

Mirada alrededor

JUAN JOSÉ RUIZ MOLINERO



DÍA DEL TRABAJO BASURA

AYER se celebró el Día o Fiesta del Trabajo –o de San José Obrero, según algunos almanaques– y hubo convocatorias diversas, aunque parte de los ciudadanos estarán aprovechado este puente para descansar, viajar y hacer lo posible para alimentar las diatribas de la señora Merkel que tantas ve-

ces se ha referido a la cantidad de fechas festivas que disfrutamos los españoles y los denostados ciudadanos de la Europa del Sur.

Oficialmente, según la EPA, tenemos cerca de cinco millones y medio de españoles y españolitas –miembros y ‘miembras’ de la sociedad, que diría Pedro Sánchez quién, por cierto, piensa que Antonio Machado era soriano– de vacaciones forzadas, no todas ‘retribuidas’, lo que hace, según la última EPA, cuyos datos tanto han entusiasmado a Rajoy, que ‘sólo’ haya 1,8 millones de hogares en los que todos sus miembros están en paro y sin subsidio de ninguna clase. Podemos ver la otra cara de la medalla, antes de que al ministro de Justicia se le ocurra algo para restablecer la censura a la prensa, pionera en sacar a la luz las manchas de la corrupción.

Es positiva, sin duda, la reducción de las cifras de paro, pero las tímidas cifras no nos deben hacer olvidar el dato abrumador de desempleados –23,8% de media en

el país y 33,6% en Andalucía, la más alta de Europa– y, sobre todo, la calidad de ese nuevo trabajo, una vez que la nefasta reforma laboral ha permitido masivas expulsiones de empleos estables, sustituidos por lo que se conoce como ‘trabajo basura’ o más finamente subempleo: temporalidad, mínimos salarios, etc., etc. Ante esta situación los ciudadanos o han tenido que emigrar –los más preparados han salido de estampida– o aceptar tareas mal pagadas que no tienen nada que ver ni con la experiencia de toda una vida ni, por otro lado, con los esfuerzos y el coste que los

Hace demasiado tiempo que suena a broma comparar el artículo 35 de la Constitución con la realidad laboral

más jóvenes han tenido que afrontar –ellos y el Estado, es decir todos los españoles– para prepararse para lo que decían nuestros padres y abuelos de llegar a ser hombres –y mujeres– de provecho.

Seguimos a la cola de Europa en esa materia fundamental. Recordar el artículo 35 de nuestra Constitución parece, hace tiempo, una broma de mal gusto: “Todos los españoles tienen el deber de trabajar y el derecho al trabajo, a la libre elección de profesión u oficio, a la promoción a través del trabajo y a una remuneración suficiente para satisfacer sus necesidades y las de su familia, sin que en ningún caso pueda hacerse discriminación por razón de sexo”. No es una broma lo que aprobamos por inmensa mayoría los españoles el 6 de diciembre de 1978. Lo que suena a broma de mal gusto es cuando comparamos, cada 1 de mayo –con el PSOE o el PP en el poder central o autonómico–, las diferencias entre texto y realidad.

La mirada urbana



PEPE VILLOSLADA

Por un Albaicín accesible

La accesibilidad del Albaicín está en el punto de mira. Ayer La Ciudad Accesible celebró el primero de los Paseos de Jane Jacobs Granada 2015 por el barrio, que coincidía con la sexta edición de los Paseos por una Granada Accesible consagrada al Albaicín. Los miembros del grupo pusieron a prueba el histórico barrio, paseando desde la calle Elvira hasta la colina de la Sabika pasando por Plaza Nueva, la Carrera del Darro y el Paseo de los Tristes.

Lapidario

EMPLEO Y DIGNO

AUNQUE las protestas de los sindicatos hayan perdido fuerza social después de casi ocho años de crisis, salir a la calle el 1 de Mayo sigue siendo una reivindicación necesaria. UGT y CCOO aseguraron ayer que “hoy más que nunca”, cuando la precariedad está cómodamente instalada en el mercado de trabajo, hay que seguir clamando por un empleo digno, por un salario suficiente y unas condiciones laborales que no esclavicen a los trabajadores ni se aprovechen de su necesidad.

EL PUESTO DE LA ALHAMBRA

ESTA campaña a las municipales, aún sin haber empezado, se promete intensa. Y ya ha entrado en juego la gallina de los huevos de oro, la Alhambra. A propósito de la construcción del Atrio, el alcalde y el Patronato están con un cruce de acusaciones sin descanso y se habla de referéndum, de denuncias... Haya paz

Lo más leído en la web

► www.granadahoy.com



Facultad del Deporte Flash-mób para iniciar el Puente

1 Los viajeros que el jueves pasaron por la Estación de Autobuses fueron sorprendidos por un grupo de estudiantes de la Facultad del Deporte que ofrecieron un flashmob como práctica de la asignatura Fundamentos Rítmicos.



Cultura Nuevo atropello a la obra de Alonso Cano

2 La gran exposición sobre Velázquez que acoge estos días París muestra una copia como obra auténtica de la escultura más universal de Alonso Cano, la 'Inmaculada del facistol', como si fuera una obra del artista granadino.



Municipal La Chana, una 'marea amarilla' contra el AVE

3 Los vecinos del barrio de La Chana han diseñado un calendario de movilizaciones, con concentraciones todos los martes y jueves, con la intención de detener el proyecto provisional del AVE, que condena al barrio al aislamiento.

SALUD Y BIENESTAR

ALIMENTACIÓN

Dudas sobre la media de sal recomendada en la dieta

● Nuevos estudios cuestionan las cifras máximas establecidas y su efecto sobre la presión arterial en la adolescencia

Europa Press

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda tomar como máximo cinco gramos de sal al día (unos dos gramos de sodio), un consumo que la mayor parte del mundo duplica. En España se podría superar los 9 gramos de media, mientras en Asia Central los 13 gramos, al este de Asia los 11 gramos o América Latina con 10 gramos. En otros países europeos el consumo es similar al de España con cifras como los 10 gramos y los 9 gramos para los países del este y del centro, respectivamente.

El uso de la sal es imprescindible para la vida, aunque con los años la sociedad ha duplicado su consumo hasta alcanzar cantidades perniciosas para la salud. El consumo exagerado aumenta el riesgo de enfermedad cerebrovascular y de embolia cerebral, así como de la mortalidad derivada. De igual forma, demasiada sal lleva a un mayor riesgo de enfermedad coronaria.

Para conocer mejor como afecta su consumo en la población adolescentes, investigadores norteamericanos han realizado un estudio que, entre sus

conclusiones, muestra que tomar tres gramos por día de sal o más no parece tener un efecto adverso sobre la presión arterial en las adolescentes, mientras que las jóvenes que consumieron 2,4 gramos al día o más de potasio presentaban una presión arterial más baja al final de la adolescencia.

Según concluye un artículo publicado en la edición digital de *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, la comunidad científica ha creído históricamente la mayoría de las personas en Estados Unidos consumen demasiada sal en su dieta, por lo que las actuales directrices dietéticas recomiendan limitar la ingesta de sodio a menos de 2,3 g por día para personas sanas entre 2 y 50 años. La relación entre el sodio en la dieta y la presión arterial en niños y adolescentes está en gran parte sin examinar en estudios prospectivos, según este estudio.

Los científicos no encontraron evidencia de que la ingesta más alta de sodio (3 a 4 gramos por día y 4 gramos al día frente a 2,5 gramos diarios) tenía un efecto adverso sobre la presión arterial de las adolescentes.

NUTRICIÓN

Los hidratos de carbono deben aportar el 50% de la ingesta calórica

Sustituir demasiado los hidratos de carbono por proteínas puede provocar problemas de salud

Redacción

Los hidratos de carbono deben aportar entre el 50 y el 60% del total de la ingesta calórica diaria porque, de lo contrario, pueden aparecer "importantes" problemas de salud, según el presidente de la Fundación Iberoamericana

de la Nutrición, Angel Gil. "Eliminar los hidratos de carbono de la dieta diaria en pro de las proteínas no tiene ningún sentido, porque cuando consumimos un exceso de proteínas debemos metabolizarlo y eliminar los compuestos, tarea que se complica y provoca problemas en el organismo". Existen numerosos tipos de hidratos de carbono en la alimentación diaria y van, desde los considerados simples como la glucosa, fructosa; los complejos como almidones y féculas; y alimentos como cereales, pan y verduras.

EN BREVE



Contenido calórico en las bebidas en el etiquetado

PROPUESTA. El Parlamento Europeo (PE) ha pedido hoy que las bebidas alcohólicas incluyan en su etiquetado información sobre su contenido calórico, y ha instado al Ejecutivo comunitario a que presente una propuesta a tal efecto, a más tardar en 2016. El Pleno de la Eurocámara ha aprobado una resolución que reclama una nueva "estrategia europea en materia de alcohol" para reducir el consumo entre menores y advertir de los riesgos en la conducción de vehículos y el embarazo. Los eurodiputados piden a la Comisión Europea que "empiece a trabajar inmediatamente" en esa nueva estrategia para el periodo 2016-2022. El texto aprobado reclama que la estrategia incluya la recopilación de datos fiables, la mejora de la prevención y el tratamiento, el objetivo de reducir los accidentes causados por la conducción bajo los efectos del alcohol y el análisis de los diferentes patrones de consumo.

Campeonato de fútbol dirigido a niños y niñas con diabetes

PACIENTES. Lilly Diabetes y la Federación de Diabéticos Españoles (FEDE) organizan por cuarto año consecutivo el torneo de fútbol Diabetes Cup, una iniciativa que persigue la normalización social de la enfermedad a través de los hábitos de vida saludables y el intercambio de experiencias a través del ejercicio. Este torneo se inspira en los valores del deporte para crear un foro de convivencia en el que los participantes comparten experiencias.

Jornadas de formación en gastroenterología

PROFESIONALES. Aquarius, marca perteneciente a Coca-Cola España, Inza una iniciativa de formación continua para profesionales de la salud con la celebración de la III Jornada Ibérica y VIII Española Aquarius de Formación en Gastroenterología. LA actividad está dirigida a Médicos Internos Residentes que cursan su especialización en Gastroenterología, Medicina Interna, Atención Primaria y Pediatría y se celebrará los días 29 y 30 de mayo en Guimarães, Portugal.

El ácido fólico ayuda a prevenir el ictus en personas hipertensas

NUTRIENTES. Un ensayo clínico realizado en China con más de 20 mil adultos hipertensos ha demostrado que añadir una suplementación de 8 miligramos diarios de folatos al tratamiento hipertensivo, reduce un 21% el riesgo de padecer un accidente cerebrovascular por primera vez. El estudio se realizó en China, donde los accidentes cerebrovasculares son la primera causa de muerte en el país, según recoge la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.

METABOLISMO

La dieta saludable aumenta los niveles de colesterol 'bueno'

Los patrones de la dieta mediterránea tienen un efecto directo sobre el colesterol HDL

Redacción

Un estudio del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares ha puesto de manifiesto que el seguimiento habitual de una dieta mediterránea aumenta en un 10% la concentración de colesterol HDL -popu-

lamente denominado colesterol bueno- considerado un indicador de buena salud cardiovascular, según la *Revista Española de Cardiología*. La dieta mediterránea tiene efectos cardioprotectores y por ello se recomienda su consumo como prioridad tanto en prevención primaria como en prevención secundaria de la enfermedad cardiovascular, ya que se asocia a una mejora del perfil lipídico en sangre, incluyendo un aumento de concentración de colesterol HDL y una disminución de colesterol LDL y triglicéridos.



Ángel Gil.

PEPE VILLOSLADA

SALUD Y BIENESTAR

MEDICINA REGENERATIVA

Un pequeño paso para lograr la regeneración de células pancreáticas

● Un equipo del Centro Andaluz de Biología del Desarrollo identifica el epigenoma de células precursoras de páncreas humanos

Redacción

Un proyecto en el que participa el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) ha identificado los interruptores del genoma que encienden a los genes necesarios para generar células precursoras de páncreas humanos. Este estudio, publicado en la revista *Nature Cell Biology*, permite identificar nuevas moléculas implicadas en la proliferación de estas células y abre nuevas vías para el desarrollo de la medicina regenerativa.

“El páncreas es un órgano productor de enzimas y hormonas con un papel esencial para la vida, ya que controla la digestión de los alimentos y los niveles de azúcar en sangre”, explica José Luis Gómez-Skarmeta, co-responsable del trabajo en el Centro

Andaluz de Biología del Desarrollo (centro mixto del CSIC y la Universidad Pablo de Olavide, en Sevilla). Un fallo en el funcionamiento del páncreas puede causar enfermedades como la diabetes e incluso la muerte.

Por estos motivos, la regeneración del páncreas a partir de células madre es una línea de intensa investigación en la medicina regenerativa. A pesar de tener todas el mismo genoma, las diferentes células del organismo se generan mediante la activación específica en cada una de ellas de un determinado número de genes. “Esta activación depende de instrucciones distribuidas por el genoma que encienden o apagan los genes de forma selectiva en determinados tejidos y en momentos precisos” explica Gómez-Skarmeta.



José Luis Gómez-Skarmeta, co-responsable del trabajo.

JUAN CARLOS VÁZQUEZ

COMUNICACIÓN

Nuevo premio periodístico sobre vida saludable y ejercicio físico

Redacción

El Colegio Profesional de Periodistas de Andalucía (CPPA) con el patrocinio de Coca-cola, ha convocado el primer Premio de Periodismo CPPA con el objetivo de reconocer y premiar la labor profesional de quienes trabajan sobre temas relativos a la salud y la importancia del ejercicio y la vida saludable. Se otorgará un único premio con una dotación económica total de 2.000 euros. La presentación del premio se llevó a cabo el pasado jueves a cargo del Decano del CPPA, Antonio Manfredi Díaz y la representante de Coca-cola Beatriz Codes. A este premio podrán presentarse trabajos originales publicados en medios andaluces o radicados en Andalucía y que fomenten los principios y valores de una vida saludable, el fomento del ejercicio y la prevención del sobrepeso.

EN BREVE

Descubren la estructura atómica de una proteína que inhibe un tipo de VIH

BIOMEDICINA. Un estudio internacional en el que ha participado el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) ha descubierto la estructura atómica de una proteína, EPI-X4, que inhibe la propagación del tipo de virus del sida que afecta a los pacientes desde el momento en que empiezan a dar síntomas claros de estar infectados, el X4-VIH-1. Los resultados del trabajo, publicado en la revista *Cell Reports*, podrían ayudar en un futuro al desarrollo de tratamientos con fármacos para luchar contra esta enfermedad.

Los niños disléxicos no detectan bien sílabas acentuadas al oír

PSICOLOGÍA. Un nuevo estudio, publicado en *Research in Developmental Disabilities*, demuestra por primera vez en la lengua española –en inglés ya había evidencias– que la dislexia no solo es un problema para la adquisición de la lectura. Los niños y las niñas con esta dificultad de aprendizaje presentan también un déficit en el procesamiento prosódico (también llamado fonología suprasegmental). EL trabajo ha sido realoizado por el departamento de Psicología Evolutiva de la Universidad de Granada.



M. G.

Jugar al fútbol favorece la atención

DEPORTE. La práctica regular de fútbol durante la adolescencia está positivamente relacionada con la condición física aeróbica y la capacidad de mantener la atención de forma sostenida, según se desprende de un estudio realizado por científicos de la Universidad Católica de Valencia y del Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento de la Universidad de Granada.

En esta investigación, publicada en *PlosOne*, participaron 75 adolescentes de ambos géneros, de los que la mitad jugaban en el Levante UD, y la otra mitad eran estudiantes que no jugaban al fútbol.

En esta investigación, publicada en *PlosOne*, participaron 75 adolescentes de ambos géneros, de los que la mitad jugaban en el Levante UD, y la otra mitad eran estudiantes que no jugaban al fútbol.

Estudian las infecciones causadas por enterobacterias

ANTIBIÓTICOS. 18 grupos de investigación, entre ellos dos andaluces, y tres empresas comienzan un nuevo proyecto de investigación denominado Combacte-CARE, financiado por la Innovative Medicines Initiative de la Unión Europea y la Federación Europea de Empresas Farmacéuticas (Efpia). El programa COMBACTE-CARE desarrollará estudios innovadores relacionados con el tratamiento de pacientes con infecciones causadas por enterobacterias resistentes a carbapenemas (ERC).

Microburbujas con aplicaciones en el ámbito de la salud

TECNOLOGÍA. Investigadores de la Escuela Técnica Superior de Ingeniería de Sevilla están llevando a cabo un proyecto de investigación para diseñar dispositivos capaces de generar burbujas en el rango de la micra (la milésima parte de un milímetro). El interés de conseguir burbujas tan pequeñas radica en su aplicación como portadores de fármacos, como agentes de contraste para la mejora de diagnósticos, entre otras aplicaciones del ámbito sanitario.

DEPORTES

BALONCESTO

Con la LEB Plata en la mente

● El Covirán se asegurará la fase de ascenso si logra vencer a Plasencia

Granada Hoy GRANADA

Llegó el día. Después de una temporada complicada, el Covirán está a un partido de certificar su presencia, por primera vez en su corta historia, en la próxima fase de ascenso a LEB Plata. En su camino se interpone el que es su bestia negra desde su ascenso a Liga EBA, el CB Plasencia, un equipo al que los rojiverdes todavía no han derrotado en sus tres enfrentamientos. Pero ya rompió una mala racha en Huelva hace quince días y hoy tiene la ocasión de cerrar un expediente y despedirse de sus aficionados con una última victoria. Con un triunfo los de Pablo Pin asegurarían el tercer puesto del grupo pase lo que pase en la próxima jornada.

El Plasencia Extremadura, tras comenzar la temporada con una racha de cinco triunfos seguidos y siendo el máximo anotador de la categoría, se ha desinflado en la recta final. El equipo de Jesús Porras, que la temporada pasada jugó los play off por ascender de categoría, lleva un triunfo en los últimos once partidos. Una racha que no refleja el potencial del equipo extremeño, que cuenta en su plantilla con hombres como el senegalés Sam Seck, el lituano Grinius o el base español Pablo Bayle. Mención especial merecen Adam Herman y Alex Greven, que ocupan el segundo y tercer lugar en el ranking de máximos anotadores de la categoría, justo por delante de Jesús Fernández.

El Covirán, tras vencer en ca-



El Covirán quiere sumar su cuarto triunfo consecutivo para jugar relajado la última jornada.

sa al DKV San Fernando y a domicilio al Por Huelva y a Baloncesto Sevilla, buscará ante el CB Plasencia su cuarto triunfo de forma consecutiva.

El CB Plasencia llegará al Veleta sin nada en juego más que el honor. Los extremeños cayeron la semana pasada en casa ante el DKV San Fernando por 62-68. Jesús Porras solo utilizó a siete jugadores, uno de ellos poco más de cinco minutos, y el

mejor fue Alex Greven, autor de 20 puntos. Los extremeños son el equipo mejor tira de tres de la Liga, con un 34,9%, mientras que ocupa el segundo lugar en rebotes capturados por partido, con 39,2, solo por detrás del equipo de Pablo Pin.

El técnico granadino tiene claro que "no hay que fijarse en la clasificación porque ellos son un gran equipo. Tienen jugadores muy resolutivos como Bay-

le, Greven, Hermann o Proleta y por dentro tienen mucha capacidad reboteadora con Seck y Grinius". Para vencer, Pin considera que la clave es "poner especial atención en el rebote defensivo y en el uno contra uno. En ataque necesitamos controlar el ritmo del partido y ser muy agresivos".

El choque se disputa en el pabellón Veleta desde las 19:00 horas.

La final a cuatro, a un triunfo del 'Presen' y RACA-UGR

Redacción GRANADA

A un partido se encuentran tanto el RACA-UGR como el Presentación de pasar a la final a cuatro en su lucha por alzarse con el título en la Primera Nacional. La dinámica en ambas eliminatorias ha sido aprovechar el factor cancha, por lo que será el Presentación el que tendrá que buscar dar la sorpresa en Huelva ante el Conquero. En el primer partido de la serie, los de Miguel Pérez cayeron por diez puntos en tierras onubenses, logrando el pasado fin de semana un triunfo por un punto en un duelo muy equilibrado. Sin duda, pasar sería un éxito pues no hay que olvidar que el Conquero se clasificó como primero de su grupo tras la fase regular. El choque se disputa hoy a las 18:30 horas.

Más favorito es el RACA-UGR ante el Adeba cordobés. Cuando parecía que los de Álex Gómez no tendrían problemas para pasar por la vía rápida tras un primer partido en casa en el que las granadinas no dieron opción a su rival, el choque de la pasada semana sembró dudas. No por el juego desplegado por las universitarias sino por el principal inconveniente que se pueden encontrar que no es otro que un exceso de confianza. El partido se disputa mañana en el pabellón del Colegio Ramón y Cajal desde las 19:30 horas.

BALONMANO ▶ PRIMERA ESTATAL MASCULINA

Triste despedida del Stg-Bus Maracena

El cuadro azulillo dice adiós a la temporada con el descenso ya consumado ante el líder

G. Hoy GRANADA

La ilusionante travesía en Primer ESTATAL llegó a su fin para el Stg-Bus Maracena que esta tarde disputa su último partido de Liga ante el Balonmano Alarcos Ciudad Real, el campeón del grupo que ya prepara su presencia en la fase de ascenso.

El cuadro maracenero ya piensa en la próxima temporada como lo demuestra el hecho de que Jesús

Escañuela ha pasado a ser coordinador de cantera, siendo Daniel Aguilar el que dirija al cuadro azulillo que espera despedirse con buen sabor de boca de sus seguidores. Líder y colista se ven las caras en el Pabellón de la Ciudad Deportiva sin nada en juego aunque en el caso de los manchegos el duelo les servirá para preparar el play off de ascenso a División de Honor Plata (15-17 de mayo), torneo decisivo que el club ciudadrealeño confía en poder disputar como anfitrión en busca de un salto de categoría que ha merecido al vencer 21 de los 25 partidos que se llevan disputados.

El duelo dará comienzo a las 19:00 horas.

WATERPOLO ▶ FASE DE ASCENSO

El Balcón del Genil comienza con buen pie

5 Valdepeñas

8 B. del Genil

Valdepeñas: Cifuentes, López, Gil (1), Garrandes, Fernández, Romera (1) y González -siete inicial-. También jugaron: Alonso (1), Caparrós (2), García, Ojeda, Arias y Del Fresno.

Balcón del Genil: Álex Villada, Vallejo, David Mendoza (4), Pablo Castillo (1), Mario Ortega (2), Irigaray y Pío -siete inicial-. También jugaron: Juliá, Álex Castillo, Henríquez, Fernández (1) y Rodríguez.

Parciales: 2-0, 3-1, 1-1 y 2-3.

Árbitros: Lara López y Fuentes (andaluces).

Incidencias: Unos 60 espectadores en la Piscina de Torre del Mar.

Redacción GRANADA

El Balcón del Genil inició con victoria el Campeonato de España de Tercera División masculina de waterpolo. El cuadro de Pío Salvador se impuso al Valdepeñas por 8-5 en un encuentro en el que los huetiños encarrilaron el choque en los dos primeros parciales en los que anotaron cinco tantos por uno de su rival, logrando mantener la distancia tras el descanso.

Los granadinos deberán jugar hoy ante CW Marbella (11:10 horas), el rival al que derrotó para proclamarse campeón de la Liga Andaluza. Mañana lo harán ante el Martiánez canario (16:00 h.).



El Balcón del Genil sigue en racha.