

# perfiles

ACTUALIDAD E INFORMACIÓN SOCIAL



## ¿Hacia dónde vamos como sociedad?

Radiografía de una ciudadanía huérfana de certezas

### ACTUALIDAD

El braille cumple 200 años •  
La mitad de la población tiene  
sobrepeso • Serena Williams

### ENTREVISTAS

Ken Follett • Unai Sordo • Juan  
Eslava Galán • Facinet Dondo  
Camara • Andrés Gálvez

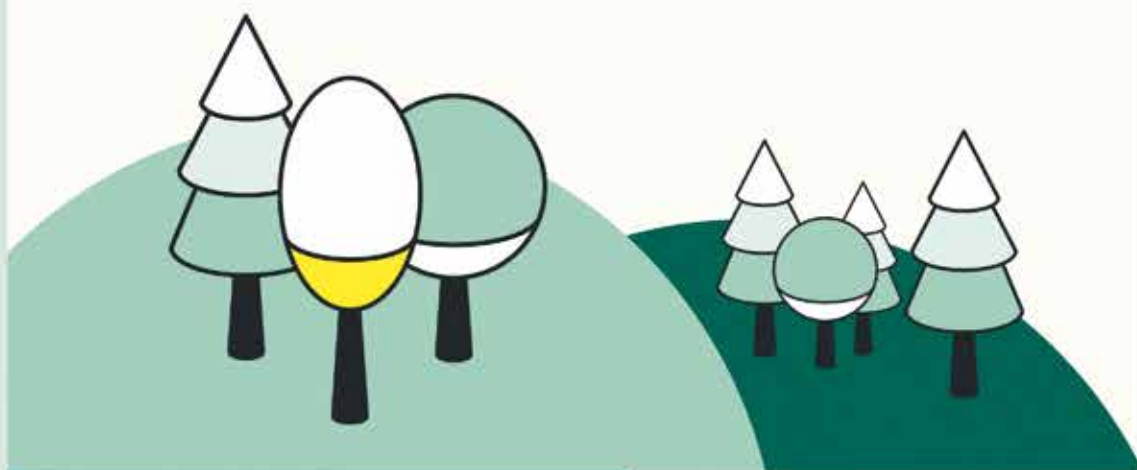
### REPORTAJES

Cuando la música llega a un  
hospital, todo cambia • La IA  
resucita el saber clásico



# ¿Crees que **reciclar vidrio** no sirve para nada?

**Claro**, porque luchar  
contra el calentamiento  
global, el deterioro del  
medioambiente, la falta  
de materias primas...  
**no es nada.**



 ECOVIDRIO

# **"La vida es maravillosa si no se le tiene miedo"**

Charles Chaplin

Vivimos en una era hiperconectada, pero paradójicamente más sola que nunca. La incertidumbre se ha instalado en nuestras rutinas: polarización, precariedad laboral, pérdida de poder adquisitivo, dificultad para acceder a una vivienda digna, pérdida de referentes... Todo ello dibuja un futuro incierto.

El compromiso a largo plazo ha sido sustituido por la inmediatez. Lo duradero, por lo instantáneo. Y los valores que antes cohesionaban se diluyen.

"Vivimos en tiempos líquidos, nada es seguro. Todo cambia: el amor, el trabajo, los valores y la manera de construir la identidad", afirma el sociólogo Zygmunt Bauman.

Pero incluso en medio de esta fluidez, hay algo que permanece: nuestra capacidad de elegir, de crear vínculos y de dar sentido a lo que hacemos. Quizá la clave esté en recuperar lo esencial y construir, paso a paso, una sociedad más humana.



## 8

**SOCIEDAD CON INCERTIDUMBRE**

Más del 40 % de los españoles teme por su futuro, la soledad se expande y se tambalean pilares tradicionales, como un empleo estable, mientras se encarece notablemente el acceso a la vivienda.



nº 407  
nov-dic 2025

# sumario

**06 STAFF****07 CARTA DEL DIRECTOR****08 EN PORTADA**

Tiempos líquidos, miedos sólidos

**17 OPINIÓN**

Àlex Rocas Jordi: "La filosofía en tiempos de cambio: más necesaria que nunca"

**20 ENTREVISTA**

Ken Follett: "El mundo ha cambiado pero los humanos son prácticamente iguales"

**26 SOLEDAD**

Una de cada dos personas con discapacidad sufre soledad no deseada



20

Gareth Iwan Jones





36

**30 EMPLEO**

Unai Sordo: "Si se cumplieran los horarios, ya habría una reducción del tiempo de trabajo"

**34 EUROPA**

La discapacidad ante un dilema social: ¿recortes en inclusión para reforzar defensa?

**36 CULTURA**

El braille cumple 200 años: leer con los ojos, leer con los dedos

**44 ACCESIBILIDAD**

Cerca de 1.600 millones de personas con discapacidad necesitarán ciudades accesibles en 2050

**50 HISTORIA**

Juan Eslava Galán analiza el sexo como espejo de España

**54 CIENCIA**

Andrés Gálvez, el astrofísico ciego que conquistó el espacio

**60 SANIDAD**

Cuando la música entra en un hospital, algo cambia

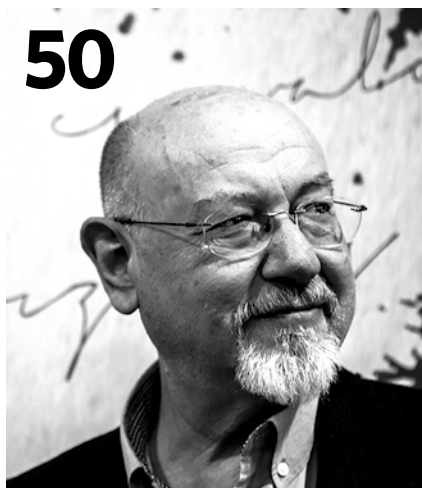
**64 INCLUSIÓN**

Ilunion: diez años cambiando la forma de ver valor

**68 ODISMET**

Una realidad oculta: violencia de género en mujeres con discapacidad

50



Victoria Iglesias



84

**72 SALUD**

Más de la mitad de la población tiene sobrepeso

**77 OPINIÓN**

Marta Riesgo: "Salud, género y obesidad: una mirada necesaria"

**78 INFANCIA**

Menos pantalla y más revisiones: el consejo de los oftalmólogos para cuidar la vista infantil

**82 MUJER**

Serena Williams: de leyenda del deporte a romper barreras sociales

**84 PENSAMIENTO**

La IA ayuda a resucitar el saber clásico enterrado por el Vesubio

**90 SOLIDARIDAD**

La odisea de Facinet Dondo Camara al otro lado del Estrecho

**96 PANORAMA SOCIAL****98 ÚLTIMA**

Perfiles: La revista decana en información social cumple 40 años

# perfiles

ACTUALIDAD E INFORMACIÓN SOCIAL



407

NOV - DIC / 2025



Editor	Antonio Mayor Villa
Director	José Manuel González Huesa
Redactor Jefe	Rafael Olea Rodríguez
Fotografía	Jorge Villa, Gaby Soto y archivos de Servimedia e Ilunion Comunicación Social
Diseño y maquetación	Serafín García, Ángel Sirvent, Luis Alenda y Esperanza Sanabria
Redacción	Nat Carrasco, Mari Luz Alonso, Daniel Alonso Viña, Javier Carrascosa, Patricia Encinas, Eduardo Fernández, Pablo Garrido, Luis Gresa, Almudena Hernández, Ángel Quero, Carolina Martínez, Maite Muñoz y Aday Sánchez

## Redacción

Ilunion Comunicación Social  
C/ Albacete, 3 Planta 7ª  
28027 Madrid  
Tel. 91 327 85 00  
redaccion@revistaperfiles.com

## Publicidad

Tel. 671 780 615  
publicidad@revistaperfiles.com

## Suscripciones y Administración

C/ La Coruña, 18  
28020 Madrid  
secretaria@revistaperfiles.com

Edita: Grupo Social ONCE

## Control



PUBLICACIÓN DE  
DIFUSIÓN GRATUITA  
DE INTERÉS GENERAL



Perfiles se elabora por el centro especial de empleo Ilunion Retail y Comercialización, S.A.U.



Esta revista se imprime con papel 100% reciclado y certificado por el Forest Stewardship Council®

ISSN 1133-7036 (versión impresa)  
ISSN 3020-7800 (versión en línea)  
Depósito Legal M: 33.686-1985

Síguenos en: [www.revistaperfiles.com](http://www.revistaperfiles.com)



@RPerfiles



@revista\_perfiles

Contacto:

[info@revistaperfiles.com](mailto:info@revistaperfiles.com)

# Cómo hemos cambiado

“¡Ah! Cómo hemos cambiado / qué lejos ha quedado / aquella amistad”, empezaba la canción de Presuntos Implicados (compuesta por: Juan Luis Giménez / Sole Giménez). Hoy vivimos una etapa de incertidumbre global y personal. Hay demasiadas guerras, muchas ocultas, aunque solo nos fijamos en Rusia y Ucrania, la reciente masacre israelí en Gaza y los enfrentamientos con Irán. Hay un crecimiento peligroso de los populismos, demasiada política de trincheras, mientras que el ciudadano no ve resueltos sus problemas diarios, especialmente de vivienda en España.

Ante esta situación, no hay un modelo claro de sociedad de cara a los próximos años, un horizonte de futuro en una sociedad más hipertecnológica que humanista, donde cada uno se busca la vida con ausencia de referentes en los diferentes ámbitos sociales.

Y en medio de este caos, los jóvenes están más perdidos que nunca. Hay datos que ponen los pelos de punta. Por ejemplo, un reciente estudio realizado por el Centro Reina Sofía de Fad Juventud demuestra que al menos un 53,7% de jóvenes reconoce sentirse estresado con los estudios o el trabajo, y uno de cada cinco se siente descontento con su situación educativa o laboral. Una de las causas es la falta de apoyo percibido: un 17,7% de los y las jóvenes no siente que las personas de su entorno se preocupen por sus problemas. Realmente, ¿los padres hablan en casa de cómo enfrentar los retos, los errores o lo que algunos llaman “fracasar”? ¿Se refuerza la confianza, la autonomía, actitudes constructivas desde el entorno familiar para evitar la frustración?

En este mundo donde se fomenta la competitividad y no se estimula la socialización, es clave fortalecer el desarrollo emocional y personal de nuestros jóvenes, crear espacios de confianza, mantener conversaciones cotidianas, predicar con el ejemplo, confiar en su autonomía, transformar el error en una oportunidad de aprendizaje. Si desde casa se fomenta que otro mundo es posible, quizá el entorno que nos rodea puede ser más cercano y agradable para todos, dentro y fuera de nuestras fronteras.

“Lo mejor que conocimos,/separó nuestros destinos / que hoy nos vuelven a reunir; / tal vez si tú y yo queremos / volveremos a sentir aquella vieja entrega”, finalizaba la canción. Es todo un reto. •

**“NO HAY UN MODELO CLARO DE SOCIEDAD DE CARA A LOS PRÓXIMOS AÑOS, UN HORIZONTE DE FUTURO EN UNA SOCIEDAD MÁS HIPERTECNOLÓGICA QUE HUMANISTA”**

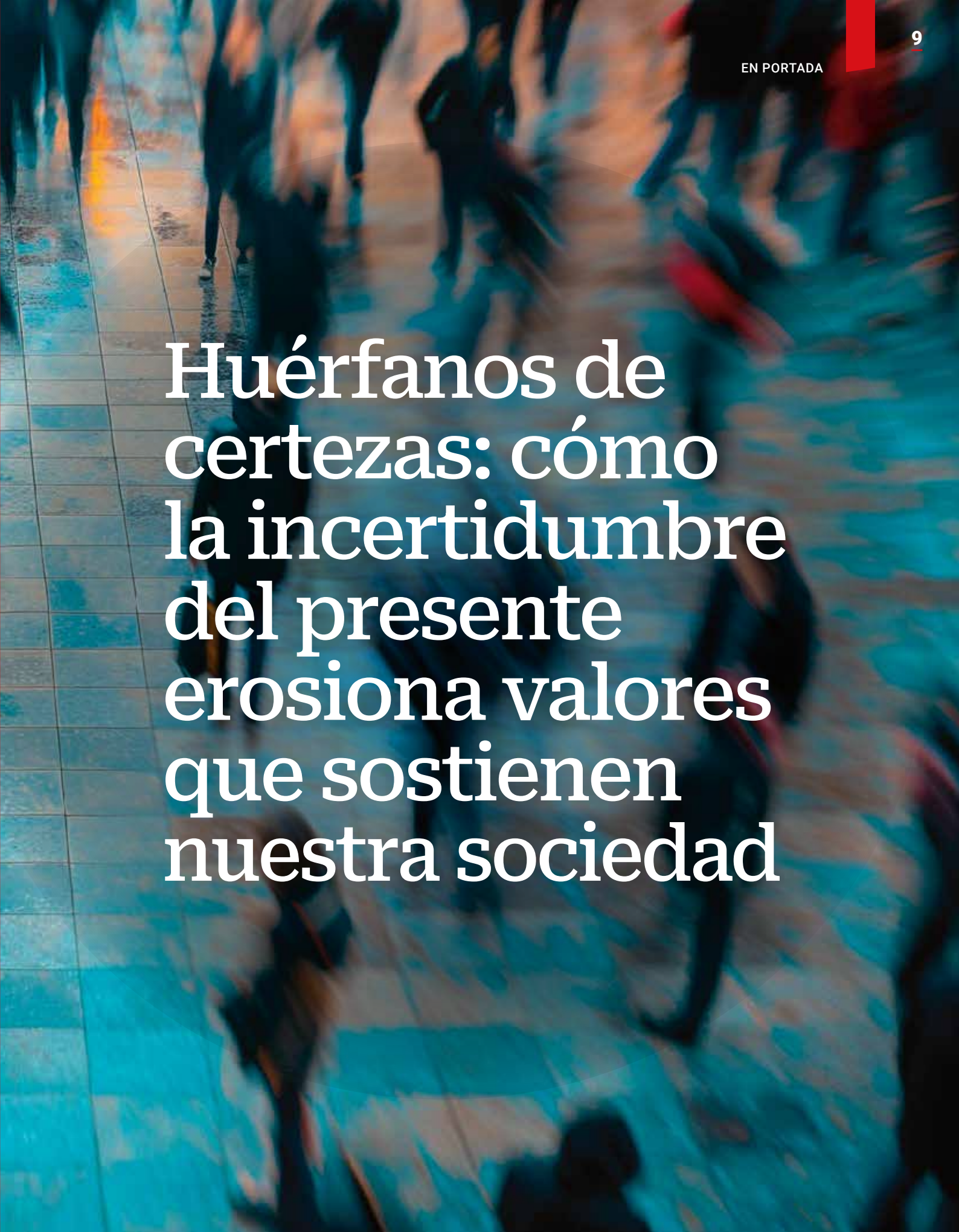


**José Manuel González Huesa,**  
director de Perfiles  
y director general  
de Servimedia.



A photograph of a person from behind, standing on a wet, reflective floor. The person is wearing a dark jacket and pants. In the background, several blurred figures of people are walking, suggesting a busy public space. The floor is highly reflective, showing the silhouettes of the people and the bright light source.

# Tiempo líquido, miedos sólidos



# Huérfanos de certezas: cómo la incertidumbre del presente erosiona valores que sostienen nuestra sociedad



Vivimos en un mundo en constante agitación, donde el cambio no solo nos rodea, sino que nos atraviesa. La ansiedad cotidiana, el temor difuso y una superficialidad creciente en las relaciones humanas marcan una sociedad que se enfrenta a su propio desconcierto. ¿Qué hemos perdido? ¿Qué estamos dejando de ser? Y, sobre todo, ¿qué precio pagamos al vivir cada día más temerosos y más solos?



¿Podré pagar las facturas y la compra del mes? ¿Me sustituirá una máquina o la inteligencia artificial en el trabajo? ¿A quién voto si ya no creo en nadie? Estas y otras preguntas, aparentemente aisladas, forman parte de un murmullo colectivo que crece como la marea: una inquietud sostenida, transversal, sin rostro concreto, pero omnipresente. Lo que se respira es incertidumbre o, quizás, miedo. No un miedo puntual, sino una sensación crónica de inseguridad que atraviesa calles, hogares y los vínculos más íntimos.

Silvia Garrigós Templeque, vicedecana del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, define este fenómeno como “miedo difuso”, una ansiedad que no se ancla en causa única, sino que brota de una suma de factores interrelacionados: “Incertidumbre económica, sobreexposición a noticias negativas, pérdida de referentes sólidos... Todo ello crea una cultura del miedo que





**El ahorro,  
la estabilidad  
laboral  
o adquirir  
una vivienda,  
antiguos  
pilares vitales,  
dejaron de ser  
aspiraciones  
realistas para  
las nuevas  
generaciones**

se normaliza silenciosamente”. Y esa normalización no es inocua. El último barómetro de la Fundación Foessa revela que más del 40 % de la población española se siente insegura respecto a su futuro personal y económico. La salud mental se resiente. Las relaciones se enfrían. Y la esperanza se ve convertida en lujo.

### **PRIORIDADES VITALES**

Uno de los efectos más tangibles de esta deriva social es la transformación de las prioridades vitales, especialmente entre los jóvenes.

El ahorro, la estabilidad laboral o la vivienda —antiguos pilares del proyecto de vida— han dejado de ser aspiraciones realistas para buena parte de las nuevas generaciones.

El filósofo Luis Íñigo Fernández, secretario general del Colegio de Docentes de Madrid y miembro del Consejo General de Colegios Oficiales de Doctores y Licenciados en Filosofía y Letras y en Ciencias, explica que esta brecha no puede entenderse solo en términos económicos: “Es mucho presumir que las personas de edad similar compartan valores solo por ello. Factores como la cultura, la educación o la renta familiar son igual o más determinantes”.

“Además”, añade Íñigo Fernández, “vivimos una época en que los valores son líquidos, como señaló Bauman. Nada dura demasiado tiempo, ni siquiera los supuestos valores de una generación”.

La volatilidad de las referencias colectivas, apunta el filósofo, “hace que la forma de ver el mundo de una generación sea distinta incluso antes de que otra nueva la suceda”. En ese contexto, los jóvenes se enfrentan a un escenario que cambia demasiado deprisa como para anclar su vida a largo plazo.

El politólogo Pablo Simón coincide: “El contexto económico y laboral hace que muchos jóvenes ni siquiera conciban como posible lo que para sus padres era un objetivo alcanzable. Vivimos una transmisión intergeneracional de la pobreza que rompe con la promesa del progreso”.

La OIT advierte que el desempleo juvenil alcanza ya el 27 % en España,

el doble que la media europea. Y mientras tanto, el informe *Global Trends for Youth* subraya que cerca del 65 % de los jóvenes siente que vive en precariedad permanente.

“Si cobro por contratos temporales poco más del salario base y pago 600 euros por una habitación en un piso compartido, dime de qué vivo y piensa cómo me quedo cuando oigo que tengo que ahorrar para la jubilación”, interpela Sara García, enfermera recién graduada. “Me da tristeza tener que irme de mi país, pero lo que acelera mi marcha es la falta de condiciones presentes y un futuro incierto sobre el cual prefiero no pensar”.

Sara pertenece a ese 74 % de jóvenes que se plantea emigrar, según un estudio de la Fundación SM (2025). El talento se fuga y con él, parte del futuro del país. De hecho, casi la mitad de los emigrantes españoles recientes tiene formación superior, según IVIE-BBVA.

### PODER ADQUISITIVO

La situación financiera no es solo una preocupación entre los jóvenes. “La economía crece en términos de Producto Interior Bruto, pero los ciudadanos no lo perciben. Y no lo hacen porque su economía está estancada. Hay más riqueza, pero se reparte entre una población más numerosa. La renta per cápita apenas se ha elevado en dos décadas”, advierte la periodista y escritora Ana Samboal en *El final de la clase media. Los jóvenes que vivirán de sus padres* (ed. Almuzara).

Esas macromagnitudes acaban impactando de lleno en el ciudadano de a pie: “La vida se ha encarecido extraordinariamente. Los precios de los alimentos, los de la energía, el transporte, la vivienda o los de los bienes y servicios que consumimos a diario, incluso del ocio, han subido en un porcentaje muy superior al que podrían haberlo hecho las rentas que las clases

Más del 40 %  
de la población  
española siente  
inseguridad  
sobre su futuro  
personal  
y económico



## Radiografía de una sociedad huérfana de certezas

**67%**

de los españoles afirma sentir miedo o ansiedad constante por su futuro inmediato (CIS, 2024).

**63%**

de los jóvenes valora que nunca podrá ahorrar suficiente para emanciparse (Fundación Foessa).

**82%**

de la población no confía de los partidos políticos y el 69% no cree en el sistema judicial (Edelman Trust Barometer, 2024).

En más de la mitad de las provincias españolas, los jubilados ganan igual o más que los trabajadores en activo (INE, 2025).

**14**  
de cada

jóvenes menores de 30 años sufre síntomas de fatiga mental, ansiedad o estrés, según la OMS.



medias obtienen por su trabajo. Y esa desigual evolución comienza a hacer mella en su bolsillo y en su ánimo”, afirma Samboal.

### SOLEDAD HIPERCONECTADA

La incertidumbre no afecta solo al bolsillo o al empleo. También erosiona los vínculos humanos. El *Barómetro de la soledad no deseada en España* indica que, en un mundo hiperconectado!, uno de cada tres españoles se siente solo “con frecuencia”, y dos de cada tres llevan así más de dos años. La cercanía física y emocional se desvanece. El individuo se vuelve isla.

Antonio, de 99 años, acude cada día a una plaza de Madrid con su altavoz. No lo hace por dinero ni por fama. Lo hace para no sentirse invisible. “La soledad no es estar solo —dice—. Es que nadie te mire a los ojos”. Su frase condensa lo que muchas personas callan: el anhelo de pertenencia, de comunidad, de ser

Solo el

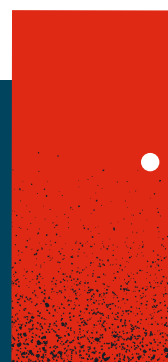
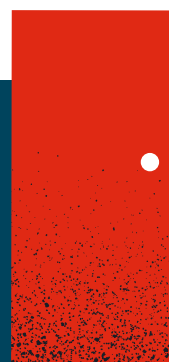
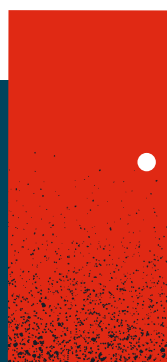
# 16%

de los menores de 35 años posee una vivienda en propiedad, frente al 52% en 1990 (Ministerio de Juventud e Infancia).

Cerca del

# 40%

de los españoles se siente solo de forma frecuente (SoledadES)





parte de algo más grande. De hecho, en España actualmente más de dos millones de personas mayores viven solas y se estima que una de cada cuatro experimenta sentimientos de aislamiento social. Este fenómeno se ha convertido en un problema estructural que afecta a la salud física y emocional, incrementando el riesgo de depresión, deterioro e incluso mortalidad prematura, según denuncia la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP).

La mayoría de la sociedad considera que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas, advierte el Observatorio SoledadES.

## MODERNIDAD LÍQUIDA

Íñigo Fernández reflexiona que esta deriva tiene raíces filosóficas: “El modelo de familia tradicional va perdiendo terreno desde hace décadas. Hoy los hogares individuales crecen mucho más rápido que los integrados por familias numerosas. El individualismo es un hecho. Y la educación, que antes se transmitía en el hogar, se ha trasladado a otros ámbitos como las redes sociales. Los valores dominantes son cada



vez más globales y menos familiares”. La sociedad ha entrado, según el sociólogo Zygmunt Bauman, en lo que describe como una era de *modernidad líquida*.

Las estructuras que antes cohesionaban —familia, trabajo, fe— se han vuelto flexibles y superficiales. El compromiso a largo plazo se diluye en favor de lo inmediato. Como sentencia Bauman: “Vivimos en tiempos líquidos, nada es seguro. Todo cambia: el amor, el trabajo, los valores y la manera de construir la identidad”.

“El cambio es tan rápido”, recuerda el filósofo, “que la planificación a largo plazo pierde sentido. Toffler ya lo vio en los años setenta con su *shock del futuro*: el vértigo del cambio constante provoca una enfermedad del tiempo. Hoy la inconsistencia del presente impide pensar el futuro”.

Desde el punto de la psicología, Silvia Garrigós añade que “surgen otros valores —diversidad, inclusión, salud mental—, pero falta sentido de comunidad”. Se trata de una transición que puede dejar al individuo desorientado, con pocos anclajes y mucha ansiedad.

El *Edelman Trust Barometer* (2024) revela que la desconfianza en las instituciones alcanza máximos históricos. La ciudadanía se siente huérfana de líderes creíbles. Y

sin referentes, crece la percepción de estar solos frente al caos. “La previsibilidad es esencial para el equilibrio emocional”, explica Garrigós. “Cuando todo parece amenazante, el miedo deja de proteger y empieza a gobernar”. Luis Íñigo Fernández coincide en que “la inconsistencia de la realidad diluye valores como el compromiso o la responsabilidad social, que solo pueden florecer en sociedades con instituciones sólidas”.

## TRUMP Y UN NUEVO MUNDO

La situación mundial también ha cambiado, posiblemente no a mejor, algo especialmente visible tras la llegada de Donald Trump a la Casa Blanca o la guerra en Ucrania. “Creíamos que la diplomacia podía ser la base de nuestra seguridad, sin embargo, ahora asistimos al regreso del poder militar duro. El mundo que nos rodea ha cambiado fundamentalmente”, lamenta el político y economista Mario Draghi, premio Princesa de Asturias de Cooperación Internacional 2025.

El economista italiano critica que desde la crisis de 2007 “no se ha cambiado nuestra gobernanza” para intentar generar confianza. “La diplomacia ha dado paso al poder militar, el multilateralismo

**La desconfianza en nuestras instituciones alcanza máximos históricos, según el ‘Edelman Trust Barometer’**

**BYUNG-CHUL HAN, PREMIO  
PRINCESA DE ASTURIAS DE  
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES**

## **“La tecnología sin control político” puede “esclavizar a las personas”**

**E**l pensador Byung-Chul Han, premio Princesa de Asturias de Comunicación y Humanidades, advierte que “la tecnología sin control político” puede adoptar una forma “monstruosa y esclavizar a las personas”, y afirmó que la clase media actual es “como aquel esclavo que le arrebató el látigo a su amo y se azota a sí mismo, creyendo que así se libera”. “Eso es un espejismo de libertad”, denunció.

En su discurso en el Teatro Campoamor, el pensador aseguró que ha interiorizado la definición socrática de la filosofía que considera al filósofo como el que agita, espolea y estimula. En ese sentido, advirtió que “aunque hoy creamos ser más libres que nunca, la realidad es que vivimos en un régimen despótico neoliberal que explota la libertad. Ya no vivimos en una sociedad disciplinaria, donde todo se regula mediante prohibiciones y mandatos, sino en una sociedad

**“Somos como aquel esclavo que le arrebató el látigo a su amo y se azota a sí mismo, creyendo que así se libera”**

del rendimiento, que supuestamente es libre y donde lo que cuenta, presuntamente, son las capacidades”, informa Servimedia.

“Sin embargo”, añadió, “la sensación de libertad que generan esas capacidades ilimitadas es solo provisional y pronto se convierte en una opresión, que, de hecho, es más coercitiva que el imperativo del deber”.

**“Es el teléfono inteligente el que nos utiliza nosotros, y no al revés”**

“Somos como aquel esclavo que le arrebató el látigo a su amo y se azota a sí mismo, creyendo que así se libera. Eso es un espejismo de libertad. La autoexplotación es mucho más eficaz que ser explotado por otros, porque suscita esa engañosa sensación de libertad”, aseveró.

El filósofo coreano criticó “que el teléfono inteligente puede ser una herramienta utilísima. No habría problema si lo usáramos como instrumento. Lo que ocurre es que, en rea-

**“El miedo a hundirse socialmente afecta ya a la clase media”**

lidad, nos hemos convertido en instrumentos de los *smartphones*. Es el teléfono inteligente el que nos utiliza a nosotros, y no al revés. No es que el *smartphone* sea nuestro producto, sino que nosotros somos productos suyos”.

El pensador reflexionó sobre “la tarea acuciante de la política” que, dijo, sería “controlar y regular el desarrollo tecnológico”. “La tecnología sin control político, la técnica sin ética, puede adoptar una forma monstruosa y esclavizar a las personas”, añadió. Byung-Chul Han aseveró que “no hay lazo social más fuerte que el respeto” y advirtió que “el miedo a hundirse socialmente afecta ya a la clase media. Precisamente estos temores son los que lanzan a la gente hacia los brazos de autócratas y populistas”. “Lo social se está erosionando”, advirtió. “Algo no va bien en nuestra sociedad”, resolvió el premio Princesa de Asturias de Comunicación y Humanidades.

**Mari Luz Alonso**



Foto: FPA Iván Martínez



Viene de la página 14

al proteccionismo, la confianza al recelo”, advierte. Aun así, Draghi ve esperanza: “Debemos ofrecer a los jóvenes una Europa que se niega a ser pisoteada, que actúe no por miedo al declive, sino por orgullo de lo que aún puede lograr”.

## CULTURA

El mundo de la Cultura no es ajeno a esta situación de *modernidad líquida*. El reciente ganador del Premio Princesa de Asturias de las Letras, Eduardo Mendoza, describió esta situación durante la Ceremonia de Entrega de los Premios: “No soy optimista ni pesimista, porque no sirvo para prever el futuro, pero no

me gusta el mundo tal como lo veo, quizá porque he tenido la suerte de vivir una larga etapa excepcional de relativa paz, estabilidad y bienestar. A mi edad, preferiría disfrutar de lo que hay y no andar quejándome de lo que falta, pero me temo que no podrá ser”. “Por lo demás”, añade, “los años me han hecho valorar sobre todas las cosas el respeto. Y si algo me han enseñado es que todo es relativo. O quizá no”.

## SOLTAR ANCLAS

Hubo un tiempo en que la vida se construía con certezas: una casa, un empleo estable, una familia, un porvenir. Esas anclas se han soltado: la propiedad ha dejado paso al alquiler eterno, la estabilidad al contrato temporal, y el compromiso al vínculo fugaz. “Hoy es difícil trazar un itinerario vital —advierde Íñigo Fernández— porque el futuro despierta zozobra más que esperanza. Nosotros teníamos una ‘vida ideal’: carrera, trabajo, familia. Ahora muchos jóvenes ya no la tienen, y eso alimenta lo que Stiglitz llamó el *malestar en la globalización*”.

Los jóvenes ya no sueñan con comprar vivienda: solo un 16 % lo logra antes de los 35. Muchos mayores, en cambio, cobran pensiones superiores al salario medio de los nuevos trabajadores. El ascenso social se resquebraja y con él, la idea misma de progreso.

“Del ahorro al ahora”, resume Íñigo Fernández. “Cuando el futuro ge-

## En España hay 4,3 millones de personas en situación de exclusión severa

Alrededor de 4,3 millones de personas se encuentran en situación de exclusión social severa, el doble del que había en 2007, fruto del “proceso inédito de fragmentación social” que atraviesa España, en el que la clase media se contrae desplazando a muchas familias hacia estratos inferiores, según el *IX Informe Foessa sobre Exclusión y Desarrollo Social en España*, presentado por Cáritas Española. Una de las conclusiones es que los grandes motores de la exclusión son una “vivienda inaccesible” y el “empleo precario”, pese a los recientes datos del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, que arrojan que en octubre la Seguridad Social ha ganado 141.926 afiliados medios (+0,65 %), informa Servimedia.

“Aun con crecimiento económico España tiene una de las tasas más altas de desigualdad de la Unión Europea”, lo que “perpetúa la pobreza y la exclusión”, lamentó el coordinador del informe, Raúl Flores. Además, “el 45 % de la población que vive en régimen de alquiler se encuentra en riesgo de pobreza y exclusión social, la cifra más alta de la Unión Europea. El alquiler se ha convertido en una trampa de pobreza”, añadió el técnico, que considera que la vivienda es “un derecho fake” que ha dejado de ser “hogar” para convertirse en causa de preocupaciones.

Almudena Hernández

“El futuro dependerá de cómo seamos capaces de gestionar esta transición como sociedad”, advierte la psicóloga Silvia Garrigós

Escanea este QR para leer la noticia extendida.



Sigue en la página 18





**Álex Rocas  
Jordi,**  
presidente  
del Consejo  
General de  
Colegios  
Oficiales de  
Doctores y  
Licenciados  
en Filosofía  
y Letras y  
en Ciencias.

## *La filosofía en tiempos de cambio: más necesaria que nunca*

A nadie se le escapa que vivimos tiempos convulsos, llenos de incertidumbres: políticamente, socialmente, globalmente. Asistimos, incrédulos, a una aceptación cada vez más generalizada de respuestas fáciles a problemas complejos. A menudo basadas en la manipulación (cuando no en la mentira), que voluntariamente promueven el olvido de la memoria histórica y la neutralización del individuo libre, capaz de pensar individualmente. Quizás esta aceptación responde a una pérdida generalizada, no consciente, de los objetivos de la educación: formar ciudadanía libre que piense críticamente (competencia) desde el conocimiento. En este contexto de complejidad social y de transformaciones, también educativas, en un mundo que precisa cambios urgentes e inaplazables, tenemos que poner la educación —y la cultura— en el centro. Porque la educación —y la cultura— deben formar ciudadanía y facilitar tener futuro. Una sociedad que se quiere desarrollada e inclusiva tiene que centrar los esfuerzos y los recursos en mejorar el nivel educativo de la población, holísticamente, y estos recursos deben entenderse no en términos de gasto, sino de inversión.

Quizás, pues, parte de la respuesta resida en una escuela más fuerte, que promueva decididamente la formación de una ciudadanía conscientemente comprometida, libre y con bases sólidas.

En este contexto educativo, la misma ordenación curricular de las enseñanzas de la educación obligatoria y postobligatoria es toda una declaración de intenciones sobre las competencias y los objetivos a lograr: capacidad de comprender, interpretar e

### **“LA EDUCACIÓN —Y LA CULTURA— DEBEN FORMAR CIUDADANÍA Y FACILITAR TENER FUTURO”**

interrelacionar conocimientos; formación de ciudadanía autónoma y competente, con criterio para

usar los conocimientos, con capacidad crítica, solidaria, libre y responsable, con una cultura sólida y amplia. Sin olvidar que la metodología que se propone requiere diálogo argumental, pensamiento estructurado, habilidades analíticas, críticas y dialécticas. En definitiva, pensamiento crítico.

Sin lugar a dudas, es sobre todo la filosofía la que sienta las bases conceptuales, metodológicas y de conocimiento estructural que permiten el logro de estos objetivos. No podemos confiarlo a la transversalidad exclusivamente, porque creer que una consolidación con la suficiente profundidad de las competencias de pensar críticamente, de reflexión ética, de capacidad de análisis y de interrelacionar y reflexionar puede llevarse a cabo solo de forma transversal en las diferentes materias se aleja de la realidad de las aulas. El tratamiento transversal tiene que acompañar el conocimiento adquirido previamente, irrenunciable porque es estructurante y sienta bases sólidas sin las que no es posible una cultura amplia sólida y profunda.

La filosofía es la disciplina que hace reflexionar sobre las áreas y los temas en los que el alumnado no se había detenido a pensar. Y lo hace con una metodología muy propia: el diálogo, entendido como el intercambio de pensamientos, argumentos e ideas, donde el acto de preguntarse es lo más relevante. •



Viene de la página 16

nera ansiedad, se prima el consumo inmediato. No extraña que un joven prefiera el último móvil antes que ahorrar para una casa. Es la ética del presente absoluto”, precisa Íñigo Fernández.

## VIDA DIGITAL

El filósofo sitúa a la tecnología como la raíz de este desplazamiento vital: “La transformación del teléfono móvil en un ordenador de bolsillo ha hecho posible que los jóvenes vivan gran parte de su tiempo en un mundo virtual. Allí discurren las relaciones personales y el ocio. Lo real se ha vuelto inconsistente, como señala Žižek, y eso afecta a su capacidad de proyectarse hacia el futuro”. El miedo de lo contemporáneo tiene raíces tecnológicas: crisis encadenadas, precariedad estructural, redes sociales saturadas de noticias negativas.

La vida, por todo lo descrito, se experimenta como un presente continuo. El futuro, antes territorio de planificación, se ha convertido en un espacio borroso. La velocidad tecnológica y la irrupción de la inteligencia artificial convierten en tarea de adivinación saber qué empleos van a sobrevivir. Cuesta renunciar a los placeres inmediatos cuando no se sabe si valdrá la pena.

El secretario técnico de la Fundación Foessa, Raúl Flores, habla de “una sociedad del desasosiego”.

“El cambio tecnológico —puntuatiza Íñigo Fernández— es el factor determinante. Ni siquiera la revolución industrial tuvo un impacto tan grande sobre los valores sociales y las actitudes. Lo económico, lo social y lo cultural operan hoy como fuerzas interrelacionadas que se influyen mutuamente”.

## FUTURO

¿Hay salida? La psicología habla de redes de apoyo emocional, sentido de propósito y narrativas esperanzadoras. “No se trata solo de fortalecer

al individuo —dice Garrigós—, sino de transformar las condiciones sociales que lo rodean”.

Íñigo Fernández apunta que el cambio debe ser más profundo: “El éxito es exterior; la realización personal, interior. Hoy, el éxito y la realización son más incompatibles que nunca, porque los valores dominantes son menos humanos. Pero ahí reside el reto: elegir los propios valores y obrar en consecuencia”.

Natalia Peiró, secretaria general de Cáritas, sostiene que “vivimos un momento histórico de profunda complejidad”. “Nuestro país ha reconfigurado su estructura social, económica y territorial”, y “está en una encrucijada” que define no solo su presente, sino el horizonte de posibilidades para las próximas décadas. Ante ello, reclama “políticas públicas que afronten las causas estructurales de la pobreza” y un “nuevo pacto social basado en la interdependencia y el cuidado”, informa Servimedia. Raúl Flores coincide: “No somos individuos aislados. Dependemos los unos de los otros y dependemos de la naturaleza”.

El filósofo Íñigo Fernández invita a una reflexión final: “Modelos ideales siempre los habrá: respeto, diálogo, armonía. Pero cada generación debe buscar su propio camino. Mi consejo a los jóvenes: sé valiente, sé tú mismo y ten paciencia. Usa el tiempo como herramienta, no como hamaca; el dinero, sin que te use; y en las relaciones, recuerda que el otro nunca es un medio, sino un fin”.

Quizá ese sea el último aprendizaje entre generaciones: que el futuro, aunque inasible, sigue siendo una tarea colectiva y que, en tiempos líquidos, la verdadera valentía no consiste en prever el mañana, sino en construirlo mientras se desvanece. El miedo seguirá ahí, pero también, si lo elegimos, la posibilidad de cambio. Porque, como diría Luis Íñigo Fernández, el futuro no se espera: se piensa, se inventa, se hace. •

**La vida se vive  
como presente  
continuo,  
mientras  
el futuro se  
ve como un  
espacio borroso**



# Saber es esencial

Una iniciativa de  
Por Talento Digital  
de Fundación ONCE



**Fórmate en competencias  
digitales básicas**

Captura el QR y consulta  
los cursos disponibles:



Infórmate en el 91 327 60 60

Entra en [portalentodigital.fundaciononce.es/esenciales](https://portalentodigital.fundaciononce.es/esenciales)

“El mundo ha  
cambiado pero  
los humanos son  
prácticamente  
iguales”

# Ken Follett

 Rafael Olea

 Gareth Iwan Jones





El escritor galés frente a Stonehenge, el escenario que inspiró *El círculo de los días* (Plaza & Janés), una novela que revive la Edad de Piedra y los secretos de uno de los mayores enigmas de la humanidad.

¿Qué impulsa a una sociedad prehistórica —que todavía no conoce la rueda— a erigir uno de los monumentos más enigmáticos de la humanidad? Ken Follett se adentra en el misterio de Stonehenge con *El círculo de los días*, una novela que convierte la arqueología en relato humano y reconstruye una civilización que dejó su marca en la eternidad a través de la piedra. Y nos recuerda que, pese al paso de los milenios, las inquietudes esenciales humanas siguen intactas: seguridad, violencia, trabajo, familia, amor y desamor...



Ken Follett (Cardiff, Gales; 1949) comparte con millones de visitantes la fascinación que provoca el enigmático círculo megalítico de Stonehenge. Pero, a diferencia de la mayoría, él no se conforma con la pregunta obvia —¿cómo levantaron esas piedras?—, sino que se adentra en lo que late detrás: la historia humana, las emociones, las tensiones sociales que hicieron posible la construcción de uno de los monumentos más enigmáticos del mundo. De esa curiosidad nace *El círculo de los días* (ed. Plaza & Janés), su nueva novela, un viaje al Neolítico que, como siempre en Follett, convierte la arqueología en narrativa.

“Cuando ves Stonehenge, todo el mundo piensa: ¿cómo lo hicieron? Yo también. Y entonces empecé a imaginar las preguntas prácticas: ¿cómo arrastras bloques de varias toneladas durante meses? ¿Cómo convences

a la gente para que deje sus campos y se sume a esa locura?”, cuenta el escritor galés. Y añade: “Eso no es solo ingeniería, es política, es liderazgo, es persuasión. Alguien tuvo que decir: ‘Vamos a traer una de las piedras más grandes del mundo hasta aquí’. Y alguien tuvo que seguirle”. Y apuesta a que eso lo materializó una mujer.

#### MOVIMIENTO SOCIAL PALEOLÍTICO

Follett desvela que para construir el icónico monumento megalítico fue preciso un amplio “movimiento social” en plena Edad de Piedra, en una sociedad que considerábamos atrasada. “No había dinero, no había contratos. Había que convencer, inspirar, crear un propósito común. Y eso me fascinó”, subraya.

“La gente que construyó Stonehenge no había inventado la rueda y tampoco usaba animales para transportar cargas pesadas, así que tuvo que ser un gran número de personas el que movió esas piedras tan enormes tirando de cuerdas y trineos” añade.

Y en este sentido, Follett precisa que las sociedades cambian, pero la esencia humana se mantiene: “Esta historia tiene 4.500 años y resulta tan actual como las noticias de hoy. Tiene guerra, venganza, limpieza étnica, sexo y misoginia. El mundo ha cambiado, pero los humanos son prácticamente iguales”.

Sin embargo, evita establecer “paralelismos” entre la Edad de Piedra y un presente del que admite estar preocupado, especialmente





"Cuando ves este fantástico monumento, todo el mundo piensa: ¿cómo lo hicieron? Y yo también. Pero empecé a meditar en esas preguntas prácticas y me di cuenta de que ahí había una historia realmente buena", asegura Follett.

por las consecuencias que puede originar el cambio climático. No obstante, sí admite que "hay cosas que preocupan a la gente de todas las edades: la violencia, la delincuencia, cómo encontrar dinero y trabajo, mantener a la familia... y también el amor y el desamor, el matrimonio y el sexo".

También rehúye establecer semejanzas entre la construcción, piedra a piedra, del enigmático círculo megalítico y las grandes catedrales que describe en *Los Pilares de la Tierra*: "Los detalles son del todo diferentes, pero cada libro cuenta la historia de una sociedad que hizo algo extremadamente difícil gracias a un gigantesco esfuerzo comunitario".

"Siempre escribo sobre temas que son relevantes para el ser humano en cualquier época histórica: el amor y el matrimonio, la forma de ganarse el pan, la violencia y la guerra", precisa Follett. Posiblemente, esa es la clave

Ken Follett (Cardiff, 1949) dejó el periodismo para convertirse en escritor. Su primer éxito fue en 1978 *El ojo de la aguja* (*La isla de las tormentas*) y se consagró a nivel mundial con la saga medieval iniciada por *Los pilares de la Tierra*.

de su éxito y de haberse convertido en el autor de novela histórica más leído a nivel mundial, al relacionar los datos arqueológicos con el drama humano que fue preciso para construir monumentos imperecederos, ya sea Stonehenge o el templo gótico de la ficticia Kingsbridge de *Los Pilares de la Tierra* (inspirada, según Follett, en la catedral de Santa María de Vitoria).

## MISTERIO

El escritor admite que "cada novela histórica tiene unas bases de realidad, y después también emociones por encima de esas bases", y explica que el origen del *Círculo de los Días* surgió cuando "estaba leyendo un libro de no ficción escrito por un arqueólogo, Mike Pitts, titulado *Cómo construir Stonehenge*, y me dije: 'Tendría que haber una novela de Ken Follett sobre eso'".



# “Stonehenge es, en cierto modo, la primera gran novela de la humanidad”

Tras un exhaustivo proceso de documentación, valora la extrema importancia que tuvo aquel círculo megalítico para la gente del Neolítico, que lo construyó con la intención de que perdurara y fuera admirado por las siguientes generaciones, “y todavía hoy lo hace”, subraya.

## LA TRIPLE FUNCIÓN DE STONEHENGE

Follett desvela que Stonehenge tenía una triple función para la gente de la Edad de Piedra: un calendario solar, un templo o centro ceremonial y, muy posiblemente, una feria a modo de gran mercado.

Es decir, era un lugar donde religión y astronomía caminan juntas, y donde comercio y ritual también se entremezclaban. “Sabemos que Stonehenge estaba orientado al solsticio, que había un estudio de los cielos. Eso es común en muchas civilizaciones tempranas donde religión y astronomía van juntas”.

Follett precisa que “la primera función —la religiosa, la de templo— es la más controvertida”, ya que resulta difícil demostrarla empíricamente, aunque numerosos indicios apunten en esa dirección.

Por otro lado, la orientación de Stonehenge hacia las estrellas y el solsticio permitía a sus constructores establecer un calendario, algo fundamental en aquella época prehistórica para determinar las estaciones del año y poder anticipar los ciclos agrícolas.

También hay evidencias de que Stonehenge fue mucho más que un monumento megalítico:

co: funcionó como una gran feria paleolítica y un punto de encuentro social de enorme relevancia. Según el autor, “sabemos que allí se reunía mucha gente para intercambiar comida, herramientas e historias”, lo que convierte al monumento en un espacio donde el comercio y el ritual se entrelazaban.

En ese mercado megalítico, la logística adquiriría un papel central que describe en *El círculo de los días*, pues era imprescindible alimentar a los millares de personas que se concentraban en torno al círculo, así como a quienes extraían y transportaban las monumentales piedras desde canteras situadas a treinta kilómetros —y recordemos que todavía no se había inventado la rueda—.

Stonehenge, por tanto, representaba “un cruce” entre religión, astronomía y comercio, en donde personas de distintos lugares compartían relatos y conocimientos, intercambiaban utensilios y participaban en rituales colectivos. De este modo, el monumento ofrecía a la comunidad la oportunidad de reforzar lazos sociales, transmitir tradiciones y organizar la vida colectiva en torno a un propósito común, integrando en un mismo espacio el comercio, la astronomía y la religión.

## LA ECONOMÍA DEL SÍLEX

Un detalle que sorprendió enormemente a Follett durante el proceso de investigación sobre la Edad de Piedra fue el inmenso valor que tenía el sílex en aquella época, pues era el único material con el que podían fabricarse herramientas que cortaran.

También le asombraron las minas que se utilizaban para extraerlo, cavando con las manos, piedras y palos varios metros bajo la superficie. “Siempre asociamos la minería con la Revolución Industrial, pero en la Edad de Piedra ya excavaban para conseguir el mejor pedernal. Era esencial para fabricar herramientas, y eso lo convertía en una especie de moneda. No había dinero, pero tenía valor”.

El propio escritor visitó y bajó a las minas que se utilizaban para extraer este material, situadas varios metros bajo tierra, puesto que el sílex superficial era menos preciso para construir herramientas al haber estado más expuesto a la erosión, y ser por tanto más inestable. «Me sorprendió descubrir que ya había minas en la Edad de Piedra»,



Follett describe en su último libro, tras un arduo proceso de documentación, cómo y por qué se construyó Stonehenge.

precisa. Por eso, plantea una idea sugerente que pone en valor el papel económico del sílex en la construcción de Stonehenge: su uso como una especie de protomoneda. No se trataba solo de un símbolo o una herramienta más, sino del material esencial sobre el que se articulaba la vida cotidiana de la época. Era imprescindible para las tareas domésticas y de subsistencia: cazar, cortar carne o madera, tallar, moler... El escritor afirma que “no existía el dinero en la Edad de Piedra, pero el sílex podía funcionar como tal porque todos lo necesitaban”.

### NO GANARÁ EL NOBEL

Con su característico humor británico, Follett admite con ironía que nunca ganará el Nobel, ya que, según él, ese galardón solo lo reciben quienes “escriben cosas sesudas”. Él, en cambio, no pretende “dar lecciones”, sino “contar historias realistas sobre personas”. Su verdadera ambición, confiesa, es mucho más sencilla y directa: “Lo que quiero es que el lector quiera saber qué pasa en la página siguiente”.

“Stonehenge es, en cierto modo, la primera gran novela de la humanidad”, afirma Follett. Una historia esculpida en piedra, no escrita con palabras, que revela el anhelo de trascendencia de quienes la erigieron. “Querían ser recordados”, dice, y en eso, añade, los escritores no somos tan distintos: “Quizá eso sea lo máximo a lo que podemos aspirar: crear algo que dure más que nosotros”.

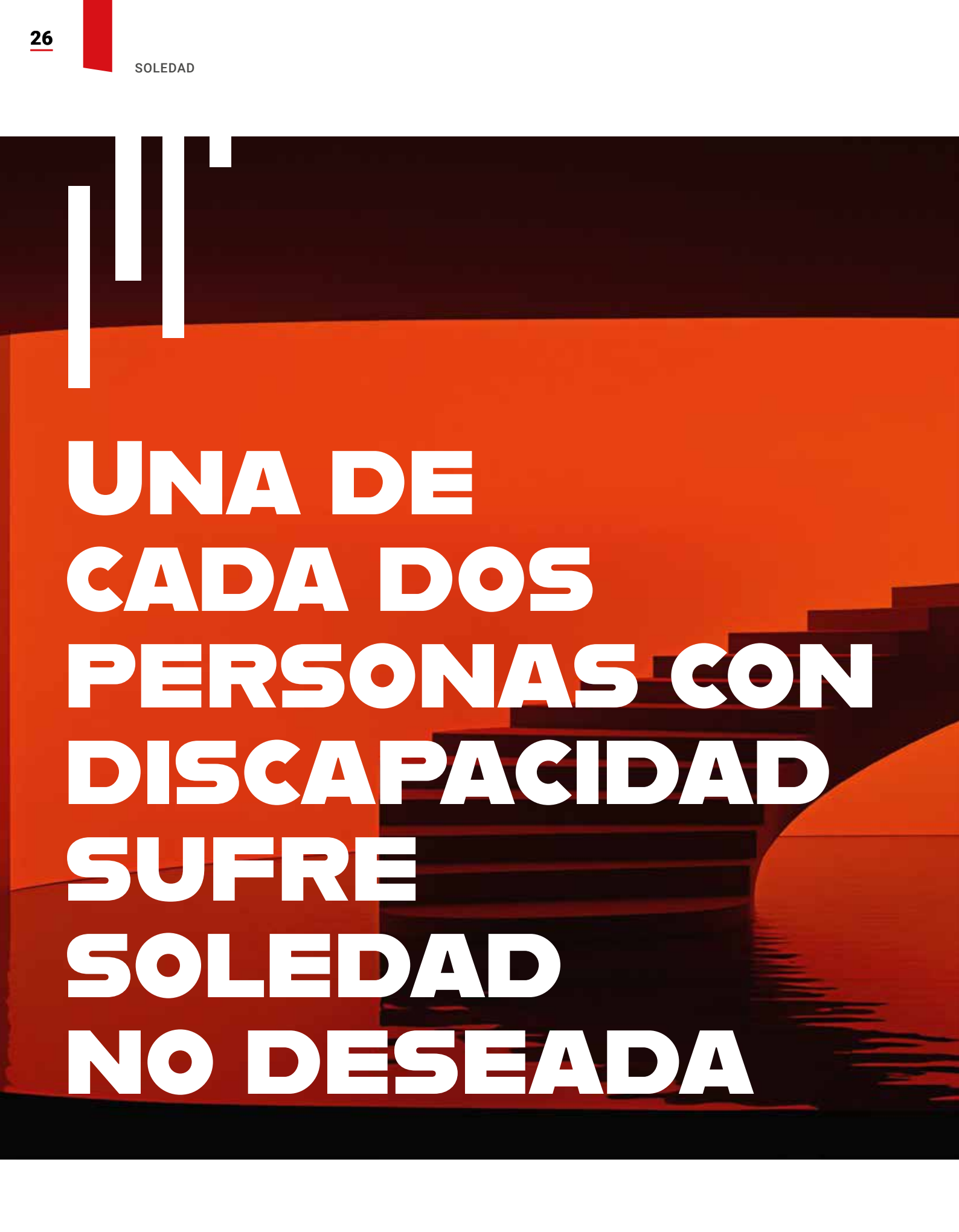
Al final, la metáfora de Stonehenge se cierra sobre sí misma, como el círculo que representa: se entra en él como en un calendario ancestral y se sale con la intuición de que, en el fondo, todas las épocas comparten una misma esencia humana: la de quienes aman, temen, trabajan y desean. •



Ken Follett es uno de los autores de *best sellers* más populares del mundo. Ha vendido más de 197 millones de sus 38 libros y ha sido traducido a 40 idiomas.


### Milenario enigma

Durante siglos, Stonehenge ha despertado fascinación y misterio. Su construcción comenzó hace 5.000 años con un simple terraplén circular, y hacia el 2500 a.C. se añadieron los imponentes megalitos, transportados desde distintas regiones. Durante más de 800 años, el monumento fue transformándose. A lo largo del tiempo, su origen ha sido atribuido a la magia o a los druidas, aunque la arqueología ha desmentido estas teorías. Pese a los avances científicos, Stonehenge sigue guardando secretos, manteniendo viva la magia y el misterio de uno de los grandes enigmas de la humanidad.



**UNA DE  
CADA DOS  
PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD  
SUFRE  
SOLEDAD  
NO DESEADA**





La soledad no deseada afecta con especial incidencia a las personas con discapacidad: más de la mitad (50,6 %) la sufre, un porcentaje superior en casi 35 puntos al registrado entre la población sin discapacidad. El último informe del Observatorio SoledadES advierte sobre la cronificación de esta situación y sus efectos en la salud mental, el acceso al empleo y las relaciones sociales.



**Bárbara Guerra**

a soledad no deseada afecta a una de cada dos personas con discapacidad en España, según revela un estudio del Observatorio Estatal de la Soledad No

Deseada (SoledadES), que alerta sobre la persistencia y profundidad de esta realidad en uno de los

colectivos más vulnerables del país, mientras urge a tomar medidas para remediarlo. El informe revela que el 50,6 % de los encuestados afirma sentirse solo en este momento, frente al 15,8 % de la población sin discapacidad. Es decir, la prevalencia de la soledad no deseada en este grupo representa un porcentaje superior en casi 35 puntos al registrado entre la población sin discapacidad. Matilde Fernández, presidenta del Observatorio SoledadES, precisó que “la soledad no deseada es una forma de sufrimiento que no se ve, pero que se siente profundamente. Este estudio pone cifras a una vivencia que muchas veces se vive

## **"LA SOLEDAD NO DESEADA ES UNA FORMA DE SUFRIMIENTO QUE NO SE VE, PERO QUE SE SIENTE PROFUNDAMENTE", AFIRMA MATILDE FERNÁNDEZ**

en silencio. Nos obliga a repensar cómo estamos construyendo nuestras comunidades, nuestras ciudades y nuestras políticas públicas". Fernández insistió en que no se trata de un problema individual, sino estructural: "La soledad no deseada no es solo un problema individual, sino una cuestión de justicia social que afecta a la salud democrática de nuestro país. Es urgente que se reconozca como un problema estructural, que requiere respuestas transversales desde todos los ámbitos: sanitario, educativo, laboral y comunitario".

### **ESCUCHAR NO ES OÍR**

Miguel Carballada, presidente del Grupo Social ONCE, reivindicó el papel de la organización como espacio de escucha y acompañamiento: "La soledad no deseada es una realidad que ya estaba aquí antes de la pandemia. Lo constatan cada día los vendedores de la ONCE, centinelas de la ilusión, que escuchan diariamente a muchas personas cuando acuden a comprarles productos de juego. Son psicólogos callejeros que saben escuchar, que no es lo mismo que oír".

Carballada también destacó el potencial de la tecnología como aliada: "Las tecnologías, bien usadas, ayudan a combatir la soledad. Es lo que ocurre, por ejemplo, con altavoces inteligentes como Alexa, que llevan los libros de la biblioteca digital de la ONCE hasta los hogares de nuestros afiliados".

### **JUSTICIA SOCIAL**

La secretaria de Estado de Derechos Sociales, María Rosa Martínez, subrayó la relevancia del estudio como herramienta para el diseño de políticas públicas: "Este informe va a aportar luz y servir de hoja de ruta para estudiar con rigor esta realidad y ayudar a ser capaces de implantar políticas más inclusivas".

Además, añadió que "las soluciones pasan por alejarse de la idea de que la soledad es algo negativo en sí mismo; abandonar el estereotipo de que afecta solo a las personas mayores, y ser conscientes de que es un problema colectivo que afecta a la salud de la democracia. La soledad no deseada es un problema de justicia social".

### **CLAVES: MÁS ALLÁ DE LAS CIFRAS**

El estudio no solo mide la prevalencia, sino que analiza factores asociados: género, edad, empleo, salud, relaciones sociales y uso de tecnología.

Una de las principales conclusiones es que la soledad no deseada es más frecuente entre las mujeres (54,3 %) que entre los hombres con discapacidad (45,7 %) y afecta especialmente a los extremos de edad: 65,7 % en personas de entre 18 y 29 años y 64,1 % entre los mayores de 65.

Además, se identifican una serie de factores que incrementan la probabilidad de sufrir soledad: tener pocas relaciones familiares o de amistad y de baja calidad emocional, estar desempleado o en situación de pobreza, vivir solo, especialmente si no se ha elegido hacerlo; tener problemas de salud mental o física, residir en grandes ciudades, donde la soledad alcanza niveles más altos que en zonas rurales.

El tamaño del municipio también influye: en localidades con menos de 10.000 habitantes, la prevalencia es del 41,4 %, mientras que en ciudades de más de 500.000 habitantes alcanza el 56,5 %.

**50,6 %**

de los adultos con discapacidad se sienten solos actualmente.

**40,4 %**

sufre soledad prolongada (más de dos años).

**79,9 %**

lleva más de dos años en situación de soledad; 73,6%, más de tres.

**65,8 %**

de las personas con discapacidad desempleadas sufren soledad, frente al 46,6% de las ocupadas.

**65,7 %**

de los jóvenes (18-29 años) y 64,1% de los mayores (65+) con discapacidad sufren soledad.

**50,9 %**

de las personas con discapacidad que se sienten solas han tenido pensamientos suicidas o autolesivos.

### RELACIONES SOCIALES Y FAMILIARES

El grado de satisfacción con las relaciones es “clave” para la soledad no deseada. Más de la mitad de quienes la sufren afirman tener menos relaciones familiares y de amistad de las que desean (56,3 % y 69 %, respectivamente), cifras similares a las de la población sin discapacidad. Entre quienes no se sienten solos, estos porcentajes no llegan al 25%.

Además, 53,9 % califican sus relaciones familiares como malas o regulares y 12,9 % no cuentan con ningún tipo de apoyo, casi el doble que quienes no sufren soledad.

### BRECHA DIGITAL Y DESEMPLEO

El informe constata una brecha significativa en acceso y uso de internet respecto a la población general. Aun así, 53,5 % cree que la tecnología puede generar compañía. Entre quienes se sienten solos, 37,5 % se relaciona principalmente online con familiares y 47,7 % con amistades.

El desempleo es un factor de riesgo importante: 65,8 % de las personas con discapacidad desempleadas sufren soledad, frente al 46,6 % de las ocupadas.

En salud, la correlación es clara: 77,2 % de quienes perciben su estado como muy malo sufren soledad, frente al 26,4 % de quienes se sienten bien.

### SALUD MENTAL Y ACOSO

Más de la mitad de quienes sufren soledad han padecido acoso laboral, escolar o de pareja (58,9 %). Además, el 50,9 % han tenido pensamientos suicidas o autolesivos, frente al 23,7 % de quienes no sufren soledad. La asistencia psicológica aumenta más de 20 puntos entre quienes padecen aislamiento.

### RETOS Y RECOMENDACIONES

El informe plantea diseñar programas que aborden tanto factores estructurales como individuales, involucrar a las personas con discapacidad en las soluciones, ofrecer ayuda incluso sin demanda explícita, generar conocimiento periódico y eliminar barreras, incluidas las digitales. Tras la presentación, una mesa de diálogo con entidades como ONCE, CERMI, CNSE, Plena inclusión, Cocemfe, Fiapas, Aspace y Salud Mental España compartió buenas prácticas e iniciativas innovadoras. •





Unai Sordo Calvo (Barakaldo, 1972) es diplomado en Graduado Social por la Universidad del País Vasco. Desde julio de 2017, es secretario general de Comisiones Obreras.

# Unai Sordo

SECRETARIO GENERAL DE CC. OO.

**"Si se cumplieran los horarios, ya habría una reducción del tiempo de trabajo"**

El secretario general del sindicato Comisiones Obreras (CC. OO.), Unai Sordo, ha defendido que en algunos sectores la jornada laboral ya se habría reducido si se cumplieran los horarios establecidos, sin necesidad de una reforma legal. Además, ha anunciado que reclamará al Gobierno una subida del Salario Mínimo Interprofesional (SMI) que garantice a los trabajadores un ingreso neto equivalente al 60 % del salario medio, sin que ello implique necesariamente la exención fiscal.



Maite Muñoz



Jorge Villa

**E**l líder de CC. OO. confirmó, en una entrevista en Servimedia, conversaciones con el Gobierno respecto a la nueva norma sobre el registro de jornada. Esta se produce después de que el Congreso rechazó en septiembre, con los votos de PP, Vox y Junts, el proyecto de ley de reducción de la jornada de trabajo. En respuesta, el Gobierno prepara un registro de jornada endurecido

Sordo dijo no comprender por qué el control horario “pone muy nerviosa a la patronal” y consideró que “tendrían que ser las empresas las primeras interesadas en garantizar que no haya competencia desleal con el uso irregular o ilegal del tiempo de trabajo”.

“Si se cumplieran los horarios, en la práctica ya habría una reducción del tiempo de trabajo”, afirmó Sordo, que citó el caso de la hostelería como un sector en el que se produce un “alargamiento ilegal del tiempo de trabajo”.

El máximo responsable de CC. OO. ejemplificó que, si los dos millones y medio de horas extraordinarias no cotizadas se redujeran a la mitad, “estamos hablando de mucho empleo que afloraría”. Además, se alineó con la patronal CEOE en que este tema se canalizara a través de la negociación colectiva porque “está muy ligado a la distribución del tiempo de trabajo y esto no lo puede arreglar una ley”, pero discrepó con la organización de empresarios en que “la ley tiene que acompañar para que los sectores más debilitados puedan estar en las mismas condiciones”.

### “DEBATE MUY INCÓMODO”

De hecho, apuntó que a la CEOE “le parece muy bien” tratar la jornada en la negociación bipartita y “se supone” que se sentará a negociar el nuevo Acuerdo para el Empleo y la Negociación Colectiva (AENC) con “un planteamiento muy ambicioso de reducción de jornada”.

El líder de CC. OO. avisó de que los sindicatos van a “continuar con la bandera de la reducción de jornada” y “en el momento oportuno” instarán al Gobierno a que presente un nuevo texto para que lo lleve a tramitación.

### SALARIO MÍNIMO

El secretario general de CC. OO. también subrayó que pedirán al Gobierno de España subir el Salario Mínimo Interprofesional (SMI), de manera que se garantice que los trabajadores reciban en neto un 60 % del salario medio, sin que necesariamente suponga que este no tribute.

## Sordo advierte que las ayudas para vivienda pueden “inflar el precio”

El secretario general de CC. OO., Unai Sordo, considera que las ayudas para alquiler o compra de vivienda que no tengan condiciones “pueden acabar inflando el precio”, en referencia al anuncio del Gobierno de una ayuda de 30.000 euros para jóvenes que alquilen con opción a compra.

Sordo explicó que este tipo de ayudas las absorben los propietarios en los precios que ponen a sus inmuebles y concluyó que el problema de la vivienda no se resuelve “con medidas simples”.

A su juicio, cuando se acumulan “prácticamente siete décadas” de políticas que “han inflado los precios de la vivienda, no lo arreglas en siete meses”. Además, destacó que en esta materia intervienen todas las administraciones públicas, con lo que “tampoco vale solo una ley de vivienda” que puede ser bloqueada en comunidades autónomas que estén en contra. En este sentido, llamó a una “acción interinstitucional”.

Entre las propuestas de su sindicato, señaló topar los precios de los alquileres, construir más vivienda para alquiler asequible, movilizar vivienda vía para alquiler dando a los propietarios “la seguridad de que van a tener sus inmuebles en buenas condiciones” y regular “de forma distinta” los pisos turísticos.

El líder de CC. OO. también subrayó que los empresarios “debieran ver cuanto antes” que la vivienda “empieza a ser un lastre económico de primer orden” que afectará a la movilidad laboral.



“No se trata de tener *sine die* exento el SMI de tributar, pero sí que una vez que tribute le garantizas que cobra el 60%” del salario medio, subrayó. Ello implica que “habrá que subirlo más”, según Sordo, que no precisó cifra. Este año, el SMI ha subido en 50 euros en términos brutos, hasta los 1.184 euros mensuales.

Además, CC. OO. y UGT exigirán al Gobierno modificar el decreto que regula el SMI, con el objetivo de que la subida no sea absorbible en pluses extrasalariales, pues se ven afectados quienes cobran “un poquito por encima” del mínimo, que son salarios de “mera subsistencia”, según Sordo. Además, justificó estas propuestas en que “parte del malestar social” se debe al momento de crispación política y otra





## Aprobada la ampliación de los permisos por nacimiento y cuidados

Los permisos retribuidos a los progenitores por nacimiento y cuidados se amplían a un total de 19 semanas de permiso retribuido por progenitor, y 32 semanas en el caso de familias monomarentales o monoparentales, después de que el Congreso aprobara un Real Decreto-ley.

La medida tiene carácter retroactivo desde el 2 de agosto de 2024, por lo que las familias con hijos nacidos a partir de esa fecha ya pueden acogerse a los nuevos derechos. No obstante, los permisos podrán solicitarse formalmente a partir del 1 de enero de 2026, siempre que se cumplan los requisitos establecidos.

Los permisos se distribuyen de la siguiente manera: 17 semanas por nacimiento, válidas durante el primer año de vida del menor. Las primeras seis semanas deben disfrutarse de forma ininterrumpida y a jornada completa tras el parto. Además, se establecen dos semanas adicionales para cuidados, que

podrán disfrutarse de forma flexible en los ocho primeros años de vida del hijo o hija.

Estos permisos ampliados podrán ser solicitados por los progenitores que cumplan los requisitos a partir del 1 de enero de 2026, constituyéndose como un derecho de la persona trabajadora no transferible al otro progenitor, y tienen la misma validez en casos de adopción, acogimiento familiar o guarda. A esto se suma, el permiso de lactancia, que sigue

R. O.



parte “tiene un anclaje en la realidad, y es que en un país que va bien en términos macroeconómicos, hay mucha gente que anda muy justita para llegar a fin de mes”.

En cuanto a la negociación bipartita con la patronal y la renovación del Acuerdo para el Empleo y la Negociación Colectiva (AENC), que expira al cierre del año, Sordo también apeló a “reforzar” la subida de los salarios en los “dos o tres años” que dure el próximo acuerdo y apuntó que habrá “varias variables” que conducirán a una subida. Entre ellas, estaría la vivienda, pues Sordo consideró que “hay que tener en cuenta” el encarecimiento de la vivienda a la hora de pactar la subida salarial. Sí que aclaró que su pretensión no es vincular esos precios con los salarios porque “nada tienen que ver”, pero sí que se tenga en cuenta y que sindicatos y patronales “fuéramos capaces de trasladar a las administraciones un mínimo diagnóstico de la importancia que tiene hacer una política ofensiva y ambiciosa de vivienda”.

El secretario general de Comisiones Obreras avisó de que, si CEOE no accede a una subida “digna” de los salarios, no habrá acuerdo a corto plazo y se encontrará “un escenario de movilización”.

### GAZA

Unai Sordo también defendió que la Fiscalía General del Estado cree un equipo de trabajo para investigar las violaciones del Derecho Internacional de los Derechos Humanos en Gaza. “Todo vale para paralizar este genocidio y para poner al frente de la Corte Penal Internacional (CPI) a quien está cometiendo un crimen de lesa humanidad y un crimen de guerra. El tiempo acabará situando a cada uno en su sitio”, expresó Sordo.

Más allá de la iniciativa del fiscal general, el secretario general de CC. OO. exigió soluciones de “alta política geoestratégica” para “parar esta deriva hacia la barbarie” y “para garantizar un Estado palestino viable”. •



# La discapacidad ante un dilema social: ¿recortes en inclusión para reforzar defensa?

El Fondo Social Europeo, que ha servido para favorecer la cohesión de colectivos y territorios vulnerables hasta convertirse en un “pilar histórico de las políticas inclusivas comunitarias”, está en riesgo de “ser descapitalizado” en los próximos años para que la UE pueda incrementar el gasto en Defensa dentro de su nuevo marco financiero, según advirtieron representantes de entidades sociales.

**D**urante el diálogo *40 años UE y Discapacidad. Un camino compartido*, celebrado en Servimedia junto al Cermi, representantes de entidades sociales y dos europarlamentarias coincidieron en señalar que la Unión Europea ha sido motor de derechos para las personas con discapacidad, aunque alertaron de un “riesgo real de retroceso si el Fondo Social Europeo (FSE) pierde su carácter social y se desvía hacia la financiación de políticas de defensa”.

El riesgo que corre ahora la sociedad europea y las personas de los grupos más desfavorecidos por la sustitución del Fondo

Social Europeo (FSE+) por “otros programas de mucho menos valor es verdaderamente grave y un motivo de preocupación”, según afirmó la secretaria general del Foro Europeo de la Discapacidad, Ana Peláez, quien llamó a la acción a todo el colectivo. “Urge actuar y revertir lo que actualmente plantea la Comisión Europea”, apostilló.

## MOTOR DE DERECHOS

Cuarenta años después de la entrada de España en la Comunidad Económica Europea, la Unión ha sido motor de derechos para las personas con discapacidad, aunque expertos de entidades sociales alertan de un “riesgo real de retroceso si el Fondo





## Dignificar el trabajo de las personas cuidadoras

Representantes del movimiento de la discapacidad subrayaron la urgencia de dignificar el trabajo de las personas cuidadoras, apelando a la creación de un Estatuto Europeo del Cuidado. La eurodiputada Rosa Estarás, ponente de la Estrategia Europea de Cuidados con perspectiva de género, defendió este estatuto como un paso esencial para estructurar un sistema sostenible y socialmente equitativo, informa Servimedia.

El Foro Europeo de la Discapacidad y el Cermi se alinearon, reclamando condiciones laborales justas, formación profesional acreditada y reconocimiento oficial para cuidadores, muchos de los cuales son mujeres y familias sin ningún respaldo formal. Este planteamiento tiene un enfoque dual: mejorar tanto las condiciones laborales de las cuidadoras como la calidad de vida de las personas dependientes, creando redes de apoyo sólidas y estructuradas, que favorezcan la conciliación, la profesionalización y la inclusión.

Social Europeo (FSE) pierde su carácter social y se desvía hacia la financiación de políticas de defensa”, informa Servimedia.

La ratificación de la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad por parte de la Unión Europea fue “uno de los mayores avances históricos” para los expertos, si bien apuntaron que quedan retos pendientes como “empleo digno, educación inclusiva, vivienda asequible y una atención especial a las mujeres y niñas con discapacidad”.

### PREOCUPACIÓN EN TERCER SECTOR

La propuesta de la Comisión Europea para el Marco Financiero Plurianual (MFP) 2028-2034 está en fase de negociación. La proporción de fondos destinados específicamente al FSE+ podría disminuir en favor de otras prioridades, lo cual genera preocupación en el Tercer Sector sobre la capacidad futura para afrontar las desigualdades y apoyar a grupos vulnerables.

“España ha aportado a la Unión Europea humanidad y solidaridad”, afirmó el embajador de Misión Especial para los Derechos Humanos de las Personas con Discapacidad, Jesús Celada. Además, recordó que nuestro país “introdujo la idea de los fondos de cohesión como una he-

rramienta de justicia social” y ayudó a “construir una Europa más sensible a las desigualdades y más comprometida con los derechos humanos”.

Según Celada, el camino iniciado en 1986 “ha consolidado una Europa más social que la de hace cuarenta años”, pero advirtió de que “no se puede bajar la guardia ante las amenazas al multilateralismo y la cooperación” y llamó a “mantener viva la esencia de una Europa de derechos”.

La eurodiputada de Sumar Estrella Galán subrayó que el Fondo Social Europeo representa “una de las políticas más relevantes del proyecto social europeo” y denunció que “la Comisión Europea pretende cambiar sus objetivos en materia de igualdad y cohesión para poder financiar el sector de la defensa y su política de militarización”.

La directora de Programas Europeos de Fundación ONCE, María Tussy, coincidió con los participantes en que “el Fondo Social Europeo es el instrumento clave del progreso social europeo y uno de los principales logros de estos 40 años”.

Por ejemplo, “cerca de 700.000 personas en riesgo de exclusión, entre ellas muchas con discapacidad, han conseguido un empleo gracias a los programas del Fondo Social Europeo”, explicó Tussy. •





EL BRAILLE CUMPLE 200 AÑOS

# LEER CON LOS OJOS, LEER CON LOS DEDOS

Hace dos siglos, un joven francés cambió para siempre la forma en que millones de personas acceden al conocimiento. En 1825, Louis Braille creó un sistema táctil que convirtió el tacto en lectura y la lectura en autonomía. Hoy, es una herramienta universal para leer y escribir en cualquier idioma, utilizada por más de 285 millones de personas en todo el mundo.



Javier Carrascosa

# BRILLE: DOS SIGLOS DE INCLUSIÓN Y ACCESO A INFORMACIÓN

El sistema de lectoescritura braille, creado en 1825, marcó un antes y un después en la historia de la lectoescritura para personas ciegas. Sin embargo, hasta llegar a él hubo varios intentos previos de crear un sistema que permitiese la lectura a través del tacto.

El primer antecedente documentado se remonta a 1670, cuando el físico italiano Francisco Lana Terzi ideó un método basado en un paralelogramo en el cual se distribuían las diferentes letras del alfabeto. Para escribir, era necesario memorizar el diagrama y trazar la casilla correspondiente, colocando uno, dos o tres puntos según la posición de la letra. Era un sistema complejo que exigía gran esfuerzo de memoria.

En el siglo XVIII, Valentín Haüy (1745-1822) dio un paso decisivo al imprimir letras latinas en relieve, permitiendo a las personas ciegas leer mediante el tacto.

En 1808, el militar francés Nicolas-Marie Charles Barbier (1767—1841) ideó un sistema de escritura fonográfica basado en una tabla de 36 signos, cada uno formado por combinaciones de hasta doce puntos en relieve, donde cada símbolo representaba un sonido del habla. Aunque se trataba de una propuesta innovadora, pensada originalmente para la comunicación cifrada en el ejército, su elevado grado de complejidad impidió que se consolidara como método práctico.

Este sistema castrense se convirtió en la inspiración que llevó a Louis Braille a crear su alfabeto táctil universal, herramienta que utilizan más de 285 millones de personas ciegas en todo el mundo para leer, escribir y acceder a la información.

## PRIMEROS INSTRUMENTOS

Cuando Louis Braille ideó su sistema en 1824 y lo presentó en 1825, lo hizo con una idea tan simple como revolucionaria: permitir que las personas ciegas pudieran leer y escribir de forma autónoma.

Su propuesta se basaba en una matriz de seis puntos en relieve, conocida como *signo generador braille*. Esta se estructura en dos columnas de tres puntos cada una (en la izquierda 1, 2 y 3; y en la derecha 4, 5 y 6), lo que permite obtener hasta 64 combinaciones capaces de representar letras, números, signos de puntuación y símbolos científicos. Así nació un alfabeto táctil que se convirtió en un medio de comunicación universal.

Las primeras herramientas para escribir en braille eran rudimentarias. Las pautas iniciales se fabricaban con materiales sencillos: una plancha y un marco de madera para dieciocho renglones, con rejillas de bronce que contenían tres renglones de veinticinco cajetines cada uno. Más tarde, se introdujeron modelos más resistentes, fabricados de plomo con surcos





y marcos de madera. Con el tiempo, los materiales se aligeraron. Surgieron regletas de aluminio y plástico, más manejables y funcionales, con planchas grabadas con el signo generador braille y rejillas adaptadas para facilitar la escritura. “Los materiales con los que están hechos los aparatos son más ligeros y esto nos hace la vida más fácil”, afirma la directora del Servicio Bibliográfico de la ONCE, Carmen Bayarri.

### ERA DIGITAL

Desde aquel punzón que marcaba puntos en papel, la tecnología ha dado un salto enorme. Hoy, en 2025, las personas ciegas disponen de lectores de pantalla, dispositivos móviles accesibles y aplicaciones que complementan el braille con códigos QR y contenidos digitales. Esta evolución no solo ha modernizado la escritura, sino que ha ampliado las posibilidades de acceso a la información.

## Patrimonio Cultural Inmaterial

El Ministerio de Cultura ha dado el primer paso para reconocer al braille como parte del patrimonio cultural español. Esta medida, publicada en el BOE, pretende proteger y visibilizar un sistema que, desde hace dos siglos, garantiza el acceso a la información y la cultura para las personas con discapacidad visual. El braille, transmitido de forma intergeneracional en familias, asociaciones e instituciones, es considerado por Cultura un elemento “clave” para el ejercicio de derechos culturales y la preservación de la memoria colectiva. Si se completa el proceso, el Braille se incorporará al Inventario General de Patrimonio Cultural Inmaterial, reforzando su valor como herramienta de inclusión y alfabetización.



# “EL BRAILLE NO ES UN IDIOMA, SINO UN ALFABETO UNIVERSAL QUE CONECTA CULTURAS Y ROMPE BARRERAS”

“El braille no es un idioma, sino un alfabeto. Con sus signos se puede escribir en la mayoría de las lenguas”, precisa Bayarri. De hecho, cada letra en este sistema se escribe igual en cualquier idioma, lo que lo convierte en una poderosa herramienta universal para la comunicación y la inclusión.

## RECONOCIMIENTO

Brasil fue el primer país en adoptar oficialmente el braille en 1854; Estados Unidos, el último, en 1917. En España se introdujo en 1840, pero no fue declarado método oficial hasta 1918. En 2019, Naciones Unidas proclamó cada 4 de enero como Día Mundial del Braille, al ser la fecha del nacimiento de su creador. Según el último Informe Mundial sobre la Visión de la OMS, al menos 2.200 millones de personas padecen ceguera o discapacidad visual. En España, hay 71.000 personas con menos del 10% de visión normal y unas 3.600 con sordoceguera.

## ¿Quién fue Louis Braille?

Louis Braille nació en 1809 en Coupvray, un pequeño pueblo francés próximo a París. Cuando solo tenía tres años, un accidente con una herramienta en el taller de su padre le provocó una infección ocular que derivó en ceguera total tras cumplir cinco años.

El joven Braille accedió al Instituto Nacional para Jóvenes Ciegos en París, donde destacó por su capacidad académica y el interés en mejorar las condiciones de aprendizaje de las personas con discapacidad visual. Siendo adolescente, conoció un sistema de lectura táctil militar, que había creado el capitán Charles Barbier con el objetivo de que los soldados del ejército francés pudieran leer mensajes en la oscuridad.

Ese fue el embrión que tomó para desarrollar el sistema de lectoescritura que hoy conocemos a nivel universal por su apellido. En 1825, cuando solo tenía 16 años, presentó el sistema por el que se le conoce, que fue desarrollando posteriormente hasta publicarlo oficialmente en 1829 en su libro *Procedimiento para escribir las palabras, la música y el canto llano mediante puntos*.

Sin embargo, el braille tardó en universalizarse. No fue hasta después de la muerte de su creador, en 1852, cuando comenzó a universalizarse de forma generalizada en escuelas para personas ciegas. En España, se introdujo en 1840, aunque no fue reconocido oficialmente como método de lectura y escritura para personas ciegas hasta 1918.

Se estima que actualmente más de 285 millones de personas ciegas en todo el mundo utilizan el sistema braille como medio de comunicación, educación y acceso a la cultura.



# 71.000

personas hay en España con menos del 10% de visión normal y 3.600 con sordoceguera.

## REAL ACADEMIA

En España existen 40 clubes de lectura en braille, impulsados por la ONCE, donde se celebran tertulias literarias, análisis de productos etiquetados, concursos y jornadas abiertas para difundir este sistema de lectoescritura. Son espacios que reivindican su práctica y presencia en la vida cotidiana.

Pero, detrás de estas actividades, hay una demanda: que la Real Academia Española reconozca que leer no es solo pasar la vista por las palabras. Actualmente, el diccionario define leer como “pasar la vista por lo escrito o impreso, comprendiendo la significación



## Dos siglos de lectura al alcance de las manos

LA IDEA DE UN JOVEN DE 16 AÑOS SE CONVIRTIÓ EN UN LENGUAJE UNIVERSAL.  
EL BRAILLE, DOS SIGLOS DESPUÉS, SIGUE SIENDO SINÓNIMO DE INCLUSIÓN

1

### ¿CÓMO NACIÓ EL SISTEMA BRAILLE?

- Se inspiró en un **código táctil militar** creado por Charles Barbier.
- En 1825, con solo 16 años, presentó un sistema de **6 puntos en relieve**.
- Su propuesta fue publicada en **1829**.

2

### EXPANSIÓN Y ADOPCIÓN

- **Brasil** fue el primer país en adoptarlo oficialmente (1854).
- **Estados Unidos** lo reconoció en 1917.
- En **España**, se introdujo en 1840 y se oficializó en 1918.

3

### EL BRAILLE HOY

- Lo utilizan más de **285 millones de personas** ciegas en todo el mundo.
- Se ha adaptado a **decenas de idiomas** y a **tecnologías digitales**.
- En España, los medicamentos deben llevar su nombre en braille y la Ley 4/2022 ordena regular el etiquetado accesible en productos de consumo.





## Etiquetado en braille

Para una persona con discapacidad visual, hacer la compra puede convertirse en una auténtica carrera de obstáculos. No se trata solo de encontrar el producto en el lineal: también está el reto de conocer sus ingredientes, evitar riesgos —como desinfectantes o artículos inflamables— y comprobar fechas de caducidad. Por eso, la accesibilidad en el etiquetado es mucho más que un detalle: es una cuestión de autonomía personal. “Queremos que el usuario tenga la misma información que el resto”, afirma Marina Rojas Sepúlveda, jefa de la Comisión Braille Española. Explica que el proceso comienza cuando la empresa solicita el diseño del etiquetado en braille: “Nos envían una muestra para comprobar que se lee correctamente y coincide con la tinta. Además, incluimos códigos QR marcados en relieve para que puedan detectarse al tacto y enfocarse con el móvil”.

La directora del Servicio Bibliográfico de la ONCE, Carmen Bayarri, espera que “pronto todos los productos estén en braille” y, como este ocupa más espacio que la tinta, también códigos QR accesibles con información clave: alérgenos, fecha de caducidad, fabricante o dónde llamar si hay algún problema con el producto.

# 285

**MILLONES DE PERSONAS CIEGAS**

en todo el mundo utilizan el sistema braille como medio de comunicación, educación y acceso a la cultura.

**“LLEVAMOS 200 AÑOS LEYENDO CON EL TACTO. LA LECTURA ES MUCHO MÁS QUE VER PALABRAS IMPRESAS. LA RAE DEBERÍA RECONOCERLO”**

de los caracteres empleados”. No existe una entrada específica para la lectura táctil, pese a que millones de personas ciegas llevan dos siglos leyendo con las manos.

Por ello, la ONCE aboga para que la RAE amplíe la definición actual de “lectura” en el Diccionario, de modo que se garantice la inclusión y accesibilidad, reconociendo que leer es mucho más que ver palabras impresas: es comprender, interpretar y disfrutar de información, independientemente del medio o el sentido utilizado.

En este sentido, la periodista y escritora Nahir Gutiérrez, del Grupo Planeta, coincide que “leer con las manos no es diferente a leer

con los ojos: ambas son puertas a la imaginación, al aprendizaje y a la libertad. La lectura puede adoptar muchas formas, y todas son igualmente valiosas”.

María Teresa Rodríguez Peco, presidenta del Consejo Territorial de la ONCE, añade una reflexión contundente: “Llevamos 200 años leyendo con el tacto. La RAE debería reconocerlo. Para nosotros, la lectura es la forma de acceder a la información, sea por audio o por el tacto”. Y puntualiza que “el sistema de lectoescritura por definición de las personas ciegas es el braille”. •



## Muestra única

Un *Manual de Aritmética* de Pedro Llorens, el primer volumen del *Quijote* transcrito al Braille por Francisco Just y modelos históricos de escritura como la Picht, la Stainsby-Wayne o la Perkins son algunas de las piezas que protagonizan la exposición *200 años de la invención del braille. Seis puntos que abrieron un camino de posibilidades*, en el Museo Tifológico de la ONCE. La muestra invita a recorrer dos siglos de historia de la lectoescritura para personas ciegas y descubrir cómo un sistema ideado por un joven Louis Braille, cuando solo contaba con 16 años, transformó el acceso al conocimiento.

El recorrido se articula en cinco escenarios: la figura de Louis Braille, los sistemas anteriores (como el método de Valentín Haüy, basado en caracteres latinos en relieve), y la mecanización de la escritura, desde las primeras pautas manuales hasta las máquinas que aceleraron el proceso a finales del siglo XIX.

“El braille tiene mucho presente y muchísimo futuro”, afirmó en la inauguración Andrés Ramos, director general adjunto de Servicios Sociales para Personas Afiliadas a la ONCE. “Aspiramos a que se etiqueten en braille productos de consumo cotidiano”, subrayó Ramos, a la vez que aseguró que hacerlo “no es más caro”.



Fotos: ONCE

A la izquierda, una persona lee un libro editado en braille en 1890, y un busto de Luis Braille. Sobre estas líneas, máquina Erika-Picht de 1979 que se muestra en la exposición del Museo Tifológico.



**1.600 MILLONES  
CON  
DISCAPACIDAD**



# CIUDA ACCESI



**ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN,  
MÁS DISCAPACIDAD Y  
ÉXODO MASIVO A LAS CIUDADES,  
LOS NUEVOS RETOS PARA 2050**





# DE PERSONAS

# NECESITARÁN

# DES BLES

El 70 % de la población mundial vivirá en el año 2050 en comunidades urbanas. El colectivo de personas mayores de 60 años se habrá duplicado, alcanzando los 2.100 millones a nivel global. En España, el 30 % de la población superará 65 años, y este envejecimiento progresivo incrementará significativamente el número de personas con discapacidad, actualmente estimado en más de cuatro millones.

Dentro de 25 años, habrá aproximadamente 1.600 millones de personas con discapacidad en todo el mundo. Ante este escenario, será imprescindible garantizar que nuestras ciudades sean plenamente accesibles.



ás de la mitad de la población mundial vive en ciudades, y el 15 % de ellas son personas con discapacidad, según datos recogidos de análisis prospectivos de Naciones

Unidas y el Banco Mundial, y del Instituto Nacional de Estadística (INE). El análisis estima que, para 2050, el 70 % de la población mundial vivirá en núcleos urbanos, lo que conllevará una nueva estrategia urbana y un replanteamiento económico, sanitario y social a gran escala.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), estamos asistiendo a un cambio en la distribución de la población de los países hacia edades más avanzadas. En la actualidad hay más personas de 60 años que niños de cinco años. Si hasta ahora este proceso estaba teniendo lugar en las regiones más desarrolladas, para 2050, dos tercios de la población mundial de más de 60 años vivirá en países de ingresos bajos y medianos.

Los estudios de esta organización estiman que el número de personas de 80 o más años se triplicará entre 2020 y 2050 hasta alcanzar los 426 millones. Este aumento se está produciendo a un ritmo sin precedentes y se acelerará en las próximas décadas, especialmente en los países en desarrollo.

Si acudimos al informe del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), *Un perfil de las personas mayores en España 2024*, nuestro país continúa entre los primeros de la Unión Europea con una cifra de años esperados de vida tras la jubilación más alta (22 años para los hombres, y 26,5 para las mujeres), solo por detrás de Luxemburgo con 22,7 años para los varones y 27,8 para las féminas.

### SE JUBILA EL 'BABY BOOM'

Para el conjunto de los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), la esperanza de vida tras la jubilación entre los varones se encuentra en una cifra que ronda entre los 16 y 20 años, mientras que entre las mujeres se sitúa entre los 20 y los 25 años. Las generaciones del *baby boom* (los nacidos entre 1958 y 1975) están iniciando su llegada a la jubilación y la presión

sobre los sistemas de protección social continuará aumentando y empezará a ser muy notable alrededor del año 2035. No obstante, con 62,8 años, y según la OCDE, España supera la media europea en años de vida saludable, pero queda lejos de países como Suecia, Italia e Irlanda que lideran el número de años en buena salud.

### CIUDADES SOSTENIBLES

Uno de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), el número 11, es lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles. La desigualdad y los niveles de consumo urbano de energía y de contaminación son algunos de los principales retos. Las ciudades apenas ocupan el 3 % de la superficie terrestre, pero suponen entre el 60 % y el 80 % del consumo energético y el 75 % de las emisiones de carbono.

Asimismo, muchas ciudades son más vulnerables a los efectos del cambio climático y a los desastres naturales debido a su elevada concentración de población y a su ubicación, por lo que mejorar la resiliencia urbana es crucial para evitar pérdidas humanas, sociales y económicas.

Pero eso no es todo. También habrá que hacer frente a una mayor demanda de servicios de atención asistencial y sanitaria, disminución de la fuerza laboral y, con ello, la sostenibilidad del sistema de pensiones, un previsible cambio en la demanda de bienes y servicios, lo que conllevará cambios en las prioridades de consumo promovidos por el mayor número de las personas mayores y la adaptación a sus necesidades, carencias y limitaciones.

**En 2050, el 30 % de la población española tendrá más de 65 años. Ciudades, pensiones y servicios deberán transformarse para responder a una sociedad más longeva, diversa e inclusiva**





La movilidad accesible será clave en las ciudades del mañana, donde convivirán envejecimiento, diversidad y alta densidad urbana.

## Sostenibilidad y retos urbanos

### DEMOGRAFÍA



Las ciudades son el **3 %** del territorio, pero generan el **75 %** de las emisiones de carbono.



Más del **50 %** de la población mundial vive en ciudades; el **15 %** son personas con discapacidad.

Actualmente hay más personas de **60 años** que niños de 5 años.



### VIVIENDA



Solo el **0,6 %** de las 25,8 millones de viviendas son accesibles.



**1,8 millones** de personas en España dependen de ayuda para salir de casa.

**100.000 personas** no pueden salir de casa sin ayuda.

### ENVEJECIMIENTO



España supera la media europea en años de vida saludable: **62,8 años**, pero lejos de Suecia, Italia e Irlanda

Esperanza de vida tras jubilación:



Hombres  
**22 años**



Mujeres  
**26,5 años**

Para 2050, el **30 %** de la población española tendrá más de 65 años.





## Cuatro ciudades españolas entre las 100 más inteligentes del mundo

Según el Smart City Index 2025 publicado por el IMD (International Institute for Management Development), la ciudad que encabeza el listado de las ciudades más inteligentes del mundo es Zurich, seguida de Oslo, Ginebra, Dubái y Abu Dabi. El *ranking*, que analiza un total de 146 urbes, incluye a Bilbao (puesto 29), Madrid (38), Zaragoza (52) y Barcelona (92) entre las 100 ciudades más inteligentes del mundo.

La metodología se mantiene constante a lo largo del tiempo. La clasificación evalúa el rendimiento de las tecnologías e infraestructuras urbanas en cinco áreas clave: salud y seguridad, movilidad, actividades, oportunidades y gobernanza. Una vez más, las clasificaciones se mantienen estables, con cambios mínimos entre las veinte ciudades principales. Este índice es la herramienta que el Centro Mundial de Competitividad (WCC), el centro de competitividad del IMD, utiliza para evaluar cómo las ciudades equilibran diversas dimensiones, desde el empleo y la vivienda hasta las preocupaciones ambientales y la inclusión. Un dato relevante: en 110 de las 146 ciudades del mundo medidas, al menos la mitad de los encuestados consideraron la vivienda asequible como una prioridad.

Por ejemplo, según la OCDE, el gasto sanitario relacionado con el cáncer podría dispararse un 82 % de aquí a 2050. En el plano local, se prevé que España se convierta en el segundo país europeo con el mayor gasto en pensiones para 2050, según diferentes informes y análisis económicos de la Comisión Europea y el Banco de España.

Según el informe *Documenta Ciudad y Territorio Justo: Accesibilidad Universal*, elaborado por el Consejo Superior de los Colegios de Arquitectos de España (CSCAE) en colaboración con la Fundación ONCE, solo el 0,6 % de las 25,8 millones de viviendas existentes en España son universalmente accesibles. En este contexto, 1,8 millones de personas dependen de la ayuda de otras para simplemente poder abrir la puerta de sus casas y salir a la calle.

### MEGACIUDADES

En estos momentos, el 25 % de la población en España vive en núcleos urbanos de más de un millón de habitantes y el 17 % en las urbes más grandes, como las que conforman la Comunidad de Madrid (con más de siete millones de residentes), Barcelona (por encima de los tres millones en su área metropolitana), Valencia o Sevilla (por encima del millón y medio de habitantes).

Según el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), de los más de 9,6 millones de mayores que viven repartidos por toda España, casi 7,5 residen en municipios urbanos y más de un millón en los dos municipios más grandes de España, Madrid y Barcelona. Se espera que se acelere el proceso de despoblación de las zonas rurales debido a la extinción de las generaciones con más edad.

Asimismo, este informe explica que, aproximadamente, son 100.000 el número de personas que, si

no disponen de ayuda, no pueden salir nunca de sus casas. Pero, además, según las estimaciones, para el año 2050, el 30 % de la población en España superará los 65 años, lo que conllevará que el cien por cien de la ciudadanía precisará que, en algún momento de su vida, su entorno sea accesible y cuente con un diseño universal.

### RETO DE FUTURO

Un informe reciente de Eurostat sobre personas con discapacidad en Europa marcaba que casi una cuarta parte de las personas de 16 años o más en la UE tenían una discapacidad (limitación de la actividad) en 2024. Tal y como establece el Artículo 9 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, para que las personas con discapacidad puedan vivir en forma independiente y participar plenamente en todos los aspectos de la vida, los Estados adoptarán medidas pertinentes para

asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, al entorno físico, el transporte, la información y las comunicaciones, incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones, y a otros servicios e instalaciones abiertos al público o de uso público, tanto en zonas urbanas como rurales.

No sabemos, tal y como comentaban entre ellos los presidentes de China y Rusia, lo que se tardará en alargar nuestras vidas hasta alcanzar los 150 años, pero lo que sí es una certeza es que la pirámide demográfica está variando a pasos agigantados. Vidas más largas, menos nacimientos, con estados saludables durante más tiempo pero con la necesidad de adecuar a esta nueva realidad todos nuestros sistemas económicos, sociales, médicos y urbanísticos. Todo un reto. •

**ALBA RAMÍREZ SAIZ, URBANISTA Y ARQUITECTA ESPECIALIZADA EN ACCESIBILIDAD**

## "LA ARQUITECTURA NO ES NEUTRAL, PUEDE INCLUIR O EXCLUIR"



Investigadora en la Universidad Politécnica de Madrid, Alba Ramírez Saiz se especializa en movilidad inclusiva y diseño urbano universal. Ha participado en numerosos proyectos nacionales e internacionales, siempre aportando una perspectiva de accesibilidad. Su trabajo se centra en desarrollar herramientas y recursos que integren las necesidades de personas de distintas edades y capacidades en la planificación urbana.

### ¿Qué deberá tenerse en cuenta desde el urbanismo para conciliar el crecimiento de las ciudades con el envejecimiento de la población y el aumento de las personas con discapacidad?

Las personas que habitan la ciudad nunca dejarán de envejecer, y con el paso del tiempo muchas vivirán con condiciones que implican algún tipo de discapacidad. Las ciudades europeas se están enfrentando a que un alto porcentaje de población envejecida que requiere de manera urgente un abordaje en clave de accesibilidad universal. El espacio público, si quiere seguir siendo "público", debe dejar de ser un circuito de obstáculos. Una ciudad diseñada desde la perspectiva de la accesibilidad universal incluye a personas de diferentes edades y habilidades, ofreciendo un entorno más amable y amigable para todas las personas.

Aceras anchas, bancos para descansar, iluminación adecuada tanto de día como de noche, seguridad frente a otros vehículos, referencias claras, y espacios de interacción y convivencia son solo unos pocos ejemplos de lo

que se debe cuidar en el urbanismo para que la ciudad cuide de sus habitantes. Tanto los nuevos desarrollos urbanos como los centros históricos deben considerar estas variables.

### ¿Qué criterios arquitectónicos deberían priorizarse en el diseño y la rehabilitación de viviendas para garantizar que puedan adaptarse al proceso de envejecimiento de sus ocupantes?

Vivir bien no debería depender de la edad ni de las capacidades. Sin embargo, muchas viviendas siguen diseñándose como si todos sus habitantes fueran jóvenes y ágiles, olvidando que, con el tiempo, las necesidades cambian. La vivienda debe ser segura, flexible y adaptable a los cambios que el cuerpo, la mente y la salud van a sufrir a lo largo de los años. Espacios diáfanos, puertas suficientemente anchas, duchas en lugar de bañeras, habitaciones que puedan modificarse sin necesidad de grandes reformas y colores que contrasten pueden marcar la diferencia. Sin embargo, los cambios no pueden limitarse a los espacios privados de la vivienda, sino que la mayoría de las barreras actuales se encuentran en los espacios comunes: salida dificultosa a la calle, portero automático sin imagen, piscina u otras instalaciones no accesibles, ascensores con dimensiones inapropiadas o, incluso, la imposibilidad de aparcar un coche adaptado en el garaje.

Cada una de estas barreras puede ser un factor que empuje

a una persona a abandonar su hogar y, por tanto, su entorno. Esto puede suponer perder una red de apoyo de amigos y familiares, lo que aumenta la sensación de soledad y aislamiento.

### ¿Cómo se pueden diseñar entornos que favorezcan la proximidad y la accesibilidad a servicios esenciales (salud, comercio, ocio) sin necesidad de depender siempre del automóvil?

Una ciudad que obliga a sus habitantes a depender del coche no es una ciudad pensada para todos: es un laberinto que excluye silenciosamente a quienes caminan despacio, usan silla de ruedas o simplemente prefieren moverse a pie. Las ciudades diseñadas bajo criterios de proximidad tienden a organizarse de manera que los servicios esenciales (centros de salud, supermercados, colegios, parques...) puedan ser fácilmente accesibles, normalmente caminando o en bicicleta. Para conseguir una movilidad más activa, es necesario centrar el diseño de la ciudad en el peatón y considerar al vehículo privado como un mero invitado. La libertad de moverse de manera segura, confortable y sin barreras fomenta que las personas eviten el automóvil. Esto, evidentemente, incluye el diseño de calles que no presenten ningún tipo de barreras, ya sean físicas, sensoriales o cognitivas. Si existen barreras, la movilidad activa no se hará efectiva. •

A.Q.

Escanea este QR para leer la noticia extendida.





JUAN ESLAVA GALÁN REVELA CÓMO LA PASIÓN MOLDEÓ NUESTRA HISTORIA

# EL SEXO COMO ESPEJO DE ESPAÑA



¿Puede el sexo explicar la historia de España? Juan Eslava Galán cree que sí, y lo demuestra con su habitual mezcla de erudición e ironía en *Amor y sexo en España contado para escépticos* (Planeta). Desde las venus prehistóricas hasta los algoritmos del deseo digital, el historiador se adentra en los rincones más íntimos de nuestra memoria colectiva para revelar cómo la pasión, el poder y el deseo moldearon el devenir del país que dio vida al mito de Don Juan.

Rafael Olea

Con su habitual combinación de rigor histórico e ironía, Juan Eslava Galán (Arjona, Jaén; 1948) traza un recorrido que transita desde las primeras venus prehistóricas a los algoritmos del deseo digital, mostrando cómo la sexualidad ha sido una fuerza silenciosa pero decisiva en la construcción de nuestro país. Su nuevo libro, *Amor y sexo en España contado para escépticos* (Planeta), está repleto de episodios insólitos que revelan cómo el amor, el deseo y el poder han ido tejiendo nuestra memoria colectiva.

El historiador confiesa que la idea de esta obra nació a partir de las inquietudes de sus lectores: “Muchos observaban que en distintos libros he hablado de la incidencia del sexo en la historia, pero me limitaba al sexo de los poderosos. Echaban de menos un estudio del sexo de la gente corriente”.

Por ello, se propuso analizar cómo la sexualidad ha influido tanto en la vida cotidiana como en los grandes acontecimientos históricos. Profundiza en cómo el amor y el sexo han sido armas de poder, dominación o ruina desde la prehistoria hasta nuestros días, y en cómo la moral oficial ha convivido con historias privadas de deseo, celos y corsés.

### PASIÓN Y PODER

Tras rastrear entre las huellas de la pasión y el despecho, el autor sentencia: “El sexo tiene una gran relación con el poder. Los poderosos tienen acceso a muchas mujeres convertidas en artículo de consumo”. Los escándalos contemporáneos, sostiene, no son más que ecos de un patrón que se repite desde hace centurias y que tienen profundas raíces históricas.

En el país que dio vida al mito de Don Juan y exportó el estereotipo del *latin lover*, el escritor rescata bio-

grafías de personajes históricos cuya vida sexual dejó impronta: “Explico las aventuras de famosos donjuanes, entre ellos el escritor y diplomático Juan Valera” (1824-1905), que triunfó en amores en sus andanzas por diversas capitales europeas.

Entre las biografías más reveladoras que ha rescatado sobre la interrelación entre sexo e historia española, destaca la del príncipe don Juan —hijo de los Reyes Católicos—, cuyos excesos amorosos contribuyeron a su temprana muerte. Con ella llegó el fin de la dinastía Trastámara y el inicio de los Austrias, un giro que marcaría la historia de España durante los dos siglos siguientes.

### CUERNOS Y RELIGIÓN

La incuestionable influencia de la religión en la percepción del sexo es un eje central del libro, sobre todo al tener en cuenta que España presumió de ser *la reserva espiritual de Occidente*. Eslava Galán subraya que “desde los concilios de Toledo, la Iglesia española ha intervenido en las costumbres sexuales de la grey cristiana” y puntualiza que “especialmente restrictiva ha sido en el periodo del nacionalcatolicismo en tiempos de Franco”.

El libro está repleto de curiosidades no siempre conocidas, como que el antecedente de la tradicional peineta es un moño en forma de pene erecto o que el reino goda se perdió por un pecado sexual de su último rey: Don Rodrigo.

## “EL SEXO TIENE UNA GRAN RELACIÓN CON EL PODER”

Juan Eslava Galán (Arjona, Jaén, 1948), doctor en Letras, ha publicado más de una docena de novelas y ha recibido los premios Planeta (1987), Ateneo de Sevilla (1991), Fernando Lara (1998) y Primavera de Novela (2015).



Entre las anécdotas más sorprendentes que el autor descubrió durante el proceso de documentación destaca una del siglo XVII: “Existían documentos notariales llamados *perdón de Cuernos* por los que maridos burlados perdonaban a la esposa infiel y reanudaban la convivencia”.

### HOMOSEXUALIDAD

La homosexualidad, según Eslava Galán, “siempre fue un tema tabú” en España. No obstante, el autor advierte que “en el siglo XV hubo cierta permisividad en la corte de Enrique IV” (1425-1474), destacando especialmente a los escoltas que rodeaban al monarca, a quienes describe como “robustos sodomitas”.

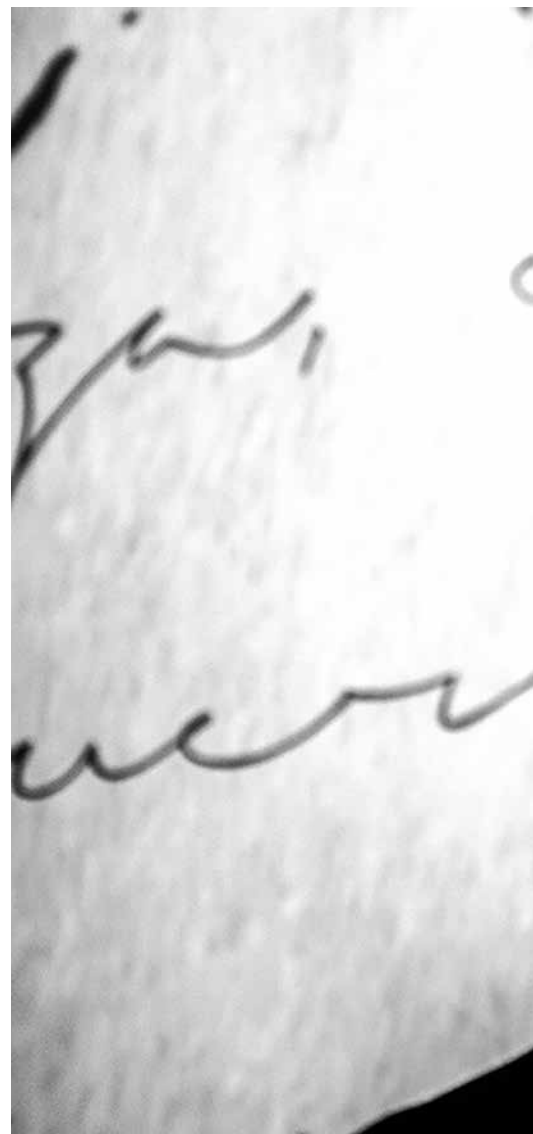
El motivo era debido a que Enrique IV prefería que sus guardianes de palacio tuvieran una orientación homosexual, creyendo que con ello no se amenazaba la virtud de las cortesanas y otras damas de palacio. Sin embargo, esta decisión alimentó rumores sobre su virilidad y, en consecuencia, sobre la legitimidad de sus hijos, en una época en la que la política y el destino de las naciones también se decidían en el lecho.

La controversia sobre la paternidad de su hija fue aprovechada por su hermana, quien acusó a la heredera de ser no ser descendiente del rey, sino de su favorito: Beltrán de la Cueva. Por ello, se refirió a ella de forma

despectiva como “la Beltraneja”. Tras una cruenta guerra entre tía y sobrina, digna de *Juego de Tronos*, la hermana se impuso sobre la legítima heredera: coronándose y pasando a la historia como una de las grandes monarcas de España: Isabel la Católica.

### DON JUAN EN EL ALGORITMO

Eslava Galán también reflexiona sobre la evolución de las costumbres y objetos con connotaciones sexuales que han perdurado hasta nuestros días. Así, reconoce que muchos tabúes sobreviven, aunque adaptados a los nuevos tiempos: “Hoy todo se ha vuelto muy explícito, pero persiste en la España rural la costumbre de relajarse sexualmente en las rome-





Victoria Iglesias

## “LOS PODEROSOS TIENEN ACCESO A MUCHAS MUJERES CONVERTIDAS EN ARTÍCULO DE CONSUMO”

rías populares”. De cara al futuro, reflexiona sobre el mito del Don Juan y la globalización, y reconoce una transformación en la manera de entender el sexo: “Los españoles de las generaciones más jóvenes hemos aprobado de sobra esa asignatura pendiente. Ya no existen ligones profesionales, o los que quedan se han convertido en figuras patéticas. La relación con el sexo es mucho más sana, incluso cuando se ha convertido en un artículo de consumo”.

En definitiva, Eslava Galán nos ofrece un espejo revelador: el sexo no solo fue placer o tabú, sino también un arma de poder que moldeó la historia de España. •

## Sanidad alerta del “preocupante repunte” de las infecciones de transmisión sexual

La ministra de Sanidad, Mónica García, alertó sobre el “preocupante repunte” de las infecciones de transmisión sexual (ITS) en España. Además, “no solo suben los casos sino también la variedad de enfermedades que detectamos”, por lo que se han convertido en un “problema de salud pública”.

En la Jornada de Sensibilización sobre Infecciones de Transmisión Sexual celebrada en Madrid, García informó que en 2024 se notificaron 41.918 casos de infección por clamidia (86,26 por cada 100.000 habitantes), 37.257 de gonorrea (76,63), 11.930 de sífilis (24,54) y 1.996 de linfogranuloma venéreo (4,59).

Además, indicó, “la mayoría de los casos se concentra en personas jóvenes adultas y los hombres presentan tasas más altas que las mujeres. Esto no solo ocurre en España, también en la Unión Europea que vive la misma tendencia y esto hace que las ITS sean un reto en salud pública y uno de los más urgentes”.

Entre las causas, la ministra señaló que “podrían estar relacionados con cambios en los comportamientos sexuales, como un mayor número de relaciones sexuales sin preservativo, un aumento en el número de parejas sexuales y posibles cambios en las redes sexuales”.


**Servimedia**



# ANDRÉS GÁLVEZ

## EL ASTROFÍSICO CIEGO QUE CONQUISTÓ EL ESPACIO

¿Qué puede enseñarnos Marte sobre el futuro de la Tierra? ¿Es posible que exista vida bajo la superficie de una luna de Júpiter? Estas son algunas de las preguntas que intenta responder Andrés Gálvez, un astrofísico español con discapacidad visual que ha trabajado en algunas de las misiones más ambiciosas de la Agencia Espacial Europea. Su historia demuestra que la ciencia no sólo está hecha de datos y tecnología, sino también de sueños, esfuerzo y curiosidad sin límites.

 Aday Sánchez

**A**ndrés Gálvez, astrofísico e ingeniero de sistemas espaciales, vive una cotidianidad como la de muchos, pero lleva en la mente preguntas que miran al cosmos. Y lo hace sin olvidar que los grandes pasos en la ciencia se dan colectivamente y que,

más allá del talento, el combustible del conocimiento es la curiosidad compartida. Gálvez estudió astrofísica en Madrid y tuvo la oportunidad de completar sus estudios en ingeniería de vehículos espaciales en Londres. Allí consiguió su primer trabajo en un laboratorio que desa-



rollaba instrumentos para medir las partículas que se mueven en los campos magnéticos alrededor de la Tierra y que dan lugar a fenómenos como las auroras, pero que también pueden afectar a las misiones de satélites y astronautas. El instrumento era parte de la misión

Cluster II de la Agencia Espacial Europea (ESA), lo que proporcionó a Gálvez la posibilidad de trabajar en el centro técnico de la ESA en los Países Bajos, en la preparación de misiones de exploración espacial. Más adelante se incorporó a puestos de gestión y estrategia en la

Andrés Gálvez, en la imagen, lleva más de 25 años trabajando para la Agencia Espacial Europea.



sede central de París, desde donde desarrolla su actividad profesional en la actualidad.

### VISTA BORROSA, IDEAS CLARAS

Con voz entusiasta y una sonrisa que parece colarse incluso entre las palabras escritas, Andrés se define como “una persona con mucha curiosidad”, amante de aprender y compartir. Sufre una distrofia de retina degenerativa, una condición que ha limitado progresivamente su visión. En lugar de definir su vida por esta discapacidad, la ha incorporado como una característica más. “A veces es un poco fastidioso”, dice con naturalidad, “pero no me ha impedido tener una vida plenamente satisfactoria, como la de cualquier otra persona”.

Su historia no se cuenta desde la excepción, sino desde la posibilidad: la de soñar, trabajar, adaptarse y seguir adelante. “Cada situación es distinta”, admite, “pero hay que tener ilusión de que tu meta profesional se puede conseguir, aunque sea de forma diferente a lo que se tenía previsto”.

### PASIÓN POR EL CIELO

Desde pequeño soñaba con Marte, con naves espaciales y con la carrera espacial. “Me encantaba todo lo relacionado con la exploración del Sistema Solar”, cuenta. Ade-

más de este interés temprano por el espacio, tuvo también algo fundamental: referentes y estímulo. Su tía Pilar, física, y su amigo Curro, con un telescopio en verano, marcaron un antes y un después. “Acerté a reconocer Marte en el cielo, y creo que ahí ya tuve muy claro a qué me quería dedicar”, subraya.

Andrés recuerda su infancia entre libros y música. Nada extraordina-

Gálvez, a la derecha, es astrofísico y experto en sistemas espaciales, dirige proyectos estratégicos en la Agencia Espacial Europea (ESA). Ha participado en misiones como ExoMars y Hera, y promueve la inclusión de jóvenes con discapacidad en la ciencia.



**“LOS PLANETAS EN SU  
DIVERSIDAD NOS MUESTRAN  
CÓMO PODRÍA HABER  
EVOLUCIONADO LA TIERRA,  
INCLUSO CÓMO PODRÍA SER  
NUESTRO FUTURO”**



# Las misiones clave de Andrés Gálvez

## EXOMARS: BUSCANDO SEÑALES DE VIDA EN MARTE

ExoMars es una ambiciosa misión conjunta entre Europa y Rusia destinada a estudiar la atmósfera, la superficie y el subsuelo de Marte. Su objetivo principal es detectar posibles rastros de vida pasada o presente. Andrés Gálvez participó en la preparación de esta misión, cuya primera parte se lanzó en 2016.

## HERA: PROTEGER LA TIERRA DE ASTEROIDES

Hera es la contribución europea a una misión de defensa planetaria que estudia el sistema de asteroides Didymos y Dimorphos. Fue lanzada en 2024 y forma parte del experimento global que busca entender cómo desviar un asteroide en caso de amenaza real. Gálvez asistió a su lanzamiento desde Cabo Cañaveral.

## CLUSTER II: EL BAILE DE PARTÍCULAS ALREDEDOR DE LA TIERRA

Cluster II es una misión de la ESA compuesta por cuatro satélites que estudian cómo el viento solar interactúa con el campo magnético terrestre. Andrés trabajó en el desarrollo de un instrumento clave para analizar estas partículas cargadas, que generan fenómenos como las auroras boreales y pueden afectar a satélites y astronautas.

## BEPICOLAMBO: UN VIAJE AL PLANETA MÁS CERCANO AL SOL

Esta misión conjunta entre Europa y Japón se dirige a Mercurio, el planeta más pequeño y cercano al Sol. Su objetivo es estudiar su estructura, campo magnético y composición para entender mejor la formación de los planetas rocosos. Andrés Gálvez presenció su lanzamiento desde la Guayana Francesa.

## INCLUSIÓN EN LA ESA: ABRIR CAMINO A NUEVOS TALENTOS

Gracias al impulso de Gálvez, desde 2016 la ESA en Villafranca del Castillo ha incorporado a jóvenes con discapacidad en sus programas de prácticas. Estos han trabajado en proyectos reales, demostrando que la inclusión es clave para el futuro de la ciencia espacial.

rio dice, simplemente un hogar donde de la cultura era accesible. Películas como *Star Wars* o los libros de Isaac Asimov terminaron de encender una chispa que hoy forma parte de misiones espaciales reales. “Creo que tanto la divulgación científica como el acceso universal a la educación y el conocimiento son pilares básicos de una sociedad que entiende la importancia de la ciencia”, afirma.

## ESPEJO ASTRONÓMICO

Para Andrés, entender otros planetas es, en el fondo, una forma de entendernos a nosotros mismos. “Los planetas, en su diversidad, nos muestran cómo podría haber evolucionado la Tierra, incluso cómo podría ser nuestro futuro”, señala. Venus, abrasado por su atmósfera, o Marte, que hace milenios tuvo ríos y océanos, nos recuerdan que



la estabilidad de nuestro planeta es frágil y excepcional.

La investigación espacial, lejos de ser un lujo, nos habla de sostenibilidad, de equilibrio y de supervivencia. También de esperanza: si la vida ha brotado en los rincones más extremos de la Tierra, ¿por qué no podría hacerlo en una luna de Júpiter o bajo la superficie de Marte?

### SUEÑOS COMPARTIDOS

Desde la Agencia Espacial Europea, Gálvez ha participado en proyectos como ExoMars o Hera, una misión al asteroide Didymos, lanzada desde Cabo Cañaveral. En la base de lanzamiento europea en la Guayana francesa también presenció el despegue de BepiColombo rumbo al planeta Mercurio. “El ruido es ensordecedor, y la sensación es muy especial”,

recuerda. Pero también señala que su trabajo cotidiano es mucho más que esos grandes momentos. En sus palabras, queda claro que estos logros no son individuales. “Rodearse de gente mejor que tú en lo que hacen, gente brillante e inteligente, es esencial”, afirma. Para él, el éxito es un proceso colectivo, en el que cada eslabón cuenta.

### JÓVENES Y DIVERSIDAD

Uno de los aspectos que más satisfacción le ha traído ha sido su trabajo con jóvenes en formación.

“Es uno de los aspectos más gratificantes de mi trabajo”, asegura. En particular, ha trabajado para abrir oportunidades a estudiantes con discapacidad, promoviendo su integración en programas de prácticas dentro de la ESA. “Hace unos años, pensé que se podría trabajar para que esas oportunidades también fuesen accesibles a personas con discapacidad y en 2016 me puse en contacto con la ONCE para hablar de la mejor forma de hacerlo”. Al poco tiempo, la colaboración entre la ONCE y la ESA se puso en mar-

**“EXPLORAR OTROS PLANETAS ES, EN EL FONDO UNA FORMA DE ENTENDER NOS A NOSOTROS MISMOS”, AFIRMA EL CIENTÍFICO, QUE TAMBIÉN TRABAJA PARA QUE LA CIENCIA SEA DIVERSA E INCLUSIVA**

Marte (en la imagen) está separado de la Tierra por una distancia que varía entre 56 y 401 millones de kilómetros, según su posición en la órbita.



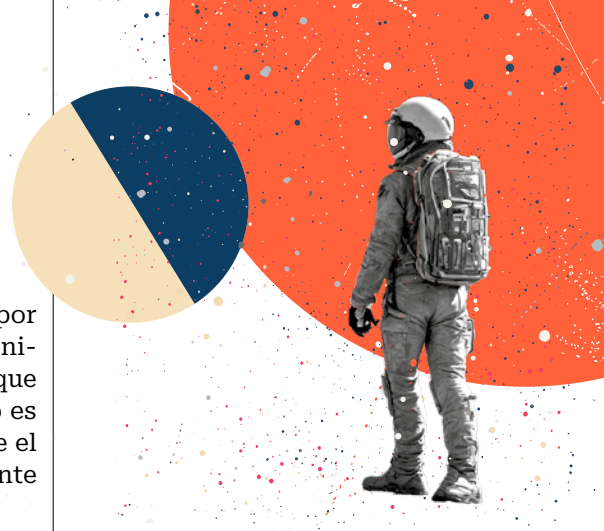
cha: “Se trató de mejorar el reclutamiento de estudiantes en prácticas y jóvenes en formación, con ciertos puestos que eran completamente aptos para personas con y sin discapacidades”, resalta Gálvez que añade que, “esta iniciativa ha permitido que muchos colegas de la ESA tengan un conocimiento directo de la experiencia de trabajar con personas con discapacidad”. “No hay obstáculo que no se pueda superar si hay buena comunicación y si se realiza una planificación adecuada”, sentencia.

En un entorno aún marcado por barreras visibles e invisibles, iniciativas como la suya muestran que la inclusión en ciencia no solo es posible, sino necesaria, porque el conocimiento avanza únicamente cuando es diverso.

### CIENCIA PARA TODOS

Andrés Gálvez se ve asimismo como alguien inconformista y que ha tenido suerte, porque ama lo que hace. Es un científico que ha tenido que adaptarse a retos personales y profesionales, y que ha aprendido que

los grandes sueños se construyen con pasos pequeños. Su mensaje final es claro: “El camino no siempre será fácil, pero es bonito. Hay que ponerse a andar y no quedarse en casa esperando a que las oportunidades llamen a la puerta”. •



## ¿Qué puede enseñarnos Marte sobre el futuro de la Tierra?

Marte es mucho más que un planeta rojo: es una advertencia. Su historia climática muestra cómo un mundo que una vez tuvo agua líquida, atmósfera densa y condiciones potencialmente habitables, acabó convirtiéndose en un desierto helado. Según la ESA, “estudiar Marte nos ayuda a entender cómo ha cambiado el clima del planeta y si pudo ser habitable en el pasado. Es una ventana al pasado de la Tierra... y quizá a su futuro.” Sobre este aspecto, la NASA añade: “Comprender la pérdida de atmósfera de Marte puede ayudar a predecir cómo podría evolucionar el clima terrestre a largo plazo”.

### ¿TUVO VIDA EN EL PASADO?

La agencia espacial estadounidense ha anunciado que el rover Perseverance ha encontrado indicios de lo que podría ser vida pasada microbiana en el planeta rojo. Sin embargo, todavía se requieren estudios adicionales para confirmar este trascendental descubrimiento. Una muestra recolectada por el rover Perseverance, el vehículo explorador

de la NASA en Marte, en el antiguo lecho de un río seco en el cráter Jezero, podría conservar evidencias de vida microbiana antigua.

### ¿Y EN LAS LUNAS DE JÚPITER?

Los expertos señalan un sí rotundo. Esto se debe a que lunas como Europa (Júpiter) o Encélado (Saturno) son consideradas actualmente los entornos más prometedores del Sistema Solar para la vida extraterrestre. Según la NASA, “Europa tiene un océano global bajo su corteza de hielo que podría contener más agua que todos los océanos de la Tierra juntos.”

Una curiosidad poco difundida de la que la revista Nature se ha hecho eco en alguna ocasión. “Las fuentes hidrotermales bajo el hielo podrían ofrecer energía y nutrientes similares a los ecosistemas profundos de la Tierra”, señalan astrofísicos de Nature. Esto significa que, aunque no encontremos civilizaciones alienígenas, “la vida microbiana podría estar prosperando en la oscuridad líquida de estas lunas”.

Escanea este QR para leer la noticia extendida.





# *Cuando la música entra en un hospital, algo cambia*



**E**n el Hospital de la Paz de Madrid empieza un día cualquiera de tratamientos, pasillos, pa-

cientes en espera, personal a tope de trabajo y algunas miradas cansadas, pero la rutina se rompe con una aparición inesperada: el tenor José Manuel Zapata, 'Zapata Tenor', abre la puerta del Hospital de Día con la energía positiva que le acompaña siempre. No había escenario, ni focos, ni butacas de terciopelo. Solo él, su voz y un puñado de personas que recibieron esas canciones como quien recibe un chorro de aire fresco.

'Zapata Tenor' visitaba el Hospital de Día de la Paz como embajador de Músicos por la Salud, la fundación que desde 2015 se dedica a ofrecer microconciertos gratuitos en hospitales y centros sociosanitarios para acompañar a los pacientes en los momentos más difíciles, ayudándoles a evadirse de la incertidumbre de la enfermedad.

No hay telón ni aplausos, pero sí emoción. El tenor José Manuel Zapata irrumpe en hospitales con una sonrisa y una canción, rompiendo la rutina médica con melodías que sanan. Lo hace como embajador de Músicos por la Salud, ONG que lleva una década ofreciendo microconciertos gratuitos en hospitales y centros sociosanitarios. Su visita no es solo un gesto artístico: es una reivindicación de la música como herramienta terapéutica, respaldada por estudios científicos y recomendada por la OMS. Porque, aunque no cure, la música alivia y transforma.

 **Carolina Martínez**

 **Manel Ramón Vidal**





“La música no nos cura, pero sí nos sana”, dijo Zapata tras compartir risas, bromas y melodías con los pacientes. La frase resume bien la esencia de la fundación: no se trata de sustituir la medicina, sino de añadir humanidad a un lugar donde muchas veces pesa el dolor. Y desde ese día, Zapata ya no es solo un tenor internacional que ha cantado en el Metropolitan de Nueva York o en el Teatro Real de Madrid, sino también el primer embajador de Músicos por la Salud, la fundación que lleva años transformando hospitales en espacios más cálidos y humanos.

Los músicos de esta fundación trasladan la alegría, la emoción y la compañía a personas mayores, a pacientes oncológicos, a personas ingresadas en la UCI o a los que luchan con una enfermedad mental. A todos los que, de alguna manera, atraviesan momentos de vulnerabilidad. Lo hacen sin pompa, a pie de cama, con guitarra, piano o voz, buscando el contacto directo y sincero.

#### PIANOS EN EL HOSPITAL

Las cifras hablan por sí solas: la organización ya ha acompañado a más de 550.000 personas, colabora con 65 hospitales y 340 centros sociosanitarios, y ha realizado más de 700 microconciertos en directo. Además, ha instalado pianos de cola en hospitales como La Paz (Madrid), La Fe (Valencia) y Manises (Valencia), para que cualquier día un piano en el *hall* pueda sorprender a pacientes, familiares o sanitarios.

Pero, más allá de los números, lo importante es lo intangible: la música como alivio,



**Zapata ha actuado  
en el Metropolitan  
de Nueva York  
o en el Teatro  
Real de Madrid**





El tenor Zapata, comprometido con la música como herramienta de cuidado, participa en iniciativas que llevan arte y emoción a hospitales. En las imágenes, canta para pacientes y personal sanitario de La Paz (Madrid) en uno de los actos de Músicos por la Salud, donde su voz se convierte en alivio y compañía.

importa. Y eso conecta con su idea de que “cualquier emoción importante de la vida está asociada a algún tipo de música”.

Como embajador de la fundación, Zapata ayuda a amplificar ese mensaje: la música no es un lujo ni un adorno, sino una herramienta que cambia el ánimo, que da dignidad, que crea comunidad. Él lo sabe bien, y ahora pone su voz no solo al servicio de la ópera, sino también de quienes esperan una melodía para sentirse un poco mejor.

### MÚSICA QUE SANA

En definitiva, lo que hace Músicos por la Salud es devolver el poder de la música a su función más primitiva: la de acompañar. Porque cuando un piano suena en la entrada de un hospital, o cuando un tenor internacional canta por sorpresa a un grupo de pacientes, lo que ocurre no es un simple concierto. Y tal vez ahí esté la verdadera medicina de la música: no cura la enfermedad, pero sí sana el alma. •

como bálsamo, como puente hacia emociones que parecían olvidadas.

Los estudios respaldan lo que cualquiera puede comprobar al escuchar un microconcierto en un hospital: la música reduce la ansiedad, disminuye el estrés e incluso puede mejorar parámetros físicos como la presión arterial. En personas con demencia o alzhéimer, escuchar canciones de su pasado activa recuerdos dormidos; en pacientes ingresados, una melodía puede transformar una tarde de aislamiento en un momento compartido.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda desde hace años integrar la música en los sistemas sanitarios, y Músicos por la Salud pide a las administraciones que lo hagan realidad. Porque, como explica Guillermo Giner, presidente y fundador de la ONG, la música en directo no solo humaniza hospitales, también “reduce la ansiedad en pacientes, familiares y personal sanitario” y abre un espacio para que la cultura entre en la vida cotidiana de quienes más la necesitan.

### ZAPATA, VOZ Y CORAZÓN

La visita de Zapata a La Paz fue mucho más que un gesto simbólico. Entre canciones y bromas, mostró que la música también sirve para mirar a los ojos, para recordar al paciente que no está solo, que su historia

## Música en los museos estatales

La red de Museos Estatales del Ministerio de Cultura también apuesta por la música de la mano de jóvenes intérpretes españoles. El proyecto ‘MusaE. Música en los Museos Estatales’ ofrecerá 45 conciertos, entre septiembre y marzo, en los que participarán 113 jóvenes músicos, con propuestas diseñadas específicamente para el museo en el que se interpretarán. La música clásica, antigua y contemporánea se dan cita en esta programación con otras más tradicionales, así como el jazz o el flamenco. Las actuaciones se notificarán a través de las webs de los Museos Estatales. El objetivo que se persigue desde Cultura con estos recitales es “dar visibilidad al talento musical emergente de España”, informa Servimedia.

# Diez años cambiando



En su décimo aniversario, Ilunion lanza un mensaje claro: el verdadero valor está en las personas. Detrás de cada servicio, cada proyecto y cada iniciativa hay nombres propios, historias únicas y mucho talento. Mario, Claritza, Vicky, Pilar, María, Javier, Pedro, Sonia, Juan Carlos y Álvaro son los protagonistas de una campaña que pone rostro a una década de compromiso y diversidad.

 **Carolina Martínez**

Una moneda gira en el aire y, durante unos segundos, refleja la luz como si quisiera recordarnos algo esencial: el valor no siempre está en lo que se ve. Así arranca el nuevo *spot* de Ilunion, con el cual el grupo celebra su décimo aniversario bajo el lema *Cambiando la forma de ver valor*. No es un eslogan publicitario, sino una declaración de principios. Una invitación a mirar con otros ojos y reconocer el talento, la profesionalidad y la historia

# La forma de ver valor



que hay detrás de cada persona que forma parte de la compañía.

Mario, Claritza, Vicky, Pilar, María, Javier, Pedro, Sonia, Juan Carlos y Álvaro son el rostro del talento, el ejemplo del valor captado gracias a que alguien les ha abierto las puertas del mercado laboral. Estos diez trabajadores de Ilunion, en diferentes sectores y funciones, han afrontado obstáculos de todo tipo, y son conscientes de que todavía queda mucho por hacer hasta lograr que la disca-

padidad no sea una puerta blindada que impida desarrollar una vida plena. Representan a las personas con discapacidad, mujeres directivas, profesionales mayores de 55 años, trabajadores de distintas nacionalidades y personas que afrontaron situaciones de vulnerabilidad.

Ilunion nació hace diez años como el proyecto empresarial del Grupo Social ONCE, con una idea sencilla y revolucionaria a la vez: demostrar que la rentabilidad económica y el

impacto social no solo pueden convivir, sino que se nutren mutuamente. Hoy, una década después, lo avalan las cifras: más de 45.000 empleados, de los cuales 17.000 tienen discapacidad o situación de vulnerabilidad, en más de 500 centros en España, Portugal y Colombia, en sectores diversos como la hostelería, la gestión textil, los servicios sociosanitarios o la economía circular.

En este aniversario, Ilunion ha querido rendir homenaje a su ma-



yor activo: las personas. Para ello, ha lanzado una campaña protagonizada por estos diez trabajadores reales, con trayectorias, edades y capacidades diferentes, que simbolizan la diversidad que late en el corazón del grupo. Sus rostros aparecen grabados en una colección de monedas conmemorativas, más de 47.000 piezas distribuidas entre empleados, clientes e instituciones. En ellas, el valor deja de ser una cifra y se convierte en un rostro.

“Tenemos una convicción profunda de que todos, independientemente de nuestras circunstancias, tenemos valor y merecemos tener una oportunidad”. Son las palabras de María del Mar Arévalo, directora de Sostenibilidad y Excelencia de Ilunion VidaSénior. En su caso, optó por ser madre soltera a los 40 años. Hoy, ella y Alejandro conforman una maravillosa familia y han contado con el apoyo de su empresa. “Ese tipo de decisiones también son parte del valor que cada uno representa, y merecen ser visibilizadas y reconocidas como parte de una sociedad diversa e inclusiva. Cuando la sociedad nos ve, nos escucha y nos reconoce, nuestro valor se multiplica”, asegura.

## COMUNICACIÓN

En el ámbito de la comunicación, Vicky Bendito conoce bien la importancia de las palabras. Periodista con discapacidad auditiva, durante años cubrió información parlamentaria en el Congreso. “Las personas con discapacidad podemos ser tan profesionales como cualquiera. Lo único que necesitamos es que se nos mire con los mismos ojos, que se vea nuestra capacidad y valía”, explica.

Para ella, el lenguaje no es un detalle menor, sino un espejo de cómo una sociedad entiende la inclusión. “Ser precisos con el lenguaje marca la diferencia entre el respeto y el desprecio, entre la inclusión y la exclusión. Hay que huir de los eufemismos, de las expresiones paterna-



**María del Mar Arévalo: “Cuando la sociedad nos ve, nos escucha y nos reconoce, nuestro valor se multiplica”**

listas que nos hacen invisibles”. Su testimonio resume la esencia de la campaña: cambiar la mirada implica también cambiar las palabras.

## VIVIR LA INCLUSIÓN

Claritza Francisco Rojas, del área de Relaciones Laborales, vivió en primera persona las barreras de accesibilidad en otros entornos laborales. Con discapacidad visual, recuerda los obstáculos que encontraba a diario: “Las dificultades eran constantes, materiales en papel imposibles de leer, sistemas no adaptados y una falta de sensibilidad real hacia la diversidad”. Añade que “aquí no solo se habla de inclusión, se vive. Trabajar en una empresa que apuesta por la accesibilidad y la integración marca una diferencia enorme en la vida profesional y personal. La inclusión laboral no es un favor, es una oportunidad para descubrir capacidades que enriquecen a todos”.

Esa misma mirada transversal la comparte Mario Sanz, director crea-

Pedro Esquivá y su perro guía Ufo, junto a M<sup>a</sup> del Mar Arévalo y el pequeño Alejandro.



tivo y jefe de marketing y comunicación de Ilunion Hotels. Llegó hace nueve años, cuando la cadena aún se llamaba Confortel, para liderar el rediseño de la marca. “Ahora entiendo que lo que no se cuenta no existe, y que ser un referente en diversidad y dignidad es una obligación. Trabajar en Ilunion te cambia la forma de ver el mundo. Te hace entender que la creatividad también puede ser herramienta de transformación social”.

“Valor significa rentabilidad, pero también valores humanos y valía profesional”, afirma Pilar Gutiérrez, responsable de desarrollo de negocio logístico. Su historia es la de muchas mujeres que se encontraron con un mercado laboral que les daba la espalda por su edad. “A los 60 años me siento más útil que nunca. En Ilunion volví a creer en mí misma”. Habla con la serenidad de quien sabe que

el trabajo puede ser también una forma de dignidad y que la confianza, cuando se deposita en las personas, genera un efecto multiplicador.

### **SORDOCEGUERA**

En la campaña también participa Javier García, embajador de marca de Ilunion. Su sordoceguera le cerró puertas en el mundo laboral hasta que llegó a Ilunion. Su gran capacidad como comunicador ayuda al resto de la sociedad a entender cómo derribar barreras para que nadie se sienta excluido. Después de haber logrado ser el primer Erasmus con sordoceguera de Europa y terminar el doble grado en Derecho y ADE, se encontró con las puertas del mercado laboral cerradas. “Así estuve durante un tiempo hasta que di con la puerta adecuada, la de Ilunion. Alejandro Oñoro, nuestro CEO, había escuchado hablar de mí y quiso entrevistarme personalmente. Ahí le conté mi trayectoria y le dije que tenía dos sueños: el primero era trabajar de manera independiente y el segundo subir algunas de las montañas más altas del mundo. Recuerdo que Alejandro, entre risas, me dijo: ‘Yo puedo ayudarte, pero solo con uno de ellos’”, recuerda. Javier ha demostrado con creces su valía profesional pero además siente el cariño de sus compañeros. “Lo veo cada día cuando estoy en la oficina y un compañero o compañera se acerca, coge mi mano y, en mi sistema de comunicación, me comenta algo del trabajo o me dice de ir a desayunar”.

### **UFO, FIEL PERRO GUÍA**

También demuestran su valor en esta campaña Pedro Esquivá y Ufo, su perro guía, que forman un tándem inseparable. Quién mejor que Pedro, ciego de nacimiento, para trabajar la accesibilidad de webs y apps. Es el responsable de consultoría de Accesibilidad Digital Ilunion Accesibilidad. Y Sonia Domínguez, que trabaja en la lavandería de Madrid

de Ilunion TextilCare desde 2022 y está orgullosa de cómo ejerce su profesión tras haberse topado con tantas puertas cerradas. El trabajo le ha proporcionado “una nueva vida y mucha tranquilidad mental”. También participa en la campaña Álvaro del Bosque, que trabaja en el área de servicios generales y quizás sea de las personas que mejor conoce Torre Ilunion, sede de los servicios centrales, donde trabajan 1.100 personas, el 60 % con discapacidad.

Por su parte, Juan Carlos Durán Canal, Coordinador de Desarrollo de Talento, que llegó de Venezuela en 2009 y su principal valor es la capacidad de escuchar, sostiene la nece-

sidad de esta campaña porque “no es solo un eslogan, es una invitación a entender que la diversidad suma, que aporta riqueza. La inclusión no debe ser una utopía”. Trabajar en Ilunion es sentir que “puedo centrarme en aportar, crecer y acompañar a otros en su desarrollo”.

La protagonista del spot de televisión es la actriz Belén González del Amo, con discapacidad visual, quien lanza una moneda al aire para recordarnos que el valor no está en lo que vemos, sino en lo que reconocemos en los demás. Esa metáfora resume el espíritu de la campaña: el talento no entiende de etiquetas, y el verdadero valor está en las personas. •

**Pilar Gutiérrez:  
“A los 60 años  
me siento más  
útil que nunca.  
En Ilunion  
volví a creer  
en mí misma”**



Pilar Gutiérrez y Juan Carlos Durán, quién lamenta que “en muchos entornos laborales, la mirada hacia la discapacidad aún está cargada de prejuicios”.





# **Violencia de género en mujeres con discapacidad, una realidad oculta**





El estudio *Ojo al dato*, impulsado por Inserta Empleo, revela que el 40,4 % de las mujeres con discapacidad han sufrido violencia de género, frente al 32 % de las mujeres sin discapacidad. Además, pone cifras a una realidad silenciada y alerta sobre las dificultades para denunciar y el impacto en la salud de las víctimas.

 **Patricia Encinas**

**D**isponible en Odismet, el Observatorio de Fundación ONCE sobre discapacidad y mercado de trabajo en España, y cofinanciado por la Unión Europea, el estudio forma parte del proyecto *Mujeres en Modo ON VG*, cuyo objetivo es visibilizar esta doble vulnerabilidad y construir la primera base estadística propia en España sobre la relación entre discapacidad y violencia de género. Su recorrido



por distintas ciudades españolas busca no solo difundir los hallazgos, sino también generar espacios de diálogo, escucha y sensibilización que contribuyan a la defensa de los derechos de las mujeres con discapacidad.

Entre las principales conclusiones de *Ojo al dato* cabe destacar que el 40,4% de las mujeres con discapacidad sufren violencia de género, frente al 32% de las mujeres sin discapacidad.

El análisis también revela que, el miedo a represalias o no ser consciente de que se está viviendo una situación de violencia de género hace que el 34,5% de las mujeres no hayan denunciado y el 4,3% hayan retirado la denuncia.

### NO HAY QUE CALLAR

Lola Gutierrez sabe mucho de esto y así lo explica: “En terapia, mi doctor un día me preguntó si tenía miedo. Y me di cuenta de que sí. ‘Sí, sí que le tengo miedo, no físico, pero sí psicológico’. Esa fue la pregunta del millón, la que me salvó. Por eso decidí denunciar. Fui a comisaría y resultó todo muy desagradable, porque tuve que contar muchas cosas íntimas, por ejemplo, que me forzaba sexualmente. No es fácil contar estas cosas, y menos a desconocidos”.

Por su parte Virginia Cabrera asegura que “es difícil reconocer a un maltratador al principio, van enmascarados, terminan sabiendo todo de ti pero tú los desconoces. Hubo algún episodio que debería haberme dado la voz de alarma, pero estaba enamorada y le quité importancia. Por ejemplo, cuando trató de drogarme con pastillas y hacerme creer que estaba loca”.

### MALTRATO Y PEOR SALUD

Asimismo, un 57,6% de las mujeres que participan en el estudio han indicado que la discapacidad es previa a la violencia de género su-



**40,4 %** de las mujeres con discapacidad sufrieron violencia de género, frente al **32 %** de las que no la tienen.

**34,5 %** de las mujeres con discapacidad víctimas no han denunciado.

**4,3 %** de quienes denunciaron, retiraron la denuncia posteriormente.

**57,6 %** indican que la discapacidad es previa a la violencia sufrida.

**27,6 %** afirman que la discapacidad es consecuencia de la violencia vivida.

**13,4 %** señalan que su salud ha empeorado como resultado de la violencia.

frida, frente al 27,6% que afirma es consecuencia de la violencia vivida. Además, el 13,4% de ellas señala que su salud ha empeorado como consecuencia de la violencia.

Eva María Vigo es una de esas mujeres a las que el maltrato perjudicó gravemente su salud. “Ahora tengo un certificado de discapacidad del 52%, con problemas en la espina dorsal, hernias, protusiones, problemas cervicales, fibromialgia, reflujo crónico, colon irritable... a veces pienso que, después de todo, debería estar peor de lo que estoy. Ha habido momentos en que dudaba, incluso, de estar viva. Te duele todo, por dentro, por fuera, partes que ni imaginas”, afirma.

Este estudio se enmarca en el proyecto *Mujeres en Modo ON VG*, que Inserta Empleo, con la cofinanciación de la Unión Europea, puso en marcha en 2020 con el propósito de acompañar y empoderar a las mujeres con discapacidad víctimas de violencia de género a través de la formación y el empleo.

### RECUPERAR LA VIDA

Lorey Martín es uno de los ejemplos de que con ayuda, una mujer con discapacidad puede recuperar su vida. “A día de hoy, vuelvo a estar en activo laboralmente. Trabajo en la recepción y administración de un centro de mayores. Hago teatro, en una compañía *amateur* formada sólo por mujeres, que me hace muy feliz. Me ha ayudado muchísimo, a conocerme, a respetarme, a valorarme”, valora.

“He comenzado una nueva relación. Hoy soy feliz, doy gracias por estar aquí, por poder disfrutar de las pequeñas cosas, un paseo por la playa, un baño, contemplar un atardecer mientras tomo un café... vivir viviendo. El túnel puede ser largo y oscuro, pero siempre, siempre, tiene un final donde nace la luz”, concluye Lorey Martín. •

# AHORA <sup>y</sup> SIEMPRE

BIEN JUGADO



Vendedores ONCE, puntos de venta autorizados y [www.juegosonce.es](http://www.juegosonce.es)

+18. JUEGA RESPONSABLEMENTE





# Más de la mitad de la población tiene sobrepeso

Aproximadamente uno de cada siete españoles convive con un diagnóstico de obesidad y la mitad de la población, sobrepeso. Estas cifras, en crecimiento imparable en los últimos años, también presentan un sesgo de género, pues son las mujeres quienes suelen cargar con un mayor estrés psicosocial y presiones sociales, juicios estéticos y una carga emocional que muchas veces se vive en silencio.

  
Servimedia / R. O.

**E**l *Libro Blanco de Salud y Género* (realizado por el Observatorio de Salud y Estudio de Comunicación) afirma que “el estigma del peso a nivel social es un problema acuciante, que afecta a gran parte de la población que padece la enfermedad. Un interesante estudio mostró que profesionales sanitarios y estudiantes de medicina tienen prejuicios respecto a las personas con obesidad y las asocian a dejadez, falta de voluntad o disciplina, mala higiene y/o pereza, lo cual puede influir muy

negativamente a la hora de realizar un correcto diagnóstico y pautar un tratamiento adecuado”.

Esta publicación define la obesidad como “una enfermedad crónica, sistémica y heterogénea. Es debida a una acumulación excesiva y anómala de grasa corporal, cuyas repercusiones negativas afectan tanto a la salud física como a la funcionalidad general del organismo”.

El *Libro Blanco* refleja que los pacientes lamentan que, “muy habitualmente, los profesionales sa-

nitarios anteponen la obesidad a cualquier otro problema de salud y la proponen como causa única de muchos de los síntomas, lo que conlleva a una falta de estudio en profundidad". A nivel mundial, la obesidad es más frecuente en mujeres. De hecho, el Libro Blanco establece que hay tres veces más mujeres que hombres afectados".

### CAUSAS

Entre las causas de esta mayor predisposición figuran factores como el mayor número de hipotiroidismo (diez veces más frecuente que en varones), el síndrome de ovario poliquístico (SOP) o que, tras la menopausia, la grasa visceral pase de representar el 5-8 % al 15-20 % de la masa grasa total.

"Dado que el número de mujeres que consultan por obesidad es mucho mayor que el de hombres, se puede afirmar que el problema del trato incorrecto, la insuficiencia de atención e incluso en ocasiones la humillación, la sufren numéricamente más las mujeres", añade el *Libro Blanco de Salud y Género*, (elaborado por las doctoras Clotilde Vázquez, Teresa Montoya, Clotilde Fernández y Bogdana Luca).

La obesidad en la mujer se presenta en "momentos vitales diferentes" y con "manifestaciones distintas", explicó la jefa de Departamento de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Clotilde Vázquez, en la jornada sobre 'Salud, Género y Obesidad' organizada por el Observatorio de Salud junto a Estudio de Comunicación en la agencia de noticias Servimedia. La doctora añade que "cuando comparamos grandes cortes de datos, vemos que apenas se solapan, ni en cuanto a desencadenantes, ni a comorbilidades ni en tiempos de aparición".

En la obesidad de la mujer "influyen mucho los cambios hormonales,

que suceden todos los meses", aunque en especial son "los períodos de la adolescencia, el embarazo y lactancia y la menopausia cuando con más frecuencia aparece el sobrepeso en ellas". Hay que considerar, además, las diferencias en cuanto a las comorbilidades asociadas, que "son distintas y de distinta intensidad", explicó la doctora Vázquez. "El *distrés* asociado a la obesidad es mayor en el caso de las mujeres y puede llegar a producir auténticos episodios ansioso depresivos", indicó Vázquez. Así, lamentó, que algunas "comorbilidades específicas de la mujer, como artritis y artrosis, no son bien diagnosticadas".

Tampoco lo son las comorbilidades clásicas (apneas, episodios isquémicos, insomnio, etc.), pues "debutan de modo distinto en las mujeres" y "se infradiagnostican en consulta",

**Uno de cada dos españoles está por encima de su peso. El 15,2 % tiene diagnosticada obesidad**

### ÍNDICE MASA CORPORAL

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (kg/m}^2\text{)}}{\text{Talla (m}^2\text{)}}$$

Criterios OMS	IMC (kg/m <sup>2</sup> )
Normopeso	18,5-24.9
Sobrepeso	25-29.9
Obesidad grado I	30-34.9
Obesidad grado II	35-39.9
Obesidad grado III	≥40



## Diferencias en actividad física y alimentación

Junto a los factores físicos que influyen en la génesis y la evolución de la obesidad, hay dos de tipo contextual en los que el género tiene una gran importancia: la actividad física y la alimentación, explicó la directora general de Salud Pública de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Elena Andradás. “Las chicas dedican menos tiempo de ocio al ejercicio físico, incluso en edades tempranas, cuando no tienen responsabilidades de cuidado”, afirmó en la jornada sobre ‘Salud, Género y Obesidad’. En cambio, ellas siempre declaran “un mayor consumo de frutas y verduras”, mientras que sus compañeros consumen más carne.

“Estas conductas no sólo se pueden comprender desde una perspectiva de la psicología individual, sino que tienen mucho que ver con los valores que la sociedad está adjudicando al cuerpo, a la salud y a la alimentación”, subrayó Andradás. De hecho, “las adolescentes siguen utilizando dietas para adelgazar con bastante más frecuencia que los chicos, aunque también estas diferencias disminuyen a lo largo de la última década”, informa Servimedia.

El director general de Salud Pública y Equidad en Salud del Ministerio de Sanidad, Pedro Gullón, apuntó que investigar sobre el sobrepeso “ayudará a entender cómo los roles de género influyen en ciertas conductas de riesgo asociadas al mayor índice de obesidad en los varones”, como la mala alimentación o un mayor consumo de alcohol. Además, destacó el mayor estrés psicosocial que sufren las mujeres con obesidad, cuyas vidas resultan “más complicadas” y las circunstancias de peso inciden todavía más en esa situación. Por eso, adujo que “debemos lograr que los abordajes clínicos tengan en cuenta estas diferencias”, además de “normalizar todos los cuerpos y no estigmatizar”, reclamó.

Servimedia

precisó la endocrinóloga. Por su parte, la presidenta de la Sociedad Española de Obesidad (Seedo), Mar Malagón, incidió que ciertos parámetros de uso común en medicina no tienen en cuenta las diferencias entre hombres y mujeres. Por ejemplo, citó al calcular el índice de masa corporal o “si la mujer está embarazada o si ha pasado la menopausia”, cuando tales circunstancias provocan cambios determinantes en la acumulación y distribución corporal de grasa.

Otros factores diferenciales son el riesgo de problemas cardíacos, que aumentan notablemente en mujeres después de la menopausia (antes es

mucho menor), y que no se suele estudiar es la relación entre obesidad e infertilidad, pese a que esta última se puede hasta triplicar en casos de sobrepeso, como se subraya en el *Libro Blanco Salud y Género*.

### ESTIGMATIZACIÓN

Según la presidenta de Alianza Obesidad (compuesta por pacientes y sociedades científicas para que la obesidad se entienda como enfermedad crónica), Arantxa Sáez, cuando una mujer obesa entra en consulta “lo primero que ven es tu forma corporal, tu talla”. “Ya les puedes decir que te duele una cadera, que lo primero que te dicen

es que tienes que perder 30 kilos”, lamentó Sáez. A su juicio, ello explica parte de los malos diagnósticos. A esto se suma que “la mujer sale de consulta con más estrés y angustiada”, recalcó Vázquez, lo que puede hacerle engordar más y, sobre todo, va en contra de la relación médico paciente. En general, “todos juzgamos en función del aspecto”, admitió, y “las mujeres resultan especialmente juzgadas”. “Son pensamientos que casi todos tenemos”, reconoció, y “debemos ser conscientes de ello para evitarlos en consulta”.

## Dos de cada cinco españoles tienen sobrepeso (39,3 %)

Según la especialista del departamento de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Bogdana Luiza Luca, “las mujeres con sobrepeso, y en especial las jóvenes, sufren mucho estigma” por esta causa, informa Servimedia.

Junto a los cambios hormonales, el estrés y los factores emocionales son las principales causas del sobrepeso en la mujer, alertó la experta, que pidió también considerar “determinantes sociales”, como la mayor carga de trabajo no remunerado, y condicionantes culturales, como la poca predisposición a realizar ejercicio físico o a dedicarse tiempo personal.

“Sabemos además que la clase social influye”, prosiguió, ya que “la obesidad es mucho más prevalente entre mujeres de clase baja”. A su juicio, hay que empezar por reconocer que la obesidad es una enfermedad crónica, multifactorial y recurrente, como la diabetes”. “Esto es, que no basta con hacer dieta una vez en la vida, adelgazar y olvidarse”, declaró.



## Sesgo de género

A nivel global, la obesidad es más frecuente entre mujeres que en hombres.

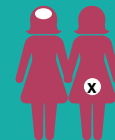
En obesidad severa, hay tres veces más mujeres que hombres afectados.



Tras la menopausia, la grasa visceral pasa de representar el 5-8 % al 15-20 % de la masa grasa total.

Mujeres con SOP (hasta 10 % de prevalencia) y con hipotiroidismo (10 veces más frecuente en mujeres) tienen mayor riesgo de obesidad.

El componente emocional y psicológico es más relevante en mujeres como causa subyacente.



El riesgo de infertilidad es tres veces mayor en mujeres con obesidad.

Fuente: Libro Blanco de Salud y Género

## Uno de cada diez niños del mundo tiene obesidad

Uno de cada diez niños y niñas de todo el mundo tiene obesidad, según el informe sobre nutrición infantil 2025 de Unicef. Desde el año 2000, la prevalencia de bajo peso menores de 5 a 19 años se ha reducido (del 13 % al 9,2 %), mientras que la obesidad aumentó (del 3 % a un 9,4 %). Los mayores índices de obesidad del mundo se encuentran en algunos países insulares del Pacífico. Por ejemplo, entre los niños y niñas de 5 a 19 años alcanza un 38% en Niue, un 37% en las Islas Cook y un 33% en Nauru, debido principalmente al abandono de la nutrición tradicional y sustituirla por alimentos importados, altamente energéticos y ultraprocesados.

“Cuando hablamos de malnutrición, ya no nos referimos solamente a los niños y niñas con bajo peso. La obesidad es un problema cada vez más alarmante que puede tener consecuencias negativas para la salud y al desarrollo de la infancia. Los alimentos ultraprocesados están desplazando cada vez más el consumo de fruta, verdura y proteínas, en un periodo de la vida en el que la nutrición es esencial para el crecimiento, el desarrollo cognitivo y la salud mental”, explicó la directora ejecutiva de Unicef, Catherine Russell. Por ello, la agencia de Naciones Unidas para la infancia valora iniciativas como la realizada por México, que ha prohibido la venta de ultraprocesados dentro de las escuelas, y reclama a todas las naciones acciones como limitar la comercialización de estos alimentos y acotar o eliminar su publicidad, a la vez de fomentar el consumo de alimentos saludables.

R. O.

“Una vez que logremos eso, espero que empecemos a ver más recursos disponibles”, en forma de más profesionales y equipos multidisciplinares, reclamó.

### ENFERMEDAD COMPLEJA

La presidenta de Alianza Obesidad, Petra Sanz, planteó la misma reclamación porque “no puede ser que estés condenado a ser obeso por no tener dinero para acceder a un medicamento”.

En este sentido Arantxa Sáez también demandó “aceptar que la obesidad es una enfermedad compleja” y que, por tanto, “debe abordarse de forma integral”, y reclamó “campañas públicas que hablen de la patología sin hacer mención a la imagen corporal o a la estética, para concienciar sin fomentar el estigma”.

Finalmente, Petra Sanz invitó a administraciones y políticos a reflexionar sobre “cuánto se ahorraría nuestro sanitario” si la obesidad y el sobrepeso se abordasen mejor en las políticas sociosanitarias y, con ello, consiguiera reducirse su incidencia entre la población. •



**Marta Riesgo,**  
directora  
general del  
Observatorio  
de Salud.

## Salud, género y obesidad: una mirada necesaria

Hablar de obesidad en España es hablar de uno de los principales desafíos de salud pública de nuestro tiempo. Más del 55% de la población adulta convive con exceso de peso, con consecuencias que se extienden mucho más allá del ámbito clínico. Pero si algo hemos querido dejar claro en el capítulo sobre salud, género y obesidad del *Libro Blanco de Salud y Género*, es que la obesidad no afecta de la misma manera a hombres y mujeres, ni se aborda desde los sistemas de salud con la sensibilidad que requiere.

La perspectiva de género no es un añadido retórico, sino una herramienta imprescindible para comprender y actuar. Como subrayan Clotilde Vázquez Martínez y Bogdana Luiza Luca, especialistas en Endocrinología y Nutrición y autoras del capítulo, las mujeres sufren una doble vulnerabilidad: por un lado, la biológica, marcada por cambios hormonales a lo largo de la vida; y por otro, la social, fruto del estigma, la presión estética y otros determinantes sociales que agravan su relación con la obesidad. Esta combinación tiene un impacto directo en su bienestar físico y psicológico.

En el capítulo, las autoras advierten también en cómo la obesidad multiplica el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares en mujeres, un dato a menudo invisibilizado en la investigación y en las campañas de prevención. Todo ello, destaca la necesidad de apostar por una estrategia nacional de obesidad que integre género, salud pública y equidad.

Detrás de cada cifra hay historias de pacientes que reclaman ser escuchadas

**“NO AFECTA DE LA MISMA MANERA A HOMBRES Y MUJERES, NI SE ABORDA DESDE LOS SISTEMAS DE SALUD CON LA SENSIBILIDAD QUE REQUIERE”**

y reconocidas. La obesidad es una enfermedad crónica, y así debe ser reconocida para garantizar

recursos, acceso a tratamientos y políticas sostenibles que no se queden en el discurso. Desde el Observatorio de Salud y Estudio de Comunicación hemos querido que este capítulo sea una llamada a la acción: a repensar cómo medimos, investigamos y tratamos la obesidad con un enfoque integral. La ciencia nos da datos, pero es la perspectiva de género la que nos ofrece claves para entender la complejidad del problema y diseñar soluciones efectivas.

Y no nos detenemos aquí. Ya estamos trabajando en la segunda edición del *Libro Blanco de Salud y Género*, con el objetivo de seguir ampliando la evidencia, profundizando en los matices y ofreciendo propuestas que sirvan de guía a profesionales, responsables políticos y sociedad en general.

La obesidad es uno de los espejos más claros de cómo las desigualdades de género atraviesan la salud. Reconocerlo no es un gesto académico, sino un compromiso con la equidad y con la construcción de un sistema sanitario más justo, humano y eficaz. Esa es, en esencia, la misión que nos mueve desde el Observatorio de Salud. •



UNO DE CADA CINCO NIÑOS EN EDAD ESCOLAR TIENE MIOPIA U OTRO PROBLEMA VISUAL

# MENOS PANTALLAS Y MÁS REVISIONES

## EL CONSEJO DE LOS OFTALMÓLOGOS PARA CUIDAR LA VISTA INFANTIL

Los oftalmólogos recomiendan reducir la exposición a pantallas en menores de seis años para proteger su salud ocular y reclaman campañas de sensibilización y revisiones preventivas que eviten futuras patologías.



Almudena Hernández



a jefa de Sección en el Departamento de Oftalmología del Hospital Ramón y Cajal, Marta Figueroa, valoró, en el diálogo *Cuidar la visión, un reto compartido*, organizado por Servimedia con la colaboración de Bayer, “la regla del ‘20, 20, 20’, que se toma por norma en los países asiáticos” para cuidar la vista.

Esta consiste en descansar 20 segundos la vista tras 20 minutos de exposición a las pantallas y fijarla a una distancia de 20 pies (unos seis metros), con el objetivo de prevenir la “miopización” de la población. Asimismo, Figueroa recomendó que cuando se esté ante un dispositivo, este se encuentre a una distancia superior a los 35 centímetros de los ojos. Más cerca es “malísimo”, alertó.

El vicepresidente de la Sociedad Española de Retina y Vítreo, Lluís Arias, recordó que está demostrado que el uso de dispositivos “tiene una incidencia directa con la miopía”. “Es un problema que existe y va a estar con nosotros”, por lo que aconsejó “educar a las familias con niños de 5 a 7 años”, que se encuentran “en pleno desarrollo” ocular, para que tengan cuidado con estos dispositivos.

La directora general Asistencial de la Consejería de Salud de la Comunidad de Madrid, Almudena Quintana, valoró la colaboración que el Gobierno madrileño mantiene con el Colegio de Ópticos y Optometristas y las campañas de salud visual que realiza para concienciar a la población.

“Es fundamental. Uno de cada cinco niños en edad escolar está diagnosticado de miopía u otro problema visual”, remarcó Quintana, por lo que animó a impulsar más campañas de sensibilización en colaboración con otros actores sociales.

## BAJA VISIÓN

Fundación ONCE Baja Visión anunció que en diciembre publicará una guía con 11 consejos para prevenir problemas de visión, dirigida a toda la población. “Queremos ofrecer recomendaciones para evitar la fatiga visual y

posibles patologías”, explicó su gerente Adonay Viera. Esta guía estará dirigida a cualquier persona, no solo a quienes tienen problemas de visión, y se enfocará en prevenir la fatiga visual y posibles patologías, de forma que los ciudadanos cuenten con recomendaciones que pueden aplicar “para tener cuidado con los ojos en el día a día”, ahondó Viera.

Además, reclamó más recursos para el seguimiento infantil y apoyo emocional para quienes sufren baja visión: “Cuando la parte clínica no puede ayudar más, el paciente debe saber cómo aprovechar el 30% de visión que le queda. El gerente de la fundación también se refirió a que en los primeros meses de trabajo

ya han ayudado a 320 personas con baja visión, aunque aún es un número muy alejado de las 400.000 personas que se encuentran en esa situación en España, según calculan diversos estudios científicos.

Adonay Viera manifestó que la Fundación ONCE Baja Visión aspira a ser “punto de encuentro” de “distintos agentes” de forma que las reivindicaciones del colectivo puedan abordarse de forma más efectiva y “transversal”. Además, adelantó que la entidad destinará 200.000 euros a proyectos de investigación sobre ceguera evitable. “Hace falta mucha inversión en investigación. Es nuestro granito de arena”, apuntó.

## PREVENCIÓN

Lluís Arias advirtió de que “hay causas de ceguera evitable” por lo que hizo una llamada a realizar “diagnóstico precoz”. “Podemos evitar muchos problemas de ceguera”, precisó.

Según el vicepresidente de la Sociedad Española de Retina y Vítreo, “el oftalmólogo es el que tiene capacidad para detectar problemas, pues mucha gente se va a centros ópticos”, por lo que “las campañas se tienen que centrar en los oftalmólogos, no en ópticos”. A la vez, añadió que, de esta manera, enfermedades como el edema macular diabético se podrían “controlar”.



## PREVENCIÓN Y DIAGNÓSTICO PRECOZ SON CLAVES PARA FRENAR LA MIOPIA

Por su parte, la jefa de Sección de Oftalmología del Hospital Ramón y Cajal, Marta Figueroa, subrayó que es crucial “educar a los padres sobre la revisión oftalmológica completa antes de los 6 años” y la forma de hacerlo es a través de campañas divulgativas. Además, explicó que “los tratamientos con fármacos dentro del ojo” reducen las visitas al médico y permiten a sus familiares que no tengan que acompañarlos al hospital. Sin embargo, reprochó a las administraciones que se den “dificultades para seguir a los pacientes en la forma que se debe”; o que la población está “muy envejecida”, lo que hace que los pacientes vivan solos con déficit visuales muy severos. Por ello, animó a impulsar medidas de voluntariado para acercar a esos pacientes al oftalmólogo.

El gerente de la Fundación ONCE Baja Visión precisó que el problema físico o sensorial también conlleva un abordaje de salud mental. Por ello pidió a los expertos “que en oftalmología sepan qué recursos recomendar a una persona con baja visión” pues, aunque no haya perdido totalmente la visión, puede necesitar apoyo emocional para encajar la situación. “Cuando la parte clínica no puede ayudar más, que el paciente sepa cómo aprovechar el 30% de visión que le queda”, indicó Viera. •

## La ministra de Sanidad reivindica el "derecho a ser vistas" de las personas con problemas de visión

La ministra de Sanidad, Mónica García, reivindicó que las personas con problemas de visión tienen “derecho a ser vistas”, además de derecho “a la salud visual” y “a una vida plena”, de forma que “el resto de la sociedad” pueda “verlas, escucharlas, entenderlas” y adaptarse “a sus circunstancias”. García, en la clausura del diálogo ‘Cuidar la visión, un reto compartido’, recordó que la pandemia ha manifestado “la vulnerabilidad a la que todos estamos expuestos” y que hay que abordarla “desde lo colectivo” por parte de la política, las instituciones, las leyes y con una “mirada cultural” de la sociedad, que “implica educar, prevenir y sostenernos como sociedad”. Por eso, defendió “utilizar todas las herramientas que tenemos a nuestro alcance” y la “empatía” para “ponernos en el lugar del otro”. “Sin ella no podríamos ejercer ni la medicina ni la política”, aseveró.

A renglón seguido puso en valor la “universalidad” del sistema de salud, que a su entender se manifiesta en iniciativas como el *Plan Veo*, para garantizar gafas y lentes a menores de 16 años que tienen problemas económicos, pero no sólo para ellos, pues “no hay visión de primera y de segunda”. “Es un derecho para todos”, dijo, en referencia a las familias que por “falta de información y de tiempo” no pueden ocuparse de la salud visual de sus hijos y que también estarían incluidas en ese plan, informa Servimedia.

## ¿Cómo cuidar la vista con la regla 20-20-20?

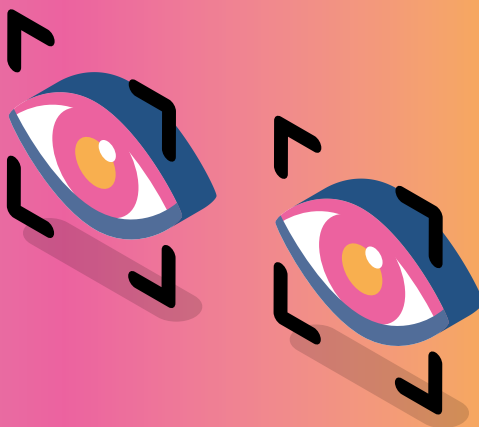
Cada 20 minutos  
frente a una pantalla



Descansa  
20 segundos la vista



Mira a 20 pies  
(≈ 6 metros) de distancia



### Objetivo

Prevenir la “miopización” y la fatiga visual.

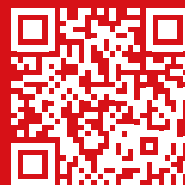
### Consejo extra

Mantén el dispositivo a más de 35 cm de los ojos.



# perfiles

ACTUALIDAD E INFORMACIÓN SOCIAL



Suscríbete  
a nuestra  
**newsletter**



@RPerfiles



[www.revistaperfiles.com](http://www.revistaperfiles.com)



@revista\_perfiles



@revistaperfiles\_\_



# Serena Williams

## De leyenda del deporte a romper barreras sociales

La extenista no solo ha sido una figura dominante en el tenis mundial, sino también un símbolo de superación, empoderamiento y transformación social. Galardonada con el Premio Princesa de Asturias de los Deportes 2025, su legado va más allá de los récords: abarca una carrera marcada por la resiliencia, la lucha contra la pobreza, la igualdad entre sexos y una influencia que trasciende las pistas.

**E**l reconocimiento de Serena Jameka Williams (Saginaw, Michigan; 1981) no solo avala su extraordinario historial deportivo, sino también su carácter competitivo, su papel como mujer que ha roto numerosos estereotipos, y su constante compromiso con causas sociales y proyectos empresariales. La Princesa

Leonor durante la ceremonia de entrega de los Premios, que su grandeza no reside “en ganar siempre”, sino en la “capacidad de levantarse, aprender y seguir adelante”, una frase que resume la trayectoria de superación de Williams, especialmente tras varios periodos de lesiones o en momentos personales cruciales.

Williams está considerada una de las grandes tenistas de la historia. Su palmarés incluye 39 títulos de Grand Slam (23 individuales), cuatro oros olímpicos, y el

Golden Slam de carrera, es decir, ganar los cuatro torneos de Grand Slam. Además, fue número uno del ranking de la WTA (Asociación de Tenis Femenino) durante 186 semanas consecutivas, igualando la marca de la mítica Steffi Graf.

### VICTORIA EMBARAZADA

Uno de los hitos más impactantes de su carrera ocurrió en 2017: ganó el Abierto de Australia con 35 años, siendo la tenista de más edad en lograr un Grand Slam individual en la «era Open», pero lo sorprendente fue la forma en que lo logró, ya que, durante aquel torneo, estaba embarazada de ocho a nueve semanas de su primera hija, Alexis Olympia.

Ganó los siete partidos sin ceder un solo set, y meses después reveló públicamente que estaba esperando un bebé. Confesó que “fue un poco triste porque tuve que ganar a mi hermana y ella ya sabía que estaba embarazada, pero poder competir a ese nivel en ese momento fue el mejor momento de cualquier deportista”.

La figura de su hermana, Venus, también exitosa tenista profesional, fue fundamental en su desarrollo. Serena reconoció que sin ella no habría sido la persona que es.



© FPA / Iván Martínez



Serena Williams, en Oviedo durante los Premios Princesa de Asturias.

Sin embargo, la competencia entre ellas fue la parte más difícil y “odiosa” de su trayectoria, pues “tener que ganarla fue un rollo”, afirmaba.

Serena se caracterizó por defender la igualdad salarial entre hombres y mujeres. Recalcó que ella “trabajaba tan duro como un hombre y no tenía por qué recibir menos

dinero que ellos”. Insistía en que “iba a los Grand Slams y no me pagaban lo mismo. Merecemos lo mismo, no deberían pagarnos menos porque nos esforzamos lo mismo”.

### MÁS ALLÁ DE LAS PISTAS

Una vez retirada en 2022, Serena se centró en centrar todo su espíritu competitivo a otras facetas como su vida familiar, el activismo social, o iniciativas empresariales.

En su afán por ser más recordada por su impacto fuera de las pistas que por sus logros deportivos, creó un fondo de inversión enfocado en apoyar a *startups* en sus primeras etapas, con especial atención a aquellas lideradas por mujeres y personas de comunidades minoritarias. Su compromiso social se extiende a varias fundaciones dedicadas a la defensa de la igualdad de oportunidades en la educación (a través de The Serena Williams Foundation, con la que ha construido escuelas en Kenia y Jamaica) y a través de una ONG ayuda a las víctimas de la violencia. Además, a través del Yetunde Price Resource Center —creado en memoria de su hermana fallecida en 2003— impulsa programas de apoyo para mujeres en riesgo de sufrir violencia. •

### TENIS DESDE UN BARRIO MARGINAL

Venus y Serena Williams posan junto a su padre, Richard, en 1991 en las canchas de Compton, en el sur de Los Ángeles, donde las hermanas aprendieron a jugar al tenis con su padre, Richard Williams. Ambas se criaron en la pobreza, en el barrio de Compton. Su padre luchó para que tanto ella como su hermana Venus pudieran entrenar jugar al tenis. En 1995 el esfuerzo dio sus frutos y Serena consiguió hacerse profesional. A lo largo de su carrera, no solo jugó al tenis, sino que lo transformó en un deporte más rápido y explosivo.



Album / Photo News / Imago

## PREMIADOS

Junto a **SERENA WILLIAMS (Deportes)**, los otros galardonados en los **PREMIOS PRINCESA DE ASTURIAS 2025** fueron:

### BYUNG CHUL HAN (Comunicación y Humanidades)

Filósofo surcoreano. Recibe el premio por su capacidad para analizar los efectos de la era digital y reflexionar sobre la libertad y la identidad en el siglo XXI.

### EDUARDO MENDOZA (Letras)

Escritor barcelonés que revolucionó la narrativa española, con una trayectoria marcada por el humor, la ironía y una mirada lúcida sobre la sociedad urbana.

**DOUGLAS MASSEY (Ciencias Sociales)**  
Sociólogo estadounidense. Premiado por su investigación sobre flujos migratorios y su impacto en la cohesión social y las políticas públicas.

### GRACIELA ITURBIDE (Artes)

Fotógrafa mexicana. Recibe el premio por su obra poética sobre la identidad y cultura de México, y narrar historias a través de la luz y la composición.

### MUSEO NACIONAL DE ANTROPOLOGÍA DE MÉXICO (Concordia)

Institución emblemática en la preservación del patrimonio cultural latinoamericano. Es galardonada por su

labor educativa y de conservación, que fomenta el diálogo intercultural.

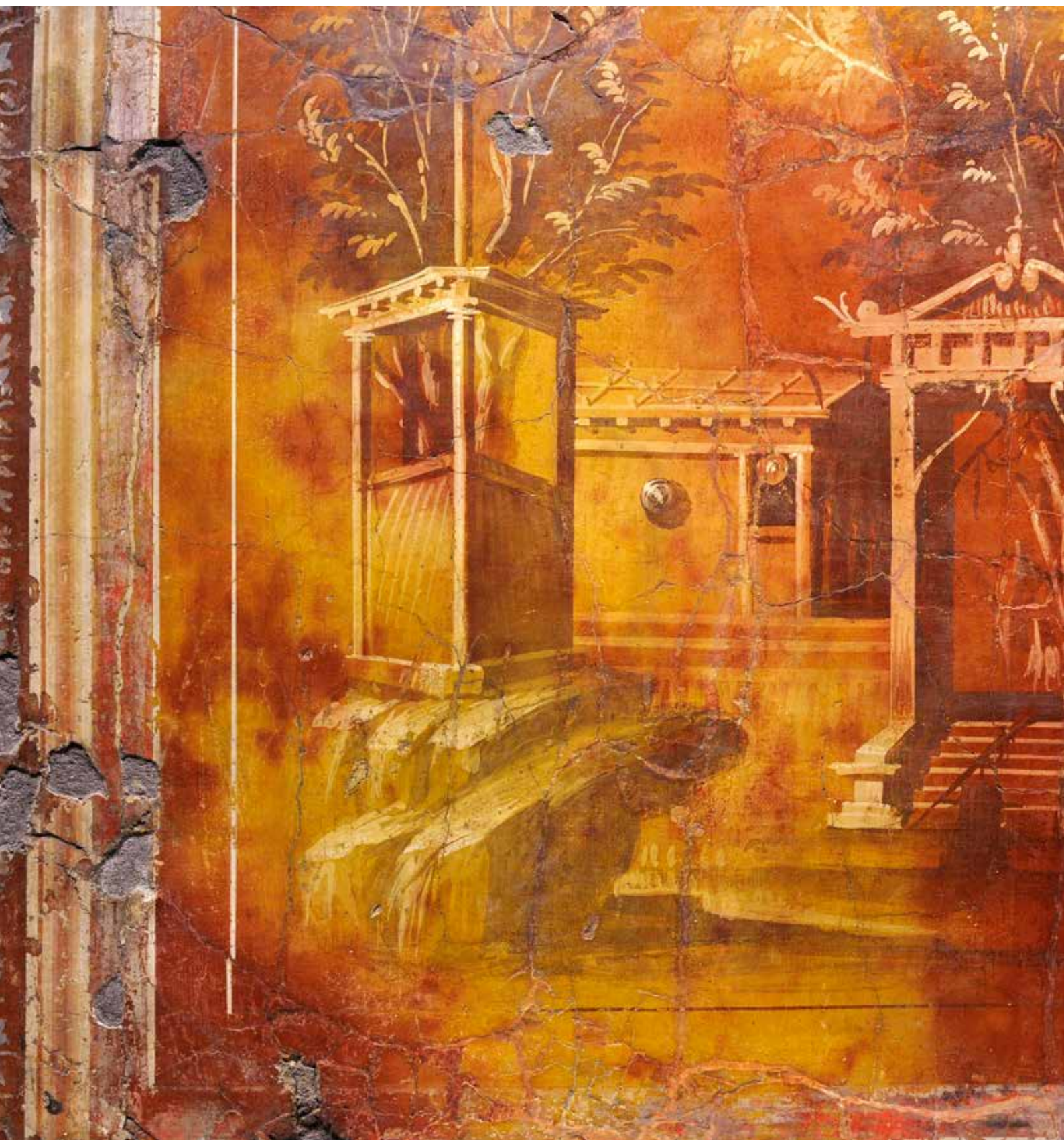
### MARY CLAIRE KING (Investigación Científica y Técnica)

Genetista estadounidense. Se le otorga el premio por su trabajo en la detección del cáncer hereditario y su impacto en la investigación biomédica.

### MARIO DRAGHI (Cooperación Internacional)

Economista italiano, expresidente del Banco Central Europeo y ex primer ministro de Italia. Recibe el premio por su papel decisivo en la estabilidad económica y cohesión europea.








**PAPIROS DE HERCULANO**

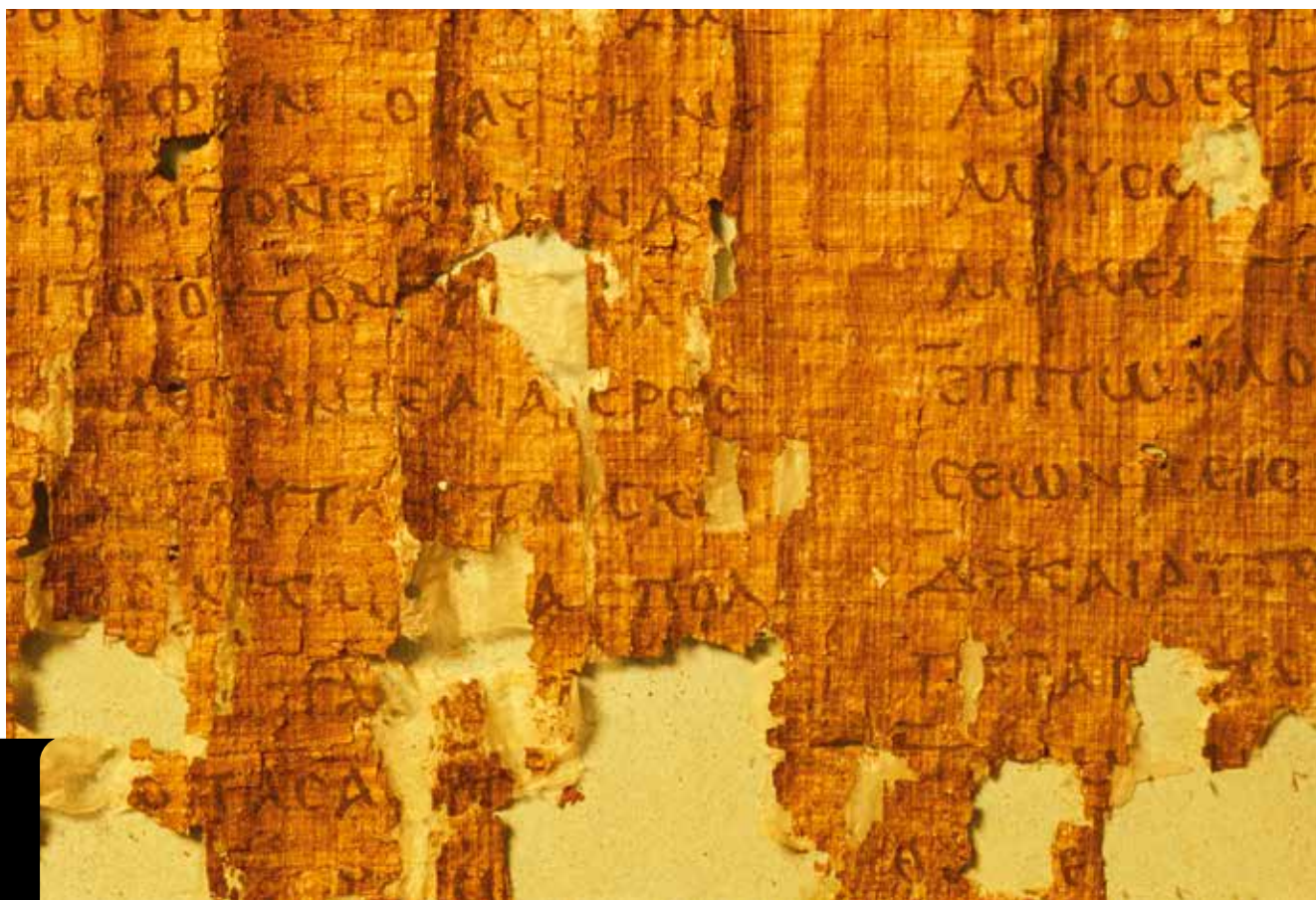
# LA IA RESUCITA EL SABER CLÁSICO ENTERRADO POR EL VESUBIO



Pintura sobre una pared de un paisaje arquitectónico con puerta sagrada y templo (los colores se han visto alterados por el calor de los materiales producidos por la erupción), realizada en el siglo I a. C., en la Villa de los Papiros de Herculano (Italia).

Un proyecto científico financiado desde Silicon Valley logra releer y descifrar los antiguos papiros de Herculano, la única biblioteca de la Antigüedad conservada. Entre cenizas y algoritmos, se abre una nueva era para la historia y la filología.

**Daniel Alonso Viña**



Album / Pasquale Sorrentino / Science Photo Library

**L**os soldados e ingenieros de las primeras excavaciones, en el siglo XVIII, pensaron que aquella pila de palos deformes, largos como un antebrazo, no eran más que troncos de madera. Incluso, los utilizaron para hacer fuego y calentarse durante la noche. “Creían que habían dado con la leñera de la villa”, cuenta Antonio Alvar Ezquerro, catedrático de Filología Latina en la Universidad de Alcalá y miembro de la Fundación Pastor. Poco después descubrieron que estaban quemando uno de los mayores tesoros de la Antigüedad: una biblioteca llena de papiros en griego, enterrada desde el año 79 d.C. bajo la lava del Vesubio, y conservada en estado carbonizado dentro de una lujosa villa romana a orillas del golfo de Nápoles.

La Villa de los Papiros era propiedad del suegro de Julio César, Lucio Calpurnio Pisón Caesonino. Durante las excavaciones se encontraron 1.800 rollos de papiro, carbonizados y conservados por ceniza volcánica. En la imagen, un trozo de papiro desenrollado.

Dos mil años después, la inteligencia artificial y un hombre llamado Elon Musk —luego hablaremos de él— han resucitado la ilusión por descifrar el contenido de esos textos sin tocarlos apenas. La Villa de los Papiros, redescubierta a mediados del siglo XVIII durante las excavaciones, es uno de los yacimientos arqueológicos más enigmáticos del mundo romano. Situada frente al mar, fue una mansión de dimensiones monumentales, decorada con mosaicos, estatuas de mármol y frescos de calidad excepcional. Pero su verdadero tesoro estaba oculto en una estancia oscura: una biblioteca privada sepultada y calcinada por la furia del volcán.

### UNA BIBLIOTECA CARBONIZADA

Lo que hallaron los primeros excavadores borbónicos fue una colección de alrededor de 3.000 rollos de papiro, en su mayoría escritos en griego y centrados especialmente en la filosofía epicúrea.

Se conservaban en estanterías, identificados con retratos de autores como Epicuro o Ermarco, y organizados por temáticas. Algunos rollos fueron encontrados en los pasillos de la casa. Alvar cree que eso demuestra que alguien, en un intento desesperado,



# Descubiertos en el siglo XVIII, los papiros se deshacían al intentar desenrollar para releer su contenido



trató de salvarlos antes de que la nube ardiente sellara su destino, el del portador y el del papiro.

Los primeros estudiosos intentaron leerlos, ansiosos por descubrir el contenido. El estado de los papiros era tan crítico que, al más mínimo intento de desplegarlos, se deshacían en polvo. En el siglo XVIII, el abad Antonio Piaggio diseñó una rudimentaria máquina para desenrollarlos con cuerdas, pero los resultados eran escasos y el riesgo de destrucción, alto. Los encargados de la excavación se volvieron celosos de la protección de esos documentos, y durante décadas apenas se han publicado fragmentos mínimos de sus textos.

## REVOLUCIÓN DIGITAL

Todo cambió con el avance de las tecnologías de la imagen. A finales del siglo XX, comenzaron a emplearse métodos no invasivos como la fotografía multispectral, que permite distinguir entre la tinta, compuesta en muchos casos por carbón vegetal, y el fondo del papiro, también carbonizado, pero con distinta reflectancia. Sin embargo, su utilidad es limitada cuando el documento está enrollado y su superficie no es accesible.

El verdadero salto se ha producido gracias a la llegada de la inteli-

Una investigadora de la Oficina de Papiros de la Biblioteca Nacional de Italia analiza un papiro.

El arqueólogo José María Luzón, junto a bustos encontrados en la Villa de los Papiros de Herculano.

gencia artificial. En 2023, el informático Brent Seales, de la Universidad de Kentucky, junto al empresario tecnológico Nat Friedman y el inversor Daniel Gross, puso en marcha el *Vesuvius Challenge*, un concurso internacional con más de 1,5 millones de dólares en premios —aportados en parte por Elon Musk, su mayor donante— para quienes lograran desarrollar herramientas capaces de leer los papiros sin abrirlos físicamente.

Según Alvar Ezquerro, “Elon Musk quiere hacer esto a lo bestia. Intentar leer los papiros sin desenrollarlos. ¿Por qué le gusta? Porque es un desafío brillante”.



Album / Archivo ABC / Ignacio Gil

# Elon Musk impulsa una competición para redescubrir qué textos clásicos esconden los papiros de Herculano

El equipo de Seales empleó una combinación de microtomografías computarizadas, escaneos con rayos X y software de cartografía volumétrica. Eso permitió a los participantes “desenrollar virtualmente” los rollos en 3D. La clave estuvo en entrenar redes neuronales con imágenes de papiros abiertos, para que aprendieran a detectar trazos de tinta invisibles en los cerrados. A través de una plataforma colaborativa, con más de 1.500 equipos conectados por Discord, se compartieron hallazgos, código y técnica.

En octubre de 2023, el estudiante Luke Farritor logró identificar la primera palabra griega: *πορφύρας* (“púrpura”). Poco después, Youssef Nader, investigador egipcio en Berlín, y Julian Schilliger, estudiante suizo en Zúrich, se sumaron al esfuerzo. Juntos extrajeron más de quince columnas de texto continuo de un rollo cerrado, cerca de un metro de escritura legible. Ganaron el Grand Prize de 700.000 dólares. El texto, atribuido a Filodemo de Gadara, habla sobre música, comida y placer, y lanza una crítica a los estoicos: “No tienen nada que decir sobre el placer, ni en general, ni en particular”.

Hasta ahora, solo se ha logrado leer alrededor del 5% de un rollo, pero el resultado ha sido histórico: por primera vez, un texto completo

Una Investigadora busca archivos de papiros (derecha). Bajo esas líneas, un pliego de un rollo encontrado de la Villa de los Papiros, abierto y mostrando parte del texto filosófico griego que conserva desde la erupción del Vesubio.







Album / Pasquale Sorrentino / Science Photo Library

ha sido descifrado sin abrir físicamente un papiro carbonizado. En él se mencionan conceptos como “vida” (βίου), “miedo” (φοβ), “disgusto” (διατροφή) o “necio” (ἀδιόληπτος), lo que sugiere un tratado sobre la percepción humana y las emociones, núcleo del pensamiento epicúreo.

El reto continúa. El equipo del Vesuvius Challenge ha lanzado una nueva edición con un premio de 100.000 dólares al primer equipo capaz de leer el 90% de los cuatro rollos ya escaneados. Además, otros grupos están desarrollando herramientas para automatizar el proceso de segmentación de las capas del papiro, que por ahora requiere decenas de horas de trabajo manual y puede costar más de 100 dólares por centímetro cuadrado.

El último descubrimiento, desvelado el pasado octubre, fueron textos que detallan la vida íntima de Zenón, el fundador del estoicismo. Describen su carácter reservado, su estilo de vida austero y su mal estado de salud, ofreciendo una imagen más humana y cercana del filósofo que dio forma a una de las corrientes más influyentes del pensamiento occidental.

### UN MUNDO POR DESCUBRIR

Pese a los avances, muchos misterios permanecen. Según Alvar, lo más relevante podría estar aún oculto: “No es concebible que en casa de un romano no hubiera textos en latín. La sospecha de Marcello Gigante es que no se ha encontrado la biblioteca entera. Al lado de la sala de los papiros griegos, hay otra estancia cerrada, donde se cree que están los textos en latín”. Esa segunda biblioteca no se ha tocado.

“Lo prohibió Gigante, para evitar el mismo destrozo que sufrió la griega”, dice Alvar. Solo si se demuestra que es posible leer los papiros sin desenrollarlos, se permitirá el acceso. Entre sus estantes podría haber obras perdidas de autores



Album / Pasquale Sorrentino / Science Photo Library

## Una pasión antigua con sello español

España ha tenido una relación histórica con los papiros de Herculano. En el siglo XVIII, figuras como Pérez Bayer, Nicolás de Azara y Leandro Fernández de Moratín difundieron su existencia y valor filológico a través de cartas, crónicas y estudios. “Carlos III se pasaba el día mirando por encima del hombro del hombre que intentaba desenrollar los papiros, fascinado por las excavaciones de Pompeya y Herculano”, recuerda el arqueólogo Alvar Ezquerra. El impacto cultural fue inmediato. Las publicaciones ilustradas impulsadas por la Real Academia Herculana influyeron decisivamente en el paso del arte barroco al neoclásico, marcando el gusto de finales del siglo XVIII. Herculano dejó de ser solo una ciudad enterrada: se convirtió en una referencia estética e intelectual.

Fresco con la representación de un paisaje de la Villa de los Papiros de Herculano.





Album / Prisma

como Cicerón, Catulo, Lucrecio o incluso poetas épicos arcaicos de los que hoy solo conocemos el nombre. La posibilidad de leer la biblioteca latina sin dañarla abre un horizonte sin precedentes para la filología clásica. No solo se trata de recuperar textos, sino de reescribir parte de la historia literaria de Roma. Como subraya Alvar Ezquerra: “Esos textos serían del primer siglo antes de Cristo. Nos proporcionarían obras de una época de la que casi no conservamos nada. Sería una oportunidad de recuperar auténticos tesoros literarios”. El profesor termina con una reflexión: “Eso puede cambiar todo... bueno, yo tendría que volver a empezar a estudiar”. •



Con solo 16 años, Facinet Dondo Camara emprendió una travesía de más de 4.500 kilómetros desde Guinea hasta España, atravesando fronteras y amenazas. Cruzó el Estrecho en una patera abarrotada, con la pierna izquierda sobre el agua durante 18 interminables horas. Hoy, tras sobrevivir a lo inimaginable, celebra su primer año como vendedor de la ONCE en La Línea de la Concepción. Para él, la vida ha comenzado de nuevo.

 **Luis Gresa**  
 **Marco Moreno**



# AL OTRO LADO DEL ESTRECHO

**LA ODISEA DE FACINET DONDO CAMARA:  
DE GUINEA A LA LÍNEA TRAS CRUZAR  
EL ESTRECHO EN PATERA CON 103 PERSONAS**

G

Guinea es uno de los países del África occidental más pobres del planeta. Más del 60 % de la población vive bajo el umbral de la pobreza en un país inseguro, sometido a golpes de Estado continuos y una corrupción intrínseca en el sistema político. Sus habitantes, 14,7 millones el año pasado, están entre los que ocupan peor lugar del *ranking* de desarrollo humano que elabora Naciones Unidas y su esperanza de vida se sitúa en los 60 años.

En su capital, Conakri, nació en 2003 Facinet Dondo Camara, el quinto de doce hermanos, siete hombres y cinco mujeres, hijo de un topógrafo del Ministerio de Urbanismo de Guinea y una administrativa en el área de transporte público. Allí estudió Contabilidad, Economía y Biología hasta que, a los 16 años, decidió emprender el viaje de su vida, España. “Quería salir de mi país, buscarme un futuro mejor y ayudar a mi familia”, dice en uno de sus días de descanso en el salón de un piso alquilado en pleno centro de La Línea que comparte con un compañero marroquí.

En casa encontró el apoyo de su madre, mucho más comprensiva que su padre, que hubiera preferido que permaneciera en su país junto a su familia. Pero la decisión estaba tomada. Viajó en coche por Senegal, Mauritania, Sáhara Occidental y Marruecos hasta cruzar a España al otro lado del Estrecho. Un itinerario que acabaría convirtiéndose en una trampa, en ocasiones mortal, plagada de amenazas y llena de miedos.

### UN MES DE AMENAZAS

“Salimos varios en un coche y en cada parada ya empezamos a separarnos. En la frontera de Mauritania nos robaron el teléfono y el dinero, nos decían que nos iban a matar (comenta con naturalidad, como si se tratara de una persona que no fuera él). Prefería perder lo que yo tenía a salvar la vida así que les di mi móvil y el dinero que tenía encima. He visto a gente delante de mí que perdió la vida pero yo pude seguir con mi ropa y mi mochila”. Pudo gracias a un amigo que le prestó dinero y el móvil para mantener el contacto con su familia.

Fue casi un mes de viaje en coches que iban cambiando cada dos/tres días donde malcomían y dormían apretujados en sueños muy cortos hasta llegar a Casablanca donde el relato vuelve a dar un giro de crudeza, amontonados con otras personas en una casa en medio de un bosque sin



nombre ni ubicación a la espera de una llamada para dar el salto al Estrecho desde Nador. Fueron —recuerda sin precisión alguna—, dos semanas de espera y maltrato humano en condiciones muy penosas. Hasta que un día llega esa llamada que da la alerta para afrontar el último tramo y subir a la patera que le llevaría a un nuevo mundo.

El miedo se apoderó de él ante la gravedad de la situación. De nuevo, temió morir. No fue fácil. Entre cuchillos de algunas personas, a empujones, sin explicaciones de por medio, recorrieron montañas anónimas. “Es tu día”, le dijeron. “Yo no tenía esperanza —dije—: ‘No, no, no. No voy’. Estaba desesperado”, explica sin detener un momento su relato. Era la noche cerrada del 26 de enero de 2019, puro invierno. Otro trayecto de terror, el último ya, hasta desembocar en el mar de Nador, esta



vez con otro grupo de gente anónima, en otro coche y con la misma tensión e incertidumbre que en las semanas de espera.

En la patera, una simple embarcación de plástico con motor, lograron embarcar 103 personas, tres de ellas mujeres embarazadas y una docena de niños. Desde las 05:00 horas que salieron hasta las 00:00 horas del día siguiente, en que fueron interceptados por una patrulla de Salvamento Marítimo de la Guardia Civil, Facinet mantuvo su pierna izquierda sobre las aguas heladas del Estrecho. Así lo cruzó. Y durante esas 18 horas de pánico permaneció inmóvil, sin comer ni beber

nave comenzaba el delicado traspaso del caos a la esperanza. Primero los doce niños, luego las tres embarazadas y después el resto. Y de ahí, salvados de una muerte probable, al puerto de Málaga donde fueron atendidos en primer lugar por voluntarios de Cruz Roja.

El viaje de Guinea a Nador le costó cerca de 750 euros y el trayecto en patera en torno a los 3.000 aunque esta "tarifa" fluctúa según el criterio que establecen las mafias a su libre albedrío y que puede alcanzar en algunos casos los 5.000 euros, según comenta.

Cuesta creerlo pero, el mal trago del Estrecho no resultó lo peor de toda su experiencia. Tampoco, los 4.500 kilómetros que separan su ciudad natal del puerto marroquí de Nador, pese a las muchas amenazas y riesgos que tuvo que sortear. Aún guarda peor recuerdo del camino incierto que le condujo desde Nador a la patera. "Es que no sabía dónde me llevaban porque no veía ni la carretera ni nada, nos guiaban personas con cuchillo en mano, tenía mucho miedo hasta que vi el agua, me vi desamparado", explica sin llegar a emocionarse en ningún momento.

Facinet, con 16 años entonces, permaneció durante dos años en centros de la Fundación SAMU en Algeciras, la primera semana, Arcos de la Frontera, los primeros cuatro meses, y Las Cabezas de San Juan (Sevilla) donde empezó a estudiar español y le facilitaron el acceso a lo que fueron sus primeras prácticas como camarero en un restaurante de Algeciras. A partir de ahí, se abrió camino como camarero y ayudante de cocina en distintos restaurantes de La Línea de la Concepción.

Desde 2021 el joven guineano dispone de permiso de residencia en España mientras aguarda la tramitación para obtener la nacionalidad española. Pero hay otro documento, su certificado de discapacidad, que le abrirá definitivamente las puertas de una nueva vida en su nuevo país. Tiene deficiencia visual, pérdida de audición y problemas en la pierna con varias operaciones de por



Facinet Dondo  
Camara salió  
de su país con  
solo 16 años.  
Tras atravesar  
el desierto y  
el océano, ha  
rehecho su vida  
en La Línea de  
la Concepción  
(Cádiz).

porque no había absolutamente nada que comer ni beber a bordo.

Ya a la deriva, en medio de la desesperación más inhumana, la Guardia Civil localizó la patera por las llamadas de socorro que se sucedieron desde la precaria embarcación en el final de su agonía y que provocaron un conato de rebelión a bordo por haber contactado con las Fuerzas de Seguridad del Estado español. A la media hora, un helicóptero sobrevolaba la patera mientras otra

**"QUERÍA SALIR DE MI PAÍS,  
BUSCARME UN FUTURO MEJOR  
Y AYUDAR A MI FAMILIA"**

medio que acreditan oficialmente un 36% del grado de la discapacidad.

Patricia, la directora del centro social 'Contigo' de La Línea, donde tramitó buena parte de su expediente de discapacidad, y María Rocío Partida, su novia entonces, fueron las dos personas que le animaron y empujaron a entrar en la ONCE como vendedor. "Me ha abierto muchas puertas, he tenido un buen trabajo y muchos privilegios que no tenía en la hostelería. Tengo dos días libres a la semana, un sueldo base y luego más ventas, más comisiones tenemos", explica decidido. "Mi vida ha cambiado. La ONCE me ha dado tranquilidad, mucha libertad", explica.

Facinet superó el período de formación sin mayor inconveniente. Daniel López su gestor de ventas conoce bien su proceso de adaptación a su puesto de trabajo. "A mí me llama mucho la atención porque es una persona que se ha esforzado mucho, ha padecido bastante para llegar donde está ahora mismo", opina.

Facinet le da la razón. Le encanta su trabajo, dice, porque le permite relacionarse con mucha gente y eso le motiva. "Hay que hacer psicología de terapia porque hay gente que viene con mucho respeto, con mucho cariño, que se sienta contigo, que te conoce, que te da con confianza, te cuenta su historia y para mí es un trabajo de terapia", sostiene. Y le gusta claro, dar premios. "El primero en estar contento soy yo, antes que el cliente, porque para mí el premio más grande es dar el dinero de vuelta porque el cliente tiene la ilusión de invertir en la ONCE y eso para mí es una satisfacción".

### RACISMO

En lo que lleva como vendedor de la ONCE, un año cumplió en octubre, solo ha tenido una situación incómoda por el color de su piel y su procedencia. "Una persona que acompañaba a otra que me fue a comprar le preguntó cómo un negro puede entrar en la ONCE para vender si dice que es Organización Nacional de Ciegos Españoles. A mí me molestó, pero no me lo preguntó a mí y me quedé sin fuerza para decirle lo que tenía en la boca y en la barriga. Pero,



aparte de eso, la gente es excepcional y buenísima", confiesa. "Yo no puedo decir exactamente que España sea un país racista —afirma categórico—. El racismo existe en todos lados, no solamente en España; en Francia, en Portugal, en todos lados. Hay gente mala y buena como en todos los lados", asegura convencido.

Facinet, que manda una parte de su sueldo a su familia en Guinea todos los meses para ayudarles, reconoce que la fe le ha ayudado a superar todas las barreras que ha ido encontrando en el camino desde que dejó Conakry hasta que entró a trabajar en La Línea. Pero no solo la fe ha sido su fuente de sustento. "La cosa depende de muchos factores. Primero, la determinación.

**"LA DIFERENCIA NO ESTÁ EN LA PIEL, RELIGIÓN O IDIOMA"**





Facinet cruzó el Estrecho con la pierna sobre el agua durante 18 horas, sin comer ni beber. La Guardia Civil interceptó la patera tras una llamada de socorro que desató tensión a bordo.

Hay un dicho español que dice que cuando la voluntad es grande, los obstáculos son pequeños. Entonces, hay que tener voluntad, ganas y motivación. Hay que insistir, aunque no puedas hay que pensar que quieres y puedes. Fracasar es no intentarlo, eso siempre. Con la fe y con las ganas te puede ayudar todo”, dice.

### UNA LECCIÓN DE HUMANIDAD

Facinet es el único vendedor de origen africano entre el largo centenar de vendedores de la ONCE en la ciudad fronteriza con Gibraltar que cuenta con 65.000 habitantes. “Nunca lo he dudado, sabía que la gente de La Línea le iba a dar la acogida que tiene”, afirma.

A su juicio el color de su piel pasa desapercibido en una ciudad tan multicultural como La Línea. “No es un tema tabú ni un problema aunque siempre hay alguna excepción que pueda poner

alguna traba, pero no es lo general. De hecho Facinet ha podido cubrir a compañeros en distintas barriadas y nunca ha tenido ningún inconveniente. La diferencia no está en la piel, la religión o el idioma, el vendedor está visto ya como un elemento institucional, es algo cotidiano, y Facinet ha sabido identificarse como vendedor y eso genera un día a día en el que no hay espacio para que alguien ponga trabas, hace su trabajo igual que el resto y demuestra lo que vale”.

### “UNA EXCELENTE PERSONA”

Todos los días, de lunes a viernes, un grupo de doce amigos jubilados, en su mayoría policías ya retirados, se reúnen en el Club Marítimo Linense para charlar de sus cosas ante una de las vistas más agradables que concede La Línea, un mar repleto de pequeñas embarcaciones de recreo a la sombra del Peñón de Gibraltar y que forma parte de su ruta habitual de venta. Miguel Alba, uno de los policías nacionales jubilados, le conoce desde que apareció por ahí el primer día. “Es una excelente persona en todos los sentidos. Lo único que puedo decir es que me gustaría que todos lo que hecho lo que él para venir aquí, fueran como él, tan buena persona, tan buen hijo, tan buen hermano, porque es extraordinario en todos los aspectos”.

Después de lo vivido este primer año como vendedor de la ONCE Facinet reconoce que le gustaría volver a Guinea, pero solo de vacaciones, a ver a su familia. Lleva seis años sin verlos y piensa que “más adelante” podrá cumplir su sueño. Le gusta viajar y quiere viajar para conocer mundo, pero con el ancla puesto en La Línea, entre los suyos. Disfruta mucho de la tranquilidad también en casa, de bailar bachata, de cantar por Rocío Jurado o la Pantoja, y del fútbol. Lo único que no soporta es que la gente engañe, humille o ridiculice a alguien. Y le duele ver a personas pidiendo en la calle. Le conmueve el cariño y la amabilidad que recibe de sus vecinos y clientes. •



# panorama social

LA ACTUALIDAD DE  
LOS COLECTIVOS  
SOCIALES

## SALUD

### Tres de cada diez jóvenes españoles sufren estrés de manera continua

El trabajo y los estudios impactan de forma significativa en la salud de la juventud española. De hecho, el 30 % de los jóvenes declaran sufrir estrés de manera continua y dos de cada diez, ansiedad, cifras que se disparan entre las chicas: el 39,5 % afirma vivir con estrés permanente por motivos laborales, frente al 17,8 % de los chicos, según un estudio de Fad Juventud.

A estos problemas de salud mental se suman los físicos: casi la mitad de los jóvenes (48,3 %) sufre dolores musculoesqueléticos de vez en cuando, junto con fatiga y falta de descanso (40,2 %). Las consecuencias de esto son especialmente notables en quienes compa-

ginan trabajo y estudios, así como en el grupo de 25 a 29 años, y especialmente persistente en mujeres (el 22,3 % sufre "continuamente" estas dolencias, frente a un 7,5 % de los chicos).

La juventud española sitúa la salud y la estabilidad económica como prioridades vitales. El 50,9 % considera que lo más importante en su vida es tener buena salud, seguido de la estabilidad laboral (44,4 %). El informe refleja la importancia de la conciliación. Más de un tercio de la juventud (34,8 %) señala que lo más relevante al elegir un empleo es que les permita compatibilizar su vida laboral con la personal, por encima de contar con ingresos elevados o prestigio profesional.

## EDUCACIÓN

### Más de 270 millones de niños no están escolarizados

Cerca de 272 millones de niños no van a la escuela en todo el mundo y, aunque se cumplieran todas las metas educativas de la Agenda 2030, hasta 84 millones seguirían sin escolarizar en 2030, denuncia la ONG Entreculturas. En España, el informe señala que se mantiene una de las tasas de abandono escolar temprano más altas de Europa (el 13 % frente al 9,5 % de media europea) y critica la insuficiente inversión en becas (0,21 % del PIB, frente al 0,44 % de media en la Unión Europea).

## ALIMENTACIÓN

### 2026, Año Internacional de la Agricultura

Naciones Unidas declaró 2026 como Año Internacional de la Agricultura. Con ello, hace un llamamiento a los países para realizar políticas efectivas contra las barreras y retos a los que se enfrentan las agricultoras, así como para promover la igualdad de género y el empoderamiento de todas las mujeres en el sector agrícola.

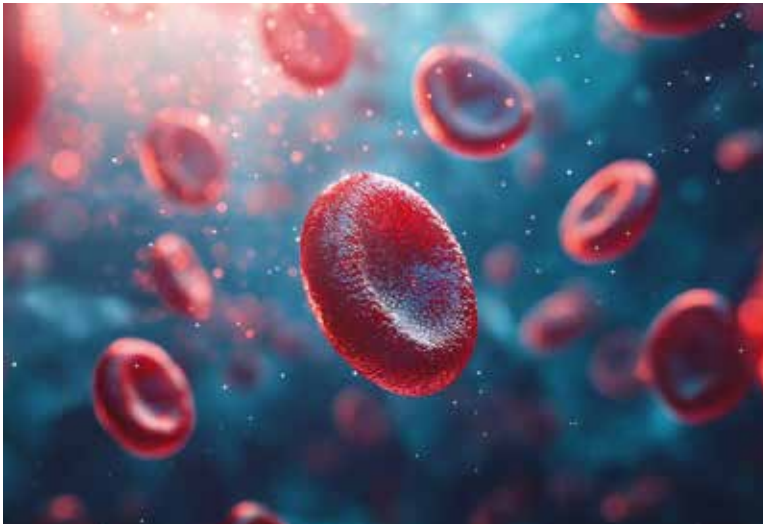




## INCLUSIÓN

# Educación Especial cuenta este curso con 1.500 nuevos alumnos

Un total de 46.873 alumnos están matriculados este curso 2025-2026 en Educación Especial, lo que supone 1.491 más que el curso pasado, según datos del Ministerio de Educación recogidos por Servimedia. De ellos, el 67 % son varones y el 33 % mujeres, lo que evidencia una clara brecha de género. La mayoría de este alumnado estudia en centros de carácter público (64,9 %), frente al 34,9 % en los concertados y solamente un 0,2 % cursa educación especial en los privados.



## SANIDAD

# Los nuevos tratamientos abren esperanza a pacientes de PTTa

La aparición de nuevos tratamientos ha reducido la mortalidad de los pacientes con púrpura trombocitopénica trombótica adquirida (PTTa) al 5 %, cuando hace unos años rondaba el 20 % en una enfermedad hematológica que se caracteriza por la aparición de puntitos rojos en

la piel de brazos y piernas y hematomas. La PTTa es una enfermedad rara que se produce porque unos anticuerpos que se generan sin un motivo reconocible bloquean la acción de una enzima a la que dejan en unos niveles mínimos, informa Servimedia.

## SOLIDARIDAD

# Becas para universitarios con discapacidad

Fundación ONCE y la Conferencia de Rectores y Rectoras de las Universidades Españolas (CRUE) convocan por décimo año consecutivo su programa de becas para la realización de prácticas externas por parte de estudiantes universitarios con discapacidad, una iniciativa que cuenta



con la cofinanciación del Fondo Social Europeo. Gracias a esta iniciativa se podrán beneficiar de las prácticas un total de 309 universitarios con discapacidad en 61 universidades de toda España.

Este programa de becas pretende mejorar la carrera profesional de los universitarios con discapacidad, a quienes facilita el acceso a una primera experiencia laboral. Las becas están dotadas con un importe de 2.000 euros por cada alumno en prácticas, que las universidades deberán destinar a la remuneración de los estudiantes, quienes reciben hasta un máximo de 600 euros al mes durante tres meses, y al pago de la seguridad social y otros gastos de gestión. Los universitarios que quieran hacer prácticas tienen hasta el 10 de diciembre para presentar sus solicitudes a través de la web de becas de Fundación ONCE (<http://becas.fundaciononce.es>).





# Perfiles:

## La revista decana en información social cumple 40 años

 Redacción

La revista Perfiles celebra su 40 aniversario. Su historia comprende cuatro décadas de compromiso con la información social, desde aquel octubre de 1985 en que nació por iniciativa de la ONCE, hasta convertirse en la publicación decana en información social en España.

Desde su primer número, Perfiles ha mantenido una cita con sus lectores, sin interrupciones. En sus páginas se ha narrado la transformación de una sociedad que avanza, se cuestiona y se reinventa. Ha sido testigo de los grandes hitos políticos, culturales y sociales, y ha sabido mirar más allá de los titulares, poniendo el foco en las personas.

Durante estos 40 años, Perfiles ha abordado temas como la discapacidad, la economía, la ciencia, el empleo, la sostenibilidad, la cooperación al desarrollo, la cultura..., siempre desde una mirada humana y profundamente empática.

Por Perfiles han pasado firmas ilustres del periodismo y la literatura: Miguel Delibes, Juan José Millás, Antonio Mingote, Forges... Y también ha sido cantera de periodistas que hoy son referentes en el ámbito de la información social.

La historia de Perfiles es también la historia de su evolución. En 2024, se relanzó con un diseño renovado, sostenible y con papel ecológico, e incorporando un ecosistema digital.

En la actualidad, Perfiles tiene una tirada de 20.000 ejemplares (auditados por OJD), que se distribuyen entre el Tercer Sector, ONG, economía social, líderes de opinión, administraciones públicas (estatales, autonómicas y ayuntamientos de más de 4.500 habitantes) y otros agentes clave del ecosistema social, político, cultural, educativo o sanitario. Se trata de una difusión que refuerza su vocación de servicio y su impacto real en la sociedad.

Durante el próximo año, Perfiles celebrará su 40 aniversario con diversas acciones conmemorativas y protagonistas. Será un homenaje a cuatro décadas de periodismo comprometido, y una mirada ilusionada hacia el futuro. Porque Perfiles no solo celebra el pasado: reafirma su vocación de seguir contando las historias que importan. Con todos. Para todos. •



¡Consíguelo ya!



# Teleasistencia para mayores



## Detección de caídas

Reacción inmediata ante emergencias.



## Fácil instalación y envío gratuito

¡Todo listo en minutos y sin coste adicional!



## App de seguimiento

Localizador GPS y medidor de constantes.



## 24 horas al día, 7 días a la semana

Con el servicio más asequible del mercado.



## Geolocalización avanzada

Seguridad tanto dentro de casa como fuera.

1 de enero  
**Cupón Extra de Navidad**  
**90 Premios de**  
**400.000€**



Por solo  
**10€**  
el cupón



Vendedores ONCE, puntos de venta autorizados y [www.juegosonce.es](http://www.juegosonce.es)  
Escanea y comprueba tus premios con la APP Mi Vendedor ONCE. ¡Descárgala ya!

+18. JUEGA RESPONSABLEMENTE