momento de mi vida puedo hacerlo y para mí es importante. Soy una persona muy comprometida con los más vulnerables y creo que tanto profesional como humanamente estoy preparada para dar lo mejor de mí misma y devolver a la sociedad lo que me ha dado. Ayudar en momentos tan difíciles es necesario y a la vez reporta satisfacción

### ¿Qué es lo mejor de su trabajo en el Teléfono contra el Suicidio?

Lo mejor, sin duda, es la relación entre todos los miembros del equipo: nos apoyamos y compartimos la ilusión de hacer algo más. Y cuando alguno nos venimos un poco abajo, ahí estamos los demás para darnos ánimos y seguir adelante. Pero lo que realmente justifica nuestra existencia, la razón del voluntariado, la recompensa, es cuando, al finalizar una llamada, te dan las gracias por estar ahí; y más aún cuando al cabo de un tiempo vuelven a llamar para agradecer a quien les atendió que aún están ahí.

### ¿Y lo peor?

Comprobar que no tenemos fondos para hacer más cosas, como contratar a psicólogos. Es frustrante tener que buscar dinero porque las instituciones públicas (ayuntamientos, comunidades autónomas, ministerios) no hacen nada. Y mientras, la gente sigue muriendo... También hay momentos de mucha angustia. Recuerdo una llamada de un suicidio en curso. La persona llamaba para que alguien fuese testigo de su muerte. Mientras me leía una carta de despedida para su familia pude conseguir el teléfono de su marido y de su hija que, con solo 20 años, consiguió llegar a tiempo y llevar a su madre al hospital casi inconsciente. Fueron momentos muy duros. Son terribles también las llamadas de personas con enfermedades degenerativas, con depresión, que no quieren seguir viviendo con sufrimiento.



### Tras la pandemia estamos en un momento especialmente complicado, ¿no es verdad?

En efecto. Hay llamadas muy desesperadas, porque muchas personas no tienen seguimiento en salud mental, no se sienten escuchados, las citas para el psicólogo de la sanidad pública son para 2 o 3 meses, para tener luego consultas de apenas 15 minutos. Y la mayoría no tienen recursos para pagarse un psicólogo privado... En las urgencias hospitalarias

**Con la pandemia la salud mental ha salido a la calle y la sociedad ha entendido que cualquier persona puede sufrir ansiedad o depresión**

tampoco se sienten bien atendidos cuando van con un ataque de pánico o un pensamiento suicida...

Los niños y adolescente también están sufriendo diferentes trastornos y no saben trabajar en la gestión de sus emociones. Deberíamos tratar de cultivar más la amabilidad, la gratitud, la compasión y la empatía en nuestra sociedad, porque todos podemos ser en un momento puntual agentes de cambio para ayudar al otro.

### ¿Qué más sería necesario para ayudar a la gente?

Debería haber más psicólogos en la Seguridad Social. A las personas que sufren angustia, estrés y ansiedad se les manda un ansiolítico o un antidepresivo y se les despide hasta la siguiente consulta. A mí me gustaría que desde la prevención se pudieran hacer grupos presenciales y seguimiento; con un tratamiento de psicoterapia o entrenamiento en técnicas de relajación, *mindfulness* o terapia de grupo se podrían bajar las cifras de intentos y muerte por suicidios.

### Realmente, la salud mental sigue infravalorada...

Hemos sido los últimos en la sanidad porque el estigma y el tabú sigue existiendo, pero con la pandemia la salud mental ha salido a la calle y la sociedad ha entendido que cualquier persona puede sufrir ansiedad o depresión. En España, en la sanidad pública, hay seis psicólogos por cada 100 000 habitantes. En el resto de Europa, esa cifra asciende a 18, es decir, nada menos que el triple. ✕



# ¿La alimentación consciente puede mejorar la salud?

TEXTO: KINO VERDÚ



En un mundo en el que la vorágine de lo inmediato nos invade, es fundamental dedicar una pausa placentera para disfrutar de las comidas, de los alimentos y de uno mismo. La alimentación consciente puede suponer un complemento de las dietas que nos lleve a conectar directamente con el bienestar tanto culinario como personal.

El estrés, el sedentarismo, las prisas, la ansiedad no son buenos compañeros de viaje. Alteran, por así decirlo, el «karma» que todo el mundo debería mimar para que la salud se encuentre pletórica y en forma. ¿Es nuestro estado de ánimo el que influye en lo que comemos o ese estado de «bajón» se debe a lo que ingerimos? Aquí está el quid de la cuestión, y la alimentación consciente apuesta por lo primero. En fin, que hay que cambiar nuestra relación con lo que nos encontramos en los platos. Nadie ha dicho que sea fácil, pero es fundamental.

En un principio las dietas (sobre todo las apellidadas «milagro») ofrecían la felicidad a través de recetas de esas que prometen adelgazar en dos semanas un puñado de kilos, pero que cuando uno las abandona engorda el doble. La felicidad para dos semanas, cuerpo estilizado, ¿y luego? Todo se derrumba. Más interesante, y viejo amigo de la alimentación consciente, es el movimiento *Slow Food* o comida lenta. Nació en 1986, cuando Carlo Petrini se enfadó por la apertura de un establecimiento de comida rápida junto a la escalinata de la Plaza de España en Roma. *Slow food* abogaba por materias primas cercanas, frescas, caseras y sobre todo por comer despacio, tranquilamente, sin agobios.

Pero antes de desembocar en la alimentación consciente, tenemos que detenernos en la Dieta Mediterránea, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad según la UNESCO. Entre los elementos que defiende este tipo de dieta: asegurar la elección de alimentos vegetales frescos y poco procesados, como frutas y hortalizas, legumbres, frutos secos, cereales de grano entero, moderar la de alimentos de origen animal y procurar una adecuada hidratación. Y es que esta dieta del mare nostrum es mucho más que eso; va más allá de la mera nutrición, ampliando el foco a la antropología, la sociología y la agricultura. Es un estilo de vida que casa con la alimentación consciente, que se convierte en su complemento perfecto.

#### Claroscuros

Más allá de que pueda estar más o menos de moda, de que se vea como un movimiento actual, o una tendencia, es posible que la alimentación consciente abarque un aspecto más amplio e interesante para entender mejor nuestra relación con la comida. El *mindful eating* o *mindfoodness*, representa un ejercicio dietético-psicológico que presta especial atención al proceso completo de alimentación, reconociendo

las sensaciones de hambre y saciedad. Esta aproximación aboga por intentar diferenciar al consumo impulsivo asociado al hambre emocional, al marketing, o a la publicidad, del hambre real. Además, supone aumentar la autoestima relacionarnos a gusto con nuestro cuerpo, sin presiones externas y dietas brutales.

Pero tampoco hay que pensar que la alimentación consciente sea una panacea. Para Eduard Baladia, dietista-nutricionista y trabajador en la Academia Española de Nutrición y Dietética, «el *mindfull eating* está siendo un arma de doble filo: por un lado algunos de sus preceptos son muy interesantes, como por ejemplo el de conseguir ser más consciente y manejar mejor del hambre emocional, el tener una relación más sana con el acto alimentario y evitar el uso de pantallas durante las comidas. Sin embargo, por otro lado, en ocasiones, este movimiento está siendo secuestrado en redes sociales para intentar vender humo, proponiendo algún método que conseguirá maravillas; incluso la industria de la bollería ha empezado a corromper el concepto, proponiendo el consumo de bollería de forma consciente». Por eso, si se tienen dudas, o se necesita ayuda, lo mejor es consultar con un dietista-nutricionista.



© iStock

La alimentación consciente se basa en el fomento de una relación adecuada con un patrón alimentario saludable. Para la Academia Española de la Nutrición y Dietética, este concepto nos evoca a seguir hablando de alimentación emocional. En la literatura científica se ha descrito en varias ocasiones como las emociones tienen un efecto poderoso en nuestra elección de alimentos y hábitos alimenticios.

### Sin prisa

Coge en la palma de la mano un trozo de fruta, míralo, huélelo, siente su tacto y al final, introdúcelo en la boca y saborea todas sus propiedades, de nuevo sin prisas. Se trata de poner los cinco sentidos al acto de tomar alimentos. Hay que ser consciente de lo que uno está haciendo y de que al final va a repercutir en nuestra digestión, cuerpo y cabeza. La alimentación consciente huye del estrés y la ansiedad y defiende la confianza

en uno mismo. Reflexiona sobre lo que tienes entre manos y boca, dale tiempo. Es verdad que es algo difícil en este mundo basado en la velocidad, en el que las empresas te dan 20 minutos para comer, y en el que es habitual hacerlo delante del ordenador (el trabajo telemático desde casa también está haciendo bastante daño). Hay que intentar sentarse a una mesa con los colegas y la familia, y charlar sin alteraciones, con pausa. Y si se come a solas, hay que fomentar que sea un momento placentero y sin distracciones, evitando comer, por ejemplo ante una pantalla. Como dicen los ingleses, *take it easy*. Conecta, por abrir puertas, con aquella película de Ang Lee, *Comer, beber, amar* en la que el ritual de la mesa a la hora de comer recrea los sentidos, incluso se puede llegar a saborear y oler los manjares, todo cocinado y elaborado con parsimonia.

Este proyecto de vida implica que los alimentos que se

consumen conllevan implicaciones emocionales, nutritivas y de salud. Hay que disfrutar de sus características sensoriales y huir de sentimientos de culpa. La alimentación consciente aboga por incluir alimentos saludables, masticando despacio.

### Sin distracciones

La escenografía en el acto de comer es fundamental. Fuera los ruidos. En una sociedad en la que la mayoría de los hogares disponen de televisiones en todos los espacios es difícil huir del «pecado» de tenerlos encendidos. Y no digamos de tablets, móviles... ¿cuántos padres y madres sucumben a poner dibujos en el móvil para que sus hijos coman y estén tranquilos? La alimentación consciente defiende comer en espacios sin exceso de ruido y sin pantallas, en compañía, reforzando conductas positivas de los niños a la mesa, comentar con ellos como se perciben las rasgos sensoriales de los alimentos, cómo se han cocinado, su procedencia. Como reflexión de esta sintonía integral con los alimentos y nosotros mismos, merece la pena esta frase del libro *Saborear*, de Thich Nhat Hanh y Lilian Cheung: «Aprender a comer y a vivir conscientemente es la clave para experimentar la salud y la paz. Al llevarla a su máxima expresión, la alimentación consciente transforma una simple comida en una experiencia espiritual, ofreciéndonos una profunda apreciación de todo lo que ha ocurrido en la creación del alimento; así como una profunda

comprensión de la relación entre la comida en nuestra mesa, nuestra propia salud y la salud del planeta».

### Último apunte

Al fin y al cabo, lo que persigue la alimentación consciente es un estilo de vida saludable, respetuoso con nosotros mismos y con lo que nos rodea (no desperdiciar comida, ni utilizar envases de plástico). Son importantes las actividades, los ejercicios de relajación y evitar las costumbres sedentarias. Por supuesto hay que decir adiós a las bebidas alcohólicas y a los estimulantes. Porque la salud es lo primero. ✕



© iStock

## Decálogo de la alimentación consciente

### 1.

Presta atención al proceso completo de alimentación reconociendo las sensaciones de hambre y saciedad.

### 2.

Evita las situaciones de estrés o ansiedad, que pueden aumentar la ingesta de alimentos en general, particularmente los superfluos.

### 3.

Toma conciencia de los alimentos que consumes; tiene implicaciones emocionales, nutritivas y de salud; disfrutarás de las características sensoriales de los alimentos; no asociarás comer a sentimientos de culpa; seleccionarás con mayor probabilidad alimentos saludables y masticarás mejor. Como resultado de todo ello, el impacto de la alimentación sobre la salud es más positivo.

### 4.

Establece un plan de alimentación saludable ajustado al horario laboral y estilo de vida evitando en lo posible, largos periodos entre una ingesta y otra.

### 5.

Elige alimentos vegetales frescos y poco procesados, como frutas y hortalizas, legumbres, frutos secos, cereales de grano entero, modera la de alimentos de origen animal y procura una adecuada hidratación.

### 6.

Diferencia el hambre emocional de la real; la primera surge de repente, mientras que la real lo hace paulatinamente.

### 7.

Toma conciencia de lo que estás comiendo, mastica bien y aprecia los sabores.

### 8.

Dedica al acto de comer el tiempo necesario y evita comer deprisa, evitarás tomar más cantidad de la que realmente se necesita.

### 9.

Come en entornos alimentarios adecuados. Hazlo en espacios sin exceso de ruido y sin pantallas, y siempre que sea posible, come en compañía. Y no comas viendo la televisión o delante del ordenador.

### 10.

Practica actividad física días y haz ejercicios de relajación. Y evita, en lo posible, las conductas sedentarias: te ayudará a tener un mayor control sobre los alimentos. Así mismo, evita las bebidas alcohólicas y controla el consumo de otros estimulantes.



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



# El primer metaverso educativo

TEXTO: RAMÓN OLIVER

Los accidentes provocan numerosas muertes y secuelas en niños y adolescentes cada año. La prevención mediante tecnología digital y *gamificación* puede ser una poderosa herramienta para inculcar comportamientos más seguros entre los niños.

La infancia es una etapa de la vida determinante ya que en ella quedan definidos los rasgos de la personalidad y empiezan a marcarse los caminos que más tarde recorrerá esa persona cuando sea adulta. Una época de aprendizajes, de descubrimientos, de juegos... Y, precisamente, por ello, también un periodo lleno de riesgos para la integridad física de los niños.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 90 % de las lesiones que sufren los niños en todo el mundo se deben a siniestros involuntarios que se producen en el seno del hogar, en el colegio, transitando por calles y carreteras o en playas y piscinas y que causan cerca de 2300 lesiones al día y 830 000 muertes cada año entre la población infantil. Las lesiones son, de hecho, la primera causa de muerte en personas de entre 5 y 18 años en la Unión Europea.

Y es que los más jóvenes son un colectivo especialmente vulnerable

a sufrir este tipo de lesiones no intencionadas. Por un lado, su inmadurez y falta de experiencia hacen que se comporten de un modo más imprudente ante determinadas situaciones potencialmente peligrosas, bien porque subestiman el riesgo que corren, bien porque, directamente, lo desconocen. El deseo de exploración del niño o la fase de rebeldía, a veces temeraria, en los adolescentes, son innatas y forman parte de su proceso de desarrollo. Pero también constituyen un claro factor de riesgo que hacen de estas edades tempranas especialmente proclives a los accidentes.

Los factores físicos también influyen. En el caso de los atropellos, por ejemplo, la menor estatura y volumen corporal de los niños los hacen menos visibles ante los conductores. Un cuerpo, masa muscular y estructura ósea todavía no completamente desarrollados les hacen, además, más propensos a sufrir lesiones graves que los adultos.

## ¡Juega con tu familia, enséñales a protegerse!

Proteger a la familia de sufrir siniestros y lesiones potencialmente peligrosas no es ningún juego... O tal vez sí. Porque, paradójicamente, el juego es una excelente manera para que niños y adolescentes aprendan a hacerlo. Este es el audaz planteamiento del programa educativo PLANETA ODS, una original iniciativa que Fundación MAPFRE ha puesto en marcha para que los niños y sus familias conozcan y sean conscientes de los riesgos a los que se exponen en su vida cotidiana y sepan cómo actuar ante ellos.

PLANETA ODS es el Mundo Virtual y Seguro de Fundación MAPFRE, un universo 100 % digitalizado, seguro y *gamificado* en el que niños y adolescentes pueden adentrarse en un entorno de simulación y descubrir por sí mismos los riesgos que se esconden en lugares que les resultan familiares como una vivienda o la calle.

De un modo muy didáctico y completamente experiencial, los chicos aprenden «jugando» a evitar esos peligros o a actuar en caso de que se produzcan. Una experiencia inmersiva que usa las técnicas del juego para favorecer el aprendizaje de hábitos seguros, y que sirve también para mejorar la accesibilidad visual y la navegación espacial de los usuarios.

compuesto de cocina, baños, salón y dormitorios. Cada vez que el usuario identifica y sitúa el cursor de su ratón sobre un elemento susceptible de constituir un riesgo de lesión no intencionada, se abre un menú con una advertencia sobre el riesgo que entraña ese elemento y un consejo acerca de cómo evitarlo.

En otro de estos escenarios virtuales, Seguridad Vial y

Con esta apuesta por la prevención, la educación y la digitalización como vía para combatir las lesiones no intencionadas, Fundación MAPFRE busca conseguir comportamientos más seguros y concienciar a los más pequeños de los peligros que les acechan en su vida cotidiana. Y es que, aunque tendemos a pensar que vivimos en un entorno perfectamente seguro y a



Este universo virtual presenta distintos escenarios interactivos en los que el usuario debe completar una serie de retos. Uno de ellos es el Hogar Virtual, un desarrollo que permite navegar por las distintas estancias de una casa y descubrir los riesgos que se ocultan en ellas. En total, se han escondido 47 peligros distribuidos en las distintas dependencias de este hogar virtual,

Movilidad 3S, el usuario recorre las calles de una ciudad para convertirse en un experto en movilidad sana, segura y sostenible. En esta ocasión, el reto consiste en descubrir las 30 «safecoins» que muestran algunas de las claves para moverse por la ciudad con seguridad y de una manera respetuosa con el planeta.

salvo de contratiempos para nuestra integridad física, la más inocente de las imprudencias puede cambiar radicalmente esa percepción en un segundo.

### **El hogar, territorio hostil**

Las caídas son las lesiones más frecuentes en niños. Y aunque la mayoría de estos percances no tienen consecuencias graves,

son la primera causa de ingreso por lesiones en la Unión Europea (UE) en menores de 19 años. Quemaduras, intoxicaciones, cortes, mordeduras y picaduras de animales, descargas eléctricas, insolaciones, golpes de calor o ahogamientos también forman parte de ese cuadro de los horrores de los peligros que amenazan la integridad física de los más jóvenes.

Más de la mitad de los incidentes infantiles tienen lugar en el seno del hogar, donde escaleras, enchufes, muebles puntiagudos, piezas o juguetes pequeños en el suelo o puertas y ventanas abiertas son auténticas trampas para los bebés que empiezan a gatear o que dan ya sus primeros pasos.

El cuarto de baño es una zona especialmente peligrosa. Resbalones, cortes con tijeras o maquinillas de afeitar, ingesta de productos de limpieza o potencialmente tóxicos o incluso ahogamientos en la bañera son los principales riesgos que acechan a los más pequeños de la familia cuando transitan por esta zona. Colocar elementos antideslizantes en las superficies de bañeras y duchas o asegurarse de que los objetos cortantes están fuera del alcance de los menores son algunas de las medidas de prevención que se pueden adoptar en los baños.

Otro territorio potencialmente fatídico es la cocina. Según la Asociación Nacional de Seguridad Infantil, el 70 % de los incidentes más comunes en niños se producen en esta parte de la casa. Quemaduras, atragantamientos, intoxicaciones y cortes son



los principales riesgos que les acechan en una estancia a la que la supervisión de un adulto es particularmente importante.

### Seguridad vial

La carretera es otra gran fuente de siniestralidad infantil. Un lugar especialmente peligroso y en el que muchas veces es el adulto y no el niño quien comete la imprudencia que acaba provocando el siniestro. En Europa cada año fallecen al menos 1000 niños y otros 80 000 resultan heridos en siniestros de tráfico. Según la DGT, el 75 % de estas muertes infantiles y el 90 % de los daños graves podrían haberse evitado de haberse seguido unas normas elementales de seguridad. Viajar en los asientos traseros, correctamente asegurados, en sillas especiales y dotadas con sistemas de retención adecuados a cada edad y talla es esencial para que un viaje

en coche no se convierta en una pesadilla.

Por lo que se refiere a la actitud del conductor, las medidas de seguridad vial habituales en cuanto a velocidad, atención y, por supuesto, evitar el consumo de alcohol y otras sustancias incompatibles con la conducción deben extremarse cuando hay niños a bordo, así como cuando se circula en las proximidades de colegios o parques.

Los atropellos son también habituales en estas edades. Es importante enseñar a los niños a interpretar semáforos y pasos de cebra. No para permitirles al principio que lo hagan solos, sino para que aprendan lo antes posible cuando se puede o no se puede cruzar, y vayan interiorizando cuáles son los comportamientos seguros a ese respecto de cara al futuro. ✕



# Reparto a domicilio, una actividad de riesgo en el siglo XXI

TEXTO: SILVIA MARTINELLI



Hoy en día la movilidad en las ciudades afronta un nuevo reto: la creciente presencia de los *riders* en las vías públicas. Un estudio desarrollado por Fundación MAPFRE aborda este tema ofreciendo una visión panorámica de la ciclogística en Brasil, a partir de una visión sistémica de los aspectos relacionados con la seguridad vial en los desplazamientos y las condiciones de trabajo de los ciclistas de reparto.

Todos los días, Júlia\* va a la universidad por la mañana y, después de las clases, va a trabajar como repartidora en bicicleta en el centro de una de las principales ciudades de Brasil, São Paulo. Su ajetreada rutina, que combina estudios y trabajo, la ha obligado a menudo a pasar un día entero sin comer, lo cual puso en riesgo su salud a principios de 2021. «La comida no es algo que tenga un precio accesible para los repartidores, que muchas veces hacen diversas entregas de comidas, pero que pasan el día sin alimentarse adecuadamente», destaca.

La dura y contradictoria realidad de Júlia es el día a día de miles de personas que, en los últimos años, encontraron en los servicios de reparto una alternativa laboral. Desde 2019, el volumen de repartidores que circulan por las calles de las grandes ciudades ha crecido considerablemente, acompañando a la intensificación del sector de las entregas a domicilio durante el transcurso de la pandemia.

Una parte importante de este nuevo contingente de trabajadores está formada por ciclistas, que

empezaron a ganarse la vida entre el tráfico, solo que a menudo sin la formación adecuada para desempeñar sus funciones con seguridad para ellos mismos y para los demás. Para hacerse una idea, en los primeros cinco meses de 2021, se registró un aumento del 30 % en los incidentes graves con bicicletas involucradas en Brasil.

La ciclogística, que ha crecido en los últimos años, con un aumento del 94 % entre 2019 y 2020, consiste en la realización de actividades logísticas de reparto con bicicletas, patinetes y triciclos. Para entender este ecosistema en crecimiento, y con la intención

de dibujar un panorama desde la lente de la seguridad vial, se llevó a cabo el estudio *Seguridad vial y ciclogística: desafíos y oportunidades en Brasil*.

Desarrollado por Fundación MAPFRE y el Laboratorio de Movilidad Sostenible (LABMOB) del Programa de Posgrado en Urbanismo (PROURB), de la Universidad Federal de Río de Janeiro (URFJ), se trata de uno de los proyectos de investigación más amplios y completos del mundo en la materia, capaz de contribuir no solo a la comprensión de la realidad brasileña, sino también a la de los países donde el sector de la ciclogística ha crecido exponencialmente: prácticamente todos.

«Cada vez es más importante y necesario promover el debate y la transmisión de información sobre cuestiones relacionadas con la legislación, las normas y la seguridad vial. Además de incidir en la reducción de la siniestralidad vial, nuestro objetivo es incentivar la producción científica en Brasil, contribuyendo a la generación de datos y pruebas que puedan ayudar a la elaboración de políticas públicas que permitan que el tráfico sea más humano y seguro», destaca Fátima Lima, representante de Fundación MAPFRE en Brasil.



\* Los nombres de los entrevistados que participaron en la investigación se cambiaron para preservar su identidad.

### El estudio y sus dimensiones

El objetivo del estudio es explorar aspectos relevantes relacionados con la seguridad vial de los repartidores-ciclistas en las ciudades brasileñas.

«El estudio reafirma algunos puntos ya presentados en investigaciones anteriores, pero es inédito al abordarlos a partir de la lente de la seguridad vial y a partir de la “voz” de los propios repartidores», resalta Jesús Monclús, director de Prevención y Seguridad Vial de Fundación MAPFRE.

Desarrollado a lo largo del segundo semestre de 2021, este trabajo se ha basado en cinco dimensiones que componen el ecosistema de la ciclogística en las ciudades brasileñas:

- Repartidores-ciclistas
- Bicicletas y equipamientos
- Empresas y colectivos de ciclogística
- Infraestructura urbana
- Legislación y políticas públicas

Los datos se recopilieron mediante la aplicación de una investigación cuantitativa (encuesta) a la que respondieron 336 repartidores-ciclistas (24 de los cuales mujeres) que trabajan para aplicaciones de reparto mediante bicicletas eléctricas en la ciudad de São Paulo. También se llevaron a cabo varias entrevistas en profundidad con repartidores y representantes de empresas y colectivos, en tres capitales brasileñas: Curitiba, Fortaleza y São Paulo.

«En la información recopilada, la seguridad vial aparece como un deseo para los repartidores, pero

## La ciclogística ha crecido en los últimos años, con un aumento del 94 % entre 2019 y 2020

secundario frente a las necesidades económicas y la búsqueda de eficiencia y productividad para que puedan cumplir sus objetivos diarios. Este estudio pone de relieve aspectos que a menudo no se consideran prioritarios», destaca Víctor Andrade, coordinador general del estudio.

### Resultados completos

Según los datos recogidos por el estudio, los repartidores ciclistas (también denominados *riders*) son mayoritariamente jóvenes (el 76 % no tiene ni 30 años), hombres (92 %), mestizos (39 %) o negros (29 %), con una formación media (el 56 % ha terminado la educación secundaria) y que trabajan unas 7 horas al día.

Una gran mayoría de este grupo (85 %) no tiene ningún tipo de seguro personal (de salud, vida o dental), lo que revela la falta de asistencia y la vulnerabilidad de estos profesionales que trabajan durante horas entre el violento tráfico de las ciudades brasileñas.

Las condiciones de trabajo y la inadecuación de la ciudad o la percepción de una ciudad poco amigable con su dinámica de trabajo y sus necesidades de desplazamiento son también aspectos comunes señalados por los entrevistados. El 35 % ya ha estado implicado en algún tipo de choque o incidente.

Los miedos también están presentes en el día a día de este colectivo, que afirma tener algún tipo de temor en relación con su profesión, como sufrir un incidente de tráfico, los robos y asaltos, el robo de bicicletas, la sensación de vulnerabilidad en relación con los vehículos motorizados y las agresiones físicas.

En relación con el equipamiento de seguridad, el 42 % de los entrevistados indicaron que utilizan el casco y en el 36 % de los incidentes sufridos por los repartidores en São Paulo estuvo implicado un coche; en el 34 %, una proporción similar a la anterior, no estuvo implicado ningún otro vehículo; las motos estuvieron implicadas en el 6 % de las colisiones. El segundo de estos tres porcentajes coincide con datos recientes para España: en este país, el 41 % de los ciclistas que fallecieron en 2019 en ciudad pierden la vida en choques sin la implicación de otros vehículos.

Cuando se les preguntó por los cambios en relación con las ciudades para que se sientan más seguros al desplazarse, una gran parte de los encuestados mencionó la educación de los conductores, ya que no se sienten considerados ni respetados cuando van en bicicleta.

Otro aspecto destacado está relacionado con las infraestructuras viales urbanas en las ciudades: se desea la adecuación de las infraestructuras a las actividades ciclistas, especialmente la provisión de puntos de apoyo que contribuyan a la intensa rutina en la calle y en el tráfico.

Una parte importante de este nuevo contingente de trabajadores está formada por ciclistas, que empezaron a ganarse la vida entre el tráfico, solo que a menudo sin la formación adecuada para desempeñar sus funciones con seguridad para ellos mismos y para los demás

Las infraestructuras segregadas, como los carriles bici, aumentan la percepción de seguridad para la mayoría de los trabajadores ciclistas entrevistados (el 93 % prefiere circular por los carriles bici), pero la presencia de peatones en estas vías también se cita como peligrosa.

En definitiva, estos profesionales toleran muchos riesgos. La sensación de inseguridad laboral combinada con los riesgos de la profesión y la falta de asistencia tiene un impacto directo en la decisión de permanecer en la profesión. Se señaló que pocos de ellos pretenden seguir trabajando como repartidores.

### Invisibilidad x visibilidad

El estudio también presenta una encuesta sobre las políticas públicas existentes en Brasil, a nivel federal y municipal. A pesar del potencial de inclusión en los planes

de movilidad, la actividad ciclista sigue sin incluirse plenamente en la planificación urbana y de transporte brasileña.

La ciudad de São Paulo aprobó recientemente una política municipal de uso de la bicicleta (todavía no ha entrado en vigor) para exigir a las empresas de logística, las empresas de reparto, las plataformas y las *apps* que recopilen y compartan datos con el Ayuntamiento para gestionar esta actividad y ofrecer cursos de formación e infraestructuras mínimas para los repartidores en bici.

Además, un reciente proyecto de ley en São Paulo (Proyecto de Ley n.º 358/2021) propone que las empresas que prestan servicios de reparto a través de *apps* o plataformas ofrezcan un seguro de vida colectivo para ciclistas o motoristas.

Según Renata Falzoni, arquitecta, periodista y pionera de la defensa de la movilidad en

bicicleta en Brasil, la invisibilidad de los ciclistas ante el poder público y la sociedad es una cuestión que debe cambiar.

«Si las bicicletas suelen ser invisibles para el público en general, imagínese los repartidores en bici, una categoría de personas formada mayoritariamente por hombres, jóvenes, negros y morenos, que cargan con una caja a la espalda durante siete horas al día y trabajan en un clima de miedo e inseguridad. Tenemos que identificar dónde se encuentran los desencadenantes para cambiar esta situación, para que todo el sistema adapte la bicicleta como una frontera que debe valorarse como un cambio de paradigma en las ciudades, para que tengamos una logística de entrega de productos centrada en las necesidades del siglo XXI, que sea más sencilla y sostenible», concluye Renata. ✕



Rider en Curitiba, Brasil. Fotografía de Doug Oliveira / CicloIguaçu, 2021



# ¿Por qué ahorrar no es sexy (pero nos puede salvar la vida)?

TEXTO: ÁNGEL MARTOS

Ahorrar es uno de esos verbos que no veremos en Instagram, donde se invita más al derroche que a la contención. Pero forma parte de nuestro entrenamiento financiero para conseguir una vida más tranquila y feliz.

Las nubes de azúcar son esas chuches esponjosas, normalmente de color blanco y rosa, que empezaron a endulzar nuestra infancia a mediados del siglo XX. En el mundo anglosajón se las conoce como *marshmallows*, y son tan populares que hasta dieron nombre a una de las investigaciones más famosas de las ciencias sociales. Consistía en colocar una de estas golosinas frente a un niño, diciéndole que podría conseguir otra más si esperaba 15 minutos sin comerse la primera y dejarle solo durante ese tiempo. El test Marshmallow, desarrollado en los años 60 por Walter Mischel, psicólogo de la Universidad de Stanford, pretendía medir el nivel de autocontrol de los pequeños y la repercusión de esa característica en sus vidas futuras, con la conclusión de que tenía una influencia capital.

En la medida en que ahorrar es una forma de gratificación retrasada, muchos han

extrapolado las conclusiones del test Marshmallow a nuestra capacidad de autocontrol financiero y sus beneficios para una vida más tranquila y ordenada. Cada uno de nosotros puede volver la mirada a su infancia y pensar en esa hucha que nos regalaron (con forma de cerdito) en la que atesoramos las monedas de entonces para satisfacer pequeños deseos cotidianos. Pero en la edad adulta ese brillo de ilusión parece desaparecer y ahorrar se vuelve una reacción al miedo y a la incertidumbre del entorno, más aún en el actual contexto de pandemia y crisis económica.

«En general, el ahorro se plantea como una obligación o como algo necesario solo por miedo a lo que pueda pasar en el futuro», describe Adrián Gutiérrez, del Área de Seguro y Previsión Social de Fundación MAPFRE. «Es decir, se relaciona siempre con algo negativo y

no como una herramienta que nos ayudará a cumplir nuestros propósitos y nos acompañará en nuestro proceso vital. Si el ahorro se orienta desde una perspectiva positiva, entonces dejará de ser un concepto financiero poco atractivo y pasará a ser una parte más de nuestra manera de hacer las cosas».

Ese es precisamente el objetivo que impulsa Fundación MAPFRE al desarrollar acciones relacionadas con el ahorro. Según el Banco de España, en 2021 las familias consiguieron «guardar» 41.822 millones de euros y el volumen total de capital depositado en bancos ascendió a casi mil millones. Con ser cifras importantes, nuestro país sigue manteniendo una tasa de ahorro por debajo de la media de la Unión Europea (el 15,1 % frente al 16,11 %, en 2020). Esto es fruto de los menores ingresos y ahora también por el efecto del intenso crecimiento de la



© iStock

**Si el ahorro se orienta desde una perspectiva positiva, entonces dejará de ser un concepto financiero poco atractivo y pasará a ser una parte más de nuestra manera de hacer las cosas**

inflación, que merma nuestra capacidad de ahorrar en el presente (por la subida de los precios) y diluye la capacidad de gasto en el futuro.

Y, sin embargo, «vivir al día», «no llegar a fin de mes» y todas esas frases que nos decimos para explicar nuestras finanzas personales no pueden ser excusa para no tomar conciencia de los objetivos vitales que solo podemos alcanzar a través del ahorro. Para ello, «es necesario convertir el ahorro en un hábito», defiende Gutiérrez, «y tratar de automatizarlo: hay que evitar que el ahorro dependa de la fuerza de voluntad de cada uno, y para ello lo mejor es automatizarlo, para lo que hay muchas herramientas que pueden ayudarnos».

Aplicaciones de ahorro digital como B-Bites, impulsada por MAPFRE, ofrecen soluciones adaptadas al estilo de vida de cada usuario y proporcionan las opciones de ahorro que más le encajen. Pero ¿cómo podemos ahorrar si la experiencia parece decirnos que es imposible? Adrián Gutiérrez nos devuelve la pregunta con otra: «¿Te suena el concepto “gastos hormiga”? ¿Y el “factor latte”? Pues ambos están relacionados con esos pequeños gastos a los que no prestamos atención por su bajo importe, o por ser “rutinarios”, y que en muchas ocasiones no son imprescindibles y si sumamos el importe que suponen a lo largo del tiempo nos sorprenderían. Te diré que en un año podrías

acumular casi 700 euros, que ya es una cifra a la que prestamos más atención».

Otra práctica que nos propone Gutiérrez es la del preahorro: «Consiste en considerar el ahorro como un gasto más y asumirlo a principio de mes como el resto de gastos. Un argumento muy utilizado para justificar que eso no es posible es decir que los gastos son siempre mayores que los ingresos, pero, aunque es cierto que desgraciadamente hay muchas personas que no se lo pueden permitir; también es verdad que otras muchas sí podrían si planifican bien sus finanzas. Basta con ajustar la cantidad que ahorraré a mi situación personal. Hazte esta pregunta: ¿crees que podrás vivir igual que lo haces

En general, los conocimientos financieros de los ciudadanos son bajos, lo que nos puede llevar a tomar decisiones o tener actitudes equivocadas

si te gastas 10 euros menos de lo que gastas todos los meses y lo destinas a ahorrar?».

Más consejos, pautas y buenos hábitos los encontramos en la página web *Seguros y Pensiones para Todos*, de Fundación MAPFRE. Ahí se pueden encontrar desde retos de ahorro que nos ayudan a empezar (o llevar nuestro ahorro al próximo nivel) hasta cuánto dinero necesitamos reservar para imprevistos (*spoiler*: un mínimo de tres meses de nuestros gastos como colchón de emergencia). También los errores más comunes que cometemos con el dinero a cualquier edad o la respuesta a esa pregunta en la que ya pensamos muchos: Cuánto necesitarás para tener la jubilación que quieres.

Muchos estudios demuestran que, en general, los conocimientos financieros de los ciudadanos son bajos, lo que nos puede llevar a tomar decisiones o tener actitudes equivocadas. El objetivo de todos estos contenidos es ampliar esos conocimientos financieros para lograr alinear las decisiones con nuestros intereses personales. Por eso, «ahorrar siempre debe ir ligado a gastar: por ejemplo, hacer nuestro viaje soñado, ir a ese concierto que llevamos esperando tanto tiempo o tener una jubilación tranquila desde el punto de vista financiero. Los objetivos son infinitos pero siempre son una ilusión personal, y cuando ahorramos para conseguirlos terminaremos siendo felices».

Y como ser felices no es cuestión de edad, empezar a ahorrar, tampoco. En la web *Seguros y Pensiones para Todos* de Fundación MAPFRE encontramos consejos financieros para cada década de nuestra vida adulta. Si tienes 20 años, es el mejor momento para aprovechar la magia del interés compuesto, en los que el tiempo es el mejor aliado: con

empezar a ahorrar es “ahora mismo”. Si no has adquirido el hábito, hazlo cuanto antes. El ahorro no depende de la edad, por supuesto, pero va necesariamente ligado a la existencia de un ingreso», subraya Gutiérrez. Y ¿qué pasó con los niños del test Marshmallow? En los años 2000, nuevos estudios sugerían que, en realidad, la capacidad de esperar para conseguir la segunda nube



© iStock

solo invertir 50 euros al mes y una rentabilidad anual del 5 %, al llegar a los 65 años se tendría 101 794 euros. A los 30, hay que tener cuidado en no fiarlo todo a la casa y a la hipoteca. A los 40, un error puede ser comprar una segunda casa sin haber pagado la primera. Y a los 50, no queda otra sino empezar a planificar la jubilación.

«Nosotros siempre decimos que el mejor momento para

de azúcar está determinada en gran parte por los antecedentes sociales y económicos del pequeño, y que son estos antecedentes, y no la capacidad de retrasar la gratificación, lo que está detrás del autocontrol de los niños. Entonces, ¿ahorran más los que más tienen? Es una evidencia refrendada por todos los datos. Y a la vez, como diría Benjamin Franklin, «un centavo ahorrado es un centavo ganado». ✕





# Innovación social del día después

TEXTO: RAMÓN OLIVER

Desde 2018, Fundación MAPFRE impulsa el emprendimiento social a través de sus Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social. Pero la trascendental labor de estas *startups* con orientación social no termina el día en que reciben el galardón. ¿Cómo es el día después de estos proyectos y de qué manera su participación en los premios les ha ayudado a seguir desarrollando su importante trabajo?

No persiguen convertirse en el próximo «unicornio» (*startups* que alcanzan una valorización de mercado de más de mil millones de dólares). Y vender su proyecto a una gran multinacional o empresa de capital riesgo que convierta en millonarios a sus fundadores no forma parte su plan de negocio. Pero, aunque no sean emprendedores al uso, los innovadores sociales son esenciales para cualquier sociedad. ¿Por qué? Porque recurren a la innovación y la creatividad para tratar de solucionar los problemas que de verdad preocupan y afligen a las personas.

Consciente del papel fundamental que este tipo de iniciativas de emprendimiento con dimensión social pueden jugar en un mundo complejo y en continua transformación, Fundación MAPFRE creó en 2018 sus Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social, unos galardones que reconocen e impulsan aquellas iniciativas

de innovación que han destacado por su compromiso social y su orientación tecnológica.

Con cuatro ediciones celebradas y la quinta ya en su fase final, este certamen es una cita imperdible para todos aquellos emprendedores que aspiran a generar impacto social realmente transformador a través de la innovación. Tres categorías relacionadas con prevención y movilidad, mejora de la salud y tecnología digital *e-Health* y envejecimiento activo; tres zonas del mundo (Europa, Latinoamérica y Brasil) y más de 220 proyectos presentados en cada edición son las credenciales de unos premios que suponen un importante espaldarazo para la innovación aplicada a fines sociales.

Además de su dotación económica (40 000 euros a cada uno de los ganadores), estos premios abren la puerta a interesantes oportunidades para las empresas que logran llegar a sus fases finales. Entre ellas, entrar a

formar parte de la Red Innova, una comunidad de innovadores sociales auspiciada por Fundación MAPFRE e IE University, *partner* académico de los premios. Un ecosistema de emprendiendo social en el que estos emprendedores a caballo entre el negocio y la filantropía reciben apoyo, mentorazgo y tienen la posibilidad de compartir experiencias y conocimientos con otros participantes de anteriores ediciones.

De esta forma, el nexo entre Fundación MAPFRE y estos emprendedores se extiende y fortalece más allá de los premios. Hemos querido saber cómo les ha ido a algunos de los ganadores y finalistas de anteriores ediciones después de su participación. Porque una vez acaba el glamur de la entrega de premios, los discursos de agradecimiento y las fotos de familia sobre el escenario, hay que seguir trabajando. Y en su caso, su trabajo es fundamental. Nada menos, que intentar cambiar el mundo.

### MJN Neuro (España)

Ganadores en 2018 de su primera edición, MJN Neuro es un veterano de los Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social y miembro fundador de la Red Innova. Ganó la atención del jurado con su desarrollo mjn-SERAS, un dispositivo que evalúa el riesgo de sufrir un ataque epiléptico gracias a un pequeño auricular conectado a una aplicación a través de Bluetooth. El auricular detecta cuando existe un alto riesgo de sufrir un ataque epiléptico y envía

cambio impactante a la sociedad», resume Salva Gutiérrez, MFO de MJN Neuro.

La evolución del proyecto ha sido constante a lo largo de este periodo. A finales de aquel mismo 2018 la empresa también recibió una inyección de financiación gracias al programa SME Instrument Horizon2020 de la Comisión Europea. Unos recursos que posibilitaron «desde la expansión de nuestros estudios clínicos, hasta proyectos de internacionalización y evaluación técnica de nuestro

Unidos, donde ya estamos trabajando toda la parte regulatoria con la FDA», destaca este emprendedor social.

La empresa, que actualmente cuenta con 14 personas en plantilla, espera llegar a 90 trabajadores en 2025. Ya han comenzado a trabajar en el que será su seguro producto: DREAMER, un dispositivo para la detección precoz del Alzheimer. Gutiérrez: «Seguimos trabajando para ofrecer nuevas soluciones a otras enfermedades neuronales en colaboración con otros centros clínicos y tecnológicos».



El auricular mjn-SERAS, de MJN Neuro, ya ha sido lanzado al mercado.

una advertencia visual y acústica al usuario entre 1 y 3 minutos antes de que se produzca la convulsión. De esta forma, la persona tiene tiempo para prepararse y evitar un accidente, como una caída, a consecuencia del ataque.

«En los cuatro años que han transcurrido desde que ganamos el premio Fundación MAPFRE hemos conseguido muchas cosas. Avances tecnológicos, certificaciones, premios o el lanzamiento del producto al mercado... La verdad es que hemos estado bastante ocupados tratando de aportar un

producto, o la creación de una estructura y un equipo técnico in-house», relata Gutiérrez.

El punto culminante llegó con el lanzamiento de mjn-SERAS a comienzos de 2021. El producto cuenta con el marcado CE de dispositivo médico y se encuentra actualmente disponible para el mercado español. «De cara a los próximos meses, estamos trabajando en una estrategia de comercialización en Europa, principalmente Reino Unido, Países Bajos, Alemania, Francia e Italia. Seguidamente daremos el paso hacia Estados

### NaviLens (España)

NaviLens ganó la edición de 2019 en la categoría de *e-Health* con una solución de señalización digital universal inteligente para personas invidentes y con baja visión. Su sistema permite a los usuarios orientarse y obtener información en entornos desconocidos, sin ayuda de terceros y sin necesidad de dispositivos tecnológicos más allá de su propio teléfono móvil.

«Ganar este premio supuso la posibilidad de conocer otras empresas y proyectos de alto impacto social muy inspiradores y que han sido una red de apoyo emocional muy importante para nosotros», subraya su directora de marketing, Nuria Fructuoso. Esta emprendedora también valora el impulso mediático que se generó alrededor del proyecto gracias al premio. «Obtuvimos una visibilidad que nos habría sido imposible conseguir por nuestros propios medios y que nos llegó, además, en un momento crucial porque estábamos empezando».

Con cuatro ediciones celebradas y la quinta ya en su fase final, este certamen es una cita imperdible para todos aquellos emprendedores que aspiran a generar impacto social realmente transformador a través de la innovación



El código QR de Navillens ha sido incluido en todos los productos de Kellogg's a nivel europeo.

Tres años después de recibir este reconocimiento, NaviLens ha dado un significativo salto, tanto cualitativo como cuantitativo. «Hemos realizado grandes esfuerzos en la mejora de la tecnología, con la incorporación de nuevas funcionalidades, lo que nos ha posibilitado expandirnos por toda Europa, EE. UU. y Canadá y parte de Asia», comenta Fructuoso.

Estos desarrollos tecnológicos y mejoras de procesos han permitido a la empresa obtener distintos sellos de calidad y certificaciones como la ISO 27001 o el sello EIBT, así como abordar ambiciosos proyectos de dimensión internacional. Un ejemplo de ello es la inclusión de su código QR en todos los productos de Kellogg's a nivel europeo.

Nuria Fructuoso cree que la ayuda que brindan Fundación MAPFRE y la Red Innova, tanto a nivel formativo como emocional, son esenciales para un proyecto

como el suyo. Y es que, recuerda, el emprendimiento social es un camino repleto de obstáculos. «Hay ideas y tecnologías muy interesantes que no llegan a alcanzar el éxito por falta de medios o de conocimientos sobre cómo poner en práctica un negocio».

NaviLens aspira a convertirse en una señalética estándar universal. Para ello, explica esta especialista, trabajan en dos vertientes: «incrementar nuestro número de usuarios mediante un trabajo continuado con ellos y las asociaciones especializadas, e incrementar los mercados y casos de uso de la tecnología».

### **MiWEndo Solutions (España)**

En 2020, este proyecto resultó ganador de la 3.ª edición de estos galardones, también en la categoría de *e-Health*. Lo lograron con un dispositivo médico que integra la tecnología de microondas con la colonoscopia para mejorar

la prevención, el diagnóstico y el conocimiento del cáncer colorrectal. MiWEndo automatiza la detección de pólipos emitiendo una alarma cuando se detecta uno, aumenta el campo de visión a 360° y proporciona una clasificación cuantitativa del tejido sin cambiar la práctica clínica actual.

«El premio de Fundación MAPFRE supuso un paso muy importante para nosotros, no solo en términos de visibilidad, sino también por el conocimiento que adquirimos sobre emprendimiento social», indica Ignasi Belda, CEO de MiWEndo Solutions. Y es que el gran reto para un emprendedor social, ahora como entonces, sigue siendo «rentabilizar el objeto social para que pueda continuar siendo sostenible y perdurable en el tiempo», asegura.

La Red Innova y la comunidad creada alrededor de la misma han sido clave en el devenir de la empresa. «Nos ha proporcionado formación en ámbitos muy diversos, todos ellos importantes para el emprendimiento de impacto. Muchas de estas enseñanzas las hemos podido aplicar a nuestra *startup*, y algunas han supuesto un antes y un después para nosotros», dice Belda.

¿En qué se traduce ese cambio? «Nuestro proyecto es ahora más maduro, tenemos menos indefiniciones y muchas de las incertidumbres que han ido apareciendo por el camino se han desvanecido», reflexiona. Sobre el futuro inmediato, Ignasi Belda lo tiene claro. «El gran objetivo al que nos acercamos inexorablemente es



Las primeras pruebas en pacientes del dispositivo para la detección del cáncer de MiWendo Solutions comenzarán antes del verano del 2022



Prácticas con las soluciones de telesalud de Medical Innovation & Technology

la validación de nuestro dispositivo para el diagnóstico precoz del cáncer colorrectal con pacientes. Queremos iniciar las primeras pruebas antes del verano del 2022 con 15 pacientes y, a partir de ahí, ya tenemos pensadas otras pruebas más masivas en lo que queda del 2022».

### Fleximedical (Brasil)

La empresa brasileña Fleximedical lleva desde el año 2005 innovando la forma de la atención médica gracias sus contenedores, furgonetas y remolques. A través de estas unidades móviles personalizadas y de proyectos de arquitectura hospitalaria, presta apoyo a los principales programas de Salud Pública en la ciudad más grande de Sudamérica: São Paulo. Finalista en 2021 de la 4.<sup>a</sup> edición de los Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social, este reconocimiento fue para este referente de la innovación social en Brasil una señal de que sus

esfuerzos para lograr su objetivo de que todas las personas tengan acceso a la salud iban por buen camino.

«Desafiar paradigmas y proponer formas disruptivas para resolver cuestiones básicas como la salud no es una tarea fácil. Todavía existe mucha incredulidad alrededor de los modelos de negocio con orientación social. Sin embargo, la popularización de los criterios ESG, traídos por el propio mercado financiero, nos indica que trabajar por el bien común no es solo una nueva forma de hacer las cosas, sino que ¡es la única!», opina Ricardo Lauricella, head of Innovation & Brand Institutional Development de Fleximedical.

El paso por los Premios y la Red Innova ha ayudado a Fleximedical a mirar más allá de sus fronteras. «Ha contribuido mucho a plasmar en el papel nuestros planes de internacionalización. Primero

dentro de la propia América Latina y, en el futuro, por qué no, para el resto del mundo. El año pasado lanzamos un Stand de Telemedicina Móvil que será presentado a finales de este año en un evento de *startups* en Miami (EE. UU.)», señala.

Además, Lauricella, repasa los otros planes inmediatos de la compañía, que pasan por la exploración de nuevas patentes. «Estamos trabajando en un nuevo producto de salud dirigido a las personas mayores y al cuidado del envejecimiento».

### Medical Innovation & Technology (Perú)

Innovar en soluciones de *e-Health* que permiten a los centros de salud acercarse a las personas. Ese es el propósito de otro de los finalistas de la 4.<sup>a</sup> edición de los Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social, la peruana Medical Innovation & Technology.

A través del desarrollo de distintas soluciones de telesalud, la empresa se convierte en un aliado estratégico para que Gobiernos nacionales, regionales, centros hospitalarios y empresas con programas de Responsabilidad Social Corporativa puedan hacer un uso más eficiente de sus recursos, realizar diagnósticos preventivos y optimizar sus procesos.

Para Walter Sifuentes, su CEO y fundador, presentarse a los premios fue una experiencia muy positiva a todos los niveles. «Los conocimientos y vivencias que nos llevamos todo el equipo fueron fantásticos. Allí te das cuenta de que no estás solo, sino que hay otros innovadores sociales que te entienden y hablan tu mismo lenguaje. Compartir e intercambiar

## El nexo entre Fundación MAPFRE y estos emprendedores se extiende y fortalece más allá de los premios

experiencias con ellos fue muy enriquecedor», subraya.

Además, esas conexiones desarrolladas en el ecosistema de Red Innova facilitaron una mayor integración y cohesión en el seno del propio equipo. «Para una empresa pequeña como la nuestra esa inyección de motivación fue fundamental. Ahora tenemos mucho más claro hacia dónde nos

dirigimos y cuáles son nuestros objetivos. También somos más conscientes de nuestras debilidades como organización y de los riesgos a los que nos enfrentamos», sintetiza el CEO del proyecto.

¿Es Medical Innovation & Technology una empresa mejor o distinta que la que se presentó a los premios? «Somos más eficientes, y hemos aprendido a proyectar nuestro mensaje hacia el exterior de una forma más clara que nos permite conectar mejor con clientes, socios y el resto de agentes clave de nuestro ecosistema». Respecto a planes de futuro, la compañía está explorando la expansión internacional y busca nuevas rondas de capital que le permitan seguir impactando en las poblaciones más vulnerables. ✖

### Ya hay finalistas para la 5ª edición

La innovación social ni sabe, ni debe, ni puede detenerse. Y en esa permanente búsqueda de soluciones viables, inclusivas y sostenibles que causen un impacto positivo en la vida de las personas, Fundación MAPFRE ha dado a conocer la relación de los 9 proyectos que pasan a la gran Final de la quinta edición de los Premios Fundación MAPFRE a la Innovación Social, que se celebrará el próximo mes de mayo.

#### Mejora de la Salud y Tecnología Digital (e-Health)

- **Epistemic (Brasil).** Un proyecto que busca mejorar la calidad de vida de las personas con epilepsia y sus familiares.
- **ANA-Paz Mental (México).** Plataforma de software que ayuda a los cuidadores no capacitados a brindar una mejor atención a sus pacientes en el hogar.
- **Tucuvi (España).** Startup tecnológica que busca hacer la atención sanitaria accesible y eficiente para que todas las personas tengan la mejor calidad de vida posible en su hogar.

#### Prevención y Movilidad

- **Lysa (Brasil).** Desarrollo de un robot basado en las funciones de un perro guía, de manera que facilita una movilidad segura, económica y autónoma a personas con discapacidad visual.
- **Smert (Chile).** Sistema de gestión de emergencias por medio de la lectura de un código QR.
- **Laddroller (Grecia).** Es un dispositivo de movilidad que mejora exponencialmente la vida de las personas con discapacidad y sus cuidadores.

#### Economía sénior

- **Mais Vivida (Brasil).** Plataforma de conexión en la que jóvenes «ángeles» enseñan el uso de la tecnología del día a día a personas mayores.
- **NAU (Chile).** Plataforma orientada al crecimiento personal de las personas +50, fomentando el aprendizaje a lo largo de la vida y la socialización multigeneracional alrededor de intereses y afinidades.
- **Kuvu (España).** Empresa social con la misión de mejorar la calidad de vida de las personas mayores previniendo y reduciendo la soledad no deseada.





# Cuando ser mayor es una buena oportunidad

TEXTO: KINO VERDÚ

En un mundo en el que parece que ser joven es lo más importante, Fundación MAPFRE decidió poner en marcha el Centro de Investigación Ageingnomics, neologismo en inglés que nace de las palabras Ageing (envejecimiento) y Economics (economía), para poner el foco sobre las oportunidades de cumplir años con salud y su impacto en sectores tan diversos como el turismo, la atención médica, la tecnología o las finanzas.

Iñaki Ortega Cachón es asesor del Centro de Investigación, aparte de tener un currículum que da envidia: «Mediante el impulso personal del presidente de Fundación MAPFRE, Antonio Huertas, y en asociación con diferentes instituciones académicas, he desarrollado una intensa actividad pública con el neologismo Ageingnomics que no es otra cosa que economía del envejecimiento, también conocida como economía plateada, economía sénior o economía de la longevidad. A ello contribuyó especialmente el libro *La revolución de las canas* que tuve el honor de firmar junto a Antonio Huertas, que ha sido traducido al inglés y al portugués. Pero también una labor de concienciación en los medios de comunicación y en las redes sociales, que ha propiciado desde 2018 hasta la actualidad un rico debate que ha puesto el foco sobre las oportunidades de cumplir años con salud y su impacto en sectores

tan diversos como el turismo, la atención médica, la tecnología o las finanzas. El proyecto Ageingnomics «ataca» innumerables segmentos que rastrean y potencian los nuevos nichos de negocio y la evolución del consumo de las personas entre 55 y 75 años». Continúa Iñaki Ortega: «La tarea por delante es ingente no solo para concienciar a los *seniors*, sino también a las empresas y la administración. De hecho, aunque se ha llegado a cuantificar el impacto de las canas en uno de cada cuatro euros de la riqueza europea y, en España, en un 26 % del PIB y el 60 % de todo el consumo nacional, sin embargo, todavía perviven situaciones que o bien invisibilizan a los mayores o incluso los minusvaloran. El conjunto de esos estereotipos, prejuicios y discriminación contra las personas por su edad es lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido como edadismo. Son una serie de creencias, valores

y normas que justifican un trato injusto hacia las personas según su edad. Además, esta nueva lacra —está comprobado— afecta de forma negativa a la salud de las personas mayores».

Por una parte, al experto le entristece que a los *silver* se les tache de ser una pesada carga, pero al mismo tiempo saluda con alegría que en España lideremos la esperanza de vida en todo el mundo.

Pero, además de ser los más longevos del mundo, es importante liderar la transformación social imprescindible para que la longevidad sea realmente una oportunidad. Y ese es uno de los objetivos del Centro de Investigación Ageingnomics. En su web <https://ageingnomics.fundacionmapfre.org/> se pueden recorrer todas las actividades (microrrelatos, jornadas, encuentros, seminarios, actualidad) que el Centro organiza, aparte de una buena lista de publicaciones y

barómetros que se llevan a cabo. El último, que tuvo lugar en el 2021, elaborado junto a Google, «permite conocer los hábitos de los más 15 millones de españoles que superan los 55 años. La realidad puesta de manifiesto en este estudio se aleja de los negativos clichés sobre esta cohorte de edad y ayuda a acabar con el preocupante edadismo. Los *seniors* españoles tienen más de un ingreso en su hogar (uno de cada dos), ayudan a sus familiares (cuatro de cada diez) y tienen capacidad de ahorro (uno de cada dos). La mayoría está en internet (seis de cada diez), usa el comercio electrónico (cuatro de cada diez) y está informada en mayor proporción que otros grupos de edad especialmente en todo lo que tiene que ver con la sostenibilidad». Por adentrarse en iniciativas pasadas, es decir, bucear en los antecedentes, se puede destacar que en el Foro Económico Mundial, la OCDE viene desde hace tiempo poniendo el foco en la economía de la longevidad como un fenómeno que hay que tener en cuenta, pero fue el presidente de Fundación MAPFRE, Antonio Huertas, quien quiso darle un empuje en toda regla, creando Ageingnomics y convirtiéndolo en un centro de referencia en el planeta. Iñaki Ortega no se olvida de pequeños experimentos: «Existen pioneras iniciativas en este campo en Japón desde hace décadas, quizás porque el país nipón lidera la esperanza de vida y el envejecimiento de la población en el mundo. No obstante, desde el Centro estamos siguiendo innovadoras iniciativas

de Israel, Silicon Valley en Estados Unidos y Alemania. En España pueden destacarse las iniciativas de Barcelona con la profesora Montserrat Guillén y de Salamanca con Juan Martín del CENIE».

## **50x3: Un reciente estudio de Oxford Economics y CENIE confirma que en el año 2050 en España un 50 % de la población superará los 50 años**

Para diseccionar con precisión cirujana las investigaciones que abarca el Centro de Investigación Ageingnomics, se requeriría más tiempo del que podemos dedicarle en este artículo, pero sí podemos señalar que hacen hincapié en una serie de aspectos que muchos, sobre todo los jóvenes, desconocen: la situación económica de los «canosos», la digitalización, los viajes, el ocio, el consumo, la ecología y sostenibilidad, la España vaciada (o vacía, como apellidan muchos), el emprendimiento, nuevas oportunidades, etcétera.

«Nuestros informes miden el estado de la población mayor de 55 años en España no solo como consumidores sino también como productores. Respecto a lo primero podemos afirmar que a pesar de la pandemia los adultos mayores españoles mantienen su alto poder adquisitivo y su capacidad

de ahorro. Siguen teniendo la intención de vivir muchos años en su hogar, aunque tendrán que renovarlo porque la mayoría no están adaptados a la dependencia. Son optimistas con su futuro y una mayoría aplastante planea hacer turismo en el corto plazo. Como novedad hemos detectado una tendencia a corroborar que es su capacidad de apoyo económico a sus círculos más cercanos. A su vez, quizás causado por el fin del confinamiento o por cuestiones estructurales, la vivienda y la energía ha desplazado a la alimentación como mayor gasto de los *seniores*. También venimos constatando que el número de mayores activos en internet no ha dejado de aumentar desde 2017. La pandemia, como en otros ámbitos, ha sido un acicate para su digitalización, y se ha visto cómo el número de usuarios se situaba en los 10 millones, aumentando un millón en 2020 hasta suponer el 60 % de todos los miembros de esa cohorte etaria. En cuanto a los mayores como productores podemos afirmar sin temor a equivocarnos que el talento *senior* encuentra en el mercado laboral una vía para desarrollarse. Es una buena noticia, pero no es la única porque en el ámbito mercantil, mediante el emprendimiento *senior*, muchos adultos mayores de 55 años ejercen una actividad productiva y no puede olvidarse que el voluntariado es otro canal para que el talento de estas personas aporte a la sociedad. No obstante, el desempleo *senior* casi se ha triplicado desde 2008, el



Iñaki Ortega en el Seminario Académico 2021 sobre Economía y Longevidad organizado por el Centro de Investigación Ageingnomics.

trabajo autónomo por necesidad no ha dejado de crecer y se ha consolidado una tendencia de abandono temprano del mercado laboral», apunta Iñaki Ortega.

Existe un dato fundamental. Un reciente estudio de Oxford Economics y CENIE confirma un dato llamado 50x3: en 2050 en España el 50% de la población superará los 50 años. Se llama longevidad y avances en la salud. Iñaki Ortega, asesor del Centro de Investigación Ageingnomics de Fundación MAPFRE, no se quiere despedir de este reportaje sin una conclusión muy certera: «Hoy las ventajas de la conocida como economía plateada o economía

sénior, por desgracia, no son aprovechadas suficientemente por las empresas españolas. Conviene recordar que España tiene las mejores circunstancias para ser el país de referencia en la *silver economy* por su liderazgo en longevidad, sistema sanitario y de dependencia y apertura al exterior. No obstante, esta oportunidad se alejará si los séniores no están presentes en el mercado laboral, además de aportar una nueva perspectiva de diversidad en las compañías. No hay excusas para no tomar decisiones urgentes que permitan que el talento sénior aporte más y mejor a la economía española. Pero esta llamada de

atención no afecta solamente al sector público que establece el marco del mercado laboral sino también a las empresas, Las cifras de parados sénior casi se han triplicado desde 2008. Emprender o trabajar por cuenta propia en muchas ocasiones es la única vía para seguir activo siendo sénior en España. Los representantes de los trabajadores han de entender, con la nueva pirámide poblacional, que alargar la vida laboral de los séniores no lesiona a los más jóvenes. No hay suficientes efectivos jóvenes para el relevo generacional».

*¡Oiga!, que tener más de 50 años no nos relega al baúl de las telarañas.✘*

# Otra manera de ayudar

TEXTO: LAURA SÁNCHEZ

## Reserva de alojamiento en Ucrania como forma de ayuda

Todo empezó en las redes sociales como un espontáneo movimiento de apoyo moral y económico a ciudadanos de Ucrania que tenían sus casas en la red de Airbnb. «¿Estás todavía en Kiev? ¿Puedes acceder al dinero si hago una reserva?», preguntaba una viajera de Reino Unido a un anfitrión de la red. «Sigo en Kiev. Puedo cobrar a través de Western Union o directamente de un banco».

Evidentemente, ninguna de las personas que hacía su reserva pretendía viajar a Ucrania. Se trataba de buscar vías alternativas y rápidas para enviar dinero a los

ciudadanos que en estos momentos no perciben salario alguno y que necesitan asegurar su acceso a los productos más básicos para sobrevivir. «Ahora no tenemos ninguna fuente de ingresos. No podemos pedir a nuestro país porque todos los recursos del país están destinados a la guerra», contaba Ekaterina Martiusheva, una de las anfitrionas de Kiev, que ha recibido ayuda ciudadana mediante Airbnb.

En los primeros días de la guerra, y en solo 48 horas, se reservaron cerca de 70 000 noches en Ucrania, lo que representa cerca

de dos millones de euros para los anfitriones. Las reservas siguen aumentando. La empresa ofrece alojamiento temporal de manera gratuita a través de su fundación Arbnb.org a 100 000 refugiados que huyen de Ucrania hacia países vecinos como Polonia o Rumanía. Navegando por Airbnb, es posible reservar una habitación o un apartamento en Kiev, por ejemplo, a través de Airbnb por 30, 40, 50 o 60 euros la noche.

<https://www.airbnb.es/ukraine/stays>  
<https://es.airbnb.org/>



**Ayuda a los refugiados que huyen de Ucrania**

Muchas personas necesitan alojamiento temporal de emergencia urgentemente debido a la crisis humanitaria en Ucrania. Únete a Airbnb.org y ofréceles tu ayuda.

[Más información](#)

airbnb.org

Participa Quiénes somos [Haz un donativo](#)

# Abrimos nuestros hogares en tiempos de crisis



## Convoy Esperanza

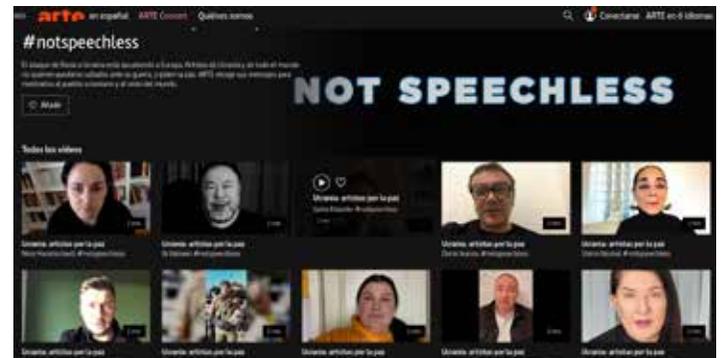
Desde que el 24 de febrero comenzara la invasión de Ucrania por parte de Rusia, no han dejado de surgir iniciativas solidarias para apoyar a sus ciudadanos. Una de ellas es «Convoy Esperanza», una caravana solidaria organizada por medio centenar de personas anónimas que se han unido para ayudar al pueblo ucraniano. El convoy, formado por siete furgonetas, transporta material de primera necesidad hasta la frontera de Polonia. Su viaje de vuelta se aprovechará para que 48 ciudadanos de Ucrania que tienen vínculos con España viajen a nuestro país.

La solidaridad ha desbordado las previsiones en los tres días de puesta en marcha de esta campaña solidaria, según ha explicado uno de sus impulsores, Santiago Marugán, que integra uno de los siete equipos que se han formado entre los más de medio centenar de participantes coordinados por la Fundación Ángel Niego y Hambre Cero.

La iniciativa ha tenido un gran impacto y apoyo a través de las redes sociales. Entre los rostros conocidos que están colaborando en esta iniciativa se encuentran desde pilotos a decoradores, productores de televisión o empresarios de toda España. Además, personajes muy conocidos de Instagram como los influencers Tomás Páramo o María Pombo han querido mencionar a Convoy Esperanza en sus respectivos perfiles para tratar de echar una mano y conseguir recaudar más dinero para que este primer viaje pueda repetirse. <https://www.instagram.com/convoyesperanza/>

## Arte para la paz

«Hola. Me llamo Oleg Sentsov. Soy director de cine en Ucrania. Ahora soy un combatiente de la defensa territorial que forma parte de las Fuerzas Armadas de Ucrania. Estoy muy agradecido por el apoyo de la comunidad internacional, que hace todo lo posible por apoyar a Ucrania. El mundo entero se ha dado cuenta de quién es Putin y de que es una amenaza para todos. Muchas gracias por su apoyo. Ganaremos porque luchamos por la supervivencia de Ucrania, nuestro pueblo, y del mundo entero. Gracias. Gloria a Ucrania». Este es uno de los muchos mensajes de vídeo que artistas de todo el mundo, incluidos artistas ucranianos ahora uniformados con trajes militares, están colgando en la plataforma ARTE.



«El ataque de Rusia a Ucrania está sacudiendo a Europa. Artistas de Ucrania y de todo el mundo no quieren quedarse callados ante la guerra, y piden la paz. ARTE recoge sus mensajes para mostrarlos al pueblo ucraniano y al resto del mundo», explican en este canal creado en 1990 mediante un tratado firmado por los gobiernos de Francia y Alemania. La cadena solo está sujeta a la supervisión y el control de sus miembros, «con exclusión de cualquier intervención de la autoridad pública, así como de las autoridades independientes responsables de regular la radiodifusión en el país en el que se encuentra». Todos los vídeos tienen subtítulos en castellano. La iniciativa «Ucrania: artistas por la paz» puede verse en <https://www.arte.tv/es/videos/RC-022239/ucrania-artistas-por-la-paz/>

## Visto en la red

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

### f FACEBOOK

@FundaciónMapfre  
@fundaciónmapfrecultura  
@FMobjetivocero

### 🐦 TWITTER

@fmapfre  
@mapfreFcultura  
@FMobjetivocero  
@KBrfmapfre  
@FM\_ageingnomics

### 📷 INSTAGRAM

@mapfrecultura  
@kbrfmapfre

### EL MEJOR TUIT

@fmapfre

«Tras 30 años intentando introducir #SeguridadVial en el currículo escolar, por fin se ha conseguido. ¡Es una gran noticia para toda la sociedad!». Pere Navarro @DGTes inaugura el III Foro Compromiso por la Educación Vial.



### f Fundación MAPFRE

Laurel, cúrcuma, comino, pimienta, perejil...

¿Qué especia no puede faltar en tu receta de patatas con choco?

#UnaRedDeBienestar  
#Practicooking



### f Fundación MAPFRE



Ya son más de 13 millones de ucranianos los que han tenido que abandonar sus casas.

Muchos de ellos se han trasladado hasta la frontera con Rumanía, donde Mensajeros de la Paz España y REMAR España les asesoran y les ofrecen techo y alimento.

Esto es posible también gracias a vuestra generosidad.

¡Gracias!

<https://bit.ly/3NugxZW>

#ContigoSomosRed  
#UnaRedQueNosSostiene  
#Ucrania

### f Fundación MAPFRE Cultura

#### Expo Judith Joy Ross

María Herreros, artista plástica e ilustradora, se inspira en las obras de Judith Joy Ross *Deborah Rose, asesora de Cardiss Collins, congresista demócrata, Illinois, 1987; Calle 10 Norte n.o 305, Allentown, Pensilvania, 1983 y Dorrance, Pensilvania, 1985* para crear una serie de piezas. Le interesan, sobre todo, la capacidad de la autora para crear fotografías emocionales, la figura de la paternidad y su estética suave, amable, que no está exenta de una enorme capacidad para crear imágenes muy potentes.

«Quise hacer este tríptico al ver que Judith es buena retratando las emociones y no solo en el retrato» M. H.

#FM\_Contigo #ExpoJudithJoyRoss



### f Objetivo Cero



#### FM-Gas

¿Sabías que existen detectores de gas?

Funcionan igual que los de humo.

Te avisan en caso de detectar alguna fuga.

#FM\_Contigo  
#SeguridadenelHogar


**kbrfmapfre**

¿Todavía no conoces la sociedad americana fotografiada por Friedlander durante más de 60 años?

No te pierdas la exposición «Lee Friedlander» donde recorreremos cronológicamente toda su obra y se destacan algunos de sus proyectos más significativos como «The Little Screens», «The American Monument» o «America by Car» junto a un grupo de fotografías tomadas en España que se exponen por primera vez.



#ContigoSomosRed #UnaRedDeInspiración #KBrFriedlander


**fmapfre**


El objetivo cero víctimas en la carretera es posible...

Pero para conseguirlo necesitamos la complicidad de todos vosotros.

Con la nueva Ley de Tráfico, que entra en vigor hoy, estamos un paso más cerca.

#ContigoSomosRed #UnaRedDePrevención #CirculaSeguro  
 #SeguridadVial #Coches #Motos #Camiones #Furgonetas  
 #Peatones #Carreteras #Tráfico #LeydeTráfico


**Fundación MAPFRE**

Hoy tres de nuestras voces femeninas quieren contaros algo...

Elena Sanz, patrona de Fundación MAPFRE, reflexiona sobre cómo los programas de entidades como la nuestra ayudan a transformar la vida de cientos de miles de mujeres.

Clara Bazán, directora del Área de Seguro y Previsión Social, nos cuenta su historia

destacando la importancia de la formación y las aspiraciones a todos los niveles de la vida.

Y Nadia Arroyo, directora del Área de Cultura, homenajea a sus quince compañeras de equipo y defiende el poder transformador del arte.

Podéis leer sus palabras aquí:

[https://lnkd.in/e\\_QkDgw6](https://lnkd.in/e_QkDgw6)



#DíadelMujer #8deMarzo #UnaRedParaElMañana #UnaRedDeInspiración  
 #UnaRedQueNosSostiene #LiderazgoFemenino

 **Fundación MAPFRE**  
@fmapfre



La rehabilitación es clave para mejorar la calidad de vida de las personas con esclerosis múltiple.

A Silvia en @FundacioEM la ayudaron tanto que ahora es ella la que colabora con ellos.

<https://fundacionmapfre.org/accion-social/proyectos/nacionales/se-solidario/conoce-los-proyectos/cadena-de-solidaridad/...>

#FM\_Contigo  
#SéSolidario

 **KBrfmapfre**  
@KBrfmapfre



Lee Friedlander: Marko Las Vegas, Nevada, 1976. Imagen de paso en gelatina 23 x 25,5 cm. Cortesía del artista y de PreserKit Gallery, San Francisco © Lee Friedlander, cortesía de PreserKit Gallery, San Francisco

**Lee  
Friedlander**

18.02.22 – 15.5.22

Centro de Fotografía KBr  
Fundación MAPFRE  
Barcelona

Lee Friedlander es fotógrafo casi desde su adolescencia y ha desarrollado una amplia producción artística que registra lo que él mismo denominó, en los años 60, el «paisaje social americano».

 **mapfreCultura**  
@mapfreCultura



José Gutiérrez Solana captó la vibración de la sociedad en una España derrotada con «España Negra». Descubre su mirada en nuestra colección de obras del siglo XX y en la exposición en Unicaja en Málaga.

#FM\_Contigo  
#ColeccionesFM

 **Fundación MAPFRE**  
@FMobjetivocero

¿Te imaginas que no existiesen normas de tráfico?

¡Sería el caos!

Debemos respetarlas.

#UnaRedResponsable  
#SeguridadVial



*CONSTRUYENDO  
UN FUTURO  
MÁS HUMANO  
#YOCONFÍO*

**VOLUNTARIO**

Fundación  
**MAPFRE**

Fundación **MAPFRE**

[www.fundacionMAPFRE.org](http://www.fundacionMAPFRE.org)

# Fundación **MAPFRE**

[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)

**ESP**/CONSULTA NUESTRA REVISTA ONLINE

**ENU**/CHECK OUR ONLINE MAGAZINE

**PTB**/CONFIRA NOSSA REVISTA ON-LINE

[https://www.fundacionmapfre.org/fundacion/es\\_es/  
publicaciones/revista-fundacion/](https://www.fundacionmapfre.org/fundacion/es_es/publicaciones/revista-fundacion/)

