



Bellas Artes Pinturas para 'humanizar' el servicio oncológico

► El consejero de Salud, Manuel Villegas, visitó ayer las salas del Servicio de Oncología Radioterápica del hospital Virgen de la Arrixaca recientemente decoradas por alumnos de la Facultad de Bellas Artes. La Consejería de Salud convocó el concurso de pintura mural 'Pinta la Esperanza' con el fin de humanizar un servicio en el que «la tecnología llena el espacio y donde los pacientes pueden estar ingresados hasta una semana con muy poca posibilidad de movilización», explicó el consejero de Salud. En total se presentaron al certamen convocado por la Consejería veinte proyectos y los tres ganadores fueron los encargados de decorar las paredes, suelos y techos de las estancias para transmitir un mensaje de optimismo a los pacientes oncológicos. Los artistas premiados fueron Judith Ibáñez, Emilio Iglesias, y el proyecto de Lorena Cabrera y Rocío Caballero (en la imagen), informaron fuentes de la Consejería de Salud.

La braquiterapia reforzará en la Arrixaca la lucha contra el cáncer

► Esta técnica, que llega gracias a la donación de Amancio Ortega, aporta a los pacientes oncológicos un tratamiento poco invasivo, con escasos efectos secundarios y que solo requiere una noche de ingreso

L. O.

► Más de cien pacientes se beneficiarán cada año del inicio de la braquiterapia de próstata en el Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca. Este nuevo servicio ofrecerá más comodidad a los enfermos que padecen este tipo de cáncer, que hasta ahora recibían este tratamiento en centros concertados con el Servicio Murciano de Salud fuera de la comunidad.

La braquiterapia prostática es una técnica que aporta a los pacientes oncológicos la posibilidad de un tratamiento mínimamente invasivo, con escasos efectos secundarios y con excelentes resultados terapéuticos. Este tratamiento solo requiere de una noche de ingreso y el paciente puede recuperar su actividad normal al día siguiente.

El tratamiento se irá ampliando en breve a otras patologías como tumores esofágicos, bronquiales y de vía biliar

► Durante el último año se ha llevado a cabo la actualización y mejora de las instalaciones de Oncología Radioterápica, con las obras necesarias para la creación de un área de radioquímico dentro del Servicio, que permiten un aumento de la eficiencia y com

modidad para los pacientes. La nueva área y el equipo instalado, adquirido con la donación de la Fundación Amancio Ortega, permiten la ampliación del tratamiento a las neoplasias prostáticas, y en breve se incluirán también el tratamiento de tumores esofágicos, bronquiales y de vía biliar que puedan ser tratados con esta técnica. El consejero de Salud, Manuel Villegas, hizo este anuncio en la visita que realizó ayer a las salas recientemente decoradas por alumnos de la Facultad de Bellas Artes, para humanizar estos espacios. La braquiterapia oncológica es una técnica novedosa de última generación y con intención curativa del cáncer que puede exigir el ingreso del paciente durante

varios días. Es un procedimiento para colocar semillas (implantes) radiactivas en la glándula prostática con el fin de destruir células del cáncer de próstata.

La incorporación de estos tratamientos en la Arrixaca ha sido posible gracias al trabajo en equipo de un amplio número de profesionales de los servicios de Oncología Radioterápica (facultativos, profesionales de enfermería y técnicos de radioterapia) y de Radiofísica, que se han formado para la realización de estas técnicas. También ha sido precisa la colaboración y coordinación con los servicios centrales de Radio diagnóstico y de Anestesia y Reanimación para la puesta en marcha de estas nuevas terapias oncológicas.

Otra de las peticiones ha sido la ampliación de la cubierta que protege a la ambulancia en el aparcamiento de las dependencias del 061 (Servicio de Urgencias y Emergencias Sanitarias), situado en la avenida Antonio Fuertes.

Asimismo, la alcaldesa ha solicitado que se preste el servicio de atención primaria por las tardes en el centro de salud de Alhama, para descongestionar el colapso de pacientes que existe actualmente y facilitar la consulta y la conciliación de la vida familiar y laboral, especialmente de aquellas personas que estudian o trabajan en turno

Las obras del nuevo servicio de Urgencias de Alhama comenzarán el año próximo

► El Ayuntamiento gestiona la puesta en marcha de una línea de autobús que una este municipio con la Arrixaca

L. O.

► La alcaldesa de Alhama, Mariola Guevara, y la concejala de Salud, Rosa Sánchez, han mantenido un

encuentro con el consejero de Salud, Manuel Villegas, y el director gerente del Servicio Murciano de Salud, Asensio López, para trasladarles las principales necesidades del municipio en cuanto a infraestructuras y servicios sanitarios. En primer lugar, les solicitaron el cambio de las Urgencias, de competencia autonómica, al edificio anexo al centro de salud. «El

proyecto inicial de la Comunidad resultaba insuficiente -en cuanto a espacios- para el personal médico del SUAP (Servicio de Urgencias de Atención Primaria) del municipio -explican fuentes municipales-. Al respecto, López ha informado de que el inicio de las obras está previsto para el próximo año (2021), una vez que se realicen todos los trámites administrativos.

Las claves

¿Qué es la braquiterapia de próstata?

► Es un procedimiento para colocar semillas (implantes) radiactivas en la glándula prostática con el fin de destruir células del cáncer de próstata.

Tipos de braquiterapia:

► La braquiterapia de **tasa de dosis baja** es el tipo de tratamiento más común. Las semillas permanecen dentro de la próstata y emiten una pequeña cantidad de radiación durante varios meses. El paciente se ocupa de su rutina normal con las semillas puestas en su lugar.

► La braquiterapia de **tasa de dosis alta** dura aproximadamente 30 minutos. El médico introduce el material radiactivo en la próstata. El material radiactivo se quita inmediatamente después del tratamiento.

El Reina Sofía acoge las Jornadas sobre Social Media y Donación de Órganos

LA VERDAD

MURCIA. El Hospital Reina Sofía acoge esta semana las I Jornadas Nacionales sobre Social Media y Donación de Órganos. Esta actividad congregará a grandes expertos en materia de comunicación científica como Javier Salas (Materia-El País), Laura Chaparro (Maldita Ciencia), María Martínez (Organización Nacional de Trasplantes), Víctor Rodríguez (LA VERDAD) y Monte Mora (Hospital Reina Sofía de Córdoba), entre otros.

Los ponentes destacarán el papel que ejercen las redes sociales como vía de comunicación imprescindible para mejorar la predisposición hacia la donación de órganos, ayudar a concienciar a la población y proporcionar una información contrastada frente a las 'fake news'. Las jornadas se inaugurarán el jueves día 13 y se cerrarán el viernes con un taller en el que se abordarán las 'fake news' y la promoción de la donación a través de las redes sociales. Intervendrán Rubén García Bastida (LA VERDAD), Delina Roca (UCC-UMU) y Paz Gómez (Orión Comunicación y Ciencia). Por su parte, Víctor Rodríguez (LA VERDAD) reflexionará sobre cómo divulgar la salud en los medios.



Dos alumnas de Bellas Artes enseñan al consejero de Salud, Manuel Villegas, y a la vicerrectora de la UMU Paloma Sobrado (d) una de las habitaciones que han decorado en Oncología radioterápica de La Arrixaca. G. CARRIÓN / AOM

La Arrixaca ya trata el cáncer de próstata con braquiterapia

El equipo, con un coste de 300.000 euros, ha sido financiado por la Fundación Amancio Ortega

J. P. PARRA

MURCIA. Cerca de un centenar de pacientes con cáncer de próstata recibirán cada año braquiterapia en La Arrixaca gracias a un

nuevo equipo donado por la Fundación Amancio Ortega. A diferencia de la radioterapia externa, la braquiterapia permite aplicar la radiación directamente sobre el tumor, sin afectar a los tejidos sanos circundantes.

La Arrixaca contaba con un equipo propio para este tratamiento, pero en 2017 dejó de funcionar por varias averías. En abril de 2018, el hospital recuperó esta tecnología gracias al acuerdo con

la Fundación Amancio Ortega, que financió con 300.000 euros la compra de un nuevo aparato. El servicio de Oncología radioterápica empezó a utilizar el equipo para cáncer de mama y de cabeza y cuello, así como para tumores ginecológicos. Ahora, se da un paso más con la incorporación de pacientes con cáncer de próstata.

Estos enfermos eran derivados hasta la fecha a centros con-

tados situados en Elche y Benidorm. La Arrixaca se suma así al Santa Lucía, que sí disponía desde hace tiempo de braquiterapia, pero solo para los pacientes oncológicos de su área.

Nuevas habitaciones

Además del nuevo equipamiento para braquiterapia, el servicio de Oncología Radioterápica de La Arrixaca ha pasado a disponer de un quirófano propio y de tres habitaciones para aquellos pacientes que necesitan permanecer ingresados durante varios días tras someterse a tratamiento. Estos espacios han sido decorados por alumnos de Bellas Artes, ganadores de un concurso convocado por la UMU y Salud. «Son habitaciones sin ventanas y situadas en un sótano. Era un lugar especialmente lúgubre, pero ahora, con esta nueva decoración, los pacientes y sus familiares sonríen cuando entran», cuenta Antonio Lozano, médico del servicio.

La Arrixaca contará también en los próximos meses con un equipo de radioterapia intraoperatoria que permitirá aplicar este tratamiento a pacientes con cáncer de mama, páncreas o sarcomas al mismo tiempo que se realiza la intervención quirúrgica para la extirpación del tumor, explica Isabel de la Fuente, jefa de sección de Radioterapia.

Además, se han licitado ya las obras para la construcción de dos nuevos búnkeres, donde se instalarán sendos aceleradores lineales. Uno de ellos será financiado por la Fundación Amancio Ortega, mientras que el otro correrá a cargo del Servicio Murciano de Salud (SMS).

<p>ACCIÓN FORMATIVA "ATENCIÓN SOCIO SANITARIA A PERSONAS DEPENDIENTES EN INSTITUCIONES SOCIALES"</p> <p>Localidad: Molina de Segura Lugar de impartición: C/ Gregorio Miñano, 52 Nº de Expediente: AC-2019-1434 Dirigido a: Trabajadoras desempleadas con discapacidad Nº de horas: 480 horas (370 h teórico-prácticas + 110 h de prácticas profesionales no laborales) Nº de alumnos: 15 alumnos Perfil: Es un certificado de nivel 2. Para el acceso es necesario: • Estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria • Estar en posesión de un certificado de profesionalidad del mismo nivel • Estar en posesión de un certificado de profesionalidad de nivel 1 de la misma familia y área profesional • Cumplir el requisito académico de acceso a los ciclos formativos de grado medio para el nivel 2, o bien haber superado las correspondientes pruebas de acceso reguladas por las administraciones autonómicas. • Tener superada la prueba de acceso en la universidad para mayores de 25 años y/o de 45 años. • Tener las competencias clave necesarias, de acuerdo con lo que recoge el artículo 1º del Real decreto 34/2020, de 18 de enero, para cursos con aprovechamiento la formación correspondiente al certificado de profesionalidad. Calendario: Fecha de inicio: 02/03/2020 y fecha de fin: 02/10/2020 Horario: Lunes, Miércoles y Viernes de 9:00 a 14:30h Plazo de inscripción: Hasta el 10/03/2020</p> <p>CURSO GRATUITO</p> <p>Asociación Salud Mental Molina y Comarca, AFESMO (C/ Gregorio Miñano, 52 de Molina de Segura, Murcia. Tlf: 968 645 387)</p> <p>ORGANIZA: </p> <p>COFINANCIADA: </p>	<p>CURSO "COMPETENCIAS DIGITALES BÁSICAS"</p> <p>Localidad: Molina de Segura Lugar de impartición: C/ Gregorio Miñano, 52. CP: 30500 Nº de Expediente: AC-2019-1502 Dirigido a: Personas desempleadas con discapacidad Nº de horas: 60 horas Nº de alumnos: 15 alumnos Perfil: Sin requisitos previos Calendario: Fecha de inicio: 02/03/2020 - Fecha de fin: 06/04/2020 Horario: El horario del curso será de 09:30 hasta las 13:30. Lunes, Miércoles y Viernes. Plazo de inscripción: El plazo de inscripción finalizará el día: 04/03/2020</p> <p>CURSO GRATUITO</p> <p>Asociación Salud Mental Molina y Comarca, AFESMO (C/ Gregorio Miñano, 52 de Molina de Segura, Murcia. Tlf: 968 645 387)</p> <p>ORGANIZA: </p> <p>COFINANCIADA: </p>	<p>CURSO "COMPETENCIAS CLAVE NIVEL 2: COMUNICACIÓN EN LENGUA CASTELLANA Y COMPETENCIA MATEMÁTICA"</p> <p>Localidad: Molina de Segura Lugar de impartición: C/ Gregorio Miñano, 52. CP: 30500 Nº de Expediente: AC-2019-1441 Dirigido a: Personas desempleadas con discapacidad Nº de horas: 240 horas Nº de alumnos: 15 alumnos Perfil: Sin requisitos previos Calendario: Fecha de inicio: 02/03/2020 - Fecha de fin: 5/06/2020 Horario: El horario del curso será de 15.30 hasta las 19.30. De Lunes a Viernes Plazo de inscripción: El plazo de inscripción finalizará el día: 13/03/2020</p> <p>CURSO GRATUITO</p> <p>Asociación Salud Mental Molina y Comarca, AFESMO (C/ Gregorio Miñano, 52 de Molina de Segura, Murcia. Tlf: 968 645 387)</p> <p>ORGANIZA: </p> <p>COFINANCIADA: </p>	<p>CURSO "LIMPIEZA DE VEHÍCULOS"</p> <p>Localidad: Molina de Segura Lugar de impartición: C/ Gregorio Miñano, 52. CP: 30500 Nº de Expediente: PR-2019-107 Dirigido a: Personas desempleadas con discapacidad Nº de horas: 285 horas (210h+75h orientación laboral) Nº de alumnos: 15 alumnos Perfil: Sin requisitos previos Calendario: Fecha de inicio: 02/03/2020 - Fecha de fin: 25/06/2020 Horario: El horario del curso será de 9:30 hasta las 13.30. De Lunes a Viernes. Plazo de inscripción: El plazo de inscripción finalizará el día: 14/03/2020</p> <p>CURSO GRATUITO</p> <p>Asociación Salud Mental Molina y Comarca, AFESMO (C/ Gregorio Miñano, 52 de Molina de Segura, Murcia. Tlf: 968 645 387)</p> <p>ORGANIZA: </p> <p>COFINANCIADA: </p>

Salud confía en que la epidemia de gripe comience a remitir

Más de 90 pacientes permanecen ingresados, y hasta la fecha se han registrado nueve fallecimientos

J. P. PARRA

MURCIA. La Consejería de Salud confía en que la epidemia de gripe comience a remitir en los próximos días, una vez que se ha alcanzado ya el pico de máxima incidencia. La semana pasada se registraron 4.570 casos en la Región frente a los 4.574 de la anterior, con una tasa de 309 casos por cada 100.000 habitantes. Esto representa una «estabilización» de la curva epidémica, lo que parece apuntar a un previsible descenso en el número de afectados, según explicó ayer el consejero de Salud, Manuel Villegas.

Desde que comenzó la epidemia se han registrado nueve fallecimientos atribuibles a la gripe en la Región. Además, 92 pacientes permanecen hospitalizados. Desde el inicio de la temporada se han contabilizado, en total, 18.170 casos de gripe. La epidemia está siendo este año más intensa, «con más pacientes afectados», señaló Manuel Villegas. Además, se está detectan-

do una mayor incidencia en niños, explicó.

La evolución es similar en el resto de España, con «tendencia a la estabilización», según el último informe epidemiológico del Instituto de Salud Carlos III. Por grupos de edad, se observa un ascenso de la incidencia en menores de 15 años, coincidiendo con una mayor circulación del virus tipo B. Madrid es la comunidad más afectada, con un nivel de intensidad muy alto. La epidemia ha empezado a remitir en Asturias, Navarra, La Rioja, Extremadura y Melilla.

Alta presión asistencial

Los servicios de Urgencias de los hospitales y los centros de salud afrontan un incremento de cerca del 30% en la presión asistencial, según los datos facilitados por el consejero. La actividad, sin embargo, «no se ha visto afectada», y «casi no ha habido que suspender intervenciones», subrayó. La semana pasada, el sindicato Csis denunció que, un año más, el servicio de Urgencias de La Arrixaca está viendo sobrepasada su capacidad, con «una acumulación de camas en los pasillos». La organización pide un mayor refuerzo de las plantillas en Urgencias.

La eliminación de los aforamientos vuelve al Congreso de los Diputados

Será la tercera vez que la Cámara Baja tome en consideración la propuesta, que salió de la Asamblea Regional en abril de 2017

DAVID GÓMEZ

MURCIA. El Pleno del Congreso de los Diputados debatirá esta tarde, por tercera vez, la admisión a trámite de la reforma parcial del Estatuto de Autonomía para la supresión de los aforamientos. La propuesta salió de la Asamblea Regional en abril de 2017 y la Cámara Baja, por dos veces, ha aceptado tramitarla. Pero la iniciativa ha quedado en el limbo en ambas ocasiones debido a que las Cortes se disolvieron por la convocatoria de las elecciones generales del 28-A y el 10-N.

Joaquín Segado (PP), Diego Conesa (PSOE) y Juan José Molina (Ciudadanos) serán los representantes de la Asamblea Regional que tomarán la palabra en el Pleno de esta tarde para defender la reforma estatutaria. Además, por parte de los grupos parlamentarios hablarán los diputados murcianos Juan Luis Pedreño (PP), Marisol Sánchez Jódar (PSOE), Javier Sánchez Serna (Unidas Podemos) y Luis Gestoso (Vox), entre otros. Antes del debate, la presidenta del Congreso de los Diputados, Merixell Batet, recibirá a la delegación murciana, encabezada por el presidente de la Asamblea, Alberto Castillo.

Queda pendiente que el Congreso de los Diputados tramite la reforma global del Estatuto que fue aprobada por unanimidad en las últimas semanas de la anterior legislatura autonómica.

Murcia viva vive sus eventos



Ayuntamiento de Murcia

ACTIVIDADES DESTACADAS

MURALLA MURCIA MEDIEVAL

PRESENTACIÓN RECORRIDO MURALLA MEDIEVAL

Visitas guiadas
Talleres de la época
Música en directo

Domingo 16 de febrero

MURALLA MEDIEVAL

VISITAS GUIADAS
11.30, 12.00 y 12.30 h.
Inscripciones: 658 279 331
(Máx. 35 personas por grupo)

CONCIERTOS

La Tarota
Calle del Pilar 11.45 h.

Nova Chlrimia
Glorieta de España 13 h.

Ensemble Musical
y Coral Discantus
Plaza Santa Eulalia 14 h.

TALLERES

De 11.30 a 14.30 h.
Taller de construcción de velas
Glorieta de España

Taller de escritura medieval
Calle del Pilar

Taller de dulces medievales
Plaza Santa Eulalia



Martes 11 / 20 h.
Museo Ramón Goya

ANTONIO MACHADO,
EL FILÓSOFO
DEL PUEBLO
Ciclo 'Librepensadores
españoles'.
Con José Martínez.

Acceso libre.



Del 12 al 16 de febrero
Varios horarios
Auditorio Regional
EL GUARDAESPALDAS,
EL MUSICAL

Precio:
19 / 55 €



Del 13 al 16 de febrero / 21 h.
Teatro Circo Murcia

MUCHO RUIDO
ABOUT NOTHING
Shakespeare & Swing
Alquibla Teatro

Precio:
12 / 15 / 18 €



Viernes 14 / 21 h.
Teatro Bernal

OTRO QUIJOTE +
Nacho Vilor
Producciones

Precio: 6 / 8 €



Sábado 15 / 15 h.
Gran Vía (Meta)

VUELTA CICLISTA A
LA REGIÓN DE MURCIA
Etapa final:
Santomera-Murcia



Sábado 15 / 21 h.
Teatro Romeo

JUAN VALDERRAMA
en concierto.

Precio:
12 / 15 / 18 €

EXPOSICIONES



Museo de la Ciencia
y el Agua
Hasta el 26 de abril

'JULIO VERNE.
LOS LÍMITES DE
LA IMAGINACIÓN'

De martes a sábado de
10 a 14 y de 16.30 a 19 h.
Domingos de 10 a 14 h.
Lunas y festivos cerrado.



Ayuntamiento de Murcia

Agenda única del Ayuntamiento de Murcia
eventos.murcia.es



Región de Murcia

Más de un año para ir al cirujano

► El concejal Sosa señala que ha sido citado para acudir a una primera consulta en enero de 2021
► Espera que su experiencia personal sirva para dar visibilidad al problema de las listas de espera

FRANCISCO GÓMEZ

Los concejales del Grupo Municipal de Izquierda Unida-Verdes en el Ayuntamiento de Lorca, Pedro Sosa y Gloria Martín, volvieron a denunciar las listas de espera «infames» que afectan a los usuarios del Área III de Salud. El portavoz del citado grupo político, Pedro Sosa, relató su caso personal por el que el pasado 18 de noviembre de 2019 fue citado para una primera consulta con el cirujano general para el 20 de enero de 2021.

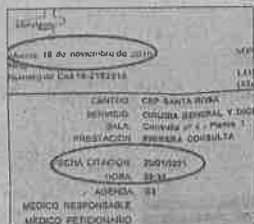
Sosa fue sometido a una ecografía donde se le detectaron lesiones de las que debe descartarse un origen glandular, según el informe médico. Sin embargo, el diagnóstico definitivo y el tratamiento quirúrgico no se realizará, como mínimo, hasta dentro de 14 meses, que es el tiempo que debe permanecer en lista de espera.

El portavoz de Izquierda Unida-Verdes aseguró que va «tirando» a base de calmantes y quiere que su experiencia personal sirva para dar visibilidad «a los miles de vecinos de la comarca que viven en la angustia durante meses y meses a la espera de un diagnóstico y de un tratamiento que mejore su calidad de vida».

Al respecto, exigió a los responsables autonómicos que inviertan lo necesario para acabar con las insostenibles listas de espera en el Área III de Salud, «las peores



Los ediles de IU Gloria Martín y Pedro Sosa. L.O.



Detalle de la citación. L.O.

de toda la Región» y que convierten a los vecinos de Lorca y su comarca en ciudadanos de tercera. Al mismo tiempo pidió al alcalde y al concejal de Sanidad «más beligerancia a la hora de defender los derechos sanitarios».

La «estafa» de los presupuestos

La concejala del Grupo Municipal de IU, Gloria Martín, calificó de «estafa» el proyecto de presu-

puestos de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia para 2020 en materia sanitaria. Martín denunció que los 14 millones de euros de inversión anunciados por el gobierno de Fernando López Miras en plena campaña electoral de las autonómicas para la mejora del hospital Rafael Méndez «se han quedado finalmente en 3,4 millones,

y de ellos solo un 11% (400.000 euros) están presupuestados para este año».

La edil afirmó que el Ejecutivo de López Miras prometió a los usuarios del Área III de Salud que su único hospital tendría un nuevo edificio de 2.500 metros, que se ampliarían las urgencias en mil-metros cuadrados más, con tres nuevos boxes para la UCI, un hospital de día oncohematológico y otro quirúrgico que permitiría incrementar la actividad quirúrgica y reducir la lista de espera, señalando que «ya nos contarán cómo van a hacer todo eso teniendo que reducir la inversión casi en un 75%, es decir, en 10,6 millones respecto a lo que nos contaron antes de las elecciones».

Desgranando el proyecto de presupuestos autonómicos en el área sanitaria, «vuelve a aparecer una partida de 832.176 euros para la segunda fase de las obras encaminadas a convertir Santa Rosa de Lima en un centro de alta resolución, una actuación que llevan anunciando desde el año 2009 y que tendría que haber entrado en funcionamiento en 2012».

Según Martín, «los presupuestos incluyen 500.000 euros para el TAC y la nueva resonancia magnética que se instalarán en el Rafael Méndez».

Piden a la Comunidad incluir a las Tierras Altas en la 'Mesa contra la Despoblación'

► Reclaman incentivos que ayuden a los vecinos y a los que quieran fijar su residencia en estas pedanías

F. GÓMEZ

El concejal de Pedanías del Ayuntamiento de Lorca, Antonio Navarro, pidió a la Comunidad Autónoma que se incluya a las Tierras Altas de Lorca en la 'Mesa contra la Despoblación' que el Gobierno autonómico ya ha anunciado que tiene intención de constituir en las próximas semanas en la que participarán los alcaldes de los municipios afectados junto a técnicos y expertos.

El edil de Pedanías señaló que al igual que zonas de la Región como la Comarca del Noroeste, el Valle de Ricote o del Río Mula, el municipio lorquino también necesita de «medidas urgentes que ayuden a los vecinos y vecinas a fijar su residencia en estas pedanías donde han nacido y crecido,



Navarro, concejal de pedanías. A.L.

así como incentivos para todos aquellos vecinos que quieran establecer allí su domicilio».

Navarro Pérez también se refirió a la Ley de Lucha contra la Despoblación en la Región de Murcia y de Mejora de la Calidad

de Vida en Núcleos Rurales, cuya intención de aprobar ya han mostrado desde la Comunidad, garantizando que departamentos como Educación, Sanidad, Transportes, Hacienda y Empleo, entre otros, lleven a cabo medidas que favorezcan que vivir en estas zonas sea atractivo.

Para lo que, destacó Navarro, «es fundamental contar con unos servicios de calidad, que las comunicaciones sean buenas, así como la mejora de la atención sanitaria y de la enseñanza escolar, entre otros, para lo que estamos trabajando desde el primer día que llegamos a la alcaldía».

El concejal de Desarrollo Rural recordó que «desde el Ayuntamiento estamos trabajando de la mano con los vecinos de las Tierras Altas, así como con colectivos y asociaciones de la zona para la puesta en marcha de iniciativas que permitan también el desarrollo económico de estas zonas del municipio, un ejemplo claro

es el trabajo que se están realizando con la Asociación de Productores del Tomillo Rojo quienes están luchando por la denominación de Origen Protegida para este cultivo».

Cabe señalar que durante el último semestre del pasado año, coincidiendo con los primeros seis meses al frente del gobierno municipal, se realizaron intervenciones de carácter urgente e imprescindible en consultorios médicos, locales sociales, carreteras y caminos, centros escolares e instalaciones deportivas de las 39 pedanías de nuestro municipio.

Entre las que destacan los casi 200.000 euros destinados a arreglos de calles, pavimentación de caminos y la repavimentación de otros, así como la adecuación de calles y espacios públicos. La adecuación de los accesos a todas las pedanías, es decir, mejorando carreteras para facilitar la comunicación y los desplazamientos.

lorca LO

en corto

FESTIVIDAD RELIGIOSA

Misa, procesión y cantos para celebrar el día de la Virgen de Lourdes

La Delegación en Lorca de la Hospitalidad Murciana de Nuestra Señora de Lourdes ha organizado para hoy, festividad de Nuestra Señora de Lourdes, varios actos que se desarrollarán a lo largo del día. A partir de las 10 de la mañana se podrá visitar la imagen de la Virgen en su lugar habitual, donde habrá un puesto con artículos religiosos situado en el Carrerón de la iglesia de San Francisco.

A las 18 horas será el rezo del santo rosario y a las 18.45 horas se llevará a cabo el traslado de la imagen hasta la iglesia de San Mateo. La comitiva pasará a través de las calles Corredera, Pío XII y Lope Gisbert. A las 19.30 horas será la celebración eucarística que oficiará el vicario episcopal de la zona pastoral de Lorca, Francisco Fructuoso, con la participación de la agrupación musical Amadeus.

Tras la misa comenzará la procesión de las antorchas en dirección a la gruta, pasando por Lope Gisbert, Pío XII y Corredera. La cantante Marisol Segura Interpretará sus cantos a la Virgen tanto a la salida de San Mateo como en la entrada y salida de la gruta. F.G.

ANIMALES

El PP propone crear más parques caninos en el casco urbano

La concejala del PP en el Ayuntamiento de Lorca, Mayte Martínez, propuso al alcalde Diego José Mateos que se emprendan las acciones necesarias para habilitar nuevos parques caninos en enclaves del casco urbano tras la buena aceptación con la que cuentan los que se pusieron a disposición de los vecinos por parte del Gobierno del Partido Popular en la barriada de La Viña, en la Plaza Virgen de la Amargura y en el parque de San José. La edil recordó que se trata de seguir avanzando en el cumplimiento de la Ordenanza Municipal sobre protección y tenencia de animales de compañía. F.G.

TEMBLOR

Un terremoto sacude el municipio sin causar daños

Un terremoto de 2,3 grados de magnitud en la escala de Richter se registró ayer por la tarde a dos kilómetros de profundidad en Lorca sin causar daños. El Instituto Geográfico Nacional informó en su página web de que fue a las 15.32 horas con epicentro al noroeste de la ciudad. Fue sentido por parte de la población, ya que algunos vecinos llamaron al Centro de Coordinación y Emergencias 112 Informando del temblor. L.O.

¡Estamos rodeados! El temor a los gérmenes se dispara con crisis como la del coronavirus

SOLANGE VÁZQUEZ



Todos, hasta los más racionales, tenemos un lado oscuro donde anidan los miedos que carecen de sustento lógico. Y, ahora mismo, muchas personas que se consideran 'normales' –es decir, no especialmente obsesivas– están viendo cómo ese espacio de terror va ganando terreno debido a la alerta sanitaria mundial del coronavirus. Así que, como se puede imaginar, quienes ya eran fans de las toallitas desinfectantes y los geles alcohólicos para las manos, esos que suelen lanzar miradas asesinas a quienes tosen o estornudan sin taparse la boca... se encuentran ahora en cotas muy altas de ansiedad.

«Nos tendremos que enfrentar en el futuro a muchas alertas sanitarias. No hay que despreciar su importancia, pero siempre debemos hacerlo con la cabeza fría», aconseja Lucila Madariaga Torres, profesora de Microbiología y presidenta de la sección de Vacunas de la Academia de Ciencias Médicas. Ella intenta rebatir el pánico generado por el coronavirus desde un punto de vista puramente científico: «Su tasa de letalidad, con los datos disponibles a finales de enero, es del 2,17%», indica. Eso quiere decir que las víctimas mortales confirmadas no llegan a 200 de los más de 6.000 contagios verificados. ¿Más razones para no caer en el pánico? «La epidemia de gripe que su-

frimos todos los años y que se estima que afecta al 10% de la población mundial, aproximadamente, causa más de medio millón de muertes». En España, en la temporada 2018-2019 afectó a 500.000 personas y se le pueden atribuir unos 6.300 fallecimientos. Otra razón para quitarse el susto: «Las infecciones a principios de siglo eran la primera causa de muerte, pero en el primer mundo han dejado de serlo: ahora encabezan la lista problemas cardiovasculares y cáncer».

Hasta aquí las razones científicas para relajarse frente a la crisis sanitaria y vencer el pánico a los gérmenes. Además, desde hace mucho se sabe que vivimos en permanente contacto con microbios –bacterias, virus, hongos y hasta pequeños parásitos– que han colonizado nuestros hogares y nuestro propio cuerpo, que es un inmenso almacén de gérmenes. Todos tenemos nuestros 'bichos' y la tecnología forense permite saber, por ejemplo, quién ha vivido en una casa por la 'huella' de microorganismos que ha dejado. Además, esta 'nube bacteriana' –en el cuerpo hay unos 39 billones de bacterias– se enriquece constantemente, porque algunos estudios estiman que una persona está expuesta a un millón de intercambios de gérmenes en sólo una hora.

«Urgencias llenas»

Tal y como comprobó la Organización para la Investigación Científica Aplicada de Holanda, con un simple beso en la boca de diez segundos se pueden compartir hasta 80 millones de bacterias, ya que la boca es el lugar del cuerpo con más gérmenes, por delan-

te incluso del ano. Si le da a usted por chupar un billete –cada cual tiene sus apetencias–, se estará exponiendo a hasta 135.000 bacterias, según un estudio realizado por las autoridades sanitarias de Nueva York. Puestos a jugar a la ruleta rusa de los microbios, es preferible pasar la lengua por un váter (relativamente limpio, se entiende) antes que por el móvil, el teclado del ordenador, el cajero automático o el estropajo de la fregadera, que puede albergar hasta 60 millones de bacterias por centímetro cúbico, una cifra similar a la de las heces.

Entonces, con este panorama que nos rodea, ¿cómo puede ser que no caigamos fulminados? Porque hay un equilibrio entre microorganismos 'buenos' y 'malos'. Y, además, entrar en contacto con algún patógeno no quiere decir que se vaya a enfermar sin remedio. Hace falta una determinada cantidad y que ganen la batalla al sistema inmunológico.

Todas estas explicaciones sirven para tranquilizar (algo) a la población en general, incluso a los muy escrupulosos, pero a los que han cruzado ya la delgada línea roja entre la precaución y la obsesión no les valen de mucho. «Hipocóndriacos y patofóbicos, que no son lo mismo, lo pasan muy mal con este tipo de alertas sanitarias –comenta Ferrán Roig, profesor colaborador de la Universitat Oberta de Catalunya–. Estos días están las urgencias llenas de gente que cree que ha enfermado por el coronavirus».

La microbiota

Microorganismos presentes en el cuerpo. Es una relación simbiótica, pues subsisten gracias a nosotros, y los necesitamos para vivir

CÉLULA
Unidad mínima de vida

VIRUS
Se alojan en las células

BACTERIAS Y ARQUEAS
Unicelulares

HONGOS
Multicelulares

ÁCAROS

Malassezia
Hongo en la piel que causa, entre otras cosas, la caspa

Cabeza
Demodex ácaro que vive en los poros y folículos del pelo

Axilas
Hasta 80.000 bacterias. El olor se produce al entrar en contacto con el sudor

Sistema respiratorio
Lactococcus lactis inhibe el crecimiento de bacterias patógenas. Otras provocan la neumonía

Lactobacillus acidophilus
Empleada en alimentos probióticos como el yogur

Estómago e intestino
Incluye algunas como Lactobacillus o las E. coli. El colon es el lugar con más bacterias (hasta 400 tipos, la mayoría buenas)

E. coli
Bacteria esencial en proceso digestivo. Algunos tipos pueden causar diarreas. Otras, como la Helicobacter pylori provocan la gastritis

Las bacterias más comunes en las casas son las que proceden de nuestra piel

¿CREES QUE LA TAZA DEL VÁTER ES DONDE MÁS GÉRMENES SE ACUMULAN?

Pues no, porque la limpiamos a fondo. Cosa que no hacemos con otros objetos como el teclado del ordenador o el estropajo, que son auténticos nidos de bacterias, virus, hongos y pequeños parásitos



Salud
Miedo a los virus

Estilo de vida
Veganos

Crianza
La obsesión por el porcentaje

San Valentín
Miedo a enamorarse

Nutrición
Guerra al azúcar

Cambio climático
Dejar de volar



El cuerpo humano tiene unos 30 billones de células y 39 billones de bacterias. La gran mayoría beneficiosas

Las bacterias evitan que entren otras que provocan enfermedades, aportan vitaminas o ayudan a hacer la digestión. Muchas, como la E. Coli, son beneficiosas pero también pueden provocar enfermedades

Lactobacillus Streptococos E. coli Bifidobacterium



Si pudiésemos poner todas nuestros microorganismos en una báscula pesarían unos 2 kilos

El microbioma de cada individuo es único

También pueden causar caries, infecciones del tracto urinario o faringitis. Y en ocasiones enfermedades más graves

Enterococos faecalis

Clostridium difficile

Helicobacter

Salmonella



Detrás de la oreja hay 19 tipos de bacterias

Nariz Mucosa ideal para estafilococos

Boca Hay un centenar de bacterias diferentes, sobre todo en la lengua

80 millones de bacterias en un beso

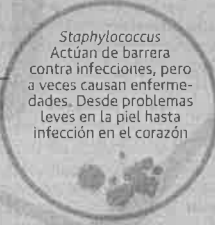


Streptococcus Evitan la colonización de la boca de bacterias patógenas. La Streptococcus Mutans provoca la caries



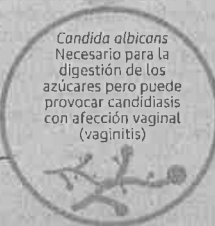
Manos Las mujeres tienen más diversidad de bacterias, además de hongos, virus y parásitos. En la palma de la mano y el antebrazo puede haber hasta una treintena de tipos de hongos, pero el rey es el dedo índice

Staphylococcus Actúan de barrera contra infecciones, pero a veces causan enfermedades. Desde problemas leves en la piel hasta infección en el corazón



Genitales Sobre todo en las mujeres, Streptococcus, lactobacillus -ayuda a los nacidos por parto vaginal a digerir la leche materna-, Clostridium. Pero también hongos como la Cándida y hasta parásitos como las ladillas

Candida albicans Necesario para la digestión de los azúcares pero puede provocar candidiasis con afección vaginal (vaginosis)



Barriga 70 tipos distintos de bacterias en el ombligo, normalmente variaciones del estafilococo

Pies Al estar tapados y sudar, proliferan los microorganismos

Detrás de la rodilla, donde se acumula el sudor

El talón es el lugar donde más hongos hay (80 géneros distintos) Aspergillus, Cryptococcus, Rhodotorula, Epicoccum etc



Uñas Son un reservorio de suciedad. En las de los pies puede haber unos 70 tipos diferentes de hongos

Almohadas, sábanas y edredones

Llaves

Tabla de cortar

Cesto de la ropa sucia

Billetes Más de 100.000 bacterias

Móviles

Mando a distancia Mejor no tocar los de los hoteles

Estropajo Suciedad + humedad = millones de gérmenes



«Antes de tener sexo pido un examen médico a mi pareja»

«Hay personas que no salen de casa para evitar 'contaminarse'. Pueden llegar a tirar cualquier objeto que esté 'sucio', según ellos, independientemente del valor que tenga. Otras pueden dejar sus estudios y hasta sus trabajos si se obsesionan con que esos lugares están sucios...», explica Nieves Álvarez, psicóloga sanitaria experta en TOC de la Asociación TOC Madrid. Entre sus pacientes se encuentran Silvia M. y Loreto H. A la primera, que ahora tiene 29 años y está en paro, la pesadilla se le desató en la adolescencia al sufrir acoso escolar -«me decían que olía mal»- y ahora su obsesión

por eliminar gérmenes y limpiar la lleva a llegar «tarde a todos los sitios». Loreto, de 48, lo lleva aún peor. Según cuenta, «luchadora» como es, batalla con sus demonios «irracionales» a diario. Uno de ellos, los baños públicos, «un foco de contaminación extrema». Y hay muchos más: «Todas las situaciones del día a día pasan por el filtro del posible riesgo. Si tengo una herida en las manos o la boca, evito tocar o besar por tener más posibilidad de contagiarme. Lo mismo si me da dos besos un hombre recién afeitado con heridas en la cara o comparto algún plato con amigos... Y siempre, antes de tener relaciones sexuales por primera vez con una pareja, le pido un examen médico completo de posibles enfermedades de transmisión sexual, aparte de utilizar preservativo».

Lavarse las manos cinco veces al día reduce a la mitad las posibilidades de contagiarse de virus como el de la gripe



posibilidad de contagiarme. Lo mismo si me da dos besos un hombre recién afeitado con heridas en la cara o comparto algún plato con amigos... Y siempre, antes de tener relaciones sexuales

por primera vez con una pareja, le pido un examen médico completo de posibles enfermedades de transmisión sexual, aparte de utilizar preservativo».