

# LEY ANTITABACO

por Paula Benito Álvarez

Primero veamos de lo que trata esta ley para luego poder opinar sobre ella:

## Edad mínima para su adquisición

Queda prohibido vender tabaco, o productos que induzcan a fumar, a menores de 18 años de forma directa o a través de máquinas expendedoras (en la ley anterior la edad límite era 16 años).

## Venta de tabaco

Antes estaba prohibido vender tabaco en los establecimientos sanitarios, escolares y en aquellos destinados a la infancia y juventud. La nueva ley amplía y matiza, prohíbe la venta en lugares tales como centros culturales, centros deportivos y en cualquier sitio en el que esté prohibido fumar. También prohíbe expresamente la venta de unidades sueltas.

La venta sólo podrá realizarse en la red de expendedorías de tabaco y timbre o a través de máquinas expendedoras. Las máquinas deben ubicarse en lugares en los que no esté prohibido fumar, en una localización que permita la vigilancia directa y permanente de los trabajadores del local. Las máquinas de tabaco deben incluir mecanismos técnicos adecuados que permitan impedir el acceso a menores de edad.

Se contemplan multas de hasta 1 millón de euros para aquellos que permitan la adquisición de tabaco en estas máquinas a menores de 18 años.

## Prohibición total de fumar

La ley establece que está prohibido fumar: en los centros de trabajo (salvo en espacios al aire libre), en centros de la administración pública, en centros sanitarios, en centros docentes, en instalaciones deportivas, en centros de ocio que permitan el acceso a menores de 18 años, en el interior de centros comerciales, en centros culturales, cabinas, cajeros automáticos, ascensores, transportes públicos, estaciones de servicio...

## Habilitación de zonas para fumar

Se prohíbe fumar, pero se permite habilitar zonas para fumar, en: centros de atención social, hoteles, bares y restaurantes de más de 100 metros cuadrados, aeropuertos, estaciones... Las zonas que se habiliten deben estar señalizadas, separadas físicamente del resto, disponer de sistemas de ventilación y no superar en ningún caso el 10% de la superficie total destinada a los clientes. En estas zonas está prohibida la presencia de menores de 16 años.

## Publicidad y promoción del tabaco

Antes de poner esta ley en marcha estaba prohibido publicar el tabaco en televisión (pública y privada) y en la radio pública. Con la entrada en vigor de la nueva ley, la prohibición se amplía a la prensa y radio privadas. Además, también ha quedado prohibido regalar productos relacionados con el tabaco de manera promocional.

## Repercusiones de esta ley desde mi punto de vista:

Quizás haya un porcentaje, creo que bastante bajo, de personas que con esta nueva ley y su fuerza de voluntad consigan dejar de fumar. Si nos ponemos a pensarlo detenidamente son muchos los factores en contra del tabaco:

### El tabaco mata lentamente

◆ El consumo de tabaco ocasiona endurecimiento de las arterias y sube la tensión arterial.

◆ Deteriora las encías y puede dejar manchas oscuras (melanosis del fumador) que penetran el esmalte. La pérdida de piezas dentales es más frecuente en fumadores.

◆ Daña los pulmones y es responsable del 90% de los casos de cáncer de pulmón.

◆ Es responsable del 95% de los casos de cáncer de boca, laringe y esófago, del 75% de los enfisemas

pulmonares y bronquitis crónicas y del 25% de infartos de miocardio.

### El gasto mensual es notable

Aunque depende de la cantidad de tabaco que cada uno consume, siempre es un gasto más que nos podríamos ahorrar.

### Enganchados a este vicio

No somos capaces de afrontar pequeños problemas del día a día sin acudir a encender un cigarrillo.

Paula Benito Álvarez, alumna de 3º D de ESO

Ya somos dependientes de la nicotina, ella manda en nuestro cerebro y organismo ("el mono").

### **Ya no se puede fumar en el lugar de trabajo**

Gran parte de nuestro tiempo transcurre en el trabajo. Después de asimilar que ya no se puede fumar en los centros laborales, habrá gente convencida y decidida a dejar el tabaco. Gente que ve en esta ley una buena ocasión para dejar de fumar. Supongo que los que lo logren serán los menos. Aún así, es lo más positivo que veo en la nueva ley. Mi enhorabuena a todos los que deseen dejar de fumar y lo consigan.

También habrá mucha más gente que, por las circunstancias que ha creado la ley, se sientan obligados a dejar de fumar, ya que:

◆ *¿Quién es "el guapo" que soporta tiritar a la puerta de la oficina o de su trabajo y pillar un buen resfriado sólo por el placer de fumar un cigarrillo?* Además del tabaco, habrá que contar con los gastos que ocasionen los frecuentes resfriados al salir a fumar al

aire libre.

◆ *¿Quién está dispuesto a alargar la jornada de trabajo?* Los minutos que destinan los fumadores diariamente a fumar en horas de trabajo pueden ser reclamados por los jefes (no les faltará razón). La recuperación de todo ese tiempo alargaría su jornada laboral.

◆ *¿Quién quiere pagar multas?* En esto del tabaco puede ocurrir lo mismo que con el tráfico: hasta que no llegan sanciones económicas muy duras la gente sigue saltándose la ley, se cree que los avisos son para los demás.

Mi opinión es que el hombre es un "animal de costumbres" y tan de repente no se le puede someter a cambios tan drásticos como esta ley tan radical y en mi opinión poco meditada. ¿Por qué?:

◆ *¿No es también uno de los factores que más contamina el tráfico y no se está haciendo nada en este sentido?*

◆ *¿Qué pasa con el cultivo del tabaco? ¿Qué va a pasar con las compañías tabaqueras? ¿Qué pasa con las distribuidoras? ¿Despiden*

a todos sus obreros? ¿Cuántas familias se ven perjudicadas?

◆ Si disminuye la venta de tabaco, lógicamente las compañías tabaqueras bajarán el precio para que la gente siga consumiendo. Aquí llega el problema con los estanqueros que han comprado el tabaco a un precio superior al que ahora lo están vendiendo. Además, al bajar el precio del tabaco ¿no habrá más jóvenes que se enganchen?

◆ *¿Por qué los quioscos que siempre han vendido tabaco, ahora no pueden? Su negocio se ve seriamente perjudicado (Yo creo que ellos también comerán todos los días).*

◆ Los restaurantes tienen que hacer un desembolso económico grande para adaptar el establecimiento a la nueva Ley.

◆ Los bares son centros de reunión social en pueblos y ciudades. Allí se hacen negocios, amistades, tertulias... En muchos, los propietarios tendrán que poner en la puerta el cartelito de prohibido fumar y renunciar tanto a nuevos como a antiguos clientes.

## **RESUMIENDO:**

**Sí, fumar es malo, al igual que otras muchas cosas placenteras en la vida, pero todo, si se sabe llevar y tomar con moderación, puede ser llevadero. No seamos tan estrictos. Hay otras muchas cosas que pueden hacer daño a la gente, incluso más daño que el propio tabaco, y no se dictan leyes tan rigurosas.**



# NUESTRA VISITA AL CONGRESO DE LOS DIPUTADOS

por alumnos de 2º de Bachillerato A y D



**E**l día 15 de marzo los grupos A y D de 2º de Bachillerato realizaron un viaje a Madrid, cuyo objetivo era visitar el Palacio Real y el Congreso de los Diputados, asistiendo además a una sesión del Pleno de este último, para lo que hubieron de dividirse en tres grupos. La crónica que sigue está elaborada a base de los informes que los alumnos han presentado contando lo que vieron y cómo lo vieron.

**Ricardo Jiménez:** El pasado 15 de marzo tuvimos la oportunidad de visitar el Congreso de los Diputados en Madrid.

**Javier Martín de Valmaseda:** Nada más llegar al Congreso nos recibieron sus impetuosos leones colocados en la parte delantera...

**Simón Izquierdo:** Por la mañana lo recorrimos acompañados de una señora que nos iba explicando las salas y aclarando nuestras dudas.

**Miguel Villalba:** sala de los pasos perdidos, salas de reunión de los diputados, reloj astronómico, hemiciclo...

**Raúl Sastre:** ... donde se reúnen todos los diputados y discuten las leyes; allí los diputados se sientan por partidos y el Presidente del Congreso hace que la discusión sea limpia y justa, estableciendo

un tiempo fijo para cada discurso.

**David Esteban:** En la segunda parte de nuestra visita lo que hicimos fue presenciar una sesión de control al Gobierno; en esta sesión pudimos contemplar el día a día de los diputados cuando debaten en el Congreso.

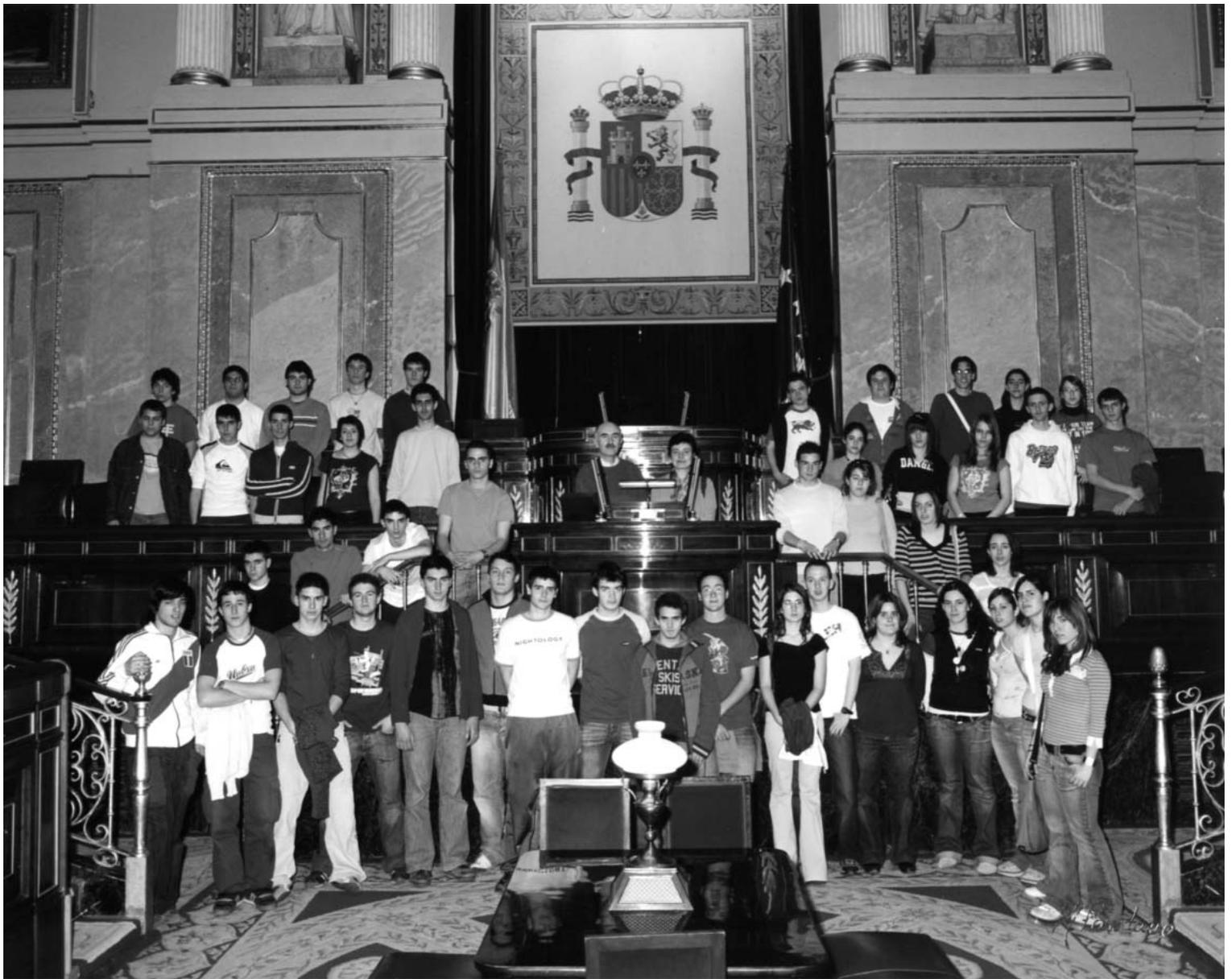
**Javier Martín de Valmaseda:** Al estar en el primer grupo tuvimos la oportunidad de escuchar y ver a Zapatero, Acebes, Zaplana...

**Raúl Sanz:** Como aquellos que vivieron en directo el intento de golpe de estado cometido por Tejero, fuimos testigos de cómo la política partidista está convirtiendo en un circo aquello cuya finalidad es tener en cuenta las opiniones de los ciudadanos representadas por los diputados.

**Jorge Aguilera:** Dentro del Congreso, en el hemiciclo, el ambiente puede parecer hasta de falta de respeto... pero todo ello es parte del debate político y algo que debe ser asumido por los diputados.

**Víctor Tobes:** También observé que algunos diputados no respetaban a los demás cuando hacían su pregunta o su respuesta; luego me di cuenta de que era una estrategia para desconcertar al que estuviera en disposición de hablar.

**Iván Alcalde:** Esto bañado en un



ambiente irrespetuoso y ruidoso que no dejaba oír, ya que unos hablaban con otros...

**Esther Martín:** no me gustó para nada lo que vi, una falta de respeto y de educación que deja mucho que desear...

**Guillermo López:** El Congreso no parece todo lo profesional y educado que debería ser: los diputados se ausentan en cualquier momento, se ponen a hablar entre ellos sin respetar a quien tiene la palabra, no hacen caso la mayoría de las veces de lo que les manda el Presidente...

**Ricardo Jiménez:** Me gustaría que en el lugar donde se decide cómo se encauzará mi futuro primara el respeto y el diálogo. No me gustó ver a varias diputadas hablar con

el de enfrente entre risas o reunirse alrededor de un ordenador para disfrutar de no sé qué imágenes...

**Manuel Cuadra:** El turno de preguntas lo podemos dividir en dos subpartes: la primera de ellas en la que la oposición hace preguntas para intentar azuzar al Gobierno, y una segunda en la que los diputados del mismo grupo que el Gobierno hacen preguntas para alabar al Gobierno; entre pregunta y respuesta no se debe exceder de 5 minutos, pudiendo el Presidente del Congreso cerrar el micrófono a los diputados...

**Teodoro Moreno:** Todo empezó con el diálogo entre el líder popular, Mariano Rajoy, y el Presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez

Zapatero; Rajoy le acusó de estar liquidando la igualdad de los españoles por primera vez en quinientos años.

**Hugo Cabornero:** Luego el PP acusó al Gobierno de hacer nombramientos de fiscales y otros cargos del Estado a gente con influencias políticas...

**David Rejas:** ...como quién debería ser el gobernador del Banco de España: el PSOE quería poner a uno de los suyos y el PP se lo reprochó, olvidando que antes, durante su mandato, había hecho lo mismo.

**Víctor Marina:** Con el ambiente bastante caldeado, Zaplana, portavoz del PP en el Congreso, se dirigió a la vicepresidenta Fernández de la Vega... y la recriminó ser afi-



cionada a disfrazarse (aludiendo a que vistió el traje tradicional mozambiqueño)... Inmediatamente se hicieron presentes el murmullo y el abucheo.

**Víctor Tobes:** Dicha pregunta se formuló con tono y significado machista, lo que dio lugar al abandono voluntario de diputadas del PSOE...

**Rodrigo García:** ... y de IU, que salieron del hemiciclo,

**Mario Martínez:** ... exceptuando a las diputadas populares, para las cuales parece ser más importante su partido que la dignidad humana.

**Luis Miguel Dueñas:** Era el turno de que la vicepresidenta respondiese, terminando con *"prefiero esa imagen que la de las Azores... me quedo con la política exterior de priorizar África y sus mujeres antes que con la política exterior de llevarnos a una guerra inmoral e injusta"*.

**Rodrigo García:** Hasta este punto el hemiciclo estaba lleno de diputados y (la tribuna) de periodistas,

pero después se fueron bastantes diputados y todos los periodistas, menos uno.

**Simón Izquierdo:** Cuando mi grupo, el segundo, iba a entrar, los del primer grupo nos contaron emocionados el plante feminista... Nosotros, al oír esto, entramos ansiosos por ver la sesión.

**Rodrigo Carazo:** Para poder entrar nos registraron y escanearon; una vez cacheados subimos a las tribunas del hemiciclo: a nuestra derecha se encontraban algunos de los agujeros realizados por las balas disparadas el 23 de febrero de 1981...

**David Casado:** A la entrada del segundo grupo el hemiciclo estaba prácticamente vacío y las preguntas se sucedieron así: del señor Del Burgo (PP) al ministro del Interior sobre la relación de los atentados del 11-M con la banda terrorista ETA...

**Alberto Peñalba:** El ministro, Alonso Suárez, argumentó que la investigación policial la debían lle-

var los cuerpos judiciales y no el Congreso...

**Carlos Rodríguez:** ... y ante las críticas del diputado el ministro le respondió con una muy buena frase: *¡Viva la Constitución!*

**Óscar Alonso:** El siguiente punto fue la delincuencia organizada en Galicia... y el Ministro le contestó que se ha potenciado la presencia policial...

**Mario Vélez:** Un tema importante que se planteó a la ministra de Medio Ambiente, Cristina Narbona, fue la alternativa que en su día propuso el Gobierno al trasvase del Ebro...

**Óscar Alonso:** ...el problema de la utilización del agua en Alicante..., los convenios con las Islas Baleares para solucionar problemas hidráulicos... La ministra de Vivienda, M<sup>a</sup> Antonia Trujillo, fue preguntada sobre las viviendas protegidas..., la recuperación del patrimonio histórico...

**Manuel Cuadra:** La etapa siguiente es la de las interpelaciones... Tienen una duración de 17 minu-

tos sumando la presentación del tema y las réplicas.

**Miguel Villalba:** La primera fue por el Sr. Rodríguez, diputado del BNG, que trató el problema de la asbestosis (una enfermedad) que afecta a los trabajadores de los astilleros por el contacto con el amianto.

**Alberto Peñalba:** le respondió el ministro de Trabajo y Asuntos Sociales, Jesús Caldera. Por último asistimos a la intervención de la Sra. Camarero Benítez, del PP, en la que aludió a la violencia de género...

**Diana de Pablo:** acusó al Gobierno actual de no hacer grandes progresos...

**Sara González:** ... para reclamar una mayor actuación y agilidad en lo referente a la ya aprobada Ley Integral... pues, según el Grupo Popular, los medios son insuficientes.

**Marta Lozano:** acusaba al Gobierno del PSOE de no cumplir sus promesas, ya que éstos decían que el maltrato de género iba a disminuir con el nuevo Gobierno; y la diputada recriminaba que seguía habiendo un gran número de muertes por esta causa.

**Dorleta Peña:** Jesús Caldera argumenta que los únicos que no están colaborando en el problema de la violencia de género son los del PP, ya que en vez de unirse a ellos se dedican a criticar la postura adoptada por el Gobierno sobre la situación...

**Daniel Pascual:** Caldera aludió a la colaboración de las asociaciones de mujeres... y de la mejora del servicio de teleasistencia al que se han destinado 38 millones de euros.

**Beatriz Izquierdo:** El sr. Cerdá Argent, diputado de Esquerra Republicana de Catalunya, habla acerca del tema de las riadas del año 1987...

**Leticia Núñez:** ... que supusieron múltiples años de juicios y cargas,

porque aquella catástrofe acabó con las empresas, las tierras y las casas de sus habitantes.

**Joana Orea:** Se concedieron préstamos, pero no sirvieron de mucho...

**Elena Vallejo:** La gente fue devolviendo los créditos según se les reclamaban... En el 99 el PP condonó los intereses, pero sólo se enteró un 20% de los afectados...

**Marta Iglesias:** Pero con el tiempo el BBVA procedió a juicios por reclamación del pago de intereses... y, en fin, pide se perdone el cobro de los intereses de demora por los créditos concedidos.

**Verónica de la Fuente:** El ministro de Economía y vicepresidente segundo del Gobierno, Pedro Solbes, contesta que no parece adecuado ese perdón...

**Noelia León:** ...pues sería aplicar una medida injusta, ya que hubo gente que sí que saldó sus deudas.

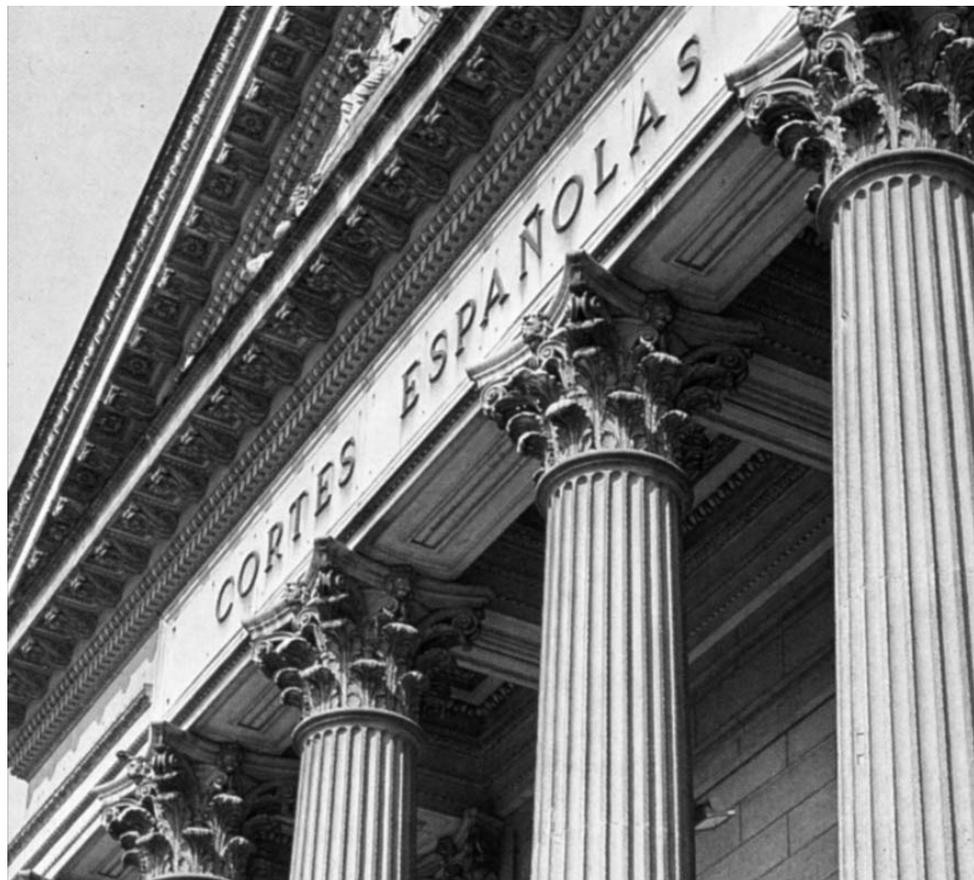
**Daniel Pascual:** Para concluir el resumen de la jornada congressista

que vivimos, me gustaría hacer alusión a la imagen que, a últimas horas de la tarde, ofrece el Congreso... no creo que las conversaciones por móvil o entre diputados... las malas posturas y los continuos paseos por los pasillos ayuden a mejorar esa imagen.

**Víctor Tobes:** Esta experiencia ha sido interesante y educativa para apreciar, aprender y criticar las acciones del Gobierno y el control que hace la oposición.

**Guillermo López:** Lo que menos me gustó del Congreso eran las preguntas que hacía el partido en el poder al Gobierno, ya que podrían tener interés, pero no tenían emoción y aburrían... Sin lugar a dudas, es una experiencia que recomiendo realizar alguna vez.

**Miguel Villalba:** No hay nada mejor para aprender algo que tener una experiencia personal de ello. En esta visita pude comprobar y conocer mejor la forma en que son aprobadas nuestras leyes y proyectos para el Estado.





# ¿Qué es la bioética?

por Javier Gil de la Puente

**A** lo largo de la evolución, el hombre es el único ser que ha desarrollado la capacidad de ser moral, es decir, la posibilidad de tomar decisiones sobre lo bueno y lo malo, lo que debe o lo que no debe hacer y, por tanto, actuar en consecuencia.

A lo largo de su historia ha tenido que enfrentarse a multitud de problemas a los que ha ido dando distintas respuestas, organizándose social y políticamente y desarrollando una tecnología cada vez

más capaz de transformar el medio donde vive.

El conocimiento progresivo y el relativo dominio de la naturaleza le ha permitido resolver de forma admirable muchos de los problemas que se le han ido presentando, pero a la vez se han ido generando algunos nuevos. Así han ido apareciendo problemas derivados del propio desenvolvimiento humano, de su propio desarrollo, de su propio "quehacer", en su necesidad de adaptarse a su medio, o lo que

sería más preciso, en el intento de adaptar su medio a él.

Todo logro tecnológico abre posibilidades de vida positivas, es decir, posibilidades de vivir más y mejor mayor número de personas, pero a su vez genera una cantidad de posibilidades de vida negativas como enfermedades, guerras, desequilibrios económicos, perturbación medioambiental. Un ejemplo típico sería el de la tecnología de la energía nuclear. Así parece como si todo hallazgo o nueva creación tuviera un coste añadido, como si fuera una sombra difícil de esquivar.

Del mismo hombre depende la gestión de estas posibilidades.

Por otra parte, las soluciones que antes nos venían dadas por la propia naturaleza, al tener ahora capacidad para intervenir sobre ellas, se tornan problemáticas. Así las cosas, se nos presenta la necesidad de tener que decidir sobre cuestiones para las que no tenemos respuesta.

Con todo esto podríamos decir que ante las grandes innovaciones se han creado grandes expectativas y posibilidades de mejorar, pero a su vez grandes temores e incertidumbres nuevas. De esta forma cada época puede caracterizarse por una serie de problemas propios de su momento hasta el punto de darle su identidad.



---

Javier Gil de la Puente, exalumno y médico.

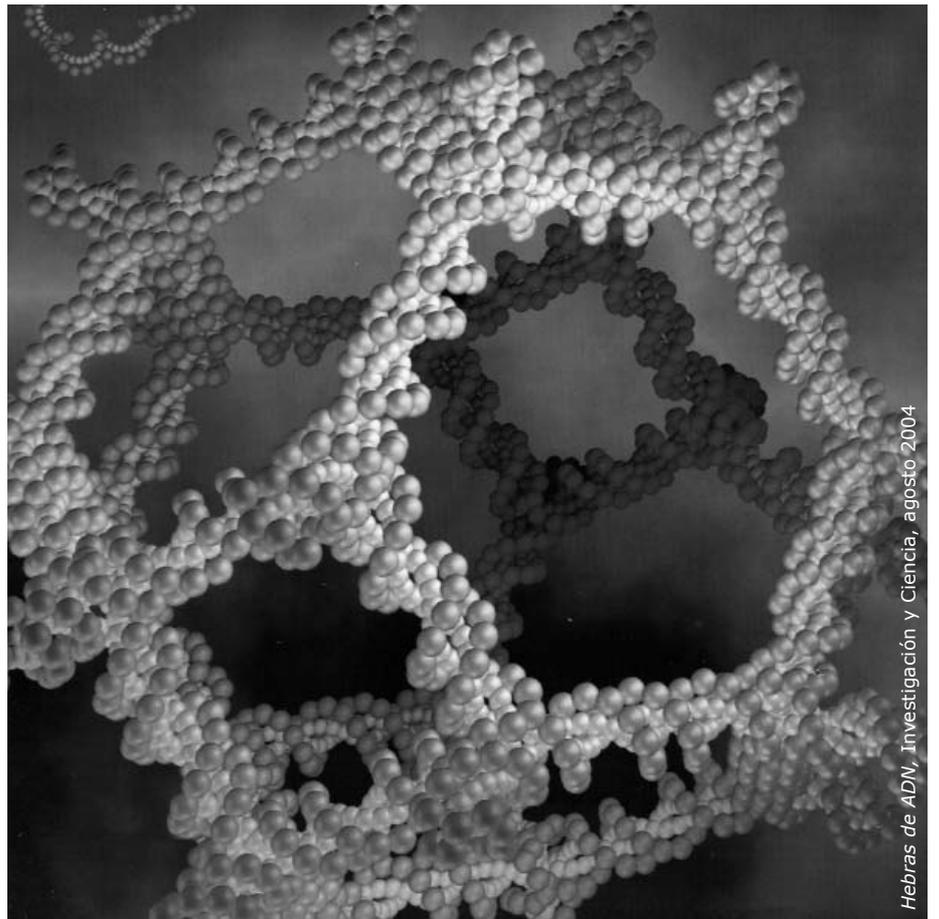


A lo largo de la historia podemos distinguir tres momentos que destacan por ser una encrucijada de cambios sustanciales, generadores de nuevos horizontes, que son el neolítico, la primera revolución industrial en el siglo XIX y la segunda revolución industrial en el siglo XX.

Desde el último cuarto de siglo el desarrollo tecnológico ha sido de tal magnitud que abre multitud de posibilidades y cambios, que nos ponen ante nuevos problemas y nuevos retos, a los que habrá que dar respuesta.

Nuestra época se encuentra con sus problemas singulares, pero con la característica de que su alcance y repercusión pueden ser mayores que nunca. Estamos siendo espectadores de primera mano del desciframiento del genoma humano y del desarrollo de la ingeniería genética que nos permitirán corregir e incluso hacer desaparecer algunas enfermedades importantes, pero que a la vez nos ponen ante la capacidad de alterar la estructura y la transmisión genética que han sido la base de nuestra configuración humana hasta la actualidad, es decir, los rasgos característicos de nuestra especie.

Hasta los años 70, en que se produce la crisis del petróleo, no se había planteado realmente que los recursos naturales eran limitados. Si bien autores como Malthus ya a finales del siglo XVIII habían dado la voz de alarma sobre el problema de la superpoblación, prácticamente se consideraban estos recursos como inagotables. Por otra parte, el gran desarrollo tecnológico permite su transformación a una velocidad hasta ahora impensable, con la consiguiente repercusión sobre el medio ambiente y el gasto de las



Hebras de ADN, Investigación y Ciencia, agosto 2004

fuentes de energía que crece exponencialmente.

Otra de las características sería el gran número de posibilidades de comunicación conseguidas en el planeta en la actualidad.

Todo esto en un sistema económico que se sustenta gracias a un aumento mantenido del consumo. Así nos presentamos ante una serie de problemas como la degradación medioambiental, la escasez de recursos tan básicos como el agua, el riesgo de nuevas pandemias, etc. que dan lugar a numerosos y graves conflictos.

El hombre, en la medida de sus posibilidades, debería tener en cuenta todas esas circunstancias y valorar responsablemente las consecuencias de las decisiones tomadas, que afectarán no sólo a nuestras vidas, sino también a las de las generaciones futuras y las de los otros seres vivos.

Por la necesidad de plantearnos todos estos problemas y con el intento de buscar formas de solución surge la bioética, que es por un lado producto de la opinión pública y resultado de un debate público y por otro llega a configurarse como una disciplina académica.

Los problemas más globales de medio ambiente, la utilización de recursos y el crecimiento demográfico y los problemas de la clínica y la investigación médica son debatidos y fundamentados éticamente.

Esperemos que esta forma de conocimiento nos ayude aportando los elementos suficientes para que nos sensibilicemos y entre todos encontremos la forma de dar las soluciones mejores y más prudentes a estos problemas. En ello nos jugamos mucho.

# Una alimentación saludable

por Rebeca Cáceres, Iris López, Álvaro Cancela, Narot Santos y Marta Ribao

**E**n el artículo de la revista Léeme nº 2 nos comprometimos a realizar un estudio entre nuestros compañeros sobre los hábitos en el desayuno.

El punto de partida fue la observación por parte de los profesores de Educación Física del bajo rendimiento de algunos alumnos en las clases.

Como objetivo nos propusimos, empujados por los profesores del departamento, realizar un estudio de cómo desayunamos y una campaña PRO-DESAYUNO en todo el centro, para concienciarnos de la importancia que tiene en el rendimiento escolar una buena alimentación.

Para esto se realizaron diversas actividades:

- ◆ Se pasó una encuesta a todos los alumnos
- ◆ Se crearon carteles con eslóganes que fueron distribuidos por todo el centro.
- ◆ Se analizaron y comentaron en los distintos grupos cada uno de los eslóganes.

---

Rebeca Cáceres, Iris López, Álvaro Cancela, Narot Santos, Marta Ribao, alumnos de 1º de Bachillerato

## A modo de conclusiones

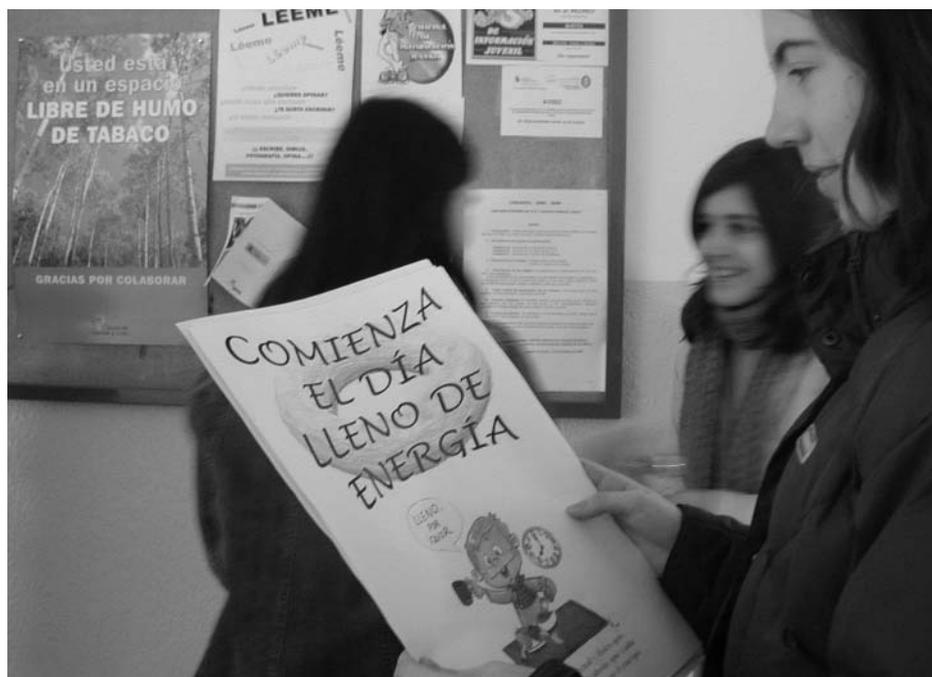
Para sacar una conclusión acerca de la encuesta realizada a los alumnos de este centro hemos prestado mayor atención a los totales. Así pues observamos lo siguiente:

- ◆ Pese a que casi la totalidad del alumnado (96,2%) valora la importancia del desayuno, tan sólo el 86,6% desayuna diariamente.
- ◆ El zumo, un alimento importante en el desayuno, sólo lo toman el 24%, y la fruta, con igual importancia, la toman el 12,5% de los encuestados, por lo que el aporte vitamínico queda relegado. Puede ser debido a que el tiempo que se

dedica al desayuno está entre menos de 5 y 10 minutos y no da para mucho; se levantan con el tiempo justo para comer algo, en algunos casos nada, e ir corriendo al instituto.

- ◆ La mayoría (82,8%) almuerza en el recreo y lo ingerido suele ser el "bocadillo" como elemento preferente (70,3%). El resto toma bollos, golosinas, dulce, frutos secos..... Se puede decir que no poseen un amplio eco.

No hemos prestado atención a la clasificación por sexo, ya que apenas presentan diferencias en sus hábitos. En cambio sí que lo





hemos hecho con los cursos, y destacamos lo siguiente:

- ◆ Los cursos que menos desayunan son los de 2º y 4º E.S.O
- ◆ Estos mismos cursos, junto con 2º de Bachillerato, son los que menos tiempo dedican al aporte de energía matutina.
- ◆ En cuanto a lo que se toma en el desayuno, la mayoría coincide

en ingerir líquido y sólido y poca fruta o zumo. Los alumnos de 1º E.S.O son los que más toman sólido, indistintamente cereales o bollería.

- ◆ Los alumnos de 2º de Bachillerato toman golosinas o gusanitos como almuerzo con bastante diferencia sobre los otros cursos y ocurre igual con los frutos secos.

◆ El peor comportamiento o la menor concienciación alimenticia se encuentra en 4º de la E.S.O frente a los mejores hábitos dados en 1º de la E.S.O.

A pesar de los resultados positivos, sigue quedando **una quinta parte del alumnado** que no posee unos correctos hábitos en este proceso. Esperemos que vayan corrigiéndose.

Nos parece interesante la noticia en Diario de Burgos de fecha 22 de marzo sobre la campaña que la Consejería de Educación de la Junta, la Federación de Organizaciones de Panaderos de Castilla y León y el Colegio de Farmacéuticos han organizado últimamente en los diferentes centros escolares, a la que se han sumado 15 centros de la provincia para concienciar a los alumnos entre 3 y 12 años de la importancia de tomar un buen desayuno mediterráneo.

**¡Ahora los que no desayunan que se den por aludidos y comiencen a hacerlo y los que ya lo hacían que sigan así y mejoren en lo que les falta para que sea un desayuno completo!**



# PIERCINGS Y TATUAJES

por María Manso Izquierdo

**S**e han convertido en una moda y cada vez son más los jóvenes que desean adornar su cuerpo con ellos, sin saber el riesgo que conllevan.

En todos ellos existe el riesgo de infecciones, alergias, hemorragias, picores o transmisiones de enfermedades víricas; como la hepatitis B y C; estos son los problemas más habituales...

Sanidad advierte que entre el 10 y el 20% de los piercings se infectan...

## ZONAS DE ALTO RIESGO:

◆ **Parte superior de la oreja y cartilago de la nariz:** Son lugares de alto riesgo ya que son zonas con poca aportación sanguínea. El riesgo aumenta del 10-20% al 30% y en ocasiones puedes llegar a perder parte del cartilago.

◆ **Ombligo:** Debido a sus pliegues es una de las zonas más propensas a las infecciones. (La ropa ajustada puede causar problemas en cicatrización)

◆ **Los genitales:** Colocar un piercing en el clítoris o en el pene rompe la barrera de protección natural de estas zonas y facilita la aparición de enfermedades de transmisión sexual, provoca infecciones, estreñimiento de la uretra, estrangulación del glande o la muerte de los tejidos del clítoris. En el caso de colocarse en el pene el piercing imposibilita el uso de preservativos.



◆ **Pezón:** Es un lugar muy sensible, con un gran riesgo de infección. (No resulta aconsejable llevarlos durante el embarazo)

◆ **Zona lumbar:** Los tatuajes en esta zona impiden la aplicación de la anestesia epidural. Aplicar dicha anestesia en esa zona tatuada puede provocar que la tinta entre en contacto con la médula espinal, lo que podría provocar la aparición de tumores.

## PERMISO PARA LOS MENORES DE EDAD:

¿Qué pasa con los menores de edad? Todas las normativas coinciden en exigir que los centros pidan, a los menores de 18 años, una autorización paterna por escrito.

Una normativa que no siempre se respeta.

---

María Manso Izquierdo, alumna de 3º C de E.S.O.





tanto animales como vegetales, es considerable, pudiéndonos encontrar desde ardillas y gorriones hasta corzos y lechuzas en el campo animal. En el campo vegetal, lo que predominan son las encinas y ciertos tipos de pinos como especies arbóreas, utilizados los segundos antiguamente para la recolección de resina, y jara, romero y tomillo como arbustivas.

Hoy en día viven habitualmente unas 35 familias aumentando a muchas más en verano debido a que multitud de estas casas se tienen como segundas residencias de ocio, o simplemente como "dormitorios".

### **ATRATIVOS DE LA CALABAZA**

Si observamos las posibles actividades que esta zona nos permite realizar y disfrutar, encontramos una gran variedad. Así cabe destacar:

- Tranquilos paseos entre árboles bien corriendo, andando o incluso en bicicleta, respirando la naturaleza y pudiendo realizar las más de 10 pruebas que se encuentran a lo largo del circuito.

- Cuando se realizan competiciones o simplemente por diversión entre amigos, se pueden ir a ver las carreras de motocross que se desarrollan en el circuito del mismo nombre o también si se dispone de medios y ganas participar en el recorrido. Y por otro lado las carreras de coches en el circuito de autocross, aunque de estas puede que sólo nos encontremos con una o dos como mucho al año.

- El campo de tiro ofrece a todos los que dispongan de armas legalizadas y arcos poder practicar puntería o simplemente ir de especta-

dor en las competiciones que allí se desarrollan.

- El ancho monte permite a los amantes de la orientación poder realizarla sin ningún impedimento más que el de los árboles que por allí se extienden.

- En los últimos 5 años se han venido realizando una serie de competiciones que cada vez tienen más público, me refiero a las de Mushing, un deporte de tierra en el que unos perros arrastran a un trineo con su dueño. Sobre todo tuvo mucha importancia en el 2003 que fue cuando Aranda se convirtió en la sede del II Campeonato del Mundo de este deporte que trajo consigo a participantes de todo el globo.

- Para los que les gusta, el monte dispone de un coto de caza en el que, con permiso del Ayuntamiento, se puede practicar este deporte.

- Por otro lado, y sin duda uno de los mayores atractivos de que La Calabaza dispone, se encuentran las piscinas municipales, que en verano, dadas las altas temperaturas, sirven para al menos refrescarse disfrutando del entorno natural, pudiendo, además, pasar unos días en las instalaciones de camping que a poca distancia se



encuentran.

- Y por último, cabe hacer mención de que está en marcha un plan para realizar un campo de Golf, aunque ya se sabe que desde que se planea hasta que se construye pueden pasar varios años...

### PROBLEMAS

Sin embargo, no todo son aspectos positivos sino que encontramos también ciertos problemas a los que cabe darles importancia como son:

- El eterno problema de los animales abandonados a su merced por estos lugares, pudiendo ocasionar accidentes de tráfico, además de la preocupación que provocan estos seres vivos, a los que como tales no se debería tratar así.

- La contaminación en el bosque y en gran medida en la urbanización, que algunos desconsiderados provocan. Sin duda resultaría más gratificante andar por el monte sin encontrarse con latas, botellas, papeles y multitud de desechos que la naturaleza no tolera y que sin duda nos perjudica a todos.

- Algunos vehículos motorizados, como coches o motos, que conducen a velocidades por encima de lo permitido, con un alto grado de peligrosidad para todos y rompiendo el orden sonoro de la naturaleza.

- Además creo que es importante mencionar el problema de la "deforestación". Durante los meses de enero y febrero se han estado cortando multitud de pinos con el argumento de la limpieza del bosque debido a que eran viejos, pero he de decir que yo los he visto y no hay que ser un experto en árboles para saber diferenciar si está viejo o no; y estos no lo estaban. Sin duda lo que más puede molestar es que por un lado nos digan que



hay que mantener el medio ambiente y por otro lo estén eliminando.

Podríamos decir que con la colaboración de todos estos problemas se podrían, no eliminar, pero si al menos reducir.

Por otra parte también se deberían mencionar los problemas que tienen las familias que aquí habitan:

- La Calabaza es un barrio de Aranda y por tanto sus habitantes pagan los correspondientes impuestos sin ver resultados más que gota a gota, como por ejemplo: se ha pedido algún sistema que pueda hacer más saludable el agua que de nuestros grifos sale, debido a los altos contenidos en cal que además estropea nuestros electrodomésticos, como los lavavajillas. También se piden unas aceras decentes por las que se pueda andar o un sistema de alumbrado desde Aranda hasta la urbanización...

- Por otro lado podemos destacar el problema del ADSL el cual no llega hasta nuestras casas, privándonos de este servicio. El problema parece que se puede ver solucionado en un futuro dado que en la actualidad se está transportando a Peñaranda...

- Y sin duda uno de los problemas por excelencia es el del transporte público, por el que no disponemos de autobús para subir y bajar sin necesidad de depender de tener un vehículo o conocer a alguien que sí que lo tenga.

Con este artículo espero haberos animado a que visitéis esta parte de naturaleza que tantas actividades ofrece sin necesidad de irse muy lejos y a que además entre todos lo cuidemos, dado que no sólo debemos disfrutarlo nosotros sino que también han de beneficiarse de él las generaciones futuras.