

# 8

8 DE MARZO

Día Internacional de la Mujer

*más  
comprometidas...*



con la sociedad,  
como ciudadanas

con la igualdad,  
como mujeres

con los derechos,  
como pensionistas y jubiladas



Subvencionado por:



ENTREVISTA A  
**Julián Gutiérrez del Pozo**

Secretario General de la Federación de PP. y JJ. de CCOO





Foto portada

revista de **orientación**  
e información NÚMERO 65

edita



**federación de pensionistas  
y jubilados**

Pío Baroja, 6, bajo  
28009 Madrid  
Teléfono: 91 540 92 02  
Fax: 91 541 04 26  
E-mail: pensionistas@fpj.ccoo.es  
[www.pensionistas.ccoo.es](http://www.pensionistas.ccoo.es)

#### Consejo Editorial

Julián Gutiérrez, Ángel Fernández,  
Alma Hernando, Félix Muñoz, Ana Martínez,  
Justo Santos y Manuel Cobo.

#### Equipo de Redacción

J. A. Sánchez Espín, Ricardo Suárez,  
Esther Almazán, Gloria García y Arturo  
Peinado.

#### Fotografía

Equipo de Redacción, Julián Rebollo.

#### Edición e impresión

10 sistemas de comunicación

Depósito Legal: M21.515 - 1995

*La Revista de Orientación e Información de PP. y JJ. de CCOO es una publicación de expresión libre y carácter plural, vehículo del más amplio ejercicio de la democracia y de la participación de los pensionistas y jubilados de CCOO; respeta las opiniones de sus colaboradores, pero no comparte necesariamente todos los puntos de vista manifestados por éstos en los artículos firmados que se publiquen.*

*La Revista de Orientación e Información se reserva el derecho de publicar las colaboraciones. No se devolverán los originales ni se facilitará información al respecto.*

#### Subvencionado por:



## SUMARIO

<b>EDITORIAL</b>	3
<b>ENTREVISTA</b>	
Julián Gutiérrez del Pozo, Secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO	4-7
<b>ACCIÓN SINDICAL</b>	
X Congreso de la Confederación Sindical de CCOO	8-9
XI Congreso de la Federación Estatal de FPJ de CCOO	10-11
<b>ACTUALIDAD</b>	
8 de Marzo. Día Internacional de la Mujer	12-13
Mujeres bajo sospecha: Memoria y sexualidad	14
Modificación del sistema de financiación de la Ley de Dependencia	15
Incidencia de la crisis sobre las personas mayores	16-17
Envejecimiento activo	18
Deterioro de la sanidad pública	19
<b>NUESTRAS FEDERACIONES</b>	
Secretarios Generales de Pensionistas de CCOO	20-21
Miles de pensionistas colapsan las sedes del INSS	22-23
Conferencia sobre pensiones en Valencia	24
Congresos de las federaciones regionales y de nacionalidad de pensionistas	25
<b>INTERNACIONAL</b>	
El trabajo por hacer en Europa	26-27
<b>SALUD</b>	
Alimentación y salud cardiovascular	28-29
<b>CULTURA</b>	
Construir la libertad. Incendios	30
<b>PENSIONISTAS Y ACTIVOS</b>	31



Un año más celebramos el día 8 de Marzo para conmemorar la lucha histórica por mejorar la vida de la mujer. La plena participación en condiciones de igualdad de la mujer en la vida política, civil, económica, social y cultural, y la erradicación de todas las formas de discriminación basadas en el sexo son objetivos prioritarios de la comunidad internacional.

El Día Internacional de la Mujer siempre ha sido importante para reivindicar el papel de la mujer en la sociedad, y en especial, en el mundo del trabajo. Pero hoy, es más necesario que nunca, pues estamos

inmersos en una crisis brutal que todavía ataca más los derechos de los pensionistas y jubilados, y dentro de ellos, a la mujer pensionista con más fuerza, esto hace que esté más discriminada como consecuencia de haber tenido unos salarios más bajos y en peores condiciones. También dentro de la discriminación, la mujer mayor está

más expuesta a problemas como la pobreza, la falta de salud, la vida en soledad y en peores condiciones económicas, pues al perder a su compañero se queda con una pensión de viudedad muy escasa.

Hay que celebrar el derecho de las mujeres españolas a la enseñanza universitaria, cuya efectividad ha sido minoritaria hasta la reinstauración de la democracia en 1978, esto ha contribuido en que la mujer española sea un sinónimo de entereza, constancia y superación en todos los ámbitos de la sociedad española. Hay que seguir peleando para que a igual trabajo, igual salario, y más cuando la mujer está tan preparada, por no decir más, que el hombre.

Nosotros desde la Federación de Pensionistas analizamos la situación mirando al futuro, pues si no hay buenos salarios no se tendrá una buena pensión. De ahí sale la diferencia entre las pensiones del hombre y de la mujer, por eso tenemos que estar siempre reivindicando que



estas trabajadoras puedan tener una pensión digna, y más, cuando en el futuro la expectativa de vida aumenta.

Pero no es lo económico lo más importante, es muy necesario que estas compañeras se sientan parte importante de la sociedad. Trabajaremos más desde Comisiones Obreras para que la Ley de Dependencia no se recorte, sino todo lo contrario, para potenciarla, porque de esa manera se podrían crear miles de puestos de trabajo.

Hemos hecho propuestas de creación de infraestructuras sociales para los niños de 0 a 3 años. Proponemos unos servicios públicos eficaces y eficientes, la sanidad, la

educación, la atención a la dependencia, como fundamento de una sociedad más democrática, más igualitaria y más libre, basada en la justicia y en la universalidad, tan necesarias para avanzar en el logro de la conciliación entre mujeres y hombres. Tenemos que decir claramente que tanto en la dependencia como en los cuidados de niños y niñas de 0 a 3 años, la

mujer es la que se encarga en un 90% de esos cuidados, con lo cual, no se pueden incorporar al mundo del trabajo en igualdad de condiciones con el hombre.

Pero, contrariamente, estamos asistiendo a recortes en sanidad, educación, servicios sociales, dependencia, copago sanitario, no recuperación del IPC de nuestras pensiones, con ello se debilita el Estado de bienestar.

España ha ido ganando en democracia en la medida que se han ido reconociendo los derechos de las mujeres, derechos efectivos en todos los ámbitos públicos y en el espacio privado, observamos como, no sin presentar batalla en muchos casos, normas y prácticas claramente discriminatorias forman parte del pasado y podemos constatar importantes avances en políticas de igualdad: el divorcio, la paridad, los planes de igualdad, etc. Pero hay que seguir y estar alerta, para que no perdamos esos derechos que tanto nos costó conseguir.

## Entrevista

# Julián Gutiérrez del Pozo

Reelegido Secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO



***Los cambios no tienen que ser solamente de personas, sino también de métodos de trabajo para ser más eficaces, en estos momentos en los que tenemos menos recursos como consecuencia de la crisis.***

## ¿Cuál es su valoración acerca del Congreso de la Federación Estatal recientemente celebrado?

La valoración del XI Congreso de la Federación Estatal es muy positiva. En primer lugar, por el importante debate que hemos tenido. Eso nos hace ser una organización viva, que hace propuestas para fortalecer al conjunto de los pensionistas y jubilados y a la Confederación Sindical de CCOO.

En segundo lugar, tenemos un plan de acción importante para los próximos cuatro años en los que trataremos de influir al máximo entre el colectivo que representamos.

## En cuanto al trabajo a realizar en la Federación Estatal en esta nueva etapa ¿piensas introducir cambios?

Las organizaciones no sólo tenemos que hacer cambios, sino ser capaces de adaptarnos a las nuevas realidades que hay en la sociedad. Los cambios no tienen que ser solamente de personas, sino también de métodos de trabajo para ser más eficaces, en estos momentos en los que tenemos menos recursos como consecuencia de la crisis, requerirá de toda la organización un esfuerzo importante para que los trabajadores/as, los pensionistas y jubilados/as sigan viendo como referente para reivindicar sus derechos a CCOO.

## ¿Cuál sería su valoración de la pérdida de poder adquisitivo de los pensionistas en el año 2012?

La valoración que hacemos desde la Federación Estatal es que el Gobierno se equivoca claramente con esa medida,

pues es injusta e inútil, ahonda en las erróneas políticas de austeridad a ultranza que se vienen desarrollando en España, retirando 2.000 millones de euros del consumo inmediato, con ello, se intensifica el descenso de actividad económica con repercusiones también negativas sobre el empleo.

Por ello nosotros, como pensionistas y jubilados, el 30 de noviembre del 2012 cuando lo anunció el Consejo de Ministros, salimos en rueda de prensa conjuntamente con nuestro Secretario General Confederal Ignacio Fernández Toxo, para dar las explicaciones pertinentes en contra de esa medida.

Después nos movilizamos en todas las comunidades autónomas, y el día 17 de diciembre entregamos a la Defensora del Pueblo el escrito con la solicitud de recurso de inconstitucionalidad contra la no revalorización de las pensiones. En definitiva no nos hemos quedado parados y seguimos con campañas movilizadoras hasta que el Gobierno rectifique.

## Dada la baja afiliación a la Federación, ¿piensas que puede subir esta afiliación con las medidas que se adopten en el próximo Congreso Confederal?

La afiliación de la Federación de Pensionistas de CCOO dependerá en gran medida del trabajo que nosotros desarrollemos en los próximos meses. Lógicamente en el Congreso Confederal se darán unas directrices de trabajo que entre todos/as tendremos que llevar a efecto para que den su fruto.

Tendremos que explicar bien nuestras propuestas de trabajo en la Federación para que las demás Federaciones en activo nos vean útiles, hay que colaborar con estas Federaciones para que ningún afiliado a CCOO se dé de baja cuando llegue a la jubilación.

### **¿Qué pueden hacer los sindicatos para intentar que la Ley de Dependencia se cumpla en todas sus vertientes?**

Nosotros como organización de pensionistas dentro de CCOO estamos peleando por que una ley tan importante como ésta, que ha conseguido atender a más de 750.000 personas, generando 190.000 nuevos empleos netos desde 2009, no se vaya recortando y que al final los dependientes se desmoralicen y no soliciten ese derecho que por ley les corresponde.



jubilación anticipada de personas expulsadas del mercado de trabajo de forma más fácil y barata gracias a la reforma laboral, sin importarle que eso aumente el gasto en pensiones en los próximos años. Es decir aplica la lógica del Ejecutivo, lo que importa es su cuenta de resultados no el futuro del país.

Pero tenemos que dejar claro que el déficit que presenta la Seguridad Social es coyuntural, y está generado por la destrucción de empleo producida por las equivocadas políticas económicas de ajuste que estamos aplicando. Si cambiamos de política económica, y anteponeamos la creación de empleo como primer objetivo, volveremos a la senda del superávit en las pensiones públicas. El Fondo

de Reserva es una hucha de tiempo de la que disponemos para cambiar de política económica, pero no es eterno.

Desde CCOO le decimos al Gobierno que es urgente reunirse con los agentes sociales y con la patronal para llegar a un Pacto de Estado, que se cree empleo y que se tengan salarios dignos, de esa manera no tendremos problemas en la Seguridad Social.

## ***Si cambiamos de política económica, y anteponeamos la creación de empleo como primer objetivo, volveremos a la senda del superávit en las pensiones públicas.***

Los resultados son claros. Algo más de 271.000 dependientes moderados han visto cómo el acceso a las prestaciones se retrasa, como muy pronto, hasta julio de 2015.

Nosotros seguiremos dando alternativas como siempre hemos hecho en todas las reuniones en las que participamos, para que los recortes no se den en un colectivo tan necesitado como los Dependientes. Fuimos impulsores de esta ley trabajando muchos años para conseguirla y no podemos dejar que se retroceda en ese derecho.

### **Al usar el Fondo de Reserva, ¿la Seguridad Social puede verse abocada al déficit y por ello peligrar el futuro de las pensiones?**

El Gobierno quiere reducir su gasto en pensiones, el suyo, el de esta legislatura, impidiendo el acceso a la

### **¿En qué medidas, te parece más urgente, que el Gobierno dé marcha atrás?**

Una medida que es muy necesaria en España y en Europa es que necesitamos más tiempo para pagar la deuda y con unos intereses más bajos, no podemos gastarnos cuatro puntos del PIB para financiar la deuda pública, más cuando tenemos seis millones de parados/as, dos millones de esos parados que ya no reciben ningún tipo de prestación y con el 50% de los jóvenes en paro, por ello debemos centrarnos en la protección y en evitar la exclusión social.

El Gobierno tenía que dar marcha atrás en esta política que está desarrollando de ajustes y de recortes, pues está demostrado que no nos saca de la crisis sino todo lo contrario, necesitamos un plan de choque que permita a la economía española un desarrollo potente, de manera que se siente una base sólida no sólo para dos, tres o cuatro años sino para décadas, de esa manera cuando haya crisis económicas las podremos afrontar con más consistencia.

### ¿Crees posible que el Gobierno cumpla con el objetivo del déficit?

Es muy difícil que lo cumpla con estas políticas, pero si lo consigue es a base de unos sacrificios brutales para los trabajadores/as, no hay impuestos de las grandes fortunas, no hay impuestos sobre las SICAV.

El déficit público sería subsanable solamente si combatiéramos eficazmente el fraude, ahí es donde hay que dar la batalla principal, en un sistema fiscal más progresivo, tanto desde el punto de vista del



ingreso, como del gasto. Es decir, una vez que hemos ingresado vamos a hacer políticas sociales.

No hay que esperar nada de los que nos han metido en la crisis y más cuando dicen que hay que aligerar el Estado del Bienestar, que los trabajadores/as ganen menos dinero bajándoles los salarios, en definitiva restablecer el beneficio a partir de disminuir los derechos laborales conseguidos con mucho esfuerzo durante muchos años.

Está claro que el saneamiento de las cuentas públicas es un objetivo de la sociedad española, pero se necesita un periodo temporal más amplio, también debe realizarse con una distribución más equilibrada de los esfuerzos y combinarse con medidas para la reactivación económica.

### Actualmente en algunos hogares los pensionistas ayudan a sus hijos o nietos en paro, dada la baja cuantía de las pensiones, ¿hasta cuando crees que será posible mantener esta situación?

Entre los pensionistas y jubilados se detectan situaciones muy complicadas diríamos que dramáticas, cuando tienen que ayudar económicamente e incluso moralmente a sus hijos, al encontrarse en paro sin poder pagar las hipotecas, los recibos de luz, gas, teléfono, etc. Todo como consecuencia de estas políticas equivocadas, si no hay

buenos salarios no podrán consumir, no se saldrá de la crisis y no se tendrá una buena pensión en el futuro, por lo que esta situación es insostenible y no puede demorarse más. Hay que dar un cambio de rumbo urgentemente, desde CCOO tenemos alternativas, falta que el Gobierno nos escuche y rectifique.

### La subida del IVA, luz, gas, etc., representan a final de año un gasto de más de 270€. ¿Es posible, por tanto, que en un corto espacio de tiempo el 40% de los pensionistas lleguen a estar por debajo del umbral de la pobreza?

Sí, lo vemos con una gran preocupación. Hay pensiones en nuestro país muy bajas, en especial las de viudedad, y casi el 30% de las pensiones públicas son pensiones mínimas. Se han hecho esfuerzos los años anteriores para subirlas, pero con la crisis los gobiernos han congelado las pensiones y no hemos recuperado el IPC, sumado a las subidas del IVA y demás impuestos, hace que millones de pensionistas vivan en el umbral de la pobreza, cuando tenía que ser un colectivo mimado por el Gobierno, pues fueron trabajadores/as que pasaron muchas dificultades y sin derechos laborales en la dictadura, por lo que se merecen que se les tenga más en cuenta para que puedan tener una vida digna.

### El repago de los medicamentos es un paso atrás en el estado del bienestar. ¿Piensas que los pensionistas son el colectivo más perjudicado por esta medida?

El gasto sanitario público español es bajo en comparación con los países de la Unión Europea, al igual que ocurre con el conjunto del gasto social. El primer objetivo del copago es el de “acostumbrar” al ciudadano a la privatización del servicio público y recortar la protección social que ofrece.

***Desde la Federación de Pensionistas siempre hemos dicho que el verdadero reto del sistema de salud está en la prevención y no en tratar la enfermedad.***

Con esta crisis hay un número muy importante de personas que viven en un nivel de subsistencia y entre ellos los pensionistas y jubilados, que no pueden afrontar más gastos en la atención sanitaria; resulta por lo tanto incomprensible que se propugnen nuevos copagos en estos momentos.

Desde la Federación de Pensionistas siempre hemos dicho que el verdadero reto del sistema de salud está en la prevención y no en tratar la enfermedad, por ello exigimos que se invierta más en médicos geriatras pues estamos a la cola de la Unión Europea.

### **En estos días el tema de la corrupción está en todos los medios de comunicación ¿qué opinas sobre esto?**

Sobre la corrupción no queda más que investigarlo para llevar lo más rápido posible a la cárcel a los culpables para que se les juzgue. Pero a los que ponen trabas para que no se investigue diciendo que perjudica a la imagen de España hay que decirles que lo que perjudica es dejar impunes a los corruptos. También hay que dejar claro que si tienen un cargo público, hay que hacerles dimitir, si no tienen la honradez de hacerlo, como pasa en otros países europeos.

### **¿Piensas que algún día se podrá poner en marcha el Impuesto a las Transacciones Financieras?**

Hay una especulación financiera desorbitada, se necesita un impuesto por las transacciones financieras que se hacen en microsegundos. Se cifran en 300.000 millones de euros la cantidad que podría recaudarse anualmente con este impuesto, la creación serviría para que el sector financiero compensara a la sociedad por haber causado la peor crisis económica en 80 años. Desde CCOO lo hemos propuesto en muchas ocasiones y hemos conseguido que la CES también lo proponga y lo lleve al Parlamento Europeo, seguiremos reivindicándolo, pues es de justicia.

### **¿En adelante cómo se van a desarrollar las relaciones con la FERPA?**

Nuestras relaciones con la FERPA son buenas, formamos parte del Comité de Dirección y estamos en el Comité de Mujeres, formamos parte de la CES y llevamos nuestras propuestas y reivindicaciones sobre las personas mayores, las pensiones, la dependencia, los servicios sociales y trabajamos por una solidaridad intergeneracional que es muy necesaria en Europa.

Trabajamos por el envejecimiento activo, por acabar con la desigualdad sanitaria entre los países europeos, por una mejor salud. Ahora desde la FERPA estamos inmersos en una ILP para que se ayude a los dependientes, para ello recogeremos un millón de firmas que entregaremos en el Parlamento Europeo.

### **La afiliación de la mujer en la Federación es reducida, ¿qué pensáis hacer para fortalecerlo?**

Se necesita hacer un trabajo continuo y sin desfallecer para conseguir que aumente el porcentaje de mujeres en la Federación de Pensionistas. Para ello se realizarán reuniones con las responsables de la mujer de las Uniones o Confederaciones, nuestras responsables regionales y la responsable de la Federación Estatal, y para preparar planes de trabajo encaminados a crear un buen grupo de mujeres que se reúnan periódicamente, con jornadas, seminarios etc. Para que vayan avanzando como colectivo, también organizaremos jornadas de la mujer pensionista. La comunicación es muy importante, para fortalecerlas, todas las actividades que se organicen desde la secretaría de la mujer, tendrán la máxima difusión.

### **¿Hay una campaña en contra de las organizaciones sindicales?**

Sí, hay una campaña durísima y siguen atacando a los sindicatos, porque saben que somos la barrera más sólida para frenar la avaricia, la especulación y la corrupción y nosotros tenemos que desenmascararlos con nuestras iniciativas y propuestas.

Pero tenemos que seguir trabajando y explicando nuestras propuestas pues no podemos consentir que en una Europa social dejemos en el umbral de la pobreza a miles de trabajadores/as que se han quedado sin empleo por culpa de los especuladores que han creado esta crisis, principalmente banqueros y constructores que no han pensado en otra cosa que ganar más y más dinero.

**Gracias. Julián te deseamos mucha suerte en esta nueva etapa.**



# X Congreso Confederado



El secretario general de CCOO Ignacio Fernández Toxo hizo una crítica al funcionamiento interno del sindicato y defendió el proyecto sindical que históricamente ha defendido CCOO y que en estos tiempos de severa crisis parece ir a contracorriente: presión y negociación, movilizar para pactar; impulsar decididamente el gobierno sindical de los cambios, como mejor garantía para defender los derechos de los trabajadores, el acuerdo de pensiones es el mejor ejemplo de lo que decimos.

En su reflexión crítica sobre la actividad del sindicato, reclamó mayor eficiencia en la gestión, solidaridad en el uso de los recursos económicos, humanos y financieros pensando en las organizaciones más débiles, y un toque de atención para evitar la representación múltiple, y por tanto gastos innecesarios. Toxo se mostró partidario de estrechar los lazos de colaboración entre las grandes, medianas y pequeñas empresas para lograr un sindicato más fuerte y una representación más amplia del sindicalismo de clase.

Hizo una defensa rotunda de la financiación pública de aquellas organizaciones que realizan actividad pública, una

financiación que debe salir de los PGE, y que tenemos que defender con la cabeza bien alta.

Tras afirmar que “si no se soluciona la crisis política no habrá solución a la crisis económica”, abogó con claridad por una reforma constitucional que, al menos, debe afectar a la Ley de Partidos, Ley Electoral y Ley de Financiación. Toxo le pidió al Gobierno que la banca nacionalizada pase a constituirse en banca pública y sea un revulsivo para la circulación del crédito.

Al final de su intervención reivindicó sin ambages la presencia de CCOO en el gobierno del sistema público de pensiones. “Sé que el último pacto no contó con el apoyo de todo el sindicato y que recibió críticas en otros ámbitos, pero si tuviera que volver a firmarlo lo haría sin duda alguna. Con las cosas de comer no se juega y las pensiones son nuestro principal convenio. Nos tendrán que echar, si pueden pero CCOO no renunciará nunca a participar de las reformas necesarias para blindar su viabilidad futura y el carácter contributivo y de reparto del sistema público de pensiones”.



El Secretario General de CCOO concluyó su intervención con la apuesta firme y decidida de cerrar los conflictos con acuerdos, para que los trabajadores y trabajadoras nos perciban como una herramienta útil. “Nos hemos movilizad y nos movilizaremos, y de ello hemos dado buena cuenta en este mandato, pero siempre es deseable que tras una movilización haya una negociación.

Toxo dejó muy claro ante los delegados y delegadas, el apoyo de la confederación sindical de CCOO a la federación de pensionistas, para que sea el referente de los nueve millones de pensionistas y jubilados que hay en España.

También explicó que los países del Sur de Europa, en particular España, no pueden salir solos de la crisis, necesitan la solidaridad europea. Reclamó un Plan de Choque, o un Plan Marshall, aludiendo al que ayudó a Alemania a recuperarse tras la Segunda Guerra Mundial, financiado con las tasas a los bancos y de las transacciones financieras.

En la primera reunión la Comisión Ejecutiva confederal de CCOO asignó las nuevas secretarías y sus titulares quedando de la siguiente manera:

- **Secretaría general:** Ignacio Fernández Toxo.
- **Organización y Comunicación:** Fernando Lezcano.
- **Finanzas, Administración y Servicios:** María Cardeñosa.
- **Políticas de Empleo y Migraciones:** Paloma López.
- **Acción Sindical y Políticas Sectoriales:** Ramón Górriz.
- **Políticas Públicas:** Carlos Bravo.
- **Movimientos y Redes Sociales:** Empar Pablo.
- **Salud Laboral y Medio Ambiente:** Pedro J. Linares.
- **Estudios:** Rodolfo Benito.
- **Juventud:** Tania Pérez.
- **Mujer e Igualdad:** Ana Herranz.
- **Internacional y Cooperación:** Montserrat Mir.
- **Formación para el empleo y formación sindical:** Javier López.
- **Participación Institucional:** José Campos.



**Delegación de la Federación de Pensionistas y Jubilados.**

# XI Congreso Federal



Los días 18, 19 y 20 de diciembre de 2012 se celebró en Madrid el XI Congreso de la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO, caracterizado, como siempre suele ocurrir en esta federación, por la profundidad y el calor del debate, la serenidad, y la toma de acuerdos.



**Nuevo Secretariado. De pie: Félix Muñoz, Alma Hernando, Justo Santos y Manuel Cobo. Sentados: Ana Martínez, Julián Gutiérrez y Ángel Fernández.**

Durante los tres días intervinieron diferentes invitados como el Director General del Imserso, D. César Antón; el Secretario General de CCOO, Ignacio Fernández Toxo; o el Presidente de la FERPA, Bruno Costantini. Acudieron también representantes de diferentes federaciones de rama y de las distintas comunidades autónomas de CCOO, destacando la nutrida representación de la USMR

y de la Confederación Sindical de CCOO. Desde Europa también compartieron su punto de vista sobre la situación que atraviesa la Unión Europea los representantes de la CGT francesa y de la CGIL italiana.

Julián Gutiérrez, en el discurso de apertura del Congreso, agradeció a todas las Federaciones y a las personas que las componen su afán de trabajo, de superación, y de compromiso social y sindical.

Destacó la cantidad de trabajos que hemos realizado durante estos últimos cuatro años, y dejó claro que ha sido producto de la dedicación de todos: de las federaciones regionales, provinciales, de nacionalidades, comarcales y de todos los afiliados que empleamos nuestro tiempo en el sindicato. Hemos conseguido que en la Confederación, todas las federaciones de rama nos acepten y nos respeten, gracias a nuestro trabajo y a nuestra colaboración.

Julián Gutiérrez una vez reelegido por una mayoría amplia, ratificó su compromiso de trabajo y de dedicación con nuestra Federación y con el Sindicato de CCOO.

Julián dejó claro como está la situación política, económica y social del país con más de seis millones de desempleados/as, de los cuales más de dos millones y medio no perciben ninguna ayuda pública para cubrir sus necesidades, en la mayoría de los casos, con las pensiones de sus mayores, que a su vez han perdido poder adquisitivo debido a la falta de revalorización de las mismas.

Volvió a defender el acuerdo de pensiones como ejemplo para tratar de blindar el derecho a la jubilación pública, también abogó ante la situación que presenta el país, por una regeneración democracia de la política, para poder luchar contra el fraude y la especulación, y llegar a un pacto de



**Nueva Comisión Ejecutiva Federal.**

estado, donde estén los partidos políticos y los agentes sociales junto con el gobierno.

Dijo que era necesaria la unidad de acción con los demás sindicatos, asociaciones de mayores, jubilados y pensionistas creando plataformas parecidas a la Cumbre Social para hacer frente al desmantelamiento del Estado de bienestar, hay que luchar también contra la privatización del Sistema Nacional de Salud, de la Educación y de todos los servicios públicos.

Es un deber como ciudadano movilizarse, manifestarse, y expresar públicamente nuestra repulsa ante este desatino, señalando a los culpables de la catástrofe social que se está produciendo en el país.

Hay otras políticas para sacar al país de este atolladero, y esas son las políticas de empleo. El riesgo del sistema público de pensiones no está en la cuantía de las pensiones, la solución no es la congelación de las mismas. La solución pasa porque dejemos de tener una tasa de desempleo tan alta; por un control en el gasto de las administraciones públicas pero no en las políticas sociales, ni en el salario de sus trabajadores, sino en las grandiosas infraestructuras que luego no sirven para nada o en la cantidad de cargos de confianza o coches oficiales, o dietas descomunales, etc.

Se lo han dicho los sindicatos al Gobierno muchas veces, en Europa hay muchas voces que dicen lo mismo que los sindicatos: Con el ahorro, con el control del déficit público por bandera, como dice la Sra Merkel, no se sale de la crisis y cada día la ciudadanía se enfrenta a un empobrecimiento muy preocupante.

No hay que subsidiar constantemente a los bancos, para que luego no abran las líneas de crédito para las

pequeñas y medianas empresas que son las que generan la mayoría de los puestos de trabajo en nuestro país. Hay que invertir en la creación de puestos de trabajo. Nuestra prioridad no puede ser el pago de la deuda pública, habrá que renegociar su pago. La persecución del fraude fiscal, el control de las empresas que se van a paraísos fiscales, para no pagar los impuestos en sus respectivos países, etc.

En definitiva una política con la que toda la sociedad salgamos al mismo paso, y no como está pasando, que la mayoría va con el agua al cuello, mientras unos pocos están ganando más que nunca.

Se eligió una Comisión Ejecutiva compuesta por 27 miembros, en la que hay mujeres y hombres de las distintas federaciones regionales y de nacionalidad. En su primera reunión se nombraron los responsables de las distintas secretarías que junto al Secretario General elegido en el Congreso quedaría compuesto de la siguiente manera:

**Secretario General, Julián Gutiérrez del Pozo;** Secretario de Organización, Finanzas y Administración, Manuel Cobo Rubio; Secretario de Asesoramiento y Servicios, Ángel Fernández Collazos; Secretaria de la Mujer y Asuntos Sociales, Ana Martínez López; Secretario de Internacional, Justo Santos Domínguez; Secretaria de Comunicación y Formación, Alma Hernando Fojo; y Secretario de Institucional y Estudios, Félix Muñoz Fernández-Clemente.



**Saludo Director General del Imserso.**

**Manuel Cobo Rubio**  
*Secretario de Organización, Finanzas y Administración*

# 8 de Marzo

## Día Internacional de la Mujer

Como dijo Enma Galdman: el elemento más violento en la sociedad es la ignorancia, por esa razón desde nuestra federación de pensionistas y jubilados recordamos que fue en 1910 cuando Clara Zetkin propuso durante la celebración de la II Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas de Copenhague que fuera elegida este mes de marzo y este día para reivindicar a nivel internacional los derechos de las mujeres, en todas los ámbitos tanto social, laboral y familiares. En este día recordamos que en 1910 en Nueva York, 146 mujeres murieron calcinadas en un incendio provocado por las bombas incendiarias que les lanzaron ante la negativa de abandonar el encierro en el que protestaban por las lamentables condiciones en



las que tenían que desarrollar su trabajo y el bajo salario que percibían. Es importante no olvidar a todas las mujeres que en todo el mundo padecen las injusticias sociales, laborales y también en el ámbito familiar, que tenemos que seguir reivindicando nuestros derechos como algo importante para el desarrollo económico social de todos los países. La reforma laboral, unida a los continuos recortes en lo público, ahoga a hombres y mujeres y sobretodo, acentúa la feminización de la pobreza.

Desde la Federación de Pensionistas y Jubilados, queremos manifestar nuestra desacuerdo con las políticas restrictivas que se están aplicando a este colectivo que ve como sus pensiones se van reduciendo a la mínima expresión con la subida de impuestos, el gas, la luz, los productos de primera necesidad y con los recortes que se aplican en la Ley de Dependencia, el copago sanitario es una medida que a muchas y muchos pensionistas y jubilados les está obligando a reducir en medicamentos, con lo que eso implica en su salud. ¿Dónde quedan las compañías de prevención para tener salud y los programas de prevención del cáncer mamas y osteoporosis? Todos estos recortes a las mujeres, las sitúa socialmente en el umbral de la pobreza y con las pen-

siones que muchas mujeres pensionistas y jubiladas tienen no se pueden afrontar los gastos diarios. Es una cuestión de justicia social reclamar la subida del IPC para no perder el poder adquisitivo y poder tener en esta fase de la vida dignidad como persona.

Muchas de nosotras en estos difíciles momentos que nos

toca vivir vemos con asombro como la sanidad, la educación, la justicia, los servicios sociales sufren recortes y dejan en desprotegida a una parte importante de la sociedad. Mujeres y hombres que lucharon durante años para que sus hijas e hijos y nietas y nietos tuvieran una vida mejor con derechos y libertad ahora ven como sus hijos pierden el trabajo, como consecuencia de un mal planteamiento de

la reforma laboral, hecho ya que desde CCOO se advirtió. En estos momentos de crisis hay pocas posibilidades de encontrar un empleo con un sueldo suficiente para hacer frente a los gastos familiares, a estos problemas se unen el recorte sufrido en educación, viendo como sus nietos pierden en calidad y efectividad en la misma. Ahora las tasas académicas son el doble y el profesorado la mitad. La justicia pone tasas que por su coste nos podemos abonar y que una vez más dejan desprotegidas a muchas mujeres pensionistas y jubiladas. Este colectivo también sufre de violencia machista y el problema parece pasar desapercibido. Muchos son los casos donde las mujeres asesinadas no dieron muestras de padecer violencia por parte de sus parejas. Algunas hace años aprendieron a obedecer, a ser sumisas, a callar, y a no pedir. Porque las mujeres eran propiedad de los hombres de la casa, su opinión no contaba y bastante tenían con encargarse de las tareas domésticas y con realizar algunos trabajos por horas, sin regular, como asistentes, costureras o ayudando en el negocio familiar. Esas mujeres mayores necesitan que las campañas de violencia de género también las visibilicen a ellas, que no se cierren casas de acogida para las mujeres que no están en activo que las autoridades

no recorten y se pongan más medios para erradicar este problema que cada año se cobra un número importante de muertes y daños irreparables.

Esta sociedad ve perpleja como la sanidad se ve merma-da, los servicios y los medicamentos se encarecen, haciendo difícil seguir un tratamiento. Las ayudas para poder mante-ner su independencia sin tener que abandonar su casa cada día se deterioran más y se recorta en los servicios sociales.

Por esas razones hoy más que nunca hay que reivindicar nuestros derechos sociales, el derecho al trabajo remunera-do de las mujeres en igualdad para poder tener pensiones iguales a los hombres, igualdad de trato en el acceso a los puestos de dirección, igual participación en la vida familiar, reivindicando el derecho a ser mujeres libres y autosufi-cientes en una sociedad donde más de la mitad somos “nosotras”. Muchas fueron las mujeres que a lo largo de la historia lucharon por conseguir ser libres, independientes y con derechos como María Telo, impulsora de la revisión del código civil en todos los aspectos referentes al derecho de familia que hasta 1975 inhabilitaba a las mujeres espa-ñolas para tomar decisiones sin el permiso de su marido. Concepción Arenal se vistió de hombre para poder asistir a la Facultad de Derecho de la Universidad Complutense de Madrid. Defendió los derechos de las mujeres como ser humano marginado reivindicando el derecho a la educación. Clara Campoamor que defendió la concesión del sufragio femenino sin ningún tipo de limitación. Y entre muchas mujeres que con su lucha y arrojo defendieron y visibilizaron a las mujeres, Dolores Ibarruri, es quizás una de las históri-cas españolas más conocida.



Todo esto evidencia que las mujeres fuimos y somos protagonistas de la historia que estamos com-prometidas con los problemas que acontecen en la sociedad de la que formamos parte. Es importante que las mujeres y hombres de pensionistas y jubilados de CCOO alcemos la voz, este 8 de Marzo, que reivindi-quemos la igualdad entre hombres y mujeres, porque juntos seremos más fuertes, si perdemos derechos los perdemos todos y todas y los que no defendamos los padecerán las generaciones venideras.

Las mujeres pensionistas y jubiladas de CCOO estamos aun más comprometidas con la sociedad como ciudadanos, con la igualdad como mujeres y con los derechos como pensionistas y jubiladas.

**Ana Martínez López**

*Secretaria de la Mujer, Política Social e Igualdad*

**quiero afiliarme a CCOO**

**DATOS PERSONALES**

DNI		L	APELLIDOS		NOMBRE	
DIRECCIÓN			CÓDIGO POSTAL		LOCALIDAD	
TELÉFONO		FECHA NACIMIENTO		SEXO	PROFESIÓN	COD.
PREFERIRÍA PAGAR LA CUOTA SINDICAL				EN MANO <input type="checkbox"/>	POR BANCO CAJA <input type="checkbox"/>	

**ORDEN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA**

ENTIDAD BANCARIA		CCOO UNIDAD ADMINISTRADORA DE RECAUDACIÓN (UAR)				FECHA	
TITULAR CUENTA DE CARGO			CCC	ENTIDAD	OFICINA	D.C. NÚMERO DE CUENTA	
ENTIDAD DE CRÉDITO	NOMBRE		Muy Sres. míos: con cargo a mí cuenta y hasta nuevo aviso, atiendan la presente orden de domiciliación				
	OFICINA						
	DIRECCIÓN						
	LOCALIDAD						

**FIRMA**

Tus datos serán incorporados a un fichero titularidad de CCOO integrado por los ficheros pertenecientes a las Confederación o Unión Regional correspondiente según tu lugar de residencia, a la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados, y a la Confederación Sindical de CCOO. La finalidad del tratamiento de tus datos la constituye el mantenimiento de tu relación como afiliado, con las concretas finalidades establecidas en los estatutos. Además de lo indicado tus datos pueden ser utilizados por CCOO para remitirte información sobre las actividades y acuerdos de colaboración que se establezcan con otras entidades. Siempre estarás informado en la web de CCOO (<http://www.ccoo.es>) de dichos acuerdos y de los datos de dichas entidades. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, cancelación y, en su caso, oposición, enviando una solicitud por escrito, acompañada de la fotocopia de tu DNI dirigida a: C.S. CCOO con domicilio sólo en la calle Fernández de la Hoz, nº 12. 28010 Madrid. Deberá indicar siempre la referencia "PROTECCIÓN DE DATOS". Si tienes alguna duda al respecto, puedes enviar un email a: [lopd@cco.es](mailto:lopd@cco.es) o llamar al teléfono 917 028 077.

# Mujeres bajo sospecha: memoria y sexualidad

Así se denomina una exposición organizada en el Ateneo de Madrid donde se analiza desde la II República hasta la Transición, prestando especial atención a la doble represión que el régimen de Franco ejerció sobre ellas por “rojas” y “liberadas”.

Rapadas al cero para censurar su “libertinaje” y purgadas con aceite de ricino para depurar su “alma tóxica, miles de mujeres fueron exhibidas por las calles y plazas del país durante los años de la guerra civil y la posguerra. El castigo del franquismo sobre estas mujeres fue doble. Por “rojas y por “liberadas”. La dictadura exigió a las mujeres un exceso de virtud que encarnara un modelo de decencia y castidad, que limpiara la degradación moral republicana.

Sus historias fueron silenciadas durante años por la ideología oficial del régimen. Sobre ellas recayó la responsabilidad de “regenerar la patria”. Catalogadas



como individuos de dudosa moral, su acceso a la ciudadanía fue castigado ejemplarmente durante la dictadura a través de cárcel, violencia, exilio, silencio o uniformidad.

Sobre ellas se pretendió cimentar el nuevo régimen nacional católico de Franco. Monjas y falangistas de la Sección Femenina

trataron de domesticar a las mujeres para ajustarlas al modelo de madres y esposas sacrificadas. Los tres ejes sobre los que se cimentó su educación fueron “formación del espíritu nacional, labores y gimnasia”, pero es curioso que los mandos de la organización que se encargaban de llevar a cabo esta misión eran mujeres independientes, solteras y sin hijos.

El control formal y moral sobre la mujer sigue estando presente en nuestra sociedad y se percibe en cualquier lugar.



## Nuestra razón de ser:



La defensa permanente de las conquistas sociales



El asesoramiento a las personas mayores



La mejora de los derechos de los discapacitados

**Ven a conocernos y luego decide**

# Modificación del sistema de financiación de la Ley de Dependencia

El Gobierno, oído el Consejo Territorial de Servicios Sociales y del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, determinará el nivel mínimo de protección garantizado para cada uno de los beneficiarios del sistema, según el grado de dependencia, como condición básica de garantía del derecho a la promoción de la autonomía personal y atención a la situación de dependencia. La asignación del nivel mínimo entre las comunidades autónomas se realizará considerando el número de beneficiarios, el grado de dependencia y la prestación reconocida.

En la misma línea de modificación del modelo de financiación puede entenderse la supresión durante 2012 del nivel acordado de financiación derivado de la Ley de Presupuestos Generales y la probable réplica de esta medida en el proyecto de Ley de Presupuestos para 2013. La supresión del nivel acordado, además de implicar una merma en la financiación pública que recibe el Sistema de Dependencia de 283 millones de euros anuales, implica la renuncia de la Administración General del Estado a utilizar el principal instrumento de seguimiento y control del gasto final que realizan las CC.AA. a través de la suscripción de los correspondientes convenios derivados de este nivel de financiación.

Ampliación de la moratoria de la entrada en vigor de la protección de los dependientes moderados, formalmente hasta julio de 2015 en la práctica hasta 2016.

Aunque formalmente la nueva moratoria se establece hasta el 1 de julio de 2015, en la práctica su ampliación supondrá un retraso efectivo de la protección de los dependientes moderados hasta el 1 de enero de 2016. Ello se deberá al efecto combinado de la propia moratoria, con la retroactividad del derecho a seis meses desde la solicitud o primera fecha de acceso legal a las coberturas.

Se establece un régimen de incompatibilidades entre prestaciones mucho más estricto que el que existía hasta este momento, se deja a criterio de las CC.AA. y es generalmente laxo, se establece la incompatibilidad entre prestaciones económicas y servicios profesionales (salvo los de prevención) e igualmente entre servicios profesionales entre sí (salvo la teleasistencia).



La supresión de los niveles ha servido para la reducción de la intensidad de horas de atención que pueden reducir los dependientes en el servicio de ayuda a domicilio. Así, por ejemplo, en el grado severo y moderado se reduce en 10 horas la cobertura máxima.

Además, se prevé que los grandes dependientes que ya tengan reconocida una intensidad superior al nuevo máximo 70 horas/mes puedan ver reducida dicha atención.

Se establece la suspensión durante dos años del derecho a percibir una prestación económica de cuidado familiar para aquellas personas que todavía no tienen resolución del reconocimiento de una prestación.

Además se amplía hasta ocho años (antes eran cinco) la posibilidad de realizar el pago aplazado de las retroactividades generadas en concepto de prestaciones.

Se establece que los 179.435 convenios actualmente en vigor, deberán ser financiados por el SAAD a partir del 1 de agosto de 2012. A partir de esa fecha, la financiación de los mismos será voluntaria a cargo de los titulares de los convenios.

Conclusión, el RDL 20/2012, viene a suponer casi la quiebra de la Ley de Dependencia que a los que más afecta es a las personas mayores. Nos debemos hacer la pregunta ¿dónde queda el cuarto pilar del bienestar social del cual hablábamos cuando la ley fue aprobada?

**Ángel Fernández Collazos**

*Secretario de Asesoramiento y Servicios*

# Incidencia de la crisis sobre las personas mayores

El aumento de la esperanza de vida como resultado de la mejora del sistema sanitario y la protección social, la progresiva reducción de las tasas de natalidad, en parte debida a la carencia de políticas sociales y laborales que permitan a las mujeres compatibilizar la maternidad con la vida laboral, hacen que el incremento proporcional de las personas mayores en nuestra sociedad haya aumentado en las últimas décadas.

Actualmente tenemos 8,2 millones de personas mayores de 64 años, de las cuales 2,5 millones son de gran ancianidad (mayores de 79 años). Es decir, el 17,4% del total de la población son mayores de 64 años, y el 5,35% son personas de gran ancianidad. En los años sucesivos, la tasa de natalidad se reducirá al 20% y la edad media de maternidad será a los 32 años. Con lo que a partir de 2020 tendríamos crecimiento negativo, y si añadimos la emigración de nuestros jóvenes la situación se agravaría.

Los pilares sobre los que se basa el derecho a un envejecimiento digno y de calidad son las pensiones, la atención a la diversidad, en la que la Ley de Dependencia ocupa un lugar primordial, y las prestaciones de los servicios sociales. Uno de los índices más utilizados para analizar la calidad de vida de los mayores es la esperanza de vida libre de discapacidad. Este indicador ha ido en aumento desde 2002 hasta el 2011. Un envejecimiento de calidad supone un envejecimiento autónomo, con una situación económica y social digna y lejos de los márgenes de pobreza.

El Pacto de Toledo ha sabido garantizar hasta ahora la dignidad y la calidad de vida de las personas mayores, pero corremos el riesgo de que se desmorone debido al autoritarismo con el que actúa nuestro Gobierno.

El Estado tiene la obligación de potenciar la solidaridad intergeneracional para garantizar la calidad de vida de las personas mayores, con ingresos suficientes, con servicios para que puedan vivir un envejecimiento independiente digno, con atención sanitaria, social y cultural.

En la actualidad, el sistema público de pensiones es uno de los elementos más relevantes de sostenibilidad de muchas familias con escasos o nulos recursos. En el tercer trimestre del 2012, el 26% de los hogares tienen como persona de referencia a un pensionista, siendo sólo el 3% en 2008. Los pensionistas estamos siendo un elemento clave para contener el riesgo de pobreza en la población. Actualmente, la crisis está abocando a muchos mayores a situaciones de pobreza y desigualdad social.

En lo que llevamos de crisis, los pensionistas hemos reducido nuestro poder adquisitivo y se ha incrementado el riesgo de pobreza. Entre el 2008 y el 2012 el 11% de los desahucios recaían sobre los mayores.

Es importante señalar que durante el período 2005-2010 el gasto en pensiones y otras prestaciones pasó del 9% al 10,7%, pero inferior a la media europea que fue del 13%.

En estos tres últimos años el Estado español, con las medidas fiscales regresivas, la amnistía fiscal a las grandes fortunas fuera del país, facilitando y abaratando el despido, no asegura la sostenibilidad del Estado Social de Bienestar.

Las políticas de austeridad están socavando el Estado de Bienestar, a la vez que empeoran las condiciones de vida de los mayores. Los recortes en sanidad, pensiones y dependencia, la subida del IVA, la electricidad, las tasas municipales, las judiciales, las reformas laborales, los recortes en educación se traducen en un empobre-



cimiento de las condiciones materiales de este grupo de personas que además, debido a la solidaridad familiar tenemos que mantener a nuestros hijos en situación de desempleo.

El Real Decreto 28/2012 hace que todos los pensionistas perdamos el 1,9% de poder adquisitivo. Si a esto añadimos que las medicinas subieron un 20,7%, que 450 medicamentos de uso común han quedado fuera de la cobertura de la Seguridad Social, la electricidad 10,8%, el transporte, la pérdida ha sido aún mayor.

La reforma sanitaria recogida en el RDL 16/2012, del 20 de abril, de medidas urgentes para garantizar la sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud, entre las que destaca el copago farmacéutico y asistencial, ahonda aún más en la pérdida de calidad de vida de los mayores, muchos con enfermedades crónicas y polimedicados. Además, las Comunidades Autónomas cierran ambulatorios y Centros de Salud, lo que supone un impedimento añadido a la correcta atención sanitaria. Se están asentando las bases para una asistencia segmentada entre seguro privado, atención pública y beneficencia al romper con el modelo de atención sanitaria universal.

En el caso específico de las políticas destinadas a las Personas Mayores, España muestra un importante déficit con respecto a la media europea. En 2012 el gasto fue del 8,4% del PIB, frente al 11% en el conjunto de la Unión Europea.

La no aplicación de la Ley de Dependencia es una involución del Estado de Bienestar. La reforma del RDL 20/2012 supone la reducción de la financiación pública y la exclusión de una parte importante de las Personas Mayores que necesitan servicios de atención y prevención. Se reduce en 283 millones de euros en los PGE, se instala el copago de entre 10% y 65% de los servicios que reciben en el hogar y un 90% de los ingresos personales en el caso de las Residencias. Se suspende la dependencia moderada hasta el año 2015, con el peligro de experimentar un agravamiento mucho más rápido e intenso. Se simplifican las categorías a tres grados, con lo que las valoraciones a la baja pueden excluir a muchos ciudadanos de estas prestaciones. Se reduce el 15% el pago por prestaciones a los cuidados en el entorno familiar. Se deja de cotizar a la Seguridad Social por los cuidados no profesionales y ellos mismos han de hacerse cargo de las cotizaciones. El 51% de los cuidadores familiares han perdido la cotización a la SS, siendo las mujeres con pocos recursos las más afectadas.

Con todas estas medidas se está atentando al Estado de Bienestar y al envejecimiento digno y de calidad de las personas mayores.

Las políticas de austeridad y control del gasto público, llevadas a cabo por los principales partidos políticos, están favoreciendo el empobrecimiento generalizado de la población. Es imprescindible una política fiscal progresiva, políticas para un mercado de trabajo de calidad para las generaciones en edad activa, y no reformas laborales que destruyan más puestos de trabajo.

Hay que mantener el sistema público de pensiones y la atención a la dependencia, el aseguramiento sanitario para todos, los servicios sociales de acceso a la cultura y al ocio.

El sustento de la calidad de vida de las personas mayores es un derecho de los ciudadanos, además de fuente de generación de empleo.

El impacto de la crisis económica y la falta de recursos sociales en las familias está cambiando el papel de las personas mayores dentro de éstas. Se está invirtiendo de forma injusta el flujo de solidaridad intergeneracional, donde las personas mayores pasan de “sustentados” a “sustentadores” de las generaciones más jóvenes. Pero la reducción de los ingresos públicos debido al constante empeoramiento de la situación económica, la destrucción de empleo, los recortes sociales, las políticas neoliberales, empiezan a sentar las bases para que la cohesión social no encuentre nada donde apoyarse.

Los mayores no vamos a permitir que nuestros políticos nos ninguneen en nuestros justos derechos. No vamos a permitir ser objetos pasivos de una beneficencia caritativa. Lucharemos y estaremos alerta para recuperar lo que se nos debe, para solidarizarnos con los demás ciudadanos y exigir una sanidad pública para todos, incluyendo a los inmigrantes, una educación pública de calidad y no excluyendo a los menos favorecidos. Lucharemos por una democracia de participación y no de puro número para ser administrado a la conveniencia de los poderosos, sin tener en cuenta el sufrimiento de los parados, los desahuciados, los que viven marginados y sin acceso a los bienes que entre todos producimos. Con nuestras manifestaciones y con nuestros escritos nos haremos oír cueste lo que cueste a quienes hacen oídos sordos a todo lo que no sea la voz de los mercados.

**Félix Muñoz**

*Secretario de Institucional y Estudios*

*Fuente: Fundación 1º de Mayo.*

# Envejecimiento activo

El término “activo” se refiere a la participación en los asuntos sociales, económicos, culturales, cívicos etc. no sólo a estar activos física y económicamente, por lo tanto, al hablar de “envejecimiento activo” nos estamos refiriendo a la participación de las personas mayores en todos esos campos.

Se trata de seguir participando en la vida cívica y social en la medida de las posibilidades de cada uno/a. La jubilación debe ser de la vida laboral únicamente, seguimos siendo ciudadanos, con nuestros derechos y nuestros deberes, y por lo tanto no nos debemos sentir apartados de los problemas sociales.

Tenemos experiencia vital y laboral y tenemos tiempo. Tener tiempo es algo que hemos deseado a lo largo de nuestra vida, pues bien ahora que lo tenemos, muchas veces no sabemos que hacer con él, y lo perdemos recordando y alejándonos de la sociedad. La sociedad no cambia porque nosotros estemos envejeciendo, y por lo tanto no debemos perder nuestra esperanza en transformarla, para conseguir esto, tenemos que seguir trabajando, por ello no debemos abandonar las tareas sindicales.

Aparentemente el trabajo sindical acaba cuando termina la vida laboral, pero esta consideración es errónea, es necesario también en esta etapa de la vida, esta necesidad se hace cada vez más patente.

Ser activos defendiendo nuestros derechos: pensiones, sanidad, servicios sociales, ley de dependencia, etc. Para defender esto debemos aportar nuestra experiencia sindical y personal y utilizar parte del tiempo que ahora tenemos libre.

La vejez depende mucho de las circunstancias que rodean la vida de la persona mayor, pero casi dependen más de la actitud de esta persona ante la vida. Se puede llevar una vejez sumida en la melancolía, pero también puede llevarse con proyectos y tareas a realizar como se ha hecho en la juventud y en la edad madura. La familia, el cuidado

de los nietos especialmente, los paseos, la charla con los amigos, la partida de cartas son tareas que forman parte de la vida de las personas mayores, pero también hay tiempo para la participación “activa”.

La esperanza de vida se ha alargado y cada vez se alarga más, vamos a pasar más años como mayores que como jóvenes. Por ello debemos vivir esta larga etapa con espíritu crítico y activo.

Para conseguir que las personas mayores envejezcan de una manera activa es necesario derribar más barreras sociales de las que aparentemente parece. Barreras, psicológicas, legales y sobre todo educativas. Huir de actitudes bien individuales o colectivas que rechazan la idea de que el mayor tenga un papel más o menos importante en la sociedad.

Estas barreras son más difíciles de salvar para las mujeres. Ellas no se jubilan de las labores domésticas, siguen ejerciendo de cuidadoras de sus casas y

de sus familias. La situación de crisis actual ha venido a complicar más sus vidas, echando sobre muchas la tarea del cuidado de los nietos e incluso la vuelta al hogar de los hijos, originada por la pérdida del trabajo, hace que el trabajo doméstico sea más extenso. Todo esto nos lleva a que en el campo del “envejecimiento activo”, como en muchos otros, la mujer encuentre más problemas en la sociedad y en ella misma, para poder desarrollar una actividad que no entre dentro de las que tiene tradicionalmente asignadas.

Si los gobiernos han empezado a preocuparse por el aumento de la esperanza de vida, al mismo tiempo que por el descenso de la natalidad, habrá que dirigir esa preocupación no solamente hacia la cobertura de las pensiones, sino también a que pongan los medios para conseguir un envejecimiento digno y activo.



**Alma Hernando Fojó**

*Secretaria de Comunicación y de Formación*

# Deterioro de la sanidad pública



Cualquier persona que por diversos motivos haya tenido que utilizar la sanidad en España, bien sea en centros de salud, ambulatorios, hospitales, etc., habrá podido ver el deterioro que en los últimos meses ha sufrido.

Estamos viendo recortes en todas las partidas presupuestarias. Se hacen menos análisis, radiografías o pruebas médicas. Se cierran quirófanos y se retiran camas en los hospitales públicos, mientras se envían a los pacientes a las clínicas privadas, llegando a amenazar con retrasos de más de seis meses si persisten en la idea de esperar a ser atendido en su hospital público de referencia.

Nos han hecho pagar los medicamentos (copago o repago) a personas cuyas pensiones están muy por debajo del salario mínimo. Se han retirado muchos medicamentos apelando a que no tienen una efectividad comprobada, los cuales al ser necesarios para los enfermos deberán ser pagados en su totalidad o prescindir de ellos, con el correspondiente deterioro de su salud. Los médicos de familia ya han detectado casos de personas que se dejan de medicar porque no tienen los suficientes ingresos para hacer frente al gasto de la medicación.

En algunos lugares se han cerrado las urgencias por la noche. La mayor afectada por esta medida es la población del ámbito rural, donde se encuentran las personas con mayor edad, dejándoles sin atención sanitaria, con el riesgo que eso supone para sus vidas.

En varios hospitales se ha retirado la botella de agua mineral que se les suministraba a los pacientes

sustituyéndola por agua del grifo. Falta material como sábanas o almohadas, etc.

Se está empezando a cobrar por usar las ambulancias en el traslado de, por ejemplo, personas que necesitan diálisis, por considerar que no es un servicio urgente. De tal manera que puede llegar a resultar más barato el hecho de coger un taxi para trasladarse al centro sanitario correspondiente.

Se están externalizando los servicios de lavandería, cocina en los hospitales o las citas previas, y todas ellas se les da a una empresa privada con el fin, dicen las diferentes Administraciones, de agilizar su funcionamiento y ahorrar unos cuantos millones de euros.

Todo esto en su conjunto va encaminado a privatizar la sanidad, ya que según nos cuentan es deficitaria. Habría que preguntarse, si en realidad es deficitaria, ¿qué interés tienen en cogerla las grandes empresas?

Ya sabemos por experiencia lo que ha ocurrido en algunas autonomías, se les ha dado a algunas empresas y cuando han tenido el déficit ha tenido que ir el Gobierno correspondiente a rescatarlas.

Ante el grave deterioro de la Seguridad Social, un 25% de la población ha optado por tener una aseguradora privada de apoyo y esto es un retroceso importante en el estado del bienestar.

Estamos de acuerdo en que se puede y se debe mejorar la gestión de los recursos, pero en absoluto podríamos estar de acuerdo en los recortes que afectan a la salud y la calidad de vida de la población, y en este caso especialmente de los mayores que la utilizan en mayor medida. Por ejemplo, se podría negociar mejor con la industria farmacéutica, o no financiar modelos de hospitales como el de Alcira que pagan por cada habitante que esté censado en la comarca, utilice el servicio hospitalario o no.

En conclusión que seamos tratados como pacientes y no como clientes y que la rentabilidad o el ahorro no se mida en euros sino en calidad de vida.

**Ricardo Suárez Llera**

# Nuevos secretarios generales



**Manuel Castroviejo**  
Secretario General - Andalucía



**Jesús Puertolas**  
Secretario General - Aragón



**Francisco de Asis González**  
Secretario General - Asturias



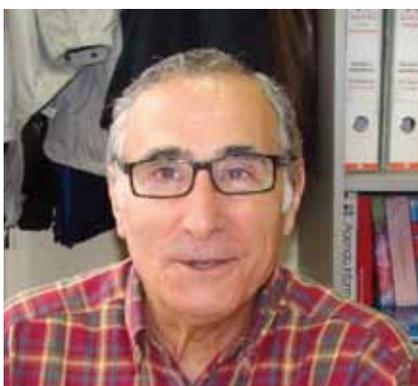
**Juan Santana**  
Secretario General - Canarias



**José Calderón**  
Secretario General - Cantabria



**José A. Navalón**  
Secretario General - Castilla-La Mancha



**Lorenzo Rubio**  
Secretario General - Castilla y León



**Jaume Huguet**  
Secretario General - Catalunya



**Alfredo Izquierdo**  
Secretario General - Euskadi

# de nuestras Federaciones



**Reyes Ramos**  
Secretario General - Extremadura



**Carlos Mella**  
Secretario General - Galicia



**Rafaela García**  
Secretaria General - I. Balears



**José Mª Pareja**  
Secretario General - La Rioja



**Manuel Ariza**  
Secretario General - Madrid



**Miguel López**  
Secretario General - Murcia



**Manuel Vázquez**  
Secretario General - Navarra



**Evaristo Soto**  
Secretario General - País Valencià

# Miles de pensionistas colapsan las sedes del INSS



La actualización y revalorización de las pensiones públicas es un mandato constitucional establecido en el artículo 50 de la Constitución Española que determina que: “Los poderes públicos garantizarán, mediante pensiones adecuadas y periódicamente actualizadas, la suficiencia económica a los ciudadanos durante la tercera edad”, con este escrito en la mano, miles de pensionistas de toda España han entregado las reclamaciones en las oficinas del Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)

Los concentrados, convocados por CCOO y UGT, han pasado por el registro oficial del INSS, su petición individualizada de reconocimiento del derecho a que la revalorización de la pensión en 2013 se efectúe sobre “la cuantía de la pensión a 1 de enero de 2012, actualizada con la diferencia que resulta entre el índice previsto en función del cual se calculó la revalorización en aquella fecha, que fue el 1%, y el índice real de pre-

cios al consumo acumulado correspondiente al período comprendido entre noviembre de 2011 y noviembre de 2012, que ha sido del 2,9% y a tal efecto, se acuerde modificar e incrementar la pensión para el año 2013 en la cuantía que proceda”.





Los escritos presentados recuerdan, entre otras consideraciones, el artículo 3.1 de la Ley 30/1992, de 26 de noviembre, de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y del Procedimiento Administrativo Común que establece que: “Las administraciones públicas sirven con objetividad los intereses generales y actúan de acuerdo con los principios de eficacia, jerarquía, descentralización, desconcen-

tración y coordinación, con sometimiento pleno a la Constitución, a la Ley y al Derecho”.

En virtud de ello, el derecho a percibir la paga compensatoria de la pérdida de poder adquisitivo derivada de la desviación entre la tasa de inflación prevista y la efectivamente registrada, correspondiente al período comprendido entre el 1 de diciembre de 2011 y el 30 de noviembre de 2012, ambos inclusive, es de obligado cumplimiento por parte de la Administración, debiendo ser abonados, según los demandantes.

“E igualmente” continúa el escrito interpuesto, “es de obligado cumplimiento por parte de la Administración que la revalorización de la pensión prevista para el ejercicio 2013, ha de practicarse sobre la pensión a 1 de enero de 2012, actualizada con la desviación de la inflación señalada en el párrafo anterior.

Los escritos entregados concluyen con la manifestación de desacuerdo contra el escrito del INSS, en el que se comunica que no se va a actualizar la pensión que ha venido percibiendo en el año 2012 ni con la cuantía sobre la que se efectúa la revalorización de la pensión para el año 2013, al tiempo que se anuncia la interposición de una reclamación previa a la vía judicial.



# Conferencia sobre pensiones en Valencia



El pasado 7 de febrero tuvo lugar en la sede de CCOO-PV una conferencia a cargo de Francisco Soler Pérez, abogado y antiguo trabajador de la sección jurídica del sindicato. En ella, el conferenciante ha explicado la situación en la que se encuentran las actuales pensiones, y el futuro de las mismas a partir de las decisiones tomadas por el gobierno. Según lo expuesto por Francisco Soler, los pensionistas están observando cómo sus pensiones se están empobreciendo de manera continua, y aumentando cada vez más.

Entre los datos aportados, se subraya el incumplimiento de la revalorización y actualización anual de las pensiones según el IPC, y el peligro que para las pensiones significa el Pacto de Toledo, según el cual las pensiones están garantizadas, no por el patrimonio del estado, sino por la recaudación de la Seguridad Social, una recaudación que cada año se reduce por la disminución de los puestos de trabajo.

Además de la limitación de incremento de pensiones, hay otros hechos que las empobrecen, como son:

- La Reforma Sanitaria, que deja muchos medicamentos fuera de la Seguridad Social, y que tendrán que pagar los pensionistas, y el abono del diez por ciento de los medicamentos, que hasta ahora no tenían que pagar los pensionistas.
- La Reforma del Sistema de Dependencia, por el que se reduce la financiación pública, y que introduce un mayor índice de copago y de tasas, de tal manera que sólo podrán acceder a ese sistema aquellas personas con suficientes recursos económicos.
- El encarecimiento de los productos y servicios como consecuencia de la subida de impuestos, sobre todo el IVA.

- Y la situación que padecen miles y miles de familias a consecuencia de la situación de desempleo, que hace que el importe de la pensión se destine al mantenimiento de la familia.

Estos y otros elementos hacen que las pensiones actuales sean cada vez más reducidas, pero también hay que centrarse en las pensiones futuras, que tienen un panorama más desolador. Los próximos pensionistas se enfrentarán a más dificultades, entre ellas:

- Aumento de la edad de jubilación.
- Aumento de los años de cotización.

Como conclusión, Francisco Soler ha subrayado cómo los gobiernos del PSOE primero y del PP después han aplicado políticas económicas y sociales que están en contra de los derechos inherentes al ser humano, esenciales e irrenunciables, que vienen reconocidos por la Declaración Universal de Derechos Humanos, unos derechos que vienen recogidos en la vigente Constitución Española. En consecuencia, esas medidas que empobrecen las pensiones son anticonstitucionales.

En la posterior tertulia, se ha decidido aumentar la respuesta del colectivo de pensionistas ante estas decisiones gubernamentales. Además de sumarse a las distintas



concentraciones, se ha propuesto reivindicar como colectivo una mejora de la situación de las pensiones, tanto en manifestaciones como en la difusión de todos los actos que se programen como respuesta a la situación creada por las decisiones del gobierno.

**Juan Peiro**

*Secretario de Organización de Pensionistas PV-CCOO*

# Congresos de las federaciones regionales y de nacionalidad de pensionistas



**Comisión Ejecutiva de Castilla y León**

Entre los meses de noviembre y diciembre se han venido celebrando en las distintas federaciones de pensionistas y jubilados los Congresos de CCOO.

La tónica general ha sido la participación y el debate propio de nuestro sindicato que siempre resulta enriquecedor.

Ahora se abre ante nosotros un periodo de cuatro años en los que el trabajo sindical conjunto de todas las federaciones servirá para que los objetivos sobre afiliación y otros temas tratados en el

Congreso Federal de Pensionistas y Jubilados se vayan consiguiendo.

La situación en la que nos encontramos, necesita un sobreesfuerzo por nuestra parte, nosotros los pensionistas y jubilados, que disponemos de tiempo, debemos de saber emplearlo, entre otras cosas, en defender un Estado de Bienestar que cubra las necesidades de la población, sobre todo de los sectores más desfavorecidos.



**Comisión Ejecutiva de Aragón**

La necesidad de organizarnos en torno a un proyecto de solidaridad, de defensa de los derechos conseguidos después de años de lucha, de impedir que se apliquen los recortes, es nuestro objetivo en los próximos cuatro años.

Hemos de aunar esfuerzos con todas aquellas asociaciones, sindicatos, movimientos sociales, partidos políticos que apuesten por una sociedad más transparente, democrática y de justicia social.

Hoy estamos asistiendo al desmantelamiento de nuestro Estado de Bienestar y no podemos permanecer impasibles. Tenemos el derecho y el deber de luchar por nuestro presente para garantizar un futuro mejor.



**Comisión Ejecutiva de Asturias**

# El trabajo por hacer en Europa



Finalizados los trabajos del X Congreso Confederal de CCOO, corresponde ahora, integrar los planes de trabajo de las diferentes organizaciones en la estrategia emanada del X Congreso. A este proceso, se sumará el Plan de Acción Sindical de la Secretaría de Relaciones Internacionales de la FPJ, del que presentamos un avance resumido de las primeras actividades a desarrollar en 2013.

Nuestro ámbito de actuación prioritario se ejecutará, sin desestimar otras relaciones solidarias, en el marco europeo organizado en torno a nuestras instituciones de referencia, FERPA y CES, dentro de las cuales se sitúa el trabajo más significativo de nuestra actividad sindical internacional, en un contexto de crisis económica al que no se le encuentra solución.

En su informe de enero, el Comité Económico Social Europeo (CESE) denunciaba el aumento masivo del paro en la UE, 28 millones de parados, afectando de forma acusada a los jóvenes, así como el riesgo de caída en la pobreza para 120 millones de ciudadanos, entre ellos muchos mayores con o sin pensión.

En el mismo sentido de riesgo, para los ciudadanos, hacía notar el CESE las malas prácticas del poder empresarial y financiero, además de la falta de protección a los derechos de los consumidores, de los que el

último episodio sobre el fraude en la venta de carne de caballo es un ejemplo más.

También se denunciaba en el informe la necesidad de adecuar la atención sobre los derechos de los trabajadores y trabajadoras en diversas situaciones, poniendo su acento en las desregulaciones impuestas por la reglamentación MONTI II que han afectado de forma grave a los derechos de los trabajadores desplazados en el ámbito de la UE, trasladando el conflicto en diversos casos a la Corte de Justicia de la Unión y cuyas resoluciones no han resultado homogéneas. Finalmente se recomendaba la adopción de medidas legislativas que ordenen de forma eficaz los mercados del transporte, la energía, las finanzas, los servicios de salud y el acceso equitativo al mercado digital para todos los ciudadanos y ciudadanas de la UE.

Con este panorama de fondo abordaremos nuestra acción internacional, actuando en 2013 sobre dos ejes principales:

1. Continuidad del Plan de Acción de la CES sobre el envejecimiento activo y la Solidaridad Intergeneracional.
2. El Año Europeo de los Ciudadanos y el lanzamiento por parte de la FERPA de una Iniciativa

Ciudadana Europea con la recogida de un millón de firmas en el ámbito de la UE.

El primer eje descansa sobre la proclamación, por parte de la UE, durante 2012 del año europeo dedicado a la intención referida, en base a ello la CES elaboró un plan de trabajo en el que comprometiéndose a sus organizaciones, el Comité de Jóvenes y FERPA, se pudieran abordar los problemas de ambas generaciones sobre el mercado de trabajo facilitando el relevo generacional sobre el empleo de calidad y el acceso de trabajadores y trabajadoras a mejores condiciones de jubilación. En octubre de 2012, en Chipre, se realizó la presentación de este plan establecido sobre tres objetivos básicos:

- I. Establecimiento de reivindicaciones a nivel legislativo y gubernamental.
- II. Mejora de las condiciones de vida y de trabajo.
- III. Consecución de sistemas más eficaces de educación y formación.

Las líneas de acción en torno al objetivo necesitan de las reformas siguientes:

Desarrollo de políticas de empleo más extensas, sustentadas sobre la base del diálogo social y abiertas a todos los grupos de edad, con el objetivo de lograr la permanencia de los trabajadores y trabajadoras de mayor edad en el mercado de trabajo hasta su edad legal de jubilación.

Garantizar a los trabajadores y trabajadoras:

- I. Pensiones adecuadas que permitan un buen nivel de vida.
- II. Condiciones de trabajo de calidad con salarios decentes.
- III. Seguridad en el empleo gracias a la abolición de todas formas de precariedad.
- IV. Oportunidades de formación para todas las edades, mejorando los servicios de retorno al empleo para los trabajadores de edad.
- V. Establecimiento de medidas legislativas para favorecer el equilibrio entre vida profesional y familiar para trabajadores con cargas familiares, también para los de mayor edad, facilitando y extendiendo los programas flexibles de jubilación parcial.

El programa de trabajo para la consecución del objetivo II descansa sobre las siguientes condiciones:

- a) Mejora e inversión en los servicios sociales de interés general respondiendo a las necesidades crecientes de toda la sociedad.

- b) Garantizar los accesos a los servicios de atención a la dependencia.
- c) Exigencia a los poderes públicos para que se tomen iniciativas que faciliten el acceso de los jóvenes al crédito para el alquiler, cuestión que afecta también a los mayores.
- d) Movilización generalizada contra los ataques a los sistemas de protección social, encarando las privatizaciones, sobre todo en el acceso restringido a los servicios de salud y la reducción de las pensiones, lo que incrementa el riesgo de pobreza incidiendo de forma acusada en las mujeres.
- e) Intervención sindical en las negociaciones sobre el trabajo parcial para los mayores de 55 años y los contratos de relevo.

Para el objetivo III se presentan desde la CES las medidas que a continuación se detallan:

- A. Puesta en marcha de planes de seguimiento para los jóvenes que abandonan la escuela, en el marco de una estrategia activa para el mercado de trabajo.
- B. Establecer programas de formación destinados a los trabajadores y trabajadoras de mayor edad para el uso de las nuevas tecnologías, utilizando los recursos dispuestos por el Fondo Social Europeo.
- C. Otorgar prioridad a las campañas que faciliten la formación y el retorno de las mujeres al empleo después de una ausencia prolongada.

En base a este programa la CES se compromete a llevar adelante las movilizaciones necesarias reclamando a los estados miembros la legislación que favorezca estos programas, así como la recomendación de sanciones a los estados que no se adhieran al diálogo social.

La designación de 2013 como Año Europeo de los ciudadanos ha animado a la FERPA a presentar una Iniciativa Ciudadana Europea, con el objetivo de recoger un millón de firmas para exigir más y mejores derechos en la atención de los servicios sanitarios de larga duración y de las personas dependientes.

Esta ICE, de la que formaremos parte, como país, en el grupo de siete países piloto, verá la luz de su presentación en el Parlamento Europeo el próximo 15 de mayo. El documento de apoyo y la planificación para la obtención de firmas se publicitará en corto tiempo.

**Justo Santos Dominguez**

*Secretario de Relaciones Internacionales*

# Alimentación y salud cardiovascular

**El beneficio de los omega-3 en prevención cardiovascular puede ser tan importante como el de los fármacos que controlan el colesterol**



Las enfermedades cardiovasculares representan la primera causa de muerte y de enfermedad de nuestro país, representando el 44% de las muertes en Galicia. La hipertensión arterial es un importante factor de riesgo en el desarrollo de la enfermedad cardiovascular, y en este sentido, la dieta es un factor determinante. **“Una dieta rica en grasa saturada favorece la elevación de la presión arterial mientras que las grasas insaturadas tienen un efecto contrario”**. Según un reciente estudio publicado por el Instituto Omega 3 de la Fundación Puleva, “el concepto más evidente es que un aumento en el consumo de ácidos grasos omega-3 produce una reducción en la presión arterial sistólica y diastólica, tanto en sujetos normo como hipertensos”. Además, se ha demostrado que el con-

sumo de dosis altas de omega-3 previene el aumento de la tensión arterial y de la resistencia vascular observada en pacientes trasplantados de corazón.

Se calcula además que la incidencia de esta patología podría incrementarse hasta un 20% en los próximos 20 años, por lo que la prevención cardiovascular se presenta como el gran desafío de los especialistas. Tan sólo con seguir una dieta saludable con alto contenido en omega-3 se podría reducir hasta un 70% la incidencia de la enfermedad cardiovascular, pero en España lejos de seguir estos hábitos dietéticos tan sanos, cada vez nos alejamos más de lo que los expertos consideramos una alimentación saludable. Entre los malos hábitos que se detectan en la alimentación actual considero que en los últimos años se ha visto un aumento del consumo de grasas saturadas y una dis-



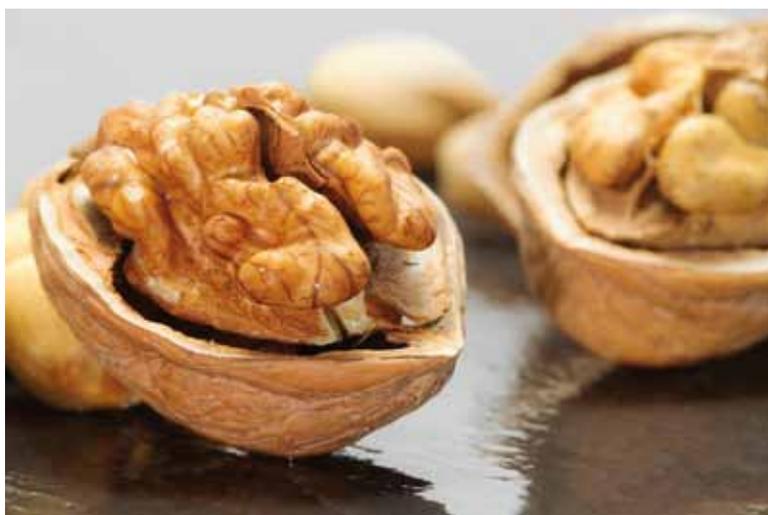
minución de consumo de grasas insaturadas, cuando se sabe que las primeras aumentan el riesgo cardiovascular y las segundas lo reducen.

El consumo de ácidos poliinsaturados no sólo beneficia a individuos con riesgo cardiovascular, sino a toda la población. En la insuficiencia cardíaca

y con pacientes que han sufrido un infarto, éste ha demostrado prevenir muertes y hospitalizaciones. Se estima que estos grupos deberían tomar pescado azul en las comidas, por lo menos, cuatro o cinco veces a la semana. Las ventajas clínicas de estos ácidos grasos se han demostrado en varios ensayos llevados a cabo con 40.000 pacientes, con y sin enfermedad cardiovascular.

Los beneficios no se ciñen al infarto, sino que abarcan la enfermedad aterosclerótica y una amplia gama de arritmias. Un ensayo destinado a indagar el beneficio de los omega 3 en la prevención de la fibrilación auricular, una arritmia propia de personas sin aparentes factores de riesgo cardiovascular (obesidad, tabaquismo, hipertensión o diabetes) pero que, debido a una práctica excesiva y continuada de ejercicio físico intenso (ciclistas, alpinistas, corredores de maratón, etc.), el corazón empieza a acusar arritmias en la quinta o sexta década de vida.

Para muchas personas la grasa de la dieta tiene connotaciones negativas en la salud, sin embargo, la grasa es un nutriente esencial e imprescindible para la vida. Contribuye a satisfacer las necesidades de energía y tiene una función plástica incorporándose a los tejidos y órganos corporales y determinando la compo-



sición y funcionalidad de las membranas. Pero no todas las grasas son iguales, existen tres tipos básicos de ácidos grasos: saturados, monoinsaturados y poliinsaturados. Mientras que las grasas saturadas constituyen un riesgo para la salud cardiovascular, las monoinsaturadas y poliinsaturadas son cardioprotectoras.

Los ácidos grasos poliinsaturados del pescado azul previenen episodios cardiovasculares, que son la principal causa de mortalidad en todo el mundo. Su consumo se recomienda en especial a los pacientes con cardiopatías, pero también a la población en general. La carne de pescado azul no sólo es rica en omega 3, sino que tiene muchos más beneficios.

El consumo regular de ácidos poliinsaturados, sobre todo omega 3, es adecuado para individuos con riesgo cardiovascular y para la población en general. El pescado es un alimento muy rico en este nutriente. Incluso un estudio reciente ha descubierto que su valor “excede el propio de un suplemento nutritivo para erigirse en base alimenticia”. Su beneficio, en cuanto a prevención cardiovascular, se considera tan importante como el de las estatinas (los fármacos que reducen los niveles de colesterol).

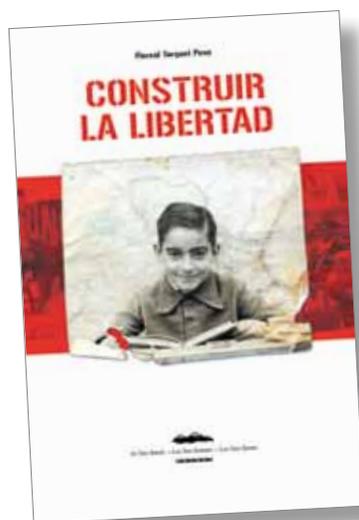
**Miguel Anxo Álvarez González**

*Gerontólogo (Soc., nº 2981), Especialista en Psicopatología y Salud  
Miembro de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología*

**malvarezgonz@wanadoo.es**

# CONSTRUIR LA LIBERTAD

de Floreal Torquet



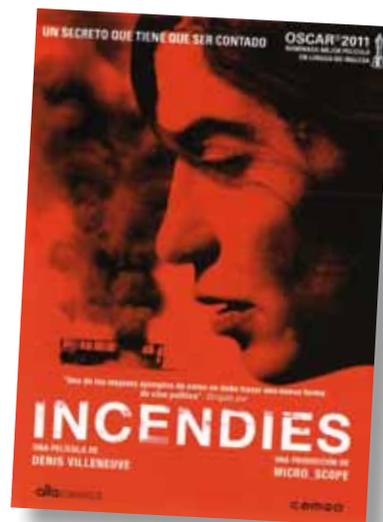
**Floreal fue durante ocho años nuestro Secretario General en Aragón**

Para un lector, y sobre todo, para un escritor que ama las autobiografías, asistir al alumbramiento de la de Floreal Torquet (Osso de Cinca, Huesca 1935) produce un gran entusiasmo: que un albañil líder de CCOO recuerde con esa luz de independencia rebelde, a sus setenta años, las aventuras desde su infancia rural, su exilio adolescente en Francia, sus tareas agrícolas, sus bailes y sus correrías, su aprendizaje del oficio de la construcción, su vuelta al Aragón de los años 60, sus asambleas y sus períodos de cárcel, su lucha constante por afianzar un sindicalismo capaz de plantar cara a la patronal, al franquismo y a los amos del mundo de hoy, su amor de marido y de padre... y que lo haga con un borbotón de voz semejante al que lanzó al mundo el poeta Miguel Hernández es una razón para reconciliarse con el género humano, que produce a tipos como este Floreal que abre su intimidad en un libro que nos honra, con su sinceridad y con la calidad de su escritura, a todos.

Para su adquisición: [www.prames.com](http://www.prames.com)

## INCENDIES

Jeanne y Simon se quedan atónitos cuando, durante la lectura del testamento de su madre, el notario les hace entrega de dos sobres, uno destinado a un padre que ellos creían muerto y el otro a un hermano cuya existencia ignoraban. Jeanne ve en este enigmático legado la clave del silencio de su madre Nawal, y decide viajar al Próximo Oriente para exhumar el pasado de una familia de la que no sabe prácticamente nada... A Simon no le importan los caprichos póstumos de una madre que siempre se ha mostrado distante y poco afectuosa con ellos, pero el cariño que siente por su hermana lo impulsará a reunirse con Jeanne y recorrer el país de sus antepasados. Juntos se remontarán al comienzo de la historia de la mujer que les dio la vida y descubrirán un destino trágico marcado a fuego por la guerra y el odio, y el valor de una mujer muy especial.



## LA NECESIDAD DE BUENAS POLÍTICAS DE EDUCACIÓN

*Sólo el que sabe es libre, y más libre el que más sabe... Sólo la cultura da libertad... No proclaméis la libertad de volar, sino dad alas; no la de pensar, sino dad pensamiento. La libertad que hay que dar al pueblo es la cultura.*

**Miguel de Unamuno**

# Jubilación y calidad de vida, cada día más difícil



En los últimos años la vida laboral de las trabajadoras y trabajadores de los sectores de la construcción, la madera y los materiales se ha visto degradada, no sólo por la destrucción de empleo que la crisis económica a acarreado, sino particularmente por las injustas medidas que los últimos gobiernos han impuesto bajo la excusa de retomar la confianza de los mercados financieros e inversores internacionales.

La radiografía, de especial caracterización en el sector de la construcción, es un trabajo físico de alta exigencia, con jornadas sobredimensionadas, con los rigores de la climatología, con el contacto con sustancias peligrosas, con una alta siniestralidad y con patologías endémicas claramente reconocidas.

A ello debemos sumar que un porcentaje muy significativo de su población es mayor de 50 años, a los que se está obligando a permanecer en el trabajo (en el caso de que lo conserven o puedan retomar su actividad) no sólo hasta los 67 años, sino en la perspectiva de obtener una pensión con la que puedan hacer frente a su jubilación, a postergar aún más la edad de retiro.

Esta situación es claramente inaceptable. Desde la Federación de Construcción, Madera y Afines de CCOO creemos que esta prolongación de la vida laboral es ilógica y desproporcionada, no ya porque aquellos que lleguen a la edad de jubilación tengan una salud depauperada al extremo debido al trabajo desarrollado, sino porque el momento de retirarse se convierte en un horizonte cada vez más alejado.

Llevamos años trabajando para conseguir algo que parece más lógico y humano: la jubilación a los 60 años para las trabajadoras y trabajadores cuyas condiciones sean especialmente duras. Nuestra propuesta no ha tenido la sensibilidad de unos gobiernos cuyos objetivos distan mucho

de garantizar derechos básicos. Más aún, hemos encontrado las medidas de prolongación de vida laboral que hoy tenemos encima de la mesa.

Seguimos defendiendo que la idea de que haya trabajadores de más de 60 años “subidos a un andamio” es algo contra natura. Es más, en tiempos en que el paro juvenil en nuestro país está por encima del 55% es algo inaceptable ya que, no sólo estamos negando la posibilidad de un relevo generacional tan necesario en todos los sectores, sino que estamos exponiendo a un grupo de población, que por lógica natural no se encuentra en plenitud de sus facultades físicas, quede expuesto al riesgo de sufrir accidentes de consecuencias nefastas, dada la exposición extrema que tienen los trabajadores del sector en su día a día.

Es necesario un cambio de mentalidad y que los gobiernos bajen a la arena de la realidad. De esta manera comprobarán que no por alargar la vida laboral se está generando algún tipo de beneficio al sistema de Seguridad Social. El sistema se mantiene y fortalece si conjugamos mejor calidad de vida laboral, un retiro adecuado en el tiempo y el mantenimiento y creación de puestos de trabajo.

Los derechos sociales no pueden convertirse en fórmulas matemáticas alejadas de las consecuencias que estas medidas tienen en la ciudadanía. Con un sistema fiscal que hace aguas, con una corrupción en el área política de escandalosas consecuencias, con una falta de política industrial manifiesta y sin el desarrollo del modelo social de Estado necesarios, intentar cuadrar las cuentas en el sistema público de seguridad social se convierte en un bochornoso ejercicio de ajuste económico.

Estamos convencidos que la construcción del Estado de Bienestar parte por hacer reformas de calado, ahora bien la dirección de las mismas debe cambiar de rumbo si se quiere seguir avanzando en la consecución de este objetivo.

Todos saldremos beneficiados, la sociedad en su conjunto, si se permite que los trabajadores de mayor edad puedan retirarse con el derecho de una jubilación digna y los jóvenes puedan hacer frente a su vida laboral desde hoy mismo.

**Vicente Sánchez**

*Secretario General de FECOMA*



Informayor

**Asesoramiento**  
sobre  
**dependencia,  
pensiones  
y protección  
social**

**900 102 305**

Llamada **gratuita**. Laborables de 9 a 14 horas

[informacion@fpj.ccoo.es](mailto:informacion@fpj.ccoo.es)



**pensionistas**