



Proyecto de cooperación al desarrollo de Madrid Salud en San Salvador



Madrid Salud, en la línea de establecer proyectos de cooperación al desarrollo eficaces y sostenibles y haciéndose eco de la necesidad expresada por la mayoría de las ciudades que participaron en el encuentro de la UCCI (Unión de Ciudades Capitales Iberoamericanas) celebrado en Madrid del 5 al 16 de marzo del 2007, sobre la trascendencia de los problemas derivados de la falta de seguridad alimentaria en sus ciudades, ha desarrollado, entre los días 14 y 18 de enero del 2008, con la colaboración de la municipalidad de la ciudad de San Salvador, el proyecto denominado "Inspección sanitaria y seguridad alimentaria".

Esta acción ha servido para formar de una manera integral a los profesionales que trabajan en el ámbito de la inspección y control de alimentos en la ciudad. Los temas impartidos, centrados en sus necesidades más importantes, han incluido: microbiología y contaminación de los alimentos, inspección y control de industrias, establecimientos y locales del sector de la alimentación, venta ambulante, transporte de alimentos, buenas prácticas de elaboración y manipulación de alimentos, enfermedades transmitidas por los alimentos, infecciones e intoxicaciones de origen alimentario y gestión de emergencias alimentarias. Han participado 33 alumnos; entre los que se incluían los inspectores de sanidad de los mercados municipales, del comercio informal y de los mercados móviles, inspectores veterinarios de los mataderos y técnicos de salud pública del Ministerio de Salud Pública de El Salvador. Para llevarlo a cabo, Julia Trillo Pastor y M^a José Gómez García, técnicas superiores en salud pública, del Departamento de Seguridad Alimentaria, se desplazaron al país centroamericano.

El éxito del proyecto, tanto por su calidad docente como por la utilidad para los profesionales, nos indica que su réplica en otras ciudades contribuiría a la mejora de la calidad de los servicios municipales y por ende a la mejora de la calidad de vida de la ciudadanía.

III JORNADAS DE SALUD PÚBLICA DE LA CIUDAD DE MADRID

Los principales retos de la salud en el siglo XXI, a debate

La tercera edición de las Jornadas de Salud Pública de la Ciudad de Madrid, organizadas por Madrid Salud, centraron la atención en los principales retos que se plantean a la salud en el siglo XXI. Durante dos días, 29 y 30 de enero, se habló de temas tan importantes como los determinantes sociales de la salud, el papel estratégico de la comunicación en salud pública, la aportación del Instituto de Salud Carlos III a la investigación en salud pública, las sedes olímpicas como ciudades saludables, los nuevos retos en seguridad alimentaria, la contribución de los cuidadores a la economía de la salud, la necesidad de investigar en salud pública o las realidades del cambio climático. Temas de máxima actualidad que fueron expuestos magistralmente por los ponentes invitados.

Las materias tratadas demuestran el interés creciente de la salud pública, "la gran olvidada" según indicaba el Director General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid que reclamó la necesidad de "una mayor coordinación entre las diferentes administraciones a fin de lograr sinergias". Para el Delegado de Seguridad y Movilidad del Ayuntamiento, que presidió la inauguración de las jornadas, "la salud pública es un concepto muy amplio y transversal". Calvo adelantó el que será el principal proyecto en este área en la presente legislatura, "la creación del Instituto de Salud Ambiental, dirigido a generar propuestas y estudios que nos permitan ofrecer respuestas científicas a estos temas."

MEDIO AMBIENTE

De medio ambiente se habló mucho en estas III Jornadas y, como suele ser habitual, con cierta polémica. La mesa redonda sobre realidades del cambio climático contó con dos visiones prácticamente enfrentadas, la presentada por Ana Rosa Moreno, participante del informe de la ONU y la de Juan Irazo, Director del Instituto de Estudios Económicos, que señaló que "no siempre se han cumplido las previsiones catastrofistas".

También las cifras económicas y el marketing fueron tema de debate en las jornadas. En este sentido, la conferencia de J. Douglas Storey, profesor de Comunicación en Salud, en la Universidad John Hopkins (EE.UU.), fue seguida con gran atención por los asistentes. Habló del papel estratégico de la comunicación en salud pública y para empezar facilitó dos cifras. Lo que invierten las tabaqueras en publicidad en los EE.UU., 15.400 millones de dólares, frente a los 89.000 millones en gastos médicos. Citó también el ahorro estimado que ha aportado la política de comunicación sobre VIH: 6.000 millones de dólares. Cifras y hechos que en opinión del prof. Storey demuestran que "la comunicación forma parte fundamental del sistema sanitario ya que mediante ella podemos actuar sobre actitudes y valores".

EL VALOR DE LOS CUIDADOS

Una de las intervenciones que más atención despertó fue la conferencia de la Catedrática de Sociología María Ángeles Durán, que expuso magistralmente la realidad futura de un tema que nos alcanza a todos: los cuidados y los cuidadores.

Se calcula que el 4% de la población dedica parte de su tiempo al cuidado de personas mayores o discapacitadas (el 82% son mujeres) y que "en 2050 la cifra de personas mayores de 80 años se habrá triplicado, con lo que ello supone".

Sabin Anuzita, Concejal de salud y Consumo del Ayuntamiento de Bilbao presentó en su conferencia el papel que está llamada a jugar la administración local en los retos de salud pública en el siglo XXI. Anuzita recordó que aunque la ley da mayor protagonismo a los ayuntamientos en salud pública "el futuro pasa por cambiar la dependencia por la interdependencia, logrando mayor colaboración entre las distintas administraciones". En su opinión, además, la investigación debe ser uno de los pilares fundamentales de la salud pública.

Lo citado es una mínima muestra de todo lo tratado en estas III Jornadas que todos calificaron de éxito por los temas escogidos y por la participación.



Pedro Calvo, Delegado de Seguridad y Movilidad (centro) inauguró las jornadas acompañado por el Director General de Salud Pública de la Comunidad de Madrid y por el Gerente de Madrid Salud, Jose Manuel Torrecilla (derecha).



José M^a Ordoñez, Ana Rosa Moreno y Juan Irazo, moderados por el Gerente de Madrid Salud, hablaron de cambio climático.



Juan Antonio Corbalan moderó la mesa redonda sobre las sedes olímpicas, con la intervención de Mercedes Coghen, Jacobo Beltrán y Miranda Kiuri.



Pilar Dávila presentó a M^a Ángeles Durán (derecha) que habló sobre la aportación de los cuidadores a la economía de la salud.



José Ignacio Arranz moderó la mesa redonda sobre nuevos retos en seguridad alimentaria que contó con la participación de Carlo Brera Micaela García Tejedor y Manuela Juárez.

Adiós a Isabel



Isabel Picazo González falleció el día 3 de enero de 2008. Los compañeros que hemos trabajado con ella queremos dedicarle un espacio en nuestro boletín informativo con el fin de hacerle un pequeño homenaje. Isabel era licenciada en Psicología, funcionaria de carrera y trabajó en el CAD de Arganzuela desde 1993 hasta la fecha. Era una persona muy querida y una excelente profesional, nos queda su recuerdo irrepitible y su vacío.

Así es como te recordamos: "Eras rubia, de piel y ojos claros, siempre dulce y cariñosa y casi con una sonrisa permanente en los labios. También eras muy tímida y te sonrosabas a menudo, sin embargo la curiosidad te hacía preguntar casi constantemente. Todo te interesaba, el último avance en drogodependencias, la serie que habían estrenado la noche anterior en televisión, las recetas de cocina, que íbamos a comer ese día en el CAD... Tus ocurrencias eran únicas e irrepitibles y todavía nos hacen reír a todos. Te encantaba viajar, aunque desde que nacieron los niños lo dejaste un poco apartado, porque te daba miedo llevártelos y que les ocurriera algo.

Había muchas cosas que te daban miedo y que te preocupaban, hasta el punto de quitarte el sueño. Sin embargo has demostrado ser una persona muy valiente y nos has dado a todos una lección de dignidad y entereza en este último año, en el que has luchado con ahínco hasta el final. Has sido una mujer y una madre muy fuerte.

Dejas un vacío irremplazable y te vamos a echar mucho de menos, pero recuerda que sólo muere aquello que se olvida y nosotros nunca te olvidaremos".

Con todo nuestro cariño.

Tus compañeros

El Centro de Salud Bucodental de Madrid Salud ya tiene ortopantomógrafo

El Centro de Salud Bucodental de Madrid Salud cuenta ya con un ortopantomógrafo. Se trata de un aparato de rayos X que permite, mediante ortopantomografías y telerradiografías, detectar trastornos de la erupción, como dientes incluidos, dientes de más (supernumerarios), dientes de menos (agenesias), focos de infección, etc. Las radiografías se realizan a criterio del profesional, si estos lo consideran necesario.

La instalación de este nuevo aparato facilitará el objetivo del centro, la atención bucodental de los niños desde los 5 a los 14 años.

Las actividades del Centro de Salud Bucodental son fundamental-



El ortopantomógrafo facilitará las labores del centro.

mente preventivas y persiguen el adecuado seguimiento del recambio de los dientes temporales, hasta que

se completa la erupción de los dientes definitivos.

Se hacen revisiones cada seis meses, en las que se controla la correcta higiene dental, enseñando como realizarla adecuadamente y también se hace control de dieta. Para evitar la aparición de caries dental, se diagnostican y valoran alteraciones o patologías, en la erupción.

También se ponen cubetas de fluor para fortalecer los dientes. En los molares definitivos se colocan selladores de fosas y fisuras. Esta medida está ampliamente demostrada como muy efectiva en la prevención de caries dental.

Todas estas actividades, son sencillas, no duelen, no molestan y el niño las acepta muy bien.

El cuidado de los dientes es muy sencillo empezando a edades tempranas, y tiene una gran trascendencia para la salud general del niño. Solo necesita seguir el programa de revisiones dos veces al año.

Centro de Salud Bucodental

Carrera de San Francisco, 16

Madrid 28005

Tel.: 913540652



■ **NACE UN CORDERO EN EL CPA.**— El Centro de Protección Animal (CPA) de Madrid Salud registró el nacimiento de un cordero, descendiente de una pareja recogida en el distrito de Moncloa a requerimiento de la Policía Judicial el pasado 17 de enero. Dado que no han sido reclamadas se han iniciado los trámites de Saneamiento Oficial para donarlas a una granja escuela.

En centros para la recogida de animales es difícil registrar nacimientos de ganado recogido en las calles. Cuando suceden hechos de este tipo indican que las condiciones de alojamiento, higiene, alimentación, etc. son adecuadas, así como el trato por parte de todos los trabajadores que toman contacto con ellos. Demuestra el bienestar animal y el profundo respeto de los profesionales del CPA por los animales que llegan al centro.

Madrid Salud apuesta por el Centro de Prevención de Deterioro Cognitivo

Madrid Salud tiene una apuesta clara por prevenir el deterioro cognitivo, una de las causas más frecuentes de dependencia, un área que apenas contemplan otras entidades públicas o privadas. Así lo ha manifestado Pedro Calvo, delegado de Seguridad y Movilidad, durante la visita que ha realizado al Centro de Prevención de Deterioro Cognitivo de Madrid Salud, ubicado en la calle de Montesa 22, cuyos principales objetivos son detectar y diagnosticar de forma precoz la enfermedad, evitar o retrasar su inicio, así como disminuir el daño y retrasar la dependencia que produce.

Para Calvo, esta enfermedad, a pesar de que es un problema extenso y grave, no tiene respuesta adecuada en la red sanitaria, mientras que en este equipamiento se atiende a todos los mayores de la Ciudad de Madrid y a los menores de 65 años que padecen problemas cognitivos.

El responsable de Seguridad ha ofrecido un balance sobre la actuación de este servicio durante 2007, que arroja datos muy positivos: se han realizado 4.150 atenciones individuales sobre 1.121 pacientes, 8.431 atenciones grupales y han acudido a charlas-coloquio 203 familiares de pacientes.

Del total de usuarios y pacientes atendidos, el 34% mostraban deterioro cognitivo leve, el 17% pérdida de memoria asociada a la edad (estadio previo al deterioro cognitivo), el 16% demencia establecida y el 4% depresión. "Es decir, el 71% de los pacientes o familiares que demandan los servicios del Centro lo hacen con un motivo claramente justificado, lo que habla una vez más de la pertinencia y necesidad de este tipo de recursos que el Ayuntamiento ha puesto en marcha", ha señalado Calvo.

En Madrid viven más de 600.000 mayores de 65 años. El 75% de ellos tiene problemas de memoria



Pedro Calvo, Delegado de Seguridad y Movilidad, durante su visita al centro.

y, según algunos estudios, alrededor del 20% puede padecer deterioro cognitivo leve o ligero. De estos, más del 40% desarrollará una demencia en los 4 primeros años, siendo la supervivencia media de poco más de cinco años una vez diagnosticada la enfermedad.

El Centro de Prevención del Deterioro Cognitivo tiene una plantilla de 17 profesionales. Calvo destacó su labor caracterizada por dos premisas: la flexibilidad al adaptarse al paciente y la actualidad al aplicar la medicina más avanzada en cada momento.

El estrés laboral es un fenómeno cada vez más frecuente, que está aumentando, fundamentalmente porque los tipos de trabajo vienen cambiando en las últimas décadas, y que puede deteriorar el clima organizacional y afecta al bienestar físico y psicológico del trabajador.

Tareas que tradicionalmente requerían fuerza muscular, ahora precisan esfuerzo mental por la relevancia de la información en los procesos de producción. Además, el ritmo de trabajo ha ido incrementándose, ya que con un número menor de trabajadores tienen que alcanzarse mejores resultados.

Ahora bien, no siempre las respuestas para hacer frente a las demandas tienen un carácter negativo, ya que muchas veces son necesarias para enfrentarnos a situaciones difíciles y para la supervivencia.

Al aumentar el estrés, pueden mejorar los niveles de salud y rendimiento, siempre que no se dé con excesiva frecuencia e intensidad y supere nuestra capacidad de adaptación. Además, el aburrimiento y la falta de estímulo, producto de un grado insuficiente de estrés, también pueden perjudicar nuestra salud.

Por eso, se puede realizar la distinción entre eutres o estrés positivo, nivel óptimo de activación para realizar las actividades necesarias en nuestra vida cotidiana y ejercer una función de protección del organismo; y distress o estrés negativo, nivel de activación del orga-

El estrés laboral y su prevención

Fernando Mansilla

nismo excesivo o inadecuado a la demanda de la situación. Se trata de una excesiva reacción de estrés, que se manifiesta ante una demanda muy intensa o prolongada de actividad, y puede afectar física y psicológicamente por el exceso de energía que se produce y no se consume.

En definitiva, el estrés laboral surge cuando las demandas del trabajo son altas, y al mismo tiempo, la capacidad de control de las mismas es baja.

PREVENCIÓN

Son más recomendables las medidas de carácter global, organizativas y colectivas que las medidas particulares sobre el individuo

Las actividades de prevención individual han de ser posteriores o complementarias a las actividades de prevención organizacional.

• Intervención sobre el Trabajador

Consisten en dotar a los individuos de estrategias de adaptación sobre algunos aspectos que son difícilmente abordables mediante medidas organizativas.

A través de distintas técnicas se puede dotar al trabajador de recursos de afrontamiento del estrés laboral cuando las medidas organizativas no dan resultados.

Estas técnicas son: Técnicas Generales (Dieta adecuada, Apoyo Social, Fomento de la distracción y el buen humor), Técnicas Cognitivas, Técnicas Fisiológicas y Técnicas Conductuales.

• Intervención sobre la Organización

Es la primera intervención que debe realizarse.

La prevención del estrés laboral ha de pasar por la intervención de la organización. Según el Comité Mixto OIT/OMS las intervenciones sobre la organización del trabajo van encaminadas a conseguir que se facilite la autonomía, el desarrollo y la satisfacción en el trabajo, promoviendo las actitudes de cooperación, mejorando el medio ambiente de trabajo (adecuando el ambiente físico —temperatura, iluminación...—, racionalizando el tiempo de trabajo (con pausas y descansos adecuados), posibilitando la comunicación formal e informal entre los trabajadores o suministrando información sobre los procesos de trabajo (informando anticipadamente de los cambios tecnológicos o de la introducción de nuevas tecnologías).

Madrid Salud presenta un estudio sobre alimentación infantil

Un reciente estudio llevado a cabo por Madrid Salud sobre los menús preferidos de los niños ha constatado algunas creencias que pesaban sobre determinados alimentos y ha roto con la mala imagen de otros. Las hamburguesas han salido mejor paradas de lo que se pensaba. El estudio complementa a otro realizado en 2005 que refleja que el 29% de los niños madrileños de entre 2 y 15 años padece sobrepeso. La cifra aumenta hasta el 33% si se trata de población inmigrante.

En la presentación del estudio Pedro Calvo, Delegado de Seguridad, ha advertido, sin embargo, sobre el consumo repetido de los conocidos gusanitos, ganchitos y similares. Estos aperitivos junto con la bollería industrial contribuyen a la ingesta desmesurada de grasa. La composición es altamente calórica: el consumir un bollo en el desayuno aportaría el 30% de las necesidades diarias. También un muy alto porcentaje de ácidos grasos saturados y trans. Y aunque el bajo contenido en colesterol puede dar una imagen de saludable, ésta no se corresponde con la realidad.

Aunque Madrid presenta una estadística mejor que el resto de España —y por supuesto de Estados



Presentación del estudio sobre alimentación infantil en Madrid.

Unidos donde la obesidad se ha convertido en una auténtica epidemia— los hábitos nutricionales merecen una constante supervisión. El Delegado de Seguridad, responsable de Madrid Salud, ha destacado la constante vigilancia de los alimentos en comedores escolares, donde acude el 44% de los niños madrileños, así como la promoción de hábitos saludables.

La relación entre el exceso de peso y los problemas de salud está bien clara, según la encuesta municipal. Los niños con sobrepeso y obesidad acuden más al médico (18,5%) que los que no la padecen (15,4%). Es decir, empiezan a tener más problemas

de salud desde pequeños, lo cual se confirma con otro estudio que realizó Madrid Salud en un grupo de escolares de entre 9 y 11 años que mostraba unos niveles de colesterol superiores a 200 en el 20% de los niños y superiores a 220 en el 6%.

Los mismos estudios demuestran que el problema es igual o más grave con respecto a los adultos que han aumentado el peso por encima de lo recomendable en diez años. Este dato lleva a concluir que los niños reproducen el modelo alimentario que observan en sus padres.

RECOMENDACIONES SANAS

El estudio presenta una serie de recomendaciones que se aproximan a la forma tradicional de alimentación basada en frutas, verduras, legumbres y pan:

- Consumir fruta y verdura a diario (5 piezas en total).
- Consumir pan o cereales a diario. Los niños madrileños comen poco pan.
- Consumir a diario pasta, arroz o patatas.
- Consumir lácteos a diario.
- Consumir carne o pescado entre tres y seis veces por semana, no más. Es preferible en cualquier caso el consumo de pescado sobre el de carne roja.
- Consumir huevos entre tres y seis veces por semana.
- Consumir legumbres entre tres y seis veces por semana.
- Los dulces y los embutidos deben tomarse solo ocasionalmente y, en cualquier caso, menos de tres veces por semana.

El 15% de los jóvenes madrileños hace un uso excesivo de las nuevas tecnologías

El 15% de los madrileños de entre 12 y 25 años sufre adicción a alguna de las nuevas tecnologías —móviles, juegos, chat, Internet— que están a su disposición, según revela un estudio realizado por Madrid Salud. Esta investigación se ha llevado a cabo por la creciente demanda de los padres que se acercan al programa de Prevención de Adicciones (PAD) preocupados por el uso que sus hijos realizan de las nuevas tecnologías. El estudio ha permitido desarrollar unos test que pueden ser aplicados en aquellos casos en los que los padres sospechen un uso abusivo.

Para el estudio se realizaron más de 1.100 entrevistas en 556 hogares de Madrid a adolescentes y jóvenes y al menos a uno de sus padres. Los factores que se han tenido en cuenta en la escala para medir la adicción a las nuevas tecnologías son los síntomas de tolerancia y de abstinencia; cambios de humor, irritabilidad o ansiedad; pérdida de la noción del tiempo empleado; pérdida de control en el uso, y sustitución del tiempo que anteriormente se empleaba en otras actividades.

Un 4,5% presenta algún indicio de adicción a navegar por Internet; un 8,1% de los jóvenes reconoce un uso compulsivo del móvil y un 4,1% de los encuestados admite problemas con los chat. En cuanto a los videojuegos, la frecuencia de uso se limita a menos de tres días por semana.

Uno de los datos más llamativos es el de que la mitad de los adolescentes y jóvenes madrileños que tienen problemas con las nuevas tecnologías consume sustancias tóxicas (incluidas tabaco y alcohol), una cifra que desciende al 14,5% entre quienes no tienen problemas con las TIC.

TEST DE DETECCIÓN

El Ayuntamiento, a través de Madrid Salud, ha incorporado a su cartera de servicios acciones específicas para la detección precoz y la intervención con aquellos adolescentes o jóvenes que lo necesiten.

El estudio ha permitido a Madrid Salud desarrollar unos test que pueden ser aplicados en aquellos casos en los que los padres sospechen un uso abusivo de una de estas tecnologías. Los test discriminan si efectivamente se está produciendo un uso inadecuado que deba ser objeto de algún tipo de intervención. En una primera fase, estos test serán aplicados, a petición de los padres, por los psicólogos y educadores del Programa de Prevención de las Adicciones (PAD), al que todos los ciudadanos tienen acceso a través de consulta telefónica o presencial y cuya sede se encuentra en la calle Doctor Esquerdo, 43 (teléfono 91365 9200).

El Instituto de Adicciones promueve el desarrollo del programa “La música y la prevención”

El Instituto de Adicciones de Madrid Salud, conocedor de los valores potenciales de la música para la prevención del consumo de drogas en el ámbito del ocio, ha promovido el desarrollo del programa “La música es prevención”. Una propuesta en la que la música tiene un papel de factor de protección, en clave de cultura, que promueve intereses y con la que se desarrollan destrezas y habilidades que favorecen el desarrollo integral del individuo capacitándole para afrontar situaciones de riesgo, entre ellas, el consumo de drogas.

El objetivo fundamental del programa pretende promocionar la música como fórmula positiva de utilización del tiempo libre, desarrollando sus posibilidades como fuente de formación y de enriquecimiento cultural y de desarrollo socioafectivo en los niños/as y preadolescentes del municipio de Madrid.

Desde que el programa “La música es prevención” se puso en marcha en 2006 hasta la actualidad, han participado 11.000 alumnos y alumnas de más de 300 centros escolares del municipio de Madrid.

La ejecución de “Música es prevención” se desarrolla en tres fases claramente diferenciadas:

- Presentación del tema musical seleccionado desde dos perspectivas, la puramente técnica y la socioafectiva en la que se invita a los participantes a fijarse en las sensaciones y emociones que les provoca.
- Interpretación en vivo de la pieza musical escogida.
- Desarrollo de una actividad didáctica que refuerza los aprendizajes adquiridos con relación a la música y, a continuación, una actividad de Educación para la Salud elaborada de acuerdo a las características evolutivas de la población destinataria.

Este programa ha tenido una excelente acogida en los centros escolares y entre los profesores, que se han movilizado muy positivamente para la realización del programa y que, tras conocerlo, lo demandan para todo el alumnado con el que cada centro escolar cuenta. Esto confirma la necesidad detectada

de propuestas de formación no reglada asociadas a la música y de su indudable valor lúdico-educativo.

INTERÉS DE LAS AMPAS

Las AMPAS de los centros escolares tampoco han estado ajenas al interés que este programa ha suscitado y, desde un principio, han solicitado la participación en el mismo. Esto quedó patente el pasado 12 de diciembre en el concierto especial dirigido a familias, en el que se brindó a padres e hijos la posibilidad de participar todos juntos en la experiencia musical. Celebrado en el Salón de Actos del Centro Dotacional Integral de Arganzuela contó con 170 participantes. Adultos y niños en un ambiente lúdico y distendido tuvieron la posibilidad de reconocer los distintos tipos de instrumentos musicales más utilizados en una orquesta. Viajaron a través de la historia de la música y pudieron degustar fragmentos de obras de la Edad Media, Renacimiento, Barroco, Clasicismo, Romanti-



El concierto organizado en el Centro Dotacional Integral de Arganzuela congregó a 170 participantes.

cismo, hasta llegar a la música de nuestros días.

Padres e hijos salieron al escenario a tocar instrumentos e interpretar con ellos sus emociones en pequeñas historias y los que se quedaron en el patio de butacas jugaron desde sus asientos a vivenciar las sensaciones que la música les provocaba.

La forma de comunicación más extendida

La música es una vía de comunicación tan extendida y utilizada que a nadie le pasa desapercibida su capacidad de expresar, representar y aunar caracteres y hábitos, es un nexo de unión entre gente que busca definirse y conocerse a través de la percepción de los diferentes sonidos procedentes de un mismo y/o de diferentes instrumentos. La música es un idioma universal, el idioma más extendido y a la vez el más desconocido. A través de él nos expresamos, sin conocer en realidad el mundo complejo e infinito que encierra.

Nuestras experiencias vitales están profundamente asociadas a músicas y a sonidos, cuestión que ha motivado en las últimas décadas innumerables investigaciones sobre el impacto psicológico de la música y sus efectos en el comportamiento.

La música se graba en nuestra memoria asociada a vivencias, sentimientos, emociones, sensaciones cenestésicas, etc., y, al escucharla, nos evoca automáticamente todas aquellas experiencias. A su vez, la música es un vehículo para la transmisión de actitudes muy funcional, de hecho, para el ser humano en los primeros meses de vida es esencial la entonación con la que se le habla, porque a través de la modulación de la voz el sujeto percibe la cercanía afectiva del que le habla.

Una correcta programación de actividades educativas de carácter cultural y de ocio son un vehículo eficaz para lograr relaciones sociales sanas y enriquecedoras a la par que previenen problemáticas psicosociales, ya que promueven factores protectores frente a conductas de riesgo propias de la cultura de consumo.

NUESTRA GENTE

“La Inspección de hoy es mucho más profesional”

LUCÍA ROLDÁN DEL CASTILLO

JEFE DE NEGOCIADO. INSPECCIÓN CENTRAL DE MADRID SALUD

LUCIA TRABAJA EN EL AYUNTAMIENTO DESDE 1984, AÑO EN EL QUE SE INCORPORÓ A LA JUNTA DE HORTALEZA, DURANTE SEIS MESES, PARA PASAR DESPUÉS AL LABORATORIO MUNICIPAL. DESDE ENTONCES SU VIDA LABORAL HA ESTADO LIGADA A LA INSPECCIÓN. ADMITE QUE LE COSTÓ TRES CONVOCATORIAS APROBAR LAS OPOSICIONES DE AUXILIAR AUNQUE LAS DE ADMINISTRATIVO SE LE DIERON MEJOR. ESA LA APROBÓ HACE TRES AÑOS A LA PRIMERA. AHORA –DE MOMENTO EN COMISIÓN DE SERVICIOS– ES JEFE DE NEGOCIADO EN LA INSPECCIÓN CENTRAL.

–¿Cuál ha sido tu trayectoria profesional en el Ayuntamiento?

–Entré en el Ayuntamiento en 1984, en la Junta de Distrito de Hortaleza. Allí estuve seis meses porque no aprobé la oposición y me echaron. Cuando volví a entrar ya empecé en el Laboratorio Municipal y desde entonces toda mi trayectoria ha sido dentro de la Inspección. Soy como una institución, me conozco a los veterinarios que hay en las juntas, los farmacéuticos, etc. La verdad es que en el trabajo diario es una ventaja, siempre tienes a alguien conocido en algún sitio para recurrir a él.

–¿Qué cargo desempeñas en la Inspección?

–Aprobé las oposiciones a Administrativo hace tres años, y desde mayo pasado, aunque en comisión de servicios, soy Jefe de Negociado en la Inspección Central. Ahora espero que en algún momento salga mi plaza a concurso. ¡Cruzaremos los dedos para conseguirla!

COMETIDOS DE LA INSPECCIÓN

–¿Cuáles son las competencias de la Inspección Central?

–Nosotros somos el departamento de Inspección Central. La inspección está descentralizada en las Juntas pero siempre ha habido una parte que ha estado centralizada. Nosotros damos apoyo a las Juntas que lo solicitan y además tenemos dos programas que son específicos nuestros: la toma de muestras de aguas y el transporte alimentario.

Actualmente casi todos son inspectores técnicos de calidad y consumo menos una farmacéutica y un veterinario. Nuestras inspecciones de consumo se dirigen a establecimientos donde se consumen comidas y bebidas, auto-servicios, bares, cafeterías... La farmacéutica da apoyo en piscinas, tiendas de piercings, peluquerías y el veterinario se encarga del control del transporte alimentario, en el que se incluye el catering a los colegios.

–¿Cómo es que no estais en la sede central de Madrid Salud?

–Por operatividad y por falta de espacio en la sede de Madrid Salud. Pero fundamentalmente es que aquí, en la calle Mayor 58, estamos en pleno centro, un aspecto muy positivo para nuestro inspectores ya que tienen que repartirse por todas las juntas. Aquí cogen su documentación, hacen lo que tengan que hacer en el ordenador y luego se mueven a los distritos.

–Como “veterana” ¿qué ha cambiado en este departamento municipal?

–Todo. No tiene nada que ver. Para que te hagas una idea, entonces existían, además de farmacéuticos y médicos, lo que se llamaban “visitadoras sanitarias” cuyo cometido fundamental era controlar los piojos en la cabeza de los niños. También había dos médicos con nosotros que inspeccionaban viviendas, una competencia que ahora lleva Salud Ambiental. La vacunación se hacía también allí, en el

Laboratorio Municipal... La verdad es que la época del Laboratorio Municipal la recuerdo con mucho cariño porque éramos mucha gente con ganas de trabajar. Tengo muy gratos recuerdos y muy buenos compañeros de entonces.

Si tuviera que destacar una peculiaridad de la inspección actual con respecto a la de aquellos años destacaría su profesionalidad. Ahora la inspección es mas seria. Hay que tener en cuenta que hoy las medidas de cierres o ceses cautelares las ratifica el Gerente de Madrid Salud.

–También han cambiado los problemas. El modo de suministro de alimentos, la manera de hacer la compra...

–Por supuesto. Hemos cambiado nuestra forma de vida, la tienda del barrio la tienes solamente para una emergencia. Ahora coges el coche el sábado o el domingo y haces la compra de toda la semana en el hipermercado. Se está haciendo mucho daño al pequeño comercio. Es triste porque el trato que teníamos con el tendero de toda la vida se ha perdido, nos estamos volviendo una sociedad muy fría, sin apenas trato humano.

APOYO A LAS JUNTAS

–¿Qué Junta es la que os pide más apoyo?

–Aunque apoyamos a todas las juntas que lo solicitan hay algunos distritos, como la Junta de Centro, que tienen una labor de inspección inmensa. Cuenta con



Lucía Roldán durante al entrevista en la sede de la Inspección Central.

un montón de establecimientos, todos los que te puedas imaginar y más y entonces siempre están escasos de personal.

–¿Cuáles son tus aficiones?

–Me gusta mucho leer, escuchar música... aprender. Con tesón y esfuerzo he logrado obtener la licenciatura en Ciencias Económicas y Empresariales. Eso sí, entre medias he trabajado y sacado adelante a mis dos hijos. Me gusta estudiar, mi familia dice que me gusta un libro más que a un tonto una tiza. Me habría gustado ser estudiante de profesión

TUMOR DE HIPÓFISIS

–Recientemente has tenido un grave problema de salud.

–Hace año y medio me diagnosticaron y me operaron de un tumor de hipófisis que me había producido una acromegalia. Con este tema tengo una anécdota impresionante. Estaba esperando cita en el Ambulatorio de Modesto Lafuente y pasó delante mío un señor. Era el Dr. Brito, a quien yo no conocía de nada. Se me acercó y me dijo “Usted está enferma”. ¿Cómo?, le dije. “Sí, que Usted está enferma. ¿Le han crecido las manos mucho?, ¿se ha notado que le han crecido los pies?” Me miró la piel y me preguntó si me había hecho análisis... “Hoy mismo”, le dije. Me preguntó si me importaba que pidiera una determinación y le dije que podía pedir lo que quisiera. No se me va a olvidar en la vida. El día 5 de enero de 2006 me llamó por teléfono a casa y

me dijo que si me podía acercar a Puerta de Hierro a hablar con él. Me informó entonces de lo que me pasaba y además me dió todo lujo de detalles de lo que me podía pasar. Fue un gran palo, pero luego, una vez que te paras y analizas, tengo que agradecerse. El 18 de abril de ese mismo año me estaba operando el Dr. Uria, un neurocirujano especializado en hipófisis. La verdad es que tuve suerte porque estaba encapsulado y me limpiaron, y en las revisiones posteriores todo está bien.

–Cuando pasas por algo así la vida se ve de otra manera.

–Eso me ha cambiado mucho la vida. Eso y el hecho de que mi hijo mayor fuera diagnosticado como hiperactivo. He pasado muchos problemas con él. Y aprovecho para agradecer a Julio Herrero y Raquel Martín su ayuda. Ellos pertenecen también a Madrid Salud. Llevan un programa llamado relajación creativa, dirigido a adultos para enseñarles a vivir la vida de una forma distinta, para enfrentarte a la vida de otra manera. Una compañera me habló de él, fui a verle y coincidió que en ese momento empezaba un curso. A partir de ahí intento tomarme la vida de otra forma. Tienen un grupo que nos reunimos los miércoles para contarnos nuestras vivencias y alguna vez voy a consulta particular cuando tengo algún bajón muy gordo. Lo que sí me han enseñado es que no estoy aquí para sufrir.

Durante la entrevista Lucía nos relató con especial cariño uno de los recuerdos más agradables de su vida. Nada menos que los dieciséis años que vivió en una casa dentro de la Casa de Campo.

–Así es. Durante dieciséis años he vivido dentro de la Casa de Campo, justo a la entrada. Según entrabas tras cruzar el Puente del Rey había una fuente y a la derecha se quedaba el Palacio de los Vargas que era donde estaba el IMD y a la izquierda había una casita. Allí vivimos

“Durante dieciséis años he vivido dentro de la Casa de Campo”

porque mi marido, era el capataz de una finca que le había cedido el Ayuntamiento al Ministerio de Agricultura. Fue una etapa que ha marcado muchísimo mi vida.

Era una casa de campo con una vivienda en la parte de arriba y una nave debajo que nosotros habilitamos para fiestas

familiares, fiestas con amigos, etc.

Ahora cuando paso por allí y lo veo me da mucha pena, lo han tirado todo. Justo enfrente de la casa había un laguito al que iban todos los años los patos a criar, había un paseo de tilos y plantaciones de especias medicinales y aromáticas que utiliza-

ban luego en los laboratorios que tienen enfrente del hipódromo para hacer esencias, etc.

Era una preciosidad, lástima que fue cada vez a menos. Los últimos años empezamos a tener problemas porque la valla que había alrededor por algunos sitios estaba caída y se colaba gente. El último año lo pasé un poco mal porque mi hijo el mayor empezaba a salir y ya sabes cómo estaba la Casa de Campo. Pero a pesar de todo fueron unos años maravillosos.