

EL INDEPENDIENTE

I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE) - AÑO 2009

Investigando bajo cero

El pasado febrero *El Hespérides* denunciaba la desaparición de hielo en la Antártida

Sus tripulantes observaron unas imágenes espectaculares del deshielo, pero a la vez sobrecogedoras, que les indujo a pensar que algo grave está ocurriendo en nuestro planeta. Estamos hablando de hielo que llevaban en la Tierra más de un millón de años, y que para volver a formarse necesitarían otro millón de años.

La joven ourensana Alexandra Coello nos relata cómo se hizo realidad el sueño de conseguir una beca para participar en las investigaciones del Hespérides, buque que pertenece al CSIC y que fue botado en noviembre de 1988, sufriendo una profunda renovación en 2003-2004. Cuenta con 11 laboratorios repartidos en

345 metros cuadrados.

En agosto del 2007, tras veinte días de trabajo, el Hespérides trajo 2,5 millones de muestras (trozos de hielo, plancton o bacterias) del Océano Ártico

bacterias) del Océano Ártico recogidas en su campaña ártica, que fueron distribuidas para su estudio a distintos centros de investigación de España, Francia y EEUU. *Medio Amb. (pág.1)*



La presa de Las Tres Gargantas finalizará sus obras en 2009

La presa de las Tres Gargantas culminará sus obras este año para dar un impulso importante a la economía de la región, y situará a China como el mayor productor de energía hidráulica del planeta. Tanto es así que se prevé que una vez finalicen las obras y la presa funcione a su máximo rendimiento, genere el 30% de la energía del planeta. Además, los entendidos estiman que su duración alcance los 1700

años, algo que no se había conseguido hasta ahora. El proyecto es arriesgado y muchos afirman que supondrá unas graves consecuencias medioambientales, sin embargo el subdirector del proyecto desvía el tema aportando que además de generar energía, permitirá la regulación del caudal del río y el control de inundaciones. Con todo esto la polémica está servida. *Soc. y Cultura, pág.1*



SUMARIO

Sociedad y Cultura

- La enfermedad del s. XXI (pág.1)
- Mujeres científicas en el olvido (pág.2)

Medio Ambiente

- El cambio climático

Tu Entorno

- Tradiciones, mitos, ofrendas, música, ... en los Carnavales (pág.2)

Deportes

- Pequeñas promesas del fútbol
- La influencia de los deportes en la sociedad actual

Tema Libre

- Ojo por ojo, diente por diente
- Pañuelo palestino, ¿moda o ideología?
- Representación teatral en la cárcel
- Una enfermedad de la modernidad

Baile, música e multiculturalidade danse cita en Ourense nas Xornadas de Folclore

O evento máis multicultural de toda a península ten lugar en Ourense no mes de agosto. Alí reúnense bailaríns de tódalas partes do mundo para achegarnos as súas tradicionais danzas e a súa música.

A expectación que causa este acontecemento é sen dúbida unha garantía de que poderemos seguir asistindo durante moitos anos a este viaxe polas culturas do mundo.

Tu Entorno (pág.1)

¿QUÉ QUIERES SABER?



cada día en **EL PAIS**



Las palabras ayudan a construir el mañana





I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

La presa de *Las Tres Gargantas* finalizará sus obras en 2009

Una vez terminada producirá el 30% de la energía del planeta. Se prevé que dure 1700 años

ANTÍA R./PAULA P. Ourense

El 14 de diciembre de 1994 se iniciaba oficialmente el proyecto de Las Tres Gargantas.

La idea, crear un sistema de presas para el control del flujo entre ríos. Un canal de paso para embarcaciones pesadas similar al de Panamá y como objetivo principal, la construcción de la mayor planta hidroeléctrica del planeta.

Los preparativos comenzaron en 1993 aunque ya se planeaba desde 1919.

Se pretende que finalicen las obras en el año 2009. Con esta presa se espera beneficiar la agricultura, controlar las inundaciones, generar energía, proteger el medio ambiente y aumentar el turismo en la zona del suroeste de China. Esta gigantesca presa se encuentra en Yichang.

El emplazamiento tardó más de veinte años en encontrarse, ya que es el sitio geológicamente más indicado para este proyecto. Los basamentos de este lugar son de granito sólido y es la zona menos sísmica del área.

La presa de Las Tres Gargantas de Yangtzé ostenta récords difíciles de creer.

Es la presa hidroeléctrica más grande del planeta, generando



18200 MW de energía, por encima de la que antes ocupaba el primer puesto, la presa de Itaipú entre Brasil y Paraguay, que genera 12600 MW de energía, suficientes para cubrir la demanda de ambos países.

La presa de Las Tres Gargantas tiene la retención y desvío de flujo más grande del mundo, el

embarcadero más largo con 113 metros y el sistema de levantamiento de navíos más grande. Posee la capacidad de inundarse hasta 120 metros de altura aunque su nivel máximo puede alcanzar los 175. Puede albergar barcos de hasta 3000 toneladas.

El costo hasta ahora ha sido de

180 billones de yuanes, algo más de 20 billones de euros.

Se planea que Las Tres Gargantas del río Yangtzé estén funcionando en el año 2009, y que diez años después sea la planta que genere el 30% de la energía eléctrica del planeta.

Todas las casas fueron reubicadas en los lugares más

altos de las colinas del Yangtzé, de manera que las familias no perdieron sus hogares aunque existieron casos en los que fue imposible la movilización de los predios, por lo que alrededor de 80 mil hogares yacen ahora bajo las aguas.

En el futuro cabe la posibilidad de hacer un museo subacuático que podría ser visitado en batiscafos.

La presa de Las Tres Gargantas es también la obra que concentra la mayor cantidad de hormigón en un solo lugar del planeta, con más de 5 millones de m³ de este material, gracias al cual puede soportar un sismo de hasta 7 grados en la escala Richter e incluso un ataque nuclear. Además cuenta con programas de emergencia capaces de liberar su caudal en esclusas estratégicamente colocadas a lo largo de treinta kilómetros, con lo que el daño a la población se reduciría de forma considerable si hubiese una contingencia.

Con el desvío controlado del flujo de los ríos también se evitará la muerte de cientos de miles de personas que cada año sucumbían a las fuertes lluvias en la región y lo perdían todo con las inundaciones.

Se espera que la presa de Las Tres Gargantas dure 1700 años.

LA ENFERMEDAD DEL SIGLO XXI

Síndrome de Hipersensibilidad Química Múltiple

DANIEL C. Ourense

No, la enfermedad del siglo XXI no es el cáncer, como cualquiera podría pensar, ni la gripe, ni una enfermedad tropical... De hecho, no se puede decir que sea una enfermedad pues todos los casos que se dan tienen características completamente diferentes, aunque con un denominador común: el aislamiento.

Es un síndrome, el llamado **Síndrome de Hipersensibilidad Química Múltiple**.

Se estima que casi un uno por ciento de los estadounidenses la padecen, la mayoría mujeres. En casi todos los casos, está provocada por la exposición prolongada a diversos agentes químicos (sobre todo pesticidas y gases tóxicos), lo que causa posteriormente un rechazo a cualquier producto artificial (ondas de móviles, plásticos, jabones...) que obligan a los pacientes a vivir separados del mundo contemporáneo en terrenos aislados, habitando casas fabricadas con productos naturales y rudimentarios, con ropa hecha de fibras sin teñir ni



tratar, lavándose a sí mismas y a su ropa con agua y bicarbonato de sodio, comiendo productos cultivados ecológicamente (sin fertilizantes ni pesticidas), etc. Si por algún motivo una persona quisiera visitarlas, tendría que cuidarse de no llevar ningún producto químico, ya que el detergente con el que esta lavó su ropa puede producir mareos intensos al enfermo, los humos del coche que hubiera utilizado el visitante para llegar hasta la casa de la otra persona le provocarían intensos dolores de cabeza, y el hecho de que se hubiera puesto unas gotas de perfume podría ser causa

suficiente para desmayarle.

Pero lo peor es que este síndrome no tiene cura posible. Esto es debido a que cuando una persona lo padece, su cuerpo sufre tantos trastornos que no es posible determinar un único medicamento que les dé remedio. Por lo tanto, la única solución es el aislamiento de estas personas, es decir, marginarlas socialmente.

En el caso de que el número de personas que padecen esta enfermedad continúe aumentando, no cabe duda de que tiene bien merecido el nombre de *Enfermedad del siglo XXI*.

¿QUÉ QUIERES HACER?

Anunciar

Descubrir



Vender

Buscar

Comprar

cada día en **EL PAIS**



MUJERES CIENTÍFICAS EN EL OLVIDO

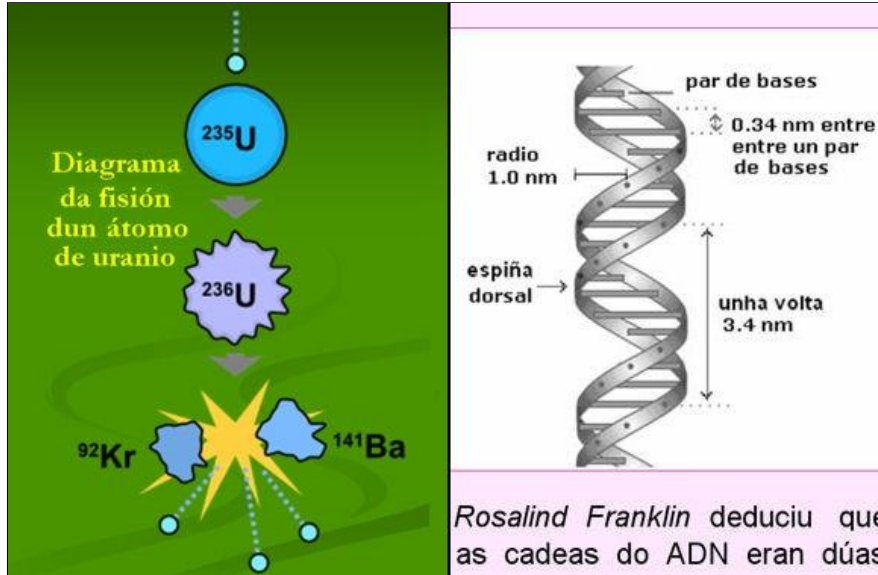
Lise Meitner y Rosalind Franklin fueron dos mujeres de vital importancia en la ciencia actual, cuyo trabajo no fue reconocido en su tiempo

DANIEL C./LUCÍA P. Ourense

Este año pudimos ver en todos los periódicos la imagen de Darwin y de su libro *El origen de las especies*, así como su biografía adjunta a explicaciones de su teoría (de extrema importancia para entender un poco mejor cómo hemos llegado hasta aquí), con motivo del bicentenario de su nacimiento y el 150º aniversario de la publicación de su teoría.

No obstante, nadie negaría que actualmente tienen mucha más importancia descubrimientos como la estructura de ADN -que ha permitido el desarrollo de la genética molecular-, la biotecnología, el tratamiento de enfermedades genéticas, etc., así como la fisión nuclear, puesto que un 20% de la energía que llega a cualquier hogar español proviene de una central nuclear. Pero, ¿alguien sabe quién ha hecho estos descubrimientos? La inmensa mayoría de la gente no.

La fisión nuclear fue descubierta por la prestigiosa científica Lise Meitner, y el pasado 2008 ha sido el 40º aniversario de su muerte y



el 130º aniversario de su nacimiento. No merece la pena buscarla en las listas de los Nobel, ya que no lo recibió por culpa del régimen nazi, que la obligó a huir (sus padres eran judíos) de la Universidad de Berlín en la que daba clases, hasta Estocolmo, donde fue

nuevamente rechazada y oprimida, esta vez, por ser mujer. Su descubrimiento lo publicó su amigo y ayudante de laboratorio Otto Hahn sin mencionarla, lo que le valió el Nobel. A pesar de ello, el mérito de Lise Meitner fue igualmente reconocido: aparte de que recibió premios casi tan

importantes como el Nobel, el elemento 109 de la tabla periódica lleva su nombre (el Meitnerio).

En cuanto al descubrimiento de la estructura de la molécula de ADN, también fue realizado por otra mujer, Rosalind Franklin, cuyos descubrimientos se

filtraron y fueron publicados por sus compañeros de universidad en la prestigiosa revista *Nature* antes de que a ella le diese tiempo de hacerlo. Murió prematuramente de cáncer (debido a las continuas exposiciones a rayos X durante su investigación), y más tarde recibieron el Nobel aquellos que habían echado mano de su trabajo (después confesaron haberlo hecho) sin tan siquiera mencionar a Rosalind. El pasado año 2008 se cumplió el 50º aniversario de su muerte y no fue recordada en ningún periódico.

Y es que detrás de los célebres nombres masculinos, se esconden grandes mujeres científicas cuyo aporte a la ciencia fue fundamental para la corroboración de teorías posteriores y que forman parte del continuo y cambiante camino de la ciencia. Su constancia, su empeño, su amor vocacional a la ciencia, su valentía y capacidad de superación son razones más que suficientes para tenerlas en cuenta y para guardarles el merecido lugar en nuestras páginas, que un día otros les robaron.



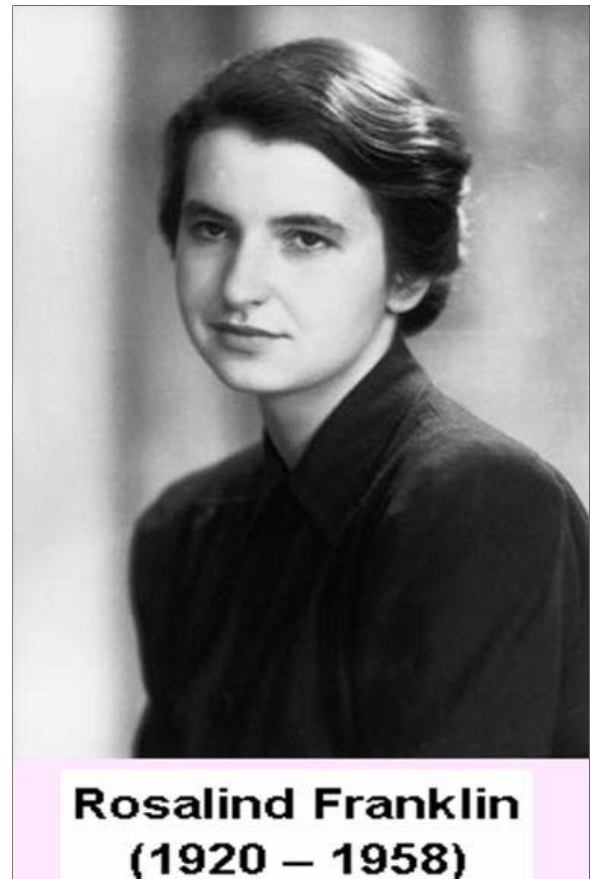
Lise Meitner

Un 20% de la energía que llega a cualquier hogar español proviene de una central nuclear

La fisión nuclear fue descubierta por la prestigiosa científica Lise Meitner

El elemento 109 de la tabla periódica lleva su nombre, el Meitnerio

La estructura de la molécula de ADN fue descubierta por Rosalind Franklin



**Rosalind Franklin
(1920 – 1958)**



I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

INVESTIGANDO BAJO CERO

La bióloga ourensana Alexandra Coello estudió el fitoplancton en las regiones heladas de los polos

La ourensana Alexandra Coello vio realizado su sueño al conseguir una beca que le permitió participar en varias expediciones al Ártico y a la Antártida. Allí trabajó a bordo del buque "Hespérides" junto a otros científicos españoles en el estudio del fitoplancton marino, unas microalgas que viven en suspensión en el agua. El objetivo es averiguar en qué medida afecta el cambio climático a las zonas más frías del planeta.

Lucía Pérez. OURENSE

En los últimos años, el cambio climático se ha convertido en uno de los temas más preocupantes de cara al futuro. Científicos de la campaña ATOS-Ártico ya han dado la voz de alarma y tratan de evaluar las consecuencias de la fusión del hielo polar derivada del calentamiento global, así como la liberación al medio de los contaminantes allí atrapados. Se trata de un proyecto en el que participan cuatro institutos del CSIC y que investigará hasta qué punto la injerencia de la actividad humana afecta a la calidad del planeta. A la vez que da a conocer este problema a la sociedad forma una nueva generación de investigadores en ciencia.

Lo que la joven ourensana de 25 años, Alexandra Coello Camba, no se podía imaginar, era que sería una de las expedicionarias en la campaña del Hespérides. Ella fue una de las noventa y dos personas que en total embarcaron rumbo a los lugares más fríos y remotos del planeta: los Polos.

El esfuerzo siempre da sus frutos y, tras licenciarse en Biología en la Universidad de Santiago de Compostela, Alexandra consiguió una beca y vio cumplido su

sueño: participar en varias expediciones y compartir su trabajo con otros científicos.

Tras regresar de su aventura, Alexandra nos cuenta cuáles fueron sus pasos y algunas de sus sensaciones en esta experiencia única.

Pregunta: ¿Qué tipo de beca disfrutaste y qué organismo te la concedió?

Respuesta: Me concedieron una beca FPI (Formación de Personal Investigador) del Ministerio de Ciencia e Innovación.

El cambio ya es una realidad, la mecha se ha encendido y la reacción se ha desencadenado ya. De nosotros depende actuar

P. : ¿En qué proyectos has trabajado y con qué científicos?

R. : Esta beca está vinculada al proyecto ATOS, un proyecto español integrado en el Año Polar Internacional y que trata de estudiar los contaminantes orgánicos que son transportados

a los océanos polares a través de la atmósfera. En este proyecto participan científicos españoles del Instituto de Ciencias del Mar y del IQAB de Barcelona y del IMEDEA de Mallorca. Y aunque éste es el proyecto principal, también me han permitido participar en dos campañas oceanográficas de otros proyectos distintos: ESASSI, en el Océano Antártico, e iAAOS en el Ártico.

P. : Para esta investigación, ¿en qué buque te embarcaste?

R. : A excepción de la campaña iAAOS, que fue desarrollada por científicos noruegos a bordo de un barco de la marina noruega, las otras dos campañas tuvieron lugar en el BIO Hespérides, un barco de la Armada Española operado por el CSIC. El Hespérides es un buque equipado para la investigación oceanográfica, con unos 11 laboratorios, una área de trabajo en la cubierta principal, contenedores para el muestreo y camerinos suficientes para los más de 90 tripulantes.

P. : ¿A qué lugares fuiste?

R. : Las campañas del Ártico tuvieron lugar en la zona del Estrecho de Fram, entre las islas Svalbard y la costa este de Groenlandia, mientras que en la



Alexandra Coello a bordo del "Hespérides"

Antártida pudimos muestrear la zona del mar de Weddell entre la Península Antártica y las islas Orcadas del Sur.

P. : ¿Cuánto tiempo estuviste embarcada?

R. : Pues en total, sumando las 3 campañas, más o menos dos meses y medio. La que más duró fue la primera campaña en el Ártico, que casi llegó a un mes de duración.

P. : ¿Cuál era tu función en el Hespérides y cuál es el fin de esta investigación?

Nuestro planeta es nuestro derecho pero también nuestro deber

R. : Sobre todo, lo que debía hacer era encargarme de obtener muestras de fitoplancton (pequeñas células vegetales que viven en suspensión en el agua) mediante una red de pesca especial. Todo ello para poder observar qué especies vivían en ese punto de muestreo y en qué proporción se encontraban unas con respecto a las otras. También me encargaba de preparar y atender un experimento con el objetivo de observar cómo el aumento de la temperatura del océano provocada por el cambio global y el aumento en la radiación ultravioleta que llega a la superficie de la Tierra (causada por la destrucción del ozono), afectan a estas poblaciones de fitoplancton polares.

P. : Después de estas intensas campañas, ¿habéis llegado ya a alguna conclusión o todavía estáis en camino?

R. : A bordo se estudiaron muchos parámetros ecológicos, biológicos y químicos y algunas de las medidas necesitan mucho tiempo para procesarse y poder ser analizadas. En concreto, los datos que hemos podido obtener

de nuestros experimentos ya están preparados. Ahora falta la parte más laboriosa, que consiste en analizarlos, estrujar bien toda la información que nos puedan ofrecer para poder comprenderlos e interpretarlos.

P. : ¿Cómo crees que va a influir el cambio climático en la desaparición de las especies?

R. : El cambio global supone un reto para todas las especies actuales y la complejidad de los sistemas naturales es tan grande que es muy difícil poder prever con exactitud lo que puede llegar a suceder; un mismo cambio en dos ecosistemas distintos puede tener consecuencias totalmente opuestas. En el caso de los ecosistemas polares, existe el problema de que la base de las cadenas alimentarias, el pilar que sustenta la vida que aparece en ellos, es el fitoplancton. Si éste sufre cambios demasiado fuertes que no puede amortiguar, el daño se transmitirá a todos los organismos que de forma directa o indirecta se alimentan de ellos.

"Estamos todos tan emocionados por un viaje así que son todas sonrisas"

Además el cambio global causa daños de todo tipo en los polos. Los contaminantes se acumulan en los animales y les causan daños, el deshielo modifica el hábitat de muchos animales (como por ejemplo el oso polar) poniendo su modo de vida en peligro, etc...

P. : De seguir así, ¿qué futuro nos espera?

R. : El problema es que es imposible predecir con exactitud lo que sucederá en un futuro. Son demasiadas las variables que entran en juego, muchas de ellas

(continúa en pág. 2)



El "Hespérides" surcando las aguas polares



I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

TEMA DE ACTUALIDAD

El cambio climático



MIRIAM A/ANTÍA G. Ourense

Provoca un notable aumento de la temperatura del planeta, por el desarrollo industrial la media ha subido dos grados, aunque puede que creamos que es muy poco provoca grandes consecuencias, como el deshielo de la zona de Groelandia, el aumento del nivel del agua del mar y el cambio en las corrientes oceánicas que regulan las temperaturas de la Tierra, dando lugar a enormes pérdidas sociales y económicas.

El calentamiento global es un fenómeno que se debe a la actividad humana, si algunos científicos tienen razón en diez años tendrá lugar una catástrofe de grandes proporciones que tendrá como factores unas temperaturas extremas, inundaciones, sequías e incendios incontrolados, epidemias y frecuentes oleadas de calor.

Se trata de una amenaza para el mundo que sobre todo sufrirán los países más pobres y aquellos con zonas costeras, puesto que su superficie descenderá.

Los esfuerzos para evitar que esto llegue a más se deben concentrar en la reducción de las emisiones de dióxido de carbono y también en detener la deforestación de las zonas tropicales y llevar a cabo

repoblaciones de las zonas templadas.

Ahora se presenta una idea innovadora para el problema de las ciudades que queden inundadas por la subida del nivel del mar.

UNA CIUDAD ECOLÓGICA SOBRE EL MAR

Lilypad sería la solución para los habitantes de las zonas costeras inundadas por el mar.

Los expertos esperan que durante el siglo XXI el nivel medio del mar suba entre 20 y 90 centímetros. Como consecuencia algunas zonas costeras podrían desaparecer. La solución que se propone es la creación de una ciudad del futuro llamada **Lilypad**, que flotará en el agua y servirá de alojamiento a las personas que se queden sin sus hogares. Una de las características de esta ciudad es que será ecológica y totalmente autosuficiente. Su forma recordará a un nenúfar. La manera que tendría para mantenerse a flote se encontraría en un gran lago de agua de lluvia situado en el centro.

Será una ciudad que no sólo limpiará el aire sino que no lo contaminará e integrará distintas energías renovables. Este proyecto fue presentado en París el pasado verano.

(viene de pág. anterior)

ni siquiera las conocemos y muchas son muy difíciles, sino imposibles de medir... Lo que sí sabemos a ciencia cierta es que se están produciendo cambios a un ritmo asombroso, muchos de los cuales nunca se habían producido desde que el hombre apareció sobre la Tierra, lo que dificulta mucho su comprensión. Aún así se puede decir que el papel del hombre ha sido y es decisivo en la situación actual y futura del planeta. Muchas cosas están cambiando y cambiarán como consecuencia de nuestros actos. El cambio ya es una realidad, la mecha se ha encendido y la reacción se ha desencadenado ya. De nosotros depende actuar, lo más rápida y efectivamente posible, para paliar los efectos de los cambios que ya se han producido, amortiguar los cambios que seguirán y ya no se pueden detener y tratar de evitar el desarrollo de nuevos problemas.

P.: ¿Qué soluciones propones?

R.: Ante todo, creo que es muy importante ser conscientes de que absolutamente todo lo que hacemos lleva acoplado un desgasto ambiental, y ser capaces de sopesar y determinar si realmente el beneficio que podamos obtener compensa ese gasto. Y es que nuestro planeta es nuestro derecho pero también nuestro deber, y todos, a nivel tanto individual como social, institucional, etcétera, debemos entender que cada pequeño acto tiene sus consecuencias, su coste no sólo económico sino también ecológico.

P.: Durante esos dos meses y medio de trabajo en las 3 campañas en las que decías haber participado, ¿qué dificultades encontraste?

R.: Pues la verdad es que no ha habido ningún problema o dificultad seria. Gracias tanto a la buena organización de la dotación del barco como la de los científicos, las campañas se desarrollaron sin grandes contratiempos. Tal vez, el inconveniente más grande sea que en esas zonas (sobre todo en la Antártida) la situación meteorológica puede variar

bastante rápido y obligar a cambiar la ruta o los puntos de muestreo, llegando a veces a prohibir la salida a cubierta para evitar daños personales... Quizá esto sea lo más problemático al correr el riesgo de que un fuerte oleaje o una racha de viento dañe algún equipo de cubierta (por eso se dejan fuertemente atados y protegidos, para evitar que se dañen).

Además, la ausencia de noche durante los 30 días de duración de la expedición supuso para muchos de nosotros la falta de sueño.

P.: ¿Cómo es un día en el Hespérides?

R.: Depende mucho de tu trabajo concreto en el barco. A veces puedes marcar tu propio horario y otras dependes del trabajo de otros de manera que tus horas de trabajo son establecidas, por ejemplo, según los turnos de muestreo. Las horas de comida están establecidas y son inamovibles, pero si por estar trabajando no puedes comer a la hora, no tienen inconveniente en separar tu parte y guardártela. Y aún así, siempre hacen bocadillos a media mañana y media noche. Nunca falta comida para reparar fuerzas, independientemente de si trabajas de día o de noche. En realidad, cada uno puede marcar su propio ritmo, aunque las actividades de investigación que requieren maniobras del barco ya están establecidas por acuerdo entre el jefe de campaña científico y el comandante del buque y por ello son las que realmente condicionan tu horario de trabajo.

P.: Cuando descubriste que eras una de las elegidas para embarcar en el Hespérides y formar parte de su investigación, ¿te lo pensaste dos veces?

R.: No, ¡no me lo pensé dos veces! ¡No podía dejar pasar un regalo así! (risas)

P.: ¿Te sentiste apoyada por tu familia?

R.: ¡Sí, claro!

P.: ¿Te sentiste integrada una vez en el Hespérides?

R.: Sí, la verdad es que cuando se va a pasar tanto tiempo juntos en un barco, científicos y

dotación ponemos lo mejor de cada uno para que la convivencia sea agradable. Pero esto es más fácil en el Hespérides, donde la tripulación está acostumbrada al trato con científicos y nos tratan muy bien!

P.: ¿Cómo te mantenías en contacto con los tuyos?

R.: Desde el barco teníamos acceso a una cuenta de correo electrónico que nos permitía mantenernos en contacto con casa, aunque con ciertas limitaciones técnicas y geográficas. También teníamos la posibilidad de utilizar teléfono vía satélite (aunque es un poquillo más caro).

P.: ¿Podrías citar alguna anécdota?

R.: Entre las cosas curiosas de ATOS Ártico, podríamos decir que lo más divertido fue el día que bajamos a jugar al fútbol sobre un témpano de hielo para celebrar el día del Carmen. Organizamos una liguilla sobre el hielo e incluso lo bautizamos con el nombre de "iceball". Por cierto, los científicos ganamos a la dotación.

P.: Cuando te embarcaste, ¿sentiste miedo?

R.: No, la verdad es que había muy buenos profesionales alrededor. Era gente muy preparada que sabe hacer muy bien su trabajo, tanto entre la tripulación como científicos, por lo que nos sentíamos muy seguros y arropados.

P.: ¿Fue fácil relacionarse con el resto de los científicos?

R.: Sí, siempre estamos todos tan emocionados por hacer un viaje así que son todo sonrisas. Y tras el día a día, la convivencia te ayuda a coger confianza muy pronto, de modo que, incluso cuando la rutina del trabajo y el aislamiento del barco te agobia, como todos experimentamos lo mismo, nos comprendemos mejor y podemos colaborar e intentar hacerlo todo un poco más fácil.

P.: ¿En qué trabajas actualmente y cuáles son tus proyectos futuros?

R.: Ahora estamos a las puertas de la segunda y última campaña del proyecto ATOS, que tendrá lugar en la Antártida en enero.

¿QUÉ QUIERES SABER?

Nacional

Economía



Deportes

Cultura

Ocio

cada día en **EL PAIS**



El oso polar, víctima del calentamiento global



I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

Baile, música e multiculturalidade danse cita en Ourense nas Xornadas de Folclore

No evento, baile e música tradicionais amosan as diferentes culturas da man de centos de bailaríns

ANTÍA R./PAULA P. Ourense

Dende 1984, cada mes de agosto, a provincia de Ourense recibe a visita de músicos e bailaríns de todo o mundo que participan nun proxecto de música e danza chamado *Xornadas de Folclore*. As vilas máis representativas da nosa provincia, así como as veciñas de Monforte (Lugo) e Chaves (Portugal), son o escenario no que cada verán se dan cita os espectadores e os artistas, embaixadores do folclore dos seus respectivos países.



"A expectación coa que o público agarda as Xornadas é a mellor garantía da súa continuidade"

Durante dez días, as máis de catrocentas persoas que reúne cada edición do festival, intercambian a súa música e baile tradicional cos aplausos, hospitalidade, cariño e agradecemento dos nosos paisanos, ao tempo que gozan das paisaxes e monumentos da provincia, así como da súa gastronomía, converténdose dende ese momento en emisarios da nosa terra e da nosa cultura ante o resto do mundo.

A expectación coa que o público agarda a chegada das Xornadas de Folclore é a mellor garantía de continuidade para este festival que xa ten recibido a máis de dez mil artistas procedentes de máis de cen países dos cinco continentes e ao que anualmente asisten, de xeito totalmente gratuíto, unha media de vinte e cinco mil espectadores.

O organizador das Xornadas de Folclore Xulio Fernández Senra, director da Escola Provincial de

Danza da Deputación de Ourense, concedeunos unha entrevista para falarnos das Xornadas de Folclore.

Pregunta: Como comezou a idea das Xornadas de Folclore?

Resposta: Antes de comezar a organizar as Xornadas xa tiñamos viaxado polo mundo a distintos festivais.

Pareceunos unha boa idea realizar un festival, e xa postos a facelo, decidimos organizar o mellor. Collemos o que máis nos gustou de cada un e nos dez días que nos dá a UNESCO para a organización conseguimos ter o festival co maior número de grupos participantes.

P: Entón, é o máis numeroso de toda Galicia?

R: Non só de Galicia, senón tamén de toda España, xa que os máis destacados son os de Barcelona e Portugaleta con máis días pero só oito grupos, nós temos doce.

P: Como se poñen en contacto cos distintos grupos participantes?

R: Por distintos medios. Nós pertencemos a unha organización da ONU chamada CIOFF (Consello Internacional de Organizadores de Festivais de Folclore), que cada ano realiza congresos ós que acudimos os organizadores dos festivais para

"Conseguimos ter o festival co maior número de grupos participantes"

concretar as datas e os distintos participantes en cada festival. Os participantes deben participar en circuitos ou xiras para aproveitar a estancia no país e non estar tempo sen bailar. Outra forma é visitando embaixadas, ali expónselle o festival que se vai a realizar e se hai algún grupo

interesado en participar. O último medio é o da invitación directa, cando imos a outros festivais e vemos algún grupo que nos poida interesar invítaselle persoalmente ó festival.

P: Son sempre os mesmos grupos os que participan?

R: Non, se non a xente aburrírase (risas).

Tratamos de que cada ano veñan grupos de distintos países e incluso de que non se repitan os grupos. Aínda que co paso dos anos vas recoñecendo ós bos grupos e tamén ós que máis che gustan. Nestes vinte e cinco anos Rusia e México son os dous países con máis número de participacións.

P: Con canta antelación comezades a preparar as xornadas?

R: En realidade non comezamos nunha data exacta. Por exemplo, agora xa temos grupos concertados para o 2010 que nos escribiron solicitando a súa participación e o programa deste ano xa está pechado. Por iso

traballamos continuamente aínda que non o temos completo.

P: Quen axuda na organización?

R: Ademais de min e doutras persoas da escola, tamén participan na organización distintos departamentos da Deputación ou doutras entidades que colaboran como son o Teatro Principal ou a Univ. Laboral. Ademais contamos cun gran número de voluntarios que cada ano se achegan para facer de guías e tradutores, o que facilita a comunicación e a estancia dos participantes.

"A xente aquí é moi hospitalaria ..."

P: Onde se aloxan os bailaríns?

R: Depende do número de participantes. Normalmente alóxanse na Univ. Laboral ou no Campus Universitario.

P: Que fan os grupos o resto do día ademais de bailar?

R: Cando non están actuando teñen tempo libre para visitar a cidade, ir ás piscinas, e ademais teñen un día libre para facer o que queiran.

P: Canto tempo duran as actuacións?

R: Son relativamente curtas. Cada grupo actúa uns 20 minutos en cada actuación. Aínda que as actuacións soen ser pola noite e adoitan rematar tarde.

P: Que impresión se levan os participantes de Ourense e da nosa cultura?

R: A verdade é que moi boa, a xente aquí é moi hospitalaria e trátaos moi ben. A maioría queren repetir a experiencia.

P: E que impresión se levan os espectadores?

R: Lévanse moi boa impresión porque o festival está catalogado como un dos mellores de España e a xente encaráñase cos bailaríns e co espectáculo.

¿QUÉ BUSCAS?

Actualidad

Novedades

Tendencias

Empleo

Moda

Ocio

cada día en **EL PAIS**



I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

Tradiciones, mitos, ofrendas, música y bailes se entremezclan en los Carnavales

La oferta es variada y de elevada calidad: Río de Janeiro, Venecia, Tenerife, Laza, ...

BEATRIZ PÉREZ. Ourense

En la cultura se incluyen: la gastronomía, la forma de vestir, la religión...

Pero además en ella también encontramos a las tradiciones que siempre incluyen celebración y entre ellas el carnaval, que se remonta a los principios del catolicismo y se dice que en él sobreviven elementos de antiguas fiestas como, por ejemplo, la fiesta de invierno (Saturnalia), celebraciones griegas en honor a Dioniso (dios del vino) y romanas (Bacanales), fiestas andinas prehispánicas y culturas africanas.

Pero basta de historia y vayamos al presente. Hoy en día, los carnavales más famosos, aquellos que tienen más popularidad y más turistas por metro cuadrado son: los carnavales de Río de Janeiro y los de Venecia, pero esta lista está incompleta pues faltan por mencionar los nuestros; ya que aquí, en España, tenemos muchos y de gran calidad: los que se celebran en Galicia, más concretamente en Ourense, los de Cádiz y, cómo no, los de Canarias, entre otros.

El carnaval es como una religión que lleva consigo ritos, símbolos, mitos y ofrendas. Como una liberación y una evasión. Es una ceremonia en la que participan

El carnaval es como una religión que lleva consigo ritos, símbolos, mitos y ofrendas



todos los miembros de una comunidad. Está formada por un conjunto de símbolos, de signos y ritos con los que se critica a los comportamientos de la sociedad y a las normas establecidas. Un reto a la tolerancia en una realidad llena de defectos que salen a la luz. Un permiso para hacer lo que en otros días esta prohibido.

El carnaval de Río de Janeiro, se celebra anualmente 40 días antes

En el Carnaval de Río el plato típico es la "Feijoada"

de la Cuaresma.

Sus orígenes europeos se remontan a una clase de carnaval llamado *introito*, que fue prohibido porque era considerado violento por las clases sociales altas. Se dice que algunas personas morían por infecciones y otras enfermedades

Hoy en día, la fiesta del carnaval empieza doce días antes de la Cuaresma y termina el martes de carnaval

carioca. Sus ingredientes son: arroz blanco y frijoles negros (feijão), que son mezclados con distintos tipos de chorizos y carnes de cerdo guisadas, coliflor verde y naranja.

Además de Río está Venecia y su encanto en lo que al carnaval se refiere, con sus trajes tan majestuosos como en sus inicios. Si antes hablábamos de la atmósfera alegre y envolvente de Río, podemos decir que en

El Meco es el pregonero del Entroido

Todas las clases sociales se mezclaban y Venecia se transformaba en un auténtico escenario teatral donde bailes, canciones y amor libertino eran los protagonistas. Hoy en día, la fiesta del carnaval empieza doce días antes de la Cuaresma y termina el martes de carnaval.

Ahora toca el turno de los carnavales autóctonos y quizás por ello más relevantes para nosotros, aunque no sólo poseen esta característica sino que también son tan espectaculares como los ya mencionados y a la vez muy diferentes.

En Galicia, igual que en los lugares ya mencionados, existen bailes, desfiles, procesiones, representaciones, disfraces y máscaras. Las máscaras aquí son: los felos, los cigarrones, peliqueiros, vergalleiros, irrios, compadres, comadres, pantallas, abutardas, boteiros, gallos, ..., entre otros, que aportan alegría, sonido y color por las calles.

El *Meco*, que se quema el Miércoles de Ceniza después de leerle el testamento y de llevarlo como anfitrión en una procesion, es el pregonero del *Entroido*.

En Ourense abunda la diversidad ya que diferenciamos diferentes trajes típicos según las zonas: las pitas de Eiroás, los cigarrones de Verín, los peliqueiros en Laza, las pantallas de Xinzo, en Viana los boteiros, en Castro Caldelas el irrio peliqueiro y es en esta comarca donde encontramos

El plato estrella en Galicia es el cocido de cachucha de cerdo



debido a que algunas veces se tiraban frutas podridas.

Pero ahora, en la actualidad, goza de una gran popularidad y un auge increíble debido en gran medida a sus vistosos desfiles y a sus bailes sensuales, destacando la samba. El carnaval en Río es tiempo de diversión y alegría, quizás de ahí venga su éxito, pero no por eso menos merecido ya que con sus luces, colores, comparsas, bailes, músicas y noches largas de marcha consiguen crear un ambiente envolvente que incita al turista a volver para disfrutarlo de nuevo.

En lo que a comida se refiere, si se pasa por allí no se debe nunca olvidar probar su plato típico: "*Feijoada*" (frijoles negros). Este es uno de los platos más tradicionales en la cultura

Venecia el carnaval te envuelve de forma distinta, con su ambiente quizás algo más relajado que Brasil pero no por eso aburrido, sino todo lo contrario. Se disfruta también de desfiles espectaculares pero con un toque más glamoroso, destacando entre ellos las máscaras y los trajes largos que recuerdan y recrean al antiguo *mattaccino*.

De su historia podríamos decir que surgió en el siglo XI y que alcanzó su mayor popularidad en el siglo XVIII, cuando duraba seis meses: desde el primer domingo de octubre hasta que empezaba la Cuaresma. En este período los venecianos, de todas las clases sociales, se disfrazaban con una especie de capa negra, llamada "*tabarro*", y con una máscara blanca, la "*bauta*".

las menciones más antiguas a esta fiesta, en Allariz las Charrúas y suma y sigue.

Podríamos seguir y terminar el artículo sólo con mencionar todos los que faltan, pero en vez de eso vamos a hablar de las comidas típicas de esta fiesta singular.

El plato estrella es el cocido con cachucha de cerdo y como postre destacar las "*filloas*" (de leche, de caldo y en menor cantidad, de sangre), las "*orellas do Entroido*" (orejas de carnaval) y las "*flores do Entroido*".

Así que para gozar de un buen carnaval no hace falta ir muy lejos, en casa tenemos ... que ya dice un refrán noruego: "*para coger agua no hace falta cruzar el río*".

Sólo tenemos que disfrutar participando.



I. E. S. OTERO PEDRAYO (OURENSE)

Pequeñas promesas del fútbol. ¿Cómo empiezan los futbolistas?

ANTÍA G./MIRIAM A. Ourense

Toda persona que hoy en día es alguien empezó desde abajo, luchando por alcanzar un sueño, muchas veces dejando su vida, sus amigos por perseguir esa meta, y lograrse un futuro. ¿Cómo empiezan los futbolistas? Hemos hecho una entrevista a David Viana Vázquez, un adolescente de 17 años, portero del Deportivo de la Coruña Juvenil C.

Pregunta: ¿Cómo fue tu trayectoria hasta llegar ahí?

Respuesta: Pues mira, empecé en el C.D. Velle y estuve jugando tres años como alevín. Después jugué en el Pabellón de los Remedios, en las categorías de infantil y cadete, y a los 15 años me plantearon dos ofertas; una que no era muy fiable del Atlético de Madrid, y la del Deportivo de la Coruña.

P.: ¿Cuánto tardaste en pensar esta decisión?

R.: No me lo pensé, mi madre me aconsejó que era una oportunidad de las que sólo pasaban una vez en la vida, y yo le hice caso.

P.: ¿No pensaste en la gente que se quedaba aquí?

R.: Sí, pero sabía que los que me querían entenderían que lo mejor para mí sería irme. Además no tendría que perder el contacto con ellos.

P.: ¿Cuánto tiempo pasó desde que te hicieron la oferta hasta que te fuiste?

R.: Dos meses, me lo comunicaron en junio y el 4 de agosto ya estaba entrenando allí.

P.: ¿Qué condiciones te dieron?

R.: Pues me vine para A Coruña con los estudios y la residencia pagados y cobrando. Y no me pagan los desplazamientos, porque me olvidé de ponerlo como condición.

P.: ¿Por cuánto tiempo estás fichado?

R.: En principio firmé por tres años de juvenil y dos de amateur.

P.: ¿Se puede terminar esta oportunidad en el Deportivo?

R.: Sí, si no me quieren más en el equipo, me dan la carta de libertad, o si no me pueden ceder para otro club, pero seguiré perteneciendo al Dépor. Nunca me dejarán sin equipo.

P.: ¿Qué gana tu antiguo equipo, el Pabellón, cediéndote al Deportivo?

R.: Gracias a los derechos de formación cobra a cuenta nuestra, es decir, que por haber salido de allí, le pagan hasta que acabe los tres años de juvenil..

P.: Según tengo entendido no puede entrar cualquiera en el Pabellón.

R.: Cualquiera cualquiera, no. Estás unos días a prueba entrenando con los de tu categoría y si sirves te quedas.

P.: Pero tienes que pagar, ¿no?

R.: Sí, algo... (riéndose)

*"Todo sueño
requiere
su sacrificio"*

P.: Dicen que a esta edad, un cambio así puede tener consecuencias negativas.

¿Creste en algún momento que no ibas a estar a gusto allí?

R.: No, pero sí que pensé que lo iba a pasar peor, al final coincidí con gente a la que conocí ese verano que iban al mismo instituto y la residencia.

P.: ¿Ves en el Deportivo una salida para el futuro?

R.: Sí, de una manera o de otra acabaré jugando en un equipo.

P.: ¿Conoces algún jugador que



David Viana Vázquez jugando en Los Remedios (Ourense)

saliedo del Pabellón le haya ido bien?

R.: Sí, Hugo García y Diego Seoane, que juegan en el Deportivo B, y también está Borja Valero que estuvo en el Madrid y ahora juega en el Valladolid en primera.

P.: ¿Qué es lo mejor de estar ahí?

R.: Que por una parte estoy a mi bola y no tengo horario, pero por otra sé que me falta alguien que me diga esto o lo otro.

P.: ¿Sientes algún tipo de preferencia académica por ser jugador del Deportivo?

R.: Yo no, pero nuestros compañeros dicen que nos evalúan de otra forma.

P.: David, ¿sientes morriña?

R.: Sí, un poquito supongo.

P.: Ha sido un placer hablar contigo David, te deseamos muy buena suerte en tu futuro.

R.: De nada hombre, (riéndose), encantado.

La influencia de los deportes en la sociedad actual

LUCY V. Ourense

La palabra deporte proviene del latín "disportare" (dis y portare) que significa sustraerse al trabajo, observemos que el placer está implícito en esta actividad. Por regla general todo aquello que supone placer implica salud, aunque debemos admitir algunas extraordinarias excepciones que confirman este lema social.

El deporte está presente continuamente en nuestra sociedad, puede manifestarse de diferentes maneras, actitudes, reacciones, aficiones...

El deporte es una actividad saludable recomendado por todos. Pero aun así, eso parece no ser suficiente para tomar

conciencia de su importancia así como los beneficios que se obtienen. El deporte, en su estado puro, sólo habla de beneficios, en los cuales se pueden ver reflejados en la realidad, en la propia personalidad de cada uno y en su autoestima o valoración personal. En los deportes en equipos estás invitado a entrar en un proceso de aprendizaje continuo en el que puedes llegar a desarrollar diferentes valores de convivencia, siempre y cuando uno participe.

El deporte con sus reglas globales establece un espíritu de convivencia que se parece al de una familia genérica. El deporte une a la familia, tanto a los más

pequeños, como a los jóvenes, como a los adultos y a los más mayores en una cadena saludable que muestra que la edad, como dicen algunas personas, es una "cuestión de sentimiento".

Por la importancia que tiene el deporte en nuestra sociedad, aparecen los ídolos en todos los diferentes deportes con los que cada uno identifica la victoria o el fracaso de un equipo: "perdimos" o "ganamos". Este es un valioso, aunque peligroso, factor inherente al acto deportivo. Como consecuencia de esto, ocurren otras muchas cosas: la decepción, la tristeza, el enemigo, la violencia, el mal humor, etc. Puede llegar a influir a una persona en su comportamiento

por ese simple hecho de que un equipo pierda o gane.

De este modo el deporte influye tanto positivamente como negativamente dentro de la sociedad.

Está demostrado que el deporte es en la sociedad un termómetro calificado. En nuestro país, cuando gana España, como el año pasado 2008 la Eurocopa, ganamos todos, ganó España. Hasta tal punto es el grado de identificación masiva frente al éxito de los deportistas nacionales, que aparecen apelativos familiares para los jugadores, entre otras cosas.

Son pocos los países cuyas comunidades no practican algún tipo de deporte.

Cuando observamos que en cada país hay una cierta cantidad de deportes elegidos y practicados con mayor frecuencia, nos preguntamos qué es lo que motiva que unos pueblos practiquen unos deportes en vez de otros, hasta considerarlos deportes nacionales.

En España, claramente se observa que los más populares son el fútbol y el baloncesto, tanto a nivel de aprendizaje como partidos por la televisión. Tan amplio es el espectro de posibilidades positivas que muestra el deporte en el hombre, que su práctica persistirá tanto bajo formas antiguas, actuales o futuras, a lo largo de la vida de nuestro planeta.

¿QUÉ QUIERES SABER?

Nacional
Economía

EL PAIS

La crisis de Capote...
Unión Europea de 25 países

Deportes
Cultura
Ocio

cada día en EL PAIS

¿QUÉ BUSCAS?

Actualidad
Tendencias

EL PAIS

La crisis de Capote...
Unión Europea de 25 países

Empleo
Novedades
Ocio

cada día en EL PAIS

¿QUÉ QUIERES HACER?

Anunciar
Descubrir

EL PAIS

La crisis de Capote...
Unión Europea de 25 países

Vender
Buscar
Comprar

cada día en EL PAIS



“Ojo por ojo, diente por diente”

Ameneh Bahrami consigue al fin vengarse de su agresor

ANTÍA G./MIRIAM A. Ourense

En la actualidad cuando un hombre le propone matrimonio a una mujer y la petición es rechazada, no hay más dolor que despertar y darte cuenta de que esa persona no siente lo mismo que tú. De la misma manera la persona rechazada puede responder de diferentes maneras, pero nunca como en esta ocasión.

En 2004, Ameneh Bahrami, una mujer iraní rechazó a su pretendiente sin imaginarse las consecuencias que esto iba a conllevar. El hombre lleno de rabia, sin sentir compasión alguna hacia ella, decidió esperarla a la salida del trabajo para llevar a cabo su venganza. Después de permanecer allí varias horas, apareció Ameneh Bahrami, sorprendida y asustada de verlo no pudo reaccionar cuando él le arrojó ácido a su cara.

En el tercer hospital al que acudió se dignaron a lavarle la cara, teniéndole que pagar por adelantado a la ambulancia, pero el ácido ya había afectado a sus



ojos y poco se podía hacer. Gracias a amigos y familiares pudo venir a Barcelona. Tras sucesivas intervenciones, pudo recuperar el 40% de la visión de

un ojo. También le reconstruyeron las facciones de la cara.

Desde entonces ha luchado para que su agresor pague por el dolor causado no sólo en ella sino en su entorno. Ha conseguido que se aplique la *ley de Talión*, la expresión más conocida para definirla es “ojo por ojo, diente por diente”. Ameneh Bahrami no podrá llevar a cabo la sentencia puesto que no ve, pero asegura que habrá mucha gente dispuesta a hacerlo por ella.

Aunque esta sentencia le pueda parecer injusta a mucha gente, y que no respeta los derechos humanos, vemos que aun aplicándola ella está desvalorizada puesto que vale la mitad que un hombre, y su agresor sólo perderá la visión de un ojo, aplicándole 10 gotas de ácido y estando anestesiado.

Y si quisiera realmente hacer “ojo por ojo, diente por diente” tendría que pagar hasta 20.000 € para que el sintiera lo mismo que ella. De esta manera él nunca pasará por lo mismo que Ameneh Bahrami.

Pañuelo palestino

¿Moda o ideología?

ANTÍA G./MIRIAM A. Ourense

Conocido actualmente como una simple moda, el pañuelo palestino o *kefia* lleva instaurado en nuestra sociedad bastante tiempo, algunos la identifican como una forma de solidarizarse con el pueblo palestino, otros con una ideología progresista y de izquierdas. Mucha gente no le da ningún tipo de importancia y la considera como una simple moda, pero es importante saber cuándo se lleva algo con significado y cuándo no.

Pero es muy difícil que los jóvenes de hoy en día conozcan su verdadero significado, puesto que lo ven como una moda, inculcada por la manía de seguir siempre a otras personas con el fin de ser populares.

Aunque esta prenda es utilizada por otros pueblos, aparte del palestino, fue convertida en el símbolo de Palestina porque fue utilizada por el líder Yasir Arafat. También la lucen la mayoría de los gobernantes palestinos.



Si la gente que la lleva por moda supiera con que se identifica, ¿la seguirían llevando?

Una nueva visión

Representación en la cárcel

ANTÍA G./MIRIAM A. Ourense

Cinco adolescentes que asisten a teatro, como actividad extraescolar, en el año 2008 hicieron una obra de teatro de carácter social que intenta enseñar cómo personas tan distintas pueden acabar de una manera tan similar. Esto lo podríamos trasladar, por ejemplo, al ámbito de las drogas, y con este pretexto la Cruz Roja se animó a llevar esta obra a la cárcel de Pereiro de Aguiar, en Ourense, donde se interpretó coincidiendo con la semana de la lucha contra las drogas.

Estas cinco adolescentes nunca se imaginaron entrar en la cárcel y gracias a esta actividad la miran con otros ojos.

Hemos hablado con una de ellas, y nos ha contado su experiencia y la resume de la siguiente manera:

“Cuando me enteré de que íbamos a representar la obra en la cárcel me sorprendió porque me podría imaginar cualquier sitio menos ese lugar.

La primera vez que la representamos, estábamos todas un poco asustadas porque no podíamos imaginar cómo iba a ser aquello, y menos el trato con el que nos recibirían. Y quedamos sorprendidas de la buena aceptación que nos dieron, nunca habríamos pensado que esta actividad cambiaría tanto nuestra visión sobre la cárcel.”

Anorexia

Una enfermedad de la modernidad

ANTÍA G./MIRIAM A. Ourense

La anorexia consiste en un trastorno de la conducta alimentaria que supone una pérdida de peso provocada por el propio enfermo. Se caracteriza por el temor a aumentar de peso y la visión gorda de su cuerpo aunque su peso se encuentre por debajo de lo recomendado.

Esta enfermedad suele ir asociada con graves alteraciones psicológicas que provocan cambios de comportamiento y de conducta emocional.

Hay diversos factores causantes de la anorexia, entre los adolescentes destacan:

- la separación de los padres
- muerte o enfermedad de algún ser querido
- obesidad del enfermo
-

Los principales síntomas que determinan la aparición de esta enfermedad son: uso compulsivo de la báscula, constante sensación de frío, utilización de trampas para evitar la comida,

estreñimiento, dolor abdominal, vómitos provocados, dificultad en la educación y el aprendizaje, ...

Para lograr una vuelta a la vida normal sería necesario el ingreso del enfermo en un centro médico donde le aplique tratamientos para la corrección de la malnutrición y los trastornos sicológicos del paciente.

El tratamiento es eficaz cuando se detecta de manera precoz, cuando no hay episodios de bulimia y existe un compromiso familiar de cooperación.

La edad de inicio de la anorexia se sitúa en la primera adolescencia y la población más afectada se encuentra entre los 14 y 18 años. En la mayoría de los casos afecta a las mujeres, aunque los últimos años ha aumentado el número de afectados masculinos. También existen grupos de personas propensas a sufrir estos trastornos, es el caso de los gimnastas, bailarines y modelos.

Es difícil ponerse en la piel de las personas que padecen esta enfermedad pero lo intentamos leyendo esto:

“Me considero una persona mona y feliz. Nadie piensa que te puede pasar y nos pasa ... Yo estaba en un peso perfecto pero empecé a pensar que me sobaban unos quilos. Al principio no fue nada fácil porque estaba acostumbrada a comer y tenía que hacer grandes esfuerzos para comer menos. Mi familia no se dio cuenta, porque siempre ponía excusas... Cuando ya no me sirvieron empecé a esconder la comida, pero nunca vomité. Cuando mi familia se dio cuenta ya estaba en un peso crítico, perdí la ilusión por todo. Me miraba al espejo, primero me veía gorda y luego me ponía a llorar porque no tenía nada de lo que presumir. Hasta que dije “¡hasta aquí llegué!”. Reconocí mi problema y decidí ponerme en tratamiento”



PROFESOR

JOSE RAMON DOVAL GARRIDO

REDACTORES

MIRIAM ANDRÉS PAZ
ANTÍA GONZÁLEZ RODRÍGUEZ
PAULA PÉREZ MARTÍNEZ
ANTÍA RODRÍGUEZ MARTÍNEZ
LUCY VILLAR WHYTE
DANIEL CARVAJAL ALONSO
LUCÍA PÉREZ COELLO
MARÍA BEATRIZ PÉREZ CONDE

CONFECCIONADORES

MIRIAM ANDRÉS PAZ
ANTÍA GONZÁLEZ RODRÍGUEZ
PAULA PÉREZ MARTÍNEZ
ANTÍA RODRÍGUEZ MARTÍNEZ
LUCY VILLAR WHYTE
DANIEL CARVAJAL ALONSO
LUCÍA PÉREZ COELLO
MARÍA BEATRIZ PÉREZ CONDE