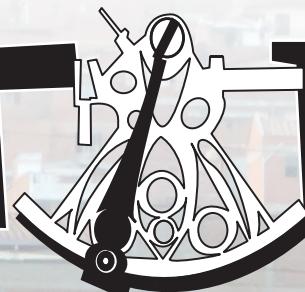




SEXTANTE



ISSN: 2145-4256



Desarrollo y calidad de vida

Pág.

6

Informalidad: un rosario de inequidad social

11

El agua: un recurso natural no potable para todos

15

En reemplazo de sus ojos

20

La atención a personas con VIH exige más que medicamentos

27

Programs to approach ICT, connect Antioquia's country side



Para visitar Sextante Digital, utilice lector de códigos QR.

Rector

Fray José Wilmar Sánchez Duque

Decano

Ancízar Vargas León

Directora de Programa

Maria Rosalba Pareja de Montoya

Coordinación Editorial

Alexánder Hernández Marín

Directores

Johan David Ríos Ruiz

Maria Clara Pérez Arango

Mizraim Edrey Márquez Echeverry

Michelle Acevedo Vélez

Cristian Camilo Calle Vélez

Juan Camilo Alzate Agudelo

Ana María Muñoz Martínez

Jefes de redacción

Daniela Osorio

Stefanía Zapata López

Laura Ruiz Rico

Laura Melisa Salcedo García

Catherine Ramos Guzmán

Luisa Fernanda Amaya Serna

Susana Ramírez Clavijo

Samanta Peláez

Vanessa Zuleta Quintero

Ana María Marín

Diseñadores

Maryoris Chavarriá Cataño

Érika Rico Graciano

Alejandra González Yépes

Yesenia López Leudo

Andrés David Arias López

Andrea Betancourt Carvajal

Jerónimo Builes López

Álvaro Medina Mejía

Michel Dayana Orozco Fernández

Asesor de diseño

Álvaro Tuberquia Henao

Fotografía y portada

Danilo Montoya Patiño

Paola Andrea Villa

Docentes asesores

Pablo Andrés Huertas Obregoso

Ana Lucía Mesa Franco

Cristian Daniel Cartagena

Gabriel Jaime Lotero Echeverri

Nubia Amparo Mesa Granada

Gloria Lucila Agudelo Restrepo

Marcos Fidel Vega Seña

Fernando Aquiles Arango Navarro

Alba Shirley Tamayo Arango

Jaime Alberto Rojas Rodríguez

Ancízar Vargas León

Julián Zuluaga Agudelo

Alexánder Hernández Marín

José Julián Delgado Ladino

Programa de Comunicación Social

Facultad de Comunicación, Publicidad y Diseño

Fundación Universitaria Luis Amigó

Impresión: El Mundo

Noviembre 2015

Desarrollo humano y calidad de vida

Ancízar Vargas León

Un estudio presentado por el Instituto Tecnológico Autónomo de México (Itam) asegura que el concepto de desarrollo está asociado al inicio y avance de la industrialización. Una de las premisas sostiene que esta actividad económica permitió la acumulación y de ahí el avance en la calidad de vida de buena parte de la población. Sin embargo, plantea la duda sobre si todo país industrializado ha mejorado la calidad de vida de la mayoría de los ciudadanos o si países con una calidad de vida en alza, no necesariamente cuentan con alto volumen de industrias.

La investigación considera que una nación con buenas condiciones humanas requiere de industrialización, pero con capacidad de producción de bienes de capital y de consumo, con el fin de que las empresas puedan atender la mayor parte de la demanda interna y, en forma adicional, permitir una importante capacidad de empleo.

El concepto de "desarrollo", en forma regular, se asocia a factores económicos, en el marco de diversos indicadores del Banco Mundial (BM) y el Fondo Monetario Internacional (FMI). Diversos grupos sociales consideran esta como una idea reduccionista y maniquea. Proponen ampliar el rango de significación mediante la expresión: "desarrollo humano" (DH).

El investigador Juan Antonio Casas Zamora, por ejemplo, considera que se trata del "proceso de aumentar las opciones de las personas, lo cual se logra ampliando las capacidades esenciales y de funcionamiento". De ahí que se empiece a imaginar el avance en nuevas dimensiones del ser que, en forma probable, se vivieron en pasadas sociedades, como la griega por ejemplo.

Sostiene Casas que las disparidades económicas y sociales prevalecen sobre todo en lugares como América Latina. Agrega que "la pobreza afecta a un elevado porcentaje de familias (...) estimándose en unos 150 millones de personas", pero infortunadamente sigue en aumento.

Asegura Casas que "si se utilizan indicadores más refinados, no sería exagerado afirmar que, de una forma u otra, la pobreza afecta a la mitad de la población de la Región" y es allí donde debe centrarse la atención para la búsqueda de soluciones.

Por tales motivos, hoy se presenta el impulso definitivo al nuevo concepto de desarrollo, que va más allá de la simplista mirada economicista. Se develan y reconocen nuevos indicadores para la medición, donde el centro de los análisis sea la persona en sus diversas dimensiones.

Tal como se deduce de las investigaciones que abordan la temática, uno de los factores más determinantes para la generación de violencia es la inequidad que, por supuesto, está relacionada con las exageradas diferencias en el ingreso. Por ello puede comprenderse que ciertas naciones denominadas pobres, porque cuentan con bajos recursos, no tienen altos niveles de conflicto armado. Sin embargo, países como Colombia, con una notoria riqueza de recursos naturales, tiene una historia de violencia armada continua en los últimos 60 años.

Los actores son los grupos armados reconocidos, legales e ilegales, aunque también conglomerados importantes de la sociedad que no empuñan las armas pero financian el conflicto, para la defensa de sus intereses particulares, por encima de los intereses nacionales.

De acuerdo con Alfonso Dubois, la interpretación ahora pasa por el desarrollo humano, enmarcado en el sistema del Programa de Naciones Unidas (PNUD), que se implementa desde los años 80. La reflexión recoge conclusiones provenientes del Foro Económico Mundial y organismos como Banco Mundial y Fondo Monetario Internacional. Dado el carácter de los factores aquí expuestos, diversos movimientos comunitarios del mundo generaron eventos alternativos, como el Foro Social Mundial.

La crítica juiciosa, disciplinada y profunda al modelo económico, expone que en los estudios de desarrollo solo se tienen en cuenta índices relacionados con productividad y rentabilidad de las empresas, enmarcados en factores nacionales de carácter macro, pero que no reflejan necesariamente la situación de amplias capas sociales que viven en condiciones de restricción, desatención y exclusión.

Un punto clave que presenta Dubois sostiene que "en definitiva, se sustituye una visión del desarrollo centrado en la producción de bienes por otra centrada en la ampliación de las capacidades de las personas", relacionadas con lo que se considera fundamental, es decir, el mejoramiento constante de la calidad de vida.

Los informes de PNUD, aunque no son la solución, lo que permite es una visibilización y promoción constante de la manera alternativa de mirar la situación de los seres humanos frente a la economía y el bien vivir.

También se reconoce en el momento el surgimiento y crecimiento de nuevas agencias de estudio e impulso al desarrollo humano, generando nuevos niveles de concienciación en los Estados y los ciudadanos.

El economista y premio Nobel de Economía Amartya Sen ha jugado un papel vital en esta nueva concepción y en presentar la posibilidad de resultados objetivos de las acciones que conducen a otras percepciones posibles.

Dubois explica que antes se preguntaba: ¿cuánto produce una nación?, y ahora se pregunta: ¿cómo está la gente de la nación?

Según el informe del PNUD de 2000, "el desarrollo humano es el proceso de ampliación de las opciones de la gente, aumentando las funciones y las capacidades humanas (...) representan un proceso a la vez que un fin", lo cual significa abrir y reconocer nuevas dimensiones de las personas.

Sostiene el investigador que "en todos los niveles de desarrollo las tres capacidades esenciales consisten en que la gente viva una vida larga y saludable, tenga conocimientos y acceso a recursos necesarios para un nivel de vida decente", lo que algunos líderes comunitarios hoy denominan el bien vivir.

Se deduce de las percepciones de Naciones Unidas y Dubois que "el ámbito del desarrollo humano va más allá: otras esferas de opciones que la gente considera en alta medida incluyen la participación, la seguridad, la sostenibilidad, las garantías de los derechos humanos, todas necesarias para ser creativo y productivo y para gozar de respeto por sí mismo, potenciación y una sensación de pertenecer a una comunidad". En algunos espacios, esta descripción está asociada al concepto denominado calidad de vida.

Concluyen las indagaciones en que "el desarrollo humano es el desarrollo de la gente, para la gente y por la gente".

Solo conocen su diagnóstico cuando llegan a la pubertad. Sin saberlo, estos niños son preparados diariamente para afrontar una realidad que los acompañará de por vida.

Johan David Ríos Ruiz

johan.riosru@amigo.edu.co

“ Orden del día: me levanto, me consienten y me tomo el medicamento”. Anuncios como este son los que los niños diagnosticados con VIH de la Fundación Positivos por la Vida tienen en sus habitaciones. La única diferencia con otros niños es que tienen que tomar un medicamento de por vida. Llevan una vida “normal”, como la llamaría el 42,7 % de la sociedad, según el *Estudio Índice de Estigma y Discriminación en Personas con VIH*. Lo único diferente es el señalamiento social que cargan.

El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) destruye una clase de células del cuerpo llamadas linfocitos cooperadores CD4, que constituyen el sistema de defensa que atacan las enfermedades infecciosas. Los niños pueden adquirirlo desde el mismo momento del parto y no necesariamente por relación sexual a temprana edad, como es común escucharlo en algunos medios de comunicación.

A este proceso se le llama transmisión vertical. “Es una transmisión de la enfermedad de la madre a su hijo justo en el momento del parto. Es como una herencia”, explica Lucrecia Andrea Lenis Tangarife, médica general de la Universidad de Antioquia.

Las fundaciones juegan un papel vital en el acompañamiento de los infantes, que si bien son pocos los que nacen diagnosticados, deben tenerse en cuenta. Albergan niños en situaciones vulnerables como peligro, abandono, riesgo u orfandad. Todo esto debido a que sus familias poseen pocos recursos para abastecer los medicamentos, son disfuncionales o atraviesan problemas de violencia territorial.

Las cifras

Según el Boletín Epidemiológico de la situación del VIH/sida 2013 del Ministerio de Salud, para el año 2010, se presentó una disminución de 0.5 % en la Transmisión Materno Infantil (TMI) del VIH (5.3 %) en relación a la medida de la cohorte del año 2008, cuyo porcentaje era de 5.8 %. Así lo muestra la siguiente tabla:

Año	Niños expuestos	Niños infectados con VIH	Transmisión Materno Infantil
2008	416	24	5,8 %
2009	566	28	4,9 %
2010	717	38	5,3 %

Ver la enfermedad no como un obsfáculo, sino como una oportunidad. Esa es la filosofía que fundaciones como Positivos Por la Vida, SiFuturo y Niños del Sol, han implementado para mejorar el crecimiento integral de los niños. Tanto así que para las tres la enfermedad pasa a un segundo plano, aun siendo su razón de ser.

El estigma

Los niños no tienen algo que los aparte de la sociedad, excepto una cosa: el estigma que

Niños con VIH: un camino recorrido con inocencia



Los niños con VIH pueden seguir disfrutando de todas las etapas de su vida y realizar cualquier tipo de actividades, si reciben un tratamiento adecuado. Foto: Danilo Montoya Patiño.

la sociedad creó al VIH. “Se puede comer del mismo plato, secarse con la misma toalla, brindarse un abrazo, darse un beso y no se van a infectar. Las únicas dos maneras de transmisión del virus es sanguínea, es decir, que la sangre de un diagnosticado se mezcle con la sangre de uno que no, y otra, por transmisión sexual. En niños, básicamente por la transmisión vertical” explica Lenis Tangarife.

Agrega también que “en el peor de los casos, cuando hay una urgencia médica que implique transfusión de sangre, puede transmitirse, pues por lo general no se hace un examen exhaustivo por la inmediatez del caso”.

Las fundaciones

Como una familia: se describe el ambiente de una de las fundaciones, Niños del Sol, que liderada por María Cecilia Ortiz Cancino, “La Mami”, según le dicen todos sus “hijos”, niños diagnosticados con VIH. Esta institución presta servicio de formación y vivienda a los pequeños. “Se les enseña el respeto, la hu-

2.3%
es la población de cero a catorce años con VIH en Colombia, según MinSalud.

mildad, la honestidad, son inquietos pero acatan las órdenes. Son niños muy sanos. No se caen, no se aporrean, como que mi Dios los cuida”.

Con el mismo propósito social existe la Fundación SiFuturo, dirigida por María Cristina Mesa Roldán. Junto con un equipo de trabajo de médicos, nutricionistas, odontólogos, entre otros especialistas, les propicia un ambiente saludable a los niños para que su mejora sea constante.

“Los niños no se ven decaídos, como lo puede estar alguien en quimioterapias. No es como todos piensan que es”, anota María Cristina.

Y es que en términos de salud, el que se muera de VIH o Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (sida) “es porque se quería morir”, comenta Lucrecia. Se dice que una persona tiene sida cuando la infección por VIH está en un nivel muy avanzado. Pueden pasar años antes de que el VIH produzca suficiente daño en el sistema inmunológico y que el sida aparezca.

Lo legal

En la actualidad, hay batallas ganadas le-

Tratamiento del VIH durante el embarazo

Cuba, primer país del mundo en recibir la validación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) por eliminar la transmisión de madre a hijo del virus que causa el sida (VIH), tiene hallazgos significativos del tema.

Según información suministrada por Carlos Fernando Suárez Franco, médico de la Escuela Latinoamericana de Medicina de Cuba: “El uso de medicamentos contra el VIH durante el embarazo reduce la concentración del virus en el organismo de una madre infectada. Al reducirse la concentración del virus,

disminuye también el riesgo de transmisión materno infantil del mismo”.

Según el director ejecutivo de Onusida, Michel Sidibé, en una entrevista con la Agencia EFE, la vacuna que reemplazaría las pastillas diarias del VIH podría ser administrada a partir del próximo año, con una sola dosis cada seis meses.

Esta podría ser una solución importante para seguir forjando futuros como el de los niños, que si bien no escogieron adquirir la enfermedad, saben llevarla “como si no la tuvieran”.

galmente en pro del tratamiento de la enfermedad: El Decreto 1543 de 1997 del Ministerio de Salud Pública establece que el sistema de salud está en la obligación de proporcionar a través de las IPS la atención integral, medicamentos, exámenes y orientación psicológica que requieran las personas con VIH/sida. De igual manera, la Ley 972 de 2005 adoptó normas para mejorar la atención de la población que padece de enfermedades ruinosas o catastróficas, entre las que se incluye el VIH/sida.

Positivos Por la Vida es una fundación que presta servicio de acompañamiento a niños diagnosticados con VIH y que tiene como eje central la familia. Lideran en las comunas 1, 2, 8 y 9 de Medellín proyectos de prevención y acompañamiento, impactando alrededor de 1.200 familias en dichos sectores.

Nelson Garzón Gómez, director de la Fundación, explica que “tenemos una egresada que tiene 22 años, se crió con nosotros, tiene pareja, trabajo, una vida común y corriente, estudia y sus expectativas de vida son muy altas, porque le llevó el ritmo al medicamento”.

La otra cara

Sin embargo, no siempre los resultados son los mismos. Viviana González, psicóloga de la Universidad de Antioquia y especialista en terapia cognitiva de la Universidad de San Buenaventura, expresa que “pueden experimentar depresión, complejos y trastorno. A veces desarrollan sentimientos de odio hacia los padres”. Recuerda también un caso de un niño diagnosticado que se cortó en su colegio y los demás niños dijeron que se infectarían. “Es por eso que no se debe hacer énfasis en el VIH, solo que tienen que tomar medicamentos y ya. Los niños de ahora son muy crueles”.

En todo caso, la verdad es que medicamente, los niños son muy vulnerables. Pueden tomar el medicamento de por vida y durar mucho tiempo, pero la enfermedad no se cura, sino que puede estar inactiva. “Si los padres son portadores y su hijo o hija no nace positivo, puede desarrollar síndrome de Torch, que es una infección materna que afecta al feto en gestación”, explica Lenis.

En una de las fundaciones hay unas gemelas que no nacieron con VIH, siendo sus padres portadores, y aun así desarrollaron Lupus.

Según el portal web del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas, con Lupus, el sistema inmunitario se afecta y ataca a células y tejidos sanos. Esto puede causar un daño motriz en el cuerpo.

Más allá de lo que implica nacer con VIH, los niños viven un ambiente tranquilo y alegre. Convivir con personas que tienen el mismo diagnóstico, y mezclarlo con su expresividad e inocencia lleva a pensar que estos niños son felices por lo que son y ni recuerdan la enfermedad que los acompañará siempre.

“ Los niños no se ven decaídos, como lo puede estar alguien en quimioterapias. No es como todos piensan que es”.

Jóvenes con discapacidad cognitiva superan barreras laborales

La discapacidad cognitiva no es una barrera en el desarrollo personal, social y laboral para los jóvenes. Diferentes instituciones les brindan opciones de empleo, pero faltan más.

Laura Mesa Vergara
laura.mesave@amigo.edu.co

Nelson Miranda es un joven con discapacidad cognitiva; es decir, su capacidad de adaptación a nivel intelectual, social y escolar presenta dificultades. Discapacidad cognitiva o discapacidad intelectual son las nuevas formas de nombrar hoy a lo que antes se llamaba "retraso mental". En el caso de Nelson, se trata de una discapacidad leve, lo que significa que con ciertos apoyos él puede ser funcional en las distintas esferas de la vida cotidiana. Este joven egresó de la Institución Maestro Guillermo Vélez de Medellín en el año 2010 y se encuentra, desde hace seis años, trabajando en Almacenes Éxito como empacador.

Nelson es una persona de treinta años que no domina las competencias básicas de lecto-escritura; además, presenta dificultad con el lenguaje verbal. Sin embargo, esto no ha sido una barrera para él, pues ha desarrollado de manera especial habilidades de memoria visual, lo que le facilita guiarse por colores y números. Desde su vinculación con el Éxito, Nelson ha podido ayudar a solventar las responsabilidades económicas en su familia, conformada por su madre y una sobrina de dos años.

Almacenes Éxito S.A. cuenta con un Programa de Atención a Población Vulnerable, a través del cual los jóvenes con discapacidad pueden realizar sus prácticas laborales e incluso vincularse a la empresa. En 2014, se graduaron como auxiliares de logística en almacenes de cadena 18 personas con discapacidad cognitiva leve, siete de ellas ya están vinculadas a la compañía. También Alkosto implementó un modelo de responsabilidad social en el que incluye a personas con discapacidad en su personal y contribuye al mejoramiento de la calidad de vida de sus empleados. Esta cadena de almacenes ha sido pionera en la inclusión de personas en situación de discapacidad pues tiene claro que "las estrategias para aportar al desarrollo deben darse tanto a nivel empresarial y tecnológico, como a nivel social y humano", así lo manifiestan en su libro, *La magia de la diferencia*, publicado en el año 2010.

Estrategias educativas especiales

Los esfuerzos de instituciones como el Sena, Inder, Secretaría de Educación, Secretaría de Bienestar Social y Familia y el Pacto de Productividad del municipio de Medellín, entre otros aliados, posibilitan la vincula-

ción de estos jóvenes a las empresas, pues apuntan a sensibilizar a las organizaciones y a hacer ajustes razonables en la ruta de atención de las agencias de gestión de empleo. Es decir, que toda persona se pueda presentar a la entrevista de trabajo, teniendo la oportunidad de pasar de acuerdo a sus competencias y que no sea rechazado por su discapacidad, de modo que se evalúen sus competencias para desempeñar la función.

Sin embargo, estas alianzas no han sido completamente exitosas. Si bien los jóvenes logran acceder a un empleo, nadie garantiza su estabilidad, como en el caso de Yéssica Ruiz Zuluaga, una joven de veintinueve años de edad, egresada de la Institución Maestro Guillermo Vélez. Ella fue camarera y recepcionista en una compañía de ingenieros. Allí trabajó aproximadamente cinco meses, pues aunque realizaba bien sus funciones nunca hubo un clima organizacional adecuado para ella. Se presentaban actitudes de rechazo por parte de sus compañeros de trabajo, lo que llevó a la joven a renunciar a su empleo.

Al respecto, Maribel Pérez Restrepo, trabajadora social de la Institución

“Las estrategias para aportar al desarrollo deben darse tanto a nivel empresarial y tecnológico, como a nivel social y humano”.

Maestro Guillermo Vélez Vélez, asegura: "Se realizó el respectivo proceso de sensibilización empresarial". Este proceso consta de talleres de comunicación a los empleados para una correcta relación con personas en situación de discapacidad. También realiza una encuesta a la pirámide organizacional, correspondiente al 10 % de la población total de la empresa y por último se diagnostica si la empresa está preparada para recibir a personas con discapacidad y de qué tipo.

A pesar de esto, la empresa no fue lo suficientemente receptiva y en el proceso de



Existen diferentes tipos de discapacidad cognitiva: los problemas de aprendizaje, el síndrome de Down y el autismo son algunos de ellos. Foto: Laura Mesa Vergara.

La discapacidad cognitiva y el aprendizaje por competencias

En la Institución Maestro Guillermo Vélez Vélez de Medellín, velan por la inclusión social y laboral de personas que presentan discapacidad cognitiva.

A veces los sujetos en situación de discapacidad no pueden responder a las exigencias académicas normales, entonces la institución se encarga de capacitar en talleres pre-laborales a jóvenes entre 14 y 26 años de edad, diagnosticados con discapacidad cognitiva leve.

El servicio funciona con el apoyo del Servicio

Nacional de Aprendizaje (Sena) y el Comité de Rehabilitación de Antioquia. Estos talleres les permiten a los jóvenes con discapacidad vincularse laboralmente por competencias; es decir, a partir de sus capacidades para desempeñar un puesto de trabajo.

También se implementa un plan de seguimiento a los puestos de trabajo, en el que se incluye la valoración del cargo a desempeñar dentro de una institución y las competencias del aspirante que por su condición de discapacidad mejor se ajuste al requerimiento.

partamento de Antioquia han implementado el Registro de Localización y Caracterización de la Población con Discapacidad (RLCPD). De estos municipios ya hay 81 que cuentan con la información sistematizada, en la que refieren 46.117 personas con discapacidad. Por otro lado, la secretaría de Inclusión Social y Familia del Municipio de Medellín, contabiliza 271 personas con discapacidad, que se encuentran vinculadas a la vida laboral.

Cada vez son más las organizaciones que se unen a proyectos de inclusión laboral para personas con discapacidad, pues les genera beneficios tales como: mayor reconocimiento por parte de la comunidad como una empresa socialmente comprometida y algunas ventajas tributarias como lo señala el Acuerdo 57 de 2003 del Municipio de Medellín en su artículo 46 b: "Los contribuyentes del impuesto de Industria y Comercio y Avisos y Tableros que empleen personal discapacitado en el Municipio de Medellín podrán descontar de su base gravable anual, en su declaración privada, una suma equivalente al 100 % del valor de los pagos laborales a los discapacitados en el año base del gravamen".

Maribel Pérez menciona: "Uno de los objetivos de la institución Maestro Guillermo Vélez es que los jóvenes en situación de discapacidad accedan al trabajo con las mismas condiciones laborales de una persona que no tiene discapacidad". Para lograr esto, la institución forma a los jóvenes en tres saberes: el primero es el saber saber, esto se refiere a los conocimientos que una persona puede adquirir; el segundo es el saber hacer, es decir, la capacidad de desempeñar un oficio específico; y el tercero es el saber ser, que apunta a la independencia y autonomía de los estudiantes.

Debido al apoyo de la institución Maestro Guillermo Vélez, jóvenes como Nelson y Yéssica han logrado mayor desarrollo como personas, aunque faltan muchos sueños por cumplir. Ella espera poder vincularse laboralmente con alguna empresa, mientras él espera terminar su bachillerato, aprender a leer, a escribir y cumplir su sueño de desempeñarse como electricista.

48

contratos laborales de personas en situación de discapacidad se registraron hasta diciembre de 2014 en Medellín.

La mayoría de deportistas en Antioquia son aficionados, pues según la Ley 181 de enero de 1995 se es profesional cuando se tiene una remuneración a cambio.

Santiago González Londoño

santiago.gonzalezon@amigo.edu.co

El deporte en Colombia, con excepción del fútbol, del ciclismo y un reducido grupo de disciplinas como el baloncesto y el tenis, es aficionado. En esto concuerdan voceros de las ligas deportivas, deportistas y expertos en el tema, como Sergio Restrepo, periodista deportivo, reportero de Noticias Caracol y director de Paisadepor tes, quien afirma que “los que no son profesionales, no viven del deporte. Les toca trabajar por aparte y estudiar”.

De acuerdo con la Ley 181 de enero 18 de 1995, el deporte se considera profesional cuando existe una remuneración a cambio. Con respecto al deporte aficionado se estipula que es el que no admite pago a favor de los competidores, distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.

Un puente para el desarrollo deportivo

Indeportes Antioquia es la entidad pública departamental encargada de promover y apoyar el deporte competitivo, la cual ha estipulado que cuatro categorías deportivas reciban apoyo económico. Además, Indeportes tiene programas como “Deportista Apoyado” el cual ofrece alojamiento en la Villa Deportiva y atiende todas las necesidades. Esta tiene 70 cupos. Betsy Johana Ocampo Millán, psicóloga de la institución en el Equipo de Desarrollo en la Subgerencia de Altos Logros y Deporte Asociado, afirma que se proporciona un acompañamiento social y sicológico a los deportistas en el que se desarrollan temáticas como: convivencia, habilidad para vivir en comunidad y tolerancia a la frustración.

Los programas son solo para aquellos que están vinculados y cumplen los requisitos para los apoyos. También proporcionan un soporte educativo, que se da de acuerdo con la categoría a la que pertenezcan. Para que los deportistas accedan a dichos beneficios, las ligas los deben postular.

Pero no todo es color de rosa, así lo comenta Mateo Vásquez Arango, deportista de BMX en el club Los Paisitas: “El año pasado sí recibí apoyo a lo largo de la temporada para competencias nacionales; me llegaron a colaborar con el



Los basquetbolistas son de los pocos deportistas considerados profesionales en Colombia. Foto: Andrea Villa.

El deporte en Antioquia: más vocación que profesión

transporte y la inscripción, y nos exigían correr con la indumentaria de Antioquia y está bien, pero este año no he recibido apoyos, y también se me obliga a correr con dicha indumentaria, mostrando como si se me apoyase”.

Lo empresarial de las ligas

Las organizaciones privadas del deporte juegan un papel fundamental en el desarrollo del deportista y de la disciplina que este practique. Las ligas deportivas se definen como empresas –aunque algunas no lo sean– que trabajan por y para el deporte. Camilo Vélez, director de comunicaciones en la Asociación de Ligas Deportivas de Antioquia (Fedelian), asevera que no todas las ligas son empresas, porque no tienen una debida organización.

Y explica sobre las pretensiones de Fedelian: “Estamos tratando de que no sean ligas deportivas, sino empresas que trabajen para el deporte. La dinámica del mercado ha cambiado mucho, las ligas deben estructurarse mejor, deben apuntarle a otras cosas, tienen que cambiar su plan de desarrollo, si no tienden a desaparecer”. Existe una categorización en las ligas: grandes, medianas y pequeñas; estas categorías se definen de acuerdo con la popularidad del deporte que representen, agregó.

Santiago Aristizábal Pino, comunicador

43

organismos deportivos asocia Fedelian en Antioquia.

Apoyos económicos para deportistas

Dentro de los apoyos brindados a los deportistas del departamento, por Indeportes, en primer lugar está la categoría talento y reserva deportiva, que tiene un auxilio de transporte por \$200.000. En segundo lugar, la nacional, com-

puesta por los campeones nacionales y reciben un apoyo de \$650.000.

Luego está la categoría avanzada. Son los deportistas que compiten en el ciclo olímpico y reciben un soporte de

\$1.900.000. En cuarto lugar, está la categoría élite, que cuenta con Mariana Pajón, Caterine Ibargüen y Carlos Mario Oquendo. Todos ellos, antioqueños y medallistas olímpicos, reciben \$4.600.000 mensuales.

de la Liga Antioqueña de Fútbol (LAF) deja en evidencia lo mencionado por Fedelian: “Yo trabajo con el fútbol y aun así veo que hay muchas deficiencias, pero si me comparo con un man que practica judo me va a decir: ‘óigan a este, en fútbol la tienen toda, tienen todo el apoyo, tienen la televisión, tienen todo’. Y puede tener razón porque los del judo, los del tiro con arco, disciplinas menos populares, les toca más difícil en tema de apoyo”.

Es ahí donde Fedelian ejerce su rol como soporte para las ligas que más lo solicitan. Los apoyos van desde dinamizar la comunicación de la liga hasta brindar asesorías en la parte administrativa y de finanzas.

De esta manera, se puede ver que el posicionamiento que tenga la liga deportiva se convierte en una impronta para el desarrollo del deportista, pues a mayor popularidad mayor será el beneficio que brinden a los clubes y a posteriori a sus deportistas. Evidencia de lo dicho es la gestión realizada por las ligas de mayor alcance para conseguir patrocinios y convenios que se resumen en bajar costos de indumentaria y accesorios deportivos para los clubes.

Otros de los apoyos que brindan las ligas con mayor capacidad de gestión son asesorías y charlas dictadas por expertos en sicolología del deporte, con el fin de brindar un desarrollo integral al deportista.

Los agentes comerciales del deporte

Por otra parte, la empresa privada es uno de los agentes que interviene en el tema deportivo. “Ellos apoyan, pero muy poco al deportista, se dedican más a patrocinar eventos donde se lucran los organizadores mas no el deportista”, comenta Sergio Restrepo, quien coincide con Tito Fernando Ossa González, tenista, cuando este afirma que “la empresa privada prefiere apoyar el evento que le genere mucha publicidad, a menos que sea un deportista muy destacado y con mucha prensa”.

Los diferentes actores que intervienen en el tema deportivo colombiano, al momento de nombrar deficiencias, tienen un común denominador y es la falta de un ministerio para el deporte, pues aseguran que con la

existencia de este se vería un óptimo desarrollo. Sergio Restrepo hace hincapié en los impuestos y regalías que van a las entidades oficiales pues dice que se otorgaría, de manera más amplia, recursos para el deporte y señala el porqué es importante tener un ministerio del deporte: “Al haber un ministerio, ya se cuenta con recursos propios y tendría que haber una destinación específica mucho más grande del presupuesto del gasto público social”.

Otro aspecto controversial es la falta de profesionalización del deporte, el cual atribuyen a la manera como se ve a los entrenadores y encargados de la formación. Ceferino Ochoa, vocero de la Liga Antioqueña de Tenis (LAT), manifiesta que “los entrenadores, hasta el momento, no son profesionales protegidos por el Estado. Es un arte u oficio y cuando salga la ley del deporte y lo reglamente habrá un problema grave para quienes son empíricos, pero es necesaria porque le da estatus y protección a esta profesión, para poder acceder a una pensión y tantos otros derechos con los que no cuentan”.

También se pide un mayor acompañamiento mediático: “Si se pone huevo y no se cacarea, nadie se da cuenta. Es necesario que los medios de información y comunicación ayuden a dinamizar las otras disciplinas deportivas”, menciona Sergio Restrepo, aunque él reconoce que no hay ninguna intención de los medios en transmitir alguna disciplina deportiva en particular, solo por afinidad; así mismo, comenta que los otros deportes como el tenis, atletismo y baloncesto han ganado aceptación. Caso contrario piensa Ceferino, pues para él las afinidades por parte de los medios, definen a qué disciplinas se les da mayor prioridad.

El deporte en Colombia es una herramienta que viene en crecimiento pero que por algunas deficiencias en su estructuración no cuenta con un desarrollo consecuente con la calidad de deportistas que se forman.

“Estamos tratando de que no sean ligas deportivas, sino empresas que trabajen para el deporte”.

Factores como los sueldos inestables, riesgos sociales y falta de oportunidades educativas y laborales obstaculizan el diario vivir de los trabajadores informales.

Stefanía Zapata López

stefania.zapatalo@amigo.edu.co

Medellín ha sido catalogada por *The Wall Street Journal* y *Citi group*, organismos internacionales, como la ciudad más innovadora, sobresaliente por sus proyectos. El más reciente es el tranvía que se vincula al Sistema Integrado de Transporte. Pese a esto, no se presentan propuestas públicas eficientes para resolver la informalidad laboral. Esto se evidencia en el viaducto del Metro, entre las estaciones Prado y Parque Berrio.

También se refleja en personas como Rosario Liévano Jiménez, una ventera informal de 63 años, quince de los cuales, sentada en su silla de ruedas, los ha dedicado a la venta de dulces y minutos a celular en la comuna 13-San Javier de Medellín. Su jornada de trabajo es de 9:00 a. m. a 8:00 p. m. Su silla de ruedas enfrenta las condiciones del clima con una gran sombrilla. Con su chaza de dulces sobre sus piernas, colgando de una llanta; su cartel de minutos y tejiendo croché, Rosario espera quien acuda a comprarle algo.

Con el tiempo, a Rosario se le dificulta cubrir sus gastos: "Esto está invadido de todo y uno vende lo que puede; le digo que estoy alcanzada en el arriendo. Cada ocho días tengo que dar 120.000 pesos y es tan duro que no me da para pagarlos". La falta de un sueldo estable es una de las principales características del trabajo informal; a la situación de Rosario, se suma su difícil acceso a una pensión de vejez, si tuviera un trabajo formal, según lo establecido en la Ley 100 de 1993, a sus 55 años ella se habría pensionado.

Por otro lado, su situación de discapacidad le impide desenvolverse en otras labores. A diario tiene aprietos para llegar a su casa: "Tengo que buscar a la persona de buen corazón que me ayude. Hay unos que dicen que sí, otros no porque están de afán. Esto es muy verraco, es más duro que pedir limosna".

Lo difícil de la calle

Como Rosario, Jesús María López fue ventero informal. En sus 52 años de edad, dedicó siete al trabajo en la calle a las afueras de la Universidad Nacional y en el Centro de Medellín. Con un horario de doce horas, la venta de golosinas y programas para computador le dejaban a diario \$150.000. Para él su trabajo era un "negociazo", pero los problemas que tuvo con personal operativo de espacio público y su imposibilidad de acceder a un permiso hicieron que Jesús María lo abandonara.

Hace cinco años, Jesús trabaja para la empresa A&M Ltda. como auxiliar de topografía. Orgulloso manifiesta que lo aprendió empíricamente. Al comparar ambos trabajos, él prefiere el actual: "Es mejor estar así como estoy ahora, porque a uno obligadamente le sacan pensión, salud, y trabajando de cuenta de uno se descuida de todo eso". Aunque su sueldo no es como el

Informalidad: un rosario de inequidad social

Ocupados informales

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) considera como trabajadores informales a los empleados particulares y los obreros que laboran en establecimientos, negocios o empresas que ocupen hasta diez personas en todas sus agencias y sucursales, incluyendo al patrono y/o socio, los trabajadores familiares sin remuneración, los tra-

jadores sin remuneración en empresas o negocios de otros hogares, los empleados domésticos, los trabajadores por cuenta propia, excepto los independientes profesionales y los patrones o empleadores en empresas de diez trabajadores o menos.

La *Gran Encuesta Integrada de Hogares* comprendida entre junio y agosto

anterior, dice que con el millón que se gana vive más descansado.

Si bien es cierto que la actividad de Jesús María como ventero informal era un "negociazo", a la hora de cuestionarse si volvería a ejercerlo, sin repudio, asegura que no "la calle está muy dura y aquí no dejan. Siempre ha sido dura, sino que hay mucho desempleo y competencia. Ahora todo el que se queda sin trabajo piensa en poner un negocio en la calle".

Esa dureza se evidencia en otras condiciones. Según la Subsecretaría de Espacio Público y Control Territorial, se han encontrado estudios en donde las personas que están en la calle se envejecen el doble y son susceptibles a enfermedades respiratorias y en la piel por estar expuestos al sol y al agua.

A estas consecuencias se suman problemas sociales. Un estudio de la Universidad Santo Tomás, publicado en 2012 con el título *"El comercio informal en Colombia: causas y consecuencias"* (In Vestigium Ire. Vol.5), asegura que "de la informalidad sin control se deriva una serie de situaciones que terminan con la tranquilidad y seguridad ciudadana, valga decir: hurtos, invasión y fealdad del espacio público, expendio de alucinógenos, contaminación visual y auditiva y

también evasión de impuestos de industria y comercio".

Trabajo decente

El trabajo decente es un derecho constitucional y establece unas condiciones dignas; por ese motivo, la informalidad no se considera como tal. La Constitución Política de Colombia de 1991 establece en el artículo 25 que "el trabajo es un derecho y una obligación social y goza, en todas sus modalidades, de la especial protección del Estado. Toda persona tiene derecho a un trabajo en condiciones dignas y justas".

Para Carmen Lucía Tangarife, investigadora de la Escuela Nacional Sindical (ENS), el trabajo decente es "la posibilidad de una conciliación entre la vida laboral y familiar, tiene una protección social integral para el trabajador y de esta también puede gozar la familia". Con esta definición, Carmen Lucía enfatiza que no hay trabajo decente con la informalidad, al contrario, es un problema en el cual se está mostrando un déficit de trabajo para estas personas.

Oportunidades de fortalecimiento

Desde la Subsecretaría de Espacio Público, se realizan labores de fortalecimiento al emprendimiento a 10.655 venteros informales,

con permiso de trabajo en el espacio público en alianzas con el Banco de las Oportunidades. La Oficina Pública de Empleo es un intermediario para que los ciudadanos adquieran un empleo y talleres de orientación laboral, llevando su hoja de vida. Hasta el momento, alrededor de 1.500 personas accedieron a un empleo formal.

Natalia García, investigadora de la ENS, cuenta su experiencia con grupos de venteros informales, donde se abren ofertas académicas, pero frecuentan los niveles de deserción: "Son personas que tienen responsabilidades económicas fuertes, las familias son numerosas, tienen hijos desde muy jóvenes, viven el día a día y así las horas que dejan de trabajar para estudiar es tiempo que se resta a sus posibilidades de generar ingresos".

Medición de la informalidad

Según la primera edición de los *Cuadernos de Desarrollo Económico de la Secretaría de Desarrollo de Medellín*, publicado en 2013, "una de las razones que explica la informalidad es la falta de oportunidades académicas y laborales, lo cual induce a las personas al mercado de trabajo con el fin de obtener ingresos mediante la informalidad del rebusque para acceder a una canasta de bienes".

En Colombia, el Departamento Administrativo Nacional de Estadística, (Dane), es el encargado de medir los índices de informalidad. Para esto considera dos enfoques. El

primero se basa en empresas de hasta cinco trabajadores asalariados no registradas y ubicadas en actividades no agrícolas. El segundo es el empleo que no tiene en cuenta las prestaciones sociales que recibe el trabajador ocupado y su cobertura de seguridad social en salud y pensión.

Según el *Informe de Empleo Informal y Seguridad Social*, del trimestre de junio-agosto de 2015, Medellín es la segunda ciudad con menor índice de informalidad; no obstante, 769 mil ocupados informales de la ciudad y su área metropolitana, como Rosario, trabajan diariamente para mejorar sus condiciones de vida y contar con la oportunidad de encontrar un trabajo formal o por lo menos protección social.



El sector de Prado Centro es uno de los tantos lugares donde se evidencia la informalidad. Foto: Danilo Montoya.

Las artes escénicas: expresión, bienestar y terapia

“Se hace arte sin estigmas. Una propuesta que permite niveles de independencia y autodeterminación: ¡yo lo decido!, ¡yo lo quiero!, ¡yo lo hago!”.

Beatriz Duque, educadora especial y creadora de Teatro El Grupo.



Teatro El Grupo recibió por parte del Teatro de Envigado un homenaje por su trayectoria. Les han hecho reconocimientos por el trabajo a la inclusión y han recibido becas de creación, circulación y proyección. Foto: Carolina Londoño Saldarriaga.

Carolina Londoño Saldarriaga

carolina.londonoal@amigo.edu.co

Existen propuestas incluyentes en Medellín que le apuestan a la libre expresión y al bienestar de personas con síndrome de Down y con discapacidad cognitiva o motora.

Se estima que el número actual de habitantes en la ciudad es de 2'780.636, según el documento Medellín y su Población, publicado por la Alcaldía. El último censo acorde con el tema, titulado Encuesta de Discapacidad, fue realizado por la Secretaría de Salud de Medellín y arrojó como resultado a 47.252 personas, cifra dentro de la cual se encuentra la población con síndrome de Down.

Llamado también Trisomía 21, el síndrome de Down, según Camilo Ortiz Echeverri, especialista en pediatría y médico cirujano de la Universidad Pontificia Bolivariana, “se considera como la más frecuente anomalía cromosómica, pudiéndose presentar en uno de cada 800 recién nacidos vivos y está directamente asociada con la edad materna”. El especialista explica que las patologías presentes en personas con esta condición son: tendencia al sobrepeso, hipotiroidismo, cardiopatías congénitas, hipotonía, hiperlaxitud ligamentosa y retraso mental. En algunos es frecuente la depresión y la ansiedad.

Arte y bienestar

César Román Velásquez, de 35 años, es miembro de Teatro El Grupo. Antes de llegar allí, pasó por un momento difícil en su vida. Desde muy joven estuvo en contacto con el arte; asistió a clases de pintura en óleo y piano en la Escuela Superior de Artes Débora Arango, desde el 2003 hasta el 2007. Rocío Velásquez, la madre de César dice que, de un momento a otro, su hijo cayó en una depresión que lo afectó e interrumpió el proceso y la calidad de vida que él llevaba hasta ese día.

“Es difícil cuando la gente, el contexto, la familia no cree en ellos; entonces no les exigen como adultos, los tratan como niños, ahí hay una contradicción con el mundo”.

El Pediatra Camilo Ortiz afirma que las actividades multidisciplinarias que se dan en el teatro como la danza, la gesticulación y los procesos de memorización, estimulan diferentes funciones cerebrales como el lenguaje, la audición, y la motricidad. Considera al teatro como una excelente terapia.

El Grupo, escenario de la igualdad

Teatro El Grupo es ejemplo de lo que una agrupación de personas, motivadas por el amor y la libertad, pueden lograr. Nace en el año 2004 como propuesta artística independiente a partir de una experiencia pedagógica, realizada en el Centro de Servicios Pedagógicos de la Facultad de Educación en la Universidad de Antioquia. Hoy este proyecto lleva once años. Beatriz Duque, fundadora de Teatro El Grupo, estudió educación especial. Cursando la carrera, decidió que quería hacer arte; entonces se motivó a estudiarlo como otra alternativa.

Teatro El Grupo está conformado por diecisiete artistas con síndrome de Down,

en el 2009, César ingresó al colectivo El Grupo. Allí lleva seis años. “Le vi mucha rehabilitación, ya no es tan tímido ni malgeniado, se relaciona con sus compañeros, ya no lo veo aburrido o llorando como en algunas ocasiones lo llevé a encontrar, y está haciendo lo que le gusta”. La responsabilidad y la independencia son factores que adquieren los practicantes de teatro. “César se viste y se organiza solo; los muchachos mismos eligen y están pendientes de los vestuarios de las obras, no las mamás”, concluyó Rocío.

Para Rigoberto Pasos Vanegas, psicólogo de la Universidad San Buenaventura, la práctica del teatro desarrolla capacidades cognitivas y sociales, ayuda a encontrarse consigo mismo y a superar miedos. También asegura que “quien actúa aprende por ensayo y error; es en esos dos momentos en que aparecen la cognición y la reflexión”.

entre los 18 y los 40 años. Cada uno de ellos es autónomo, expresa su punto de vista y sabe llevar su vida. Santiago Moreno Alemay, actor de 32 años de edad, lleva ocho años en el teatro; lo enorgullece su independencia y expresa lo que significa el teatro para él: “felicidad”. Además, demuestra que la ciudad y su condición, no son barreras: “Yo cojo un taxi, cojo el Metro, soy miembro del grupo Scout 172 Amazonas, y también estoy en la Corporación Artesas”.

Paulina Zapata Gómez, actriz de 31 años de edad, es la actual pareja sentimental de Santiago Moreno. Para ella Teatro El Grupo es una experiencia “chévere”, donde comparten alegrías y tristezas. Tiene la certeza de que una habilidad lleva a otra; hace algún tiempo quiere obtener un papel que le permita cantar y mostrar la capacidad vocal que el teatro le ha ayudado a explorar.

Algunas de las obras que han realizado son: Romeo y Julieta (obra de Shakespeare); Olowayli y el Rey de los Pájaros (a partir del texto de Javier Carbonero); Alicia, el musical (textos de Lewis Carroll); Amores Imposibles (obra de la vida de los miembros, donde se representa el amor, lo que

ellos piensan y sienten). Estas creaciones artísticas las muestran en escenarios como el Teatro Municipal de Envigado. Además, Beatriz cuenta que han tenido la oportunidad de participar en festivales internacionales en Chile y Bolivia. Actualmente, ensayan en el Centro Cultural de la Facultad de Artes de la Universidad de Antioquia, y tienen planeado viajar a México en diciembre de 2015 a un festival teatral al que están invitados.

Educando para la diferencia

Según Beatriz Duque, la población con síndrome de Down ha sido estigmatizada y subestimada por años. Parte de la sociedad tiene la idea de que las personas con este síndrome son “diferentes”; piensan que su trato debe ser distinto y que se les debe exigir menos. Por eso dudan de su papel en la sociedad, sin tener en cuenta que su mente y su capacidad no tienen límites. Duque reitera que “son seres humanos con dificultades normales, con egos, con miedos, con rabias; pero también con mucho amor, con mucha motivación, con mucha dedicación y disciplina. Es difícil cuando la gente, el contexto, la familia no cree en ellos; entonces no les exigen como adultos, los tratan como niños; allí hay una contradicción con el mundo”.

Líderes como Luz Myriam Sastoque, creadora de la Fundación Funindown, de Barranquilla, resalta la importancia de educar a las nuevas generaciones sobre estos temas. Ella hace campañas de sensibilización en las redes sociales; visita algunos colegios y empresas, con el fin de que se conozca “lo que son estas personas, pues la ignorancia, con respecto a esta condición, es lo que genera el rechazo”.

Pensando en ellos

Proyectos como Teatro El Grupo; la Corporación Artesas (que tiene programas de danza, expresión corporal, artes plásticas, música, entre otras actividades); la Fundación El Ágora, de Envigado, a la cual Rocío Velásquez, madre de César Román (miembro de Teatro El Grupo), se refiere como una fundación que los tiene satisfechos, y la Corporación Artística Azul Ilusión (propuesta musical), tienen en particular que son espacios donde se fomenta la libertad y el potencial del talento de las personas en situación de discapacidad.

Otras experiencias

Propuestas de esta índole también se dan en otras regiones del país. Belly Down es un grupo de danza árabe de Cali que participa en actividades culturales en varias ciudades colombianas. La Fundación de Desarrollo y Bienestar para las Personas con Síndrome de Down (Funindown) es un proyecto que se realiza en Barranquilla desde 2012 bajo la dirección de Luz Miryam Sastoque.

Según ella, su labor radica en fortalecer y desarrollar las aptitudes artísticas de las per-

sonas con discapacidades. Trabaja para crear artistas con disciplina e integridad.

Rigoberto Pasos Vanegas, psicólogo de la Universidad San Buenaventura, por su parte, destaca la formación de estos espacios; los considera básicos y necesarios, puesto que permiten a las personas librarse de emociones, situaciones y conflictos reprimidos, además de entrenarlas para enfrentarse a la vida: “Enseñan a hacer de las dificultades verdaderas posibilidades de desarrollo personal, familiar, académico y social”.

Alcanzar una salud mental óptima es una de las claves para cultivar la felicidad, y esta se relaciona con un estado de salud integral que incluye las dimensiones física, mental, emocional y espiritual.

Manuela Alejandra Hoyos Álvarez

manuela.hoyosal@amigo.edu.co

Emanuel, un niño de cinco años, sintió miedo y unas profundas ganas de llamar a su madre cuando un adolescente con problemas de salud mental lo violó en su casa. Aparte de ellos dos, no había nadie más en el lugar, fue entonces cuando aquel joven aprovechó el momento.

El psicólogo Juan Diego Huertas explica que la violación en un niño puede afectar varios aspectos de su vida, psicológicos y sociales, causando un trauma permanente. También resalta que las consecuencias recaen en la familia y que a estas personas se les debe brindar un apoyo integral en cuanto a terapias psicológicas y psiquiátricas.

“Desde ese día nada volvió a ser lo mismo. Empezó mi lucha, fui a un centro hospitalario y los doctores miraron mi niño y notaron que su pene estaba hinchado y rojo, también me dijeron que su ano había sido penetrado. Luego de esto fui a la Fiscalía y puse la denuncia. En el hospital además de brindarle los primeros auxilios, de inmediato me dijeron que debía empezar junto con mi hijo terapias psicológicas, porque estos abusos causan grandes traumas”, relata la madre.

Luego de varios análisis psicológicos y psiquiátricos, concluyeron que Emanuel tenía varios trastornos de personalidad por causa del abuso sexual. Padecía déficit de atención e hiperactividad, trastorno de estrés post traumático, trastorno afectivo bipolar y conducta opositora desafiante, siendo este último un método de defensa post traumática, manifiesta Claudia Álvarez, la madre.

Otros causantes de trastornos psiquiátricos

“Quería escapar de la realidad, me sentía una mala persona, le ocasioné gran dolor a mi familia, los dejé sin casa, y todo por no hacerle caso a mi mamá. Ella me decía que esas amistades no me convenían, pero yo no presté atención y caí en el mundo de las drogas”, cuenta María Álvarez, quien enfrentó problemas de salud mental.

Con nostalgia, María reconoce que cometió grandes errores que no solo la afectaron a ella sino a toda su familia. “Luego de caer en la droga, empecé a desarrollar cáncer en los riñones, ahí sí que empeoró mi situación. Inicié los tratamientos adecuados, pero en medio de mi depresión lo único que pensaba era en morirme. Entonces al tener un dolor tan fuerte me mandaron Tramadol una medicina para calmar los síntomas. Cuando me di cuenta que esta droga me dopaba, iba mucho al hospital para que me mandaran más pastillas. Me inventaba que tenía dolores insoportables, pero todo esto lo hacía porque no quería vivir, no quería ver más a mi madre llorar”, atestigua.

Su madre, Carmen Londoño, dice: “Pero yo me di cuenta de todo y un día la acompañé a una cita que tenía y los doctores dijeron que el tumor había desaparecido por completo, que ella lo que tenía era problemas mentales graves y que había



Una situación traumática en la niñez puede afectar de por vida el desarrollo de una persona. Foto: Andrea Villa.

Salud mental restaurada, vidas recuperadas

12

de cada 100 adolescentes tienen algún problema que advierte una enfermedad mental, según la Encuesta Nacional de Salud Mental 2015.

utilizado esa enfermedad como un método de manipulación. El médico remitió a mi hija con el psicólogo para empezar terapias, porque le diagnosticaron depresión severa y, con el psiquiatra, para que cortara de raíz el daño que le había ocasionado el consumo excesivo de la morfina y de Tramadol”.

Ana María Acevedo Gómez, psicóloga del Centro de Atención a Drogodependencia en Envigado, explica que “cuando una persona tiene un consumo de droga muy elevado es remitida a un psiquiatra, porque debe tener un tratamiento médico para el síndrome de abstinencia, ya que su vida corre riesgo. Cuando una persona es adicta, es muy normal que se les detone un trastorno de personalidad, por eso se empieza a ver que se vuelve disfuncional en todas las áreas de su vida, por lo cual es conveniente internarla e intentar mantenerla la mente ocupada haciendo deportes o artes”.

Según el libro de la Organización Mundial de la Salud *Plan de Acción para la Salud Mental 2013-2020*, los trastornos mentales influyen a menudo en otras enfermedades tales como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares o la infección por el VIH/sida, y se ven influidos por ellas, por lo que requieren servicios y medidas de movilización de recursos comunes.

Tratamientos restauradores

Luego de los diagnósticos, Emanuel recibió una ayuda completa en cuanto a terapias para recuperar su salud mental. “Lo interné en una entidad sin ánimo de lucro, especializada en trastornos graves de personalidad. Allí lo atendieron muy bien, a nosotros los padres de familia nos daban “escuela especial”, nos enseñaban cómo tratar a estas personas. Pienso que he recibido gran apoyo y puedo afirmar que mi hijo se encuentra mucho mejor y para el próximo año volverá a estudiar como de costumbre”, expresa Claudia Álvarez.

En el caso de María Álvarez, después de haberle diagnosticado depresión severa, los especialistas le ofrecieron distintas

alternativas para su recuperación. Entre ellas estaba internarla por seis meses en un centro de salud mental con especialidad en farmacodependencia. Ella y su madre tomaron la decisión de que se sometería a la ayuda brindada, entonces se internó y en su proceso de recuperación tuvo acompañamiento constante por parte de trabajadores sociales, psicólogos y psiquiatras.

La trabajadora social Yeraldín Peña de la Universidad de Antioquia sostiene que “hay nuevas alternativas para el tratamiento de pacientes con problemas de salud mental, no se trata solo de darles medicamento y mantenerlos dopados, es también ofrecerles un acompañamiento y hacerlos reconocer que son sujetos de capacidades, que ellos pueden transformar su realidad, ayudarlos a confrontar las situaciones de crisis”.

El objeto de la Ley 1616 del 21 de enero de 2013 es “garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social

“Emanuel actualmente se encuentra en terapias con especialistas, su transformación al pasar el tiempo ha sido satisfactoria”.

María ha vuelto a reír, se esmera por quitarle esa decepción que le causó a su madre, es reposera profesional y su orgullo es decir que salió de las drogas, que se recuperó de la depresión. “Yo intento cada día esforzarme al máximo en todo, lo que viví dejó huellas imborrables, pero con la ayuda oportuna de profesionales y el apoyo de mi madre, logré salir de ese oscuro mundo”, concluye.

Colombia cuenta con ley para la salud mental

La garantía al derecho a la salud mental de los colombianos, a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud, es el objetivo que promulga la Ley de Salud Mental 1616 de 2013, sancionada por el Presidente de la República, Juan Manuel Santos.

“El derecho a la atención oportuna y digna, bajo los preceptos positivos de

salud mental, salud integral y Atención Primaria en Salud para responder a las necesidades y demandas poblacionales, son algunos de los aspectos a destacar de la Ley de Salud Mental”, aseguró el coordinador del Grupo de Salud Mental del Ministerio de Salud y Protección Social, Aldeamar Parra Espitia. En el contexto de la polí-

tica se promoverá que las personas con problemas mentales, sus familias y las comunidades sean involucradas en el manejo de dicho problema, reconociendo también el papel crucial del cuidador en el manejo de la persona con trastorno mental y las necesidades de los cuidadores para que cumplan de manera adecuada su papel.

“En este mundo vale más la productividad que la vida misma”.
Mónica Duque Mejía,
psiquiatra.

Álvaro Hernando Medina Mejía

alvaro.mediname@amigo.edu.co

El mayor Jaime Puentes* vio de nuevo a niños caminando con armas. Estaba sudoroso y preocupado por la pistola que había perdido. Era un blanco fácil para los combos del sector. Escuchó entonces una voz que le dijo: “Despierta que tienes un mal sueño”.

El exoficial de 41 años de la Policía Nacional, Jaime Puentes, jubilado hace dos meses por la institución, fue el comandante de la Estación de San Javier en la Comuna 13 hace cinco años y tiene constantemente este tipo de sueños, aunque no con la misma frecuencia. Una psiquiatra le diagnosticó trastorno de sueño, tras haber presentado este problema desde hace doce años aproximadamente. Él se dedica en la actualidad, entre otras cosas, a solicitar de nuevo que se analice su caso, pues su problema de salud mental y el de su enfermedad de hernias discales, no fueron calificados como enfermedades laborales dentro del régimen especial que cobija a los militares, según los médicos especialistas.

El caso del mayor Puentes fue contemplado en el Informe de Política Nacional de Salud Mental para Colombia del año 2014, que presentó el impacto psicológico de la violencia en el país como uno de los factores clave que afectan a la mayoría de personas: “El enfoque psicosocial reconoce los impactos psicológicos y sociales derivados de la violación de derechos en el contexto de la violencia por conflicto armado en Colombia (Ministerio de Protección Social, 2004)”.

Sobre la salud mental en Medellín

La médica Mónica Duque Mejía, quien trabajó en el Hospital Mental de Bello y en la Clínica Sameín de Medellín, entre otras, explicó sobre la relación entre el trabajo y el bienestar mental de los ciudadanos: “En los estudios que se hacen de salud mental no se tiene suficientemente en cuenta el factor laboral. Van a ver en el estudio de salud mental del CES y en la política nacional de salud mental que los referencian diciendo: ‘Y el trabajo es importante’, pero no dicen de qué manera, no profundizan”.

El Primer Estudio Poblacional de Salud Mental Medellín, realizado por la Universidad CES, de la mano de la Universidad de Harvard, durante los años 2011 y 2012, indicó que “el Banco Mundial ha estimado que los trastornos mentales son responsables del 8,0 % de los años de vida saludable perdidos, proporción mayor que la atribuida al cáncer (5,2 %) o a las enfermedades cardiovasculares (2,6 %)”.

Francisca Echeverri Harry, médica y psiquiatra, expuso su perspectiva sobre la situación actual de la salud mental en la ciudad: “Más o menos el 60 % de los habitantes del Área Metropolitana se encuentran en algún proceso de salud mental”. La profesional comentó, además, que Medellín es la ciudad con más cuadros de depresión en adultos. La situación se hace más compleja en casos como el del mayor Puentes, que no concilia el sueño fácilmente, o el de otros

8%
de los años de vida saludable perdidos son atribuidos por el Banco Mundial a los trastornos mentales, proporción mayor que la atribuida al cáncer.

de las ocho horas diarias”, agregó.

Por su parte, el mayor Puentes explicó la relación entre su trabajo y su salud: “Hay una conexión entre el trabajo y las enfermedades que tengo hoy. Puede influir en lo sicológico debido al cumplimiento del trabajo, a los horarios, a la problemática social que se ve; igualmente, a las exigencias por parte de los altos mandos. El estrés era alto. Aún lo viven los otros compañeros”. Recordó que llegó a trabajar turnos de veinte horas.

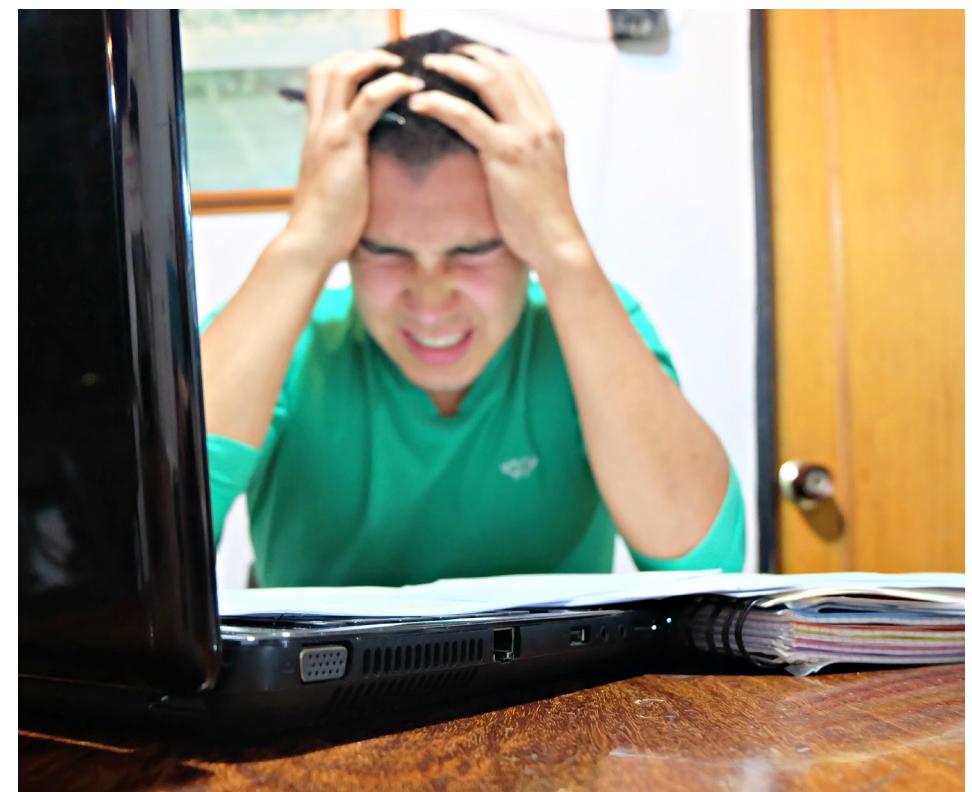
Las fuentes especializadas citadas coincidieron en que el estrés laboral “es un tema cultural”. Se está viendo como un fenómeno normal porque las empresas están exigiendo más tiempo de trabajo a sus empleados. Algunos se sienten mal o los hacen sentir mal cuando salen a la hora indicada de su trabajo, comentan las fuentes. Y aunque en casos como el de Yaned Medina Bedoya, auxiliar de la Clínica Odontológica Innova, quien reconoce que su empresa es como

“La gente se resiste a que lo diagnostiquen con una enfermedad de tipo mental. Sigue por ejemplo que si uno tiene una entrevista, posiblemente no lo contratan. No le dicen, pero no lo contratan”.

Suele pasar que la mayoría de personas remitidas a un psiquiatra dicen: “¿Por qué?, si yo no estoy loco”, como lo afirma Jaime Londoño Pimienta, médico y gerente del Centro de Investigaciones Médicas de Antioquia (Cima): “La gente se resiste a que lo

En el Primer Estudio Poblacional de Salud Mental Medellín 2011-2012, realizado por la Facultad de Medicina de la Universidad CES, se presentó la “Distribución porcentual de las diez primeras causas de consulta externa por trastornos men-

tales y del comportamiento (RIPS)”, Medellín, año 2010. Según el estudio, “los diagnósticos relacionados con depresión y ansiedad, seguidos de los trastornos de ansiedad no especificados son los más frecuentes en la consulta externa”.



La relación entre el ámbito laboral y la salud mental es un tema del que falta mucho por explorar. Foto: Andrea Villa.

una familia y que se siente bien allí, manifiesta vivir estresada todo el tiempo: “Así soy yo”. Su trabajo le demanda demasiado.

Una problemática oculta

La influencia de los factores laborales en la salud mental de los trabajadores es un tema difícil de abordar. Se deben evaluar estos casos con especialistas que profundicen en el tema, pues en salud mental

y bienestar laboral no hay casi información, así lo expuso Sandra Angulo Espinosa, médica coordinadora de Riesgos Profesionales de la Universidad CES, miembro del Comité Nacional de Riesgos Laborales del Ministerio de Trabajo, quien afirmó que Colombia es referente internacional en riesgos laborales: “El estrés en general depende mucho de la personalidad. Separar el tema personal, familiar y laboral es muy complejo. El ser humano es integral”.

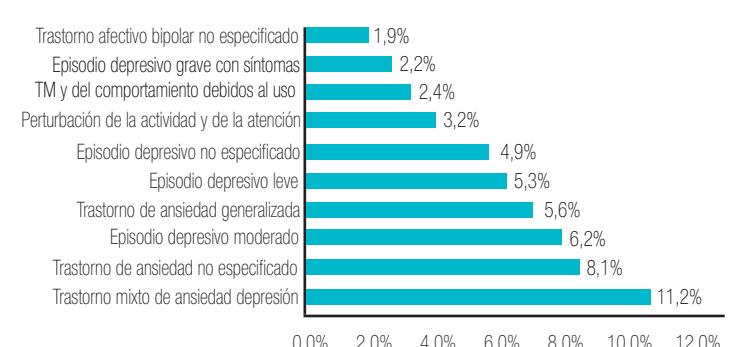
diagnostiquen con una enfermedad de tipo mental. Sigue por ejemplo, que si uno tiene una entrevista, posiblemente no lo contratan. No le dicen, pero no lo contratan”.

Por otro lado, la doctora Duque, magíster en Terapia de Pareja y de Familia, hace además un llamado de atención para el fenómeno de las madres cabeza de familia, pues a través de sus consultas ha visto cómo la mayoría de sus hijos adolescentes tienen tendencia parasuicida. Ellas no tienen tiempo, y en las empresas se vuelve complicado pedir permisos para llevar a sus hijos a una consulta o llegar temprano a casa. Comentó también que “hay una mayor prevalencia de trastornos mentales en las mujeres, sobretodo, trastornos de ansiedad, y esto lo evidencia el Primer Estudio Poblacional de Salud Mental en Medellín”.

Si la ciudad no hace un exhaustivo examen y valoración del estado de la salud mental, la calidad de vida de los ciudadanos se irá deteriorando y complicando. Las fuentes entrevistadas validan la idea de que el origen de la mayoría de las enfermedades en la ciudad y en el país son de carácter mental. Mientras tanto, el Mayor Puentes seguirá buscando su arma en los sueños y seguirá esperando que estos desaparezcan algún día.

*Nombre cambiado por petición de la fuente.

Principales causas de consulta externa por trastornos mentales y de comportamiento



Arte y cultura para el desarrollo turístico de San Pedro de los Milagros

Juliana Yepes Muñoz

juliana.yepesmu@amigo.edu.co

Al municipio de San Pedro llegan aproximadamente entre 600 y 800 visitantes mensuales, razón por la cual la Alcaldía ha pensado en nuevas alternativas de turismo, aparte del religioso y el lácteo. En ese sentido, la Administración Municipal ha implementado "Cultura al Parque", un proyecto artístico que se desarrolla los últimos domingos de cada mes en la zona urbana, en el que participan niños y jóvenes, guiados por promotores de expresiones artísticas, como la danza clásica, los bailes populares, las artes plásticas, las chirimías, el teatro, los coros y las cuerdas, entre otros.

"Lo que se busca con este proyecto es mostrar los procesos culturales que se viene realizando en las diferentes áreas o disciplinas; además, se busca establecer un marco de beneficios socioeconómicos, precisamente para las personas menos favorecidas y que necesitan de instrumentos de dinamización en su evolución económica y social", asegura Dora Avendaño, coordinadora de Cultura del Municipio.

De hecho, Liliana Londoño, administradora de empresas turísticas de San Pedro, explica que "el turismo en una región es importante porque ayuda a dinamizar la economía de un sector, brindándole alternativas diferentes a los habitantes del territorio. Además es incluyente para el cuidado y la protección del medio ambiente, siempre y cuando se desarrolle con total responsabilidad y de acuerdo a las normas y leyes establecidas. Además, ayuda a que el territorio sea reconocido a nivel regional, nacional e internacional".

La cultura es un fenómeno común en todos los seres humanos, pues todos y cada uno, al vivir en sociedad, aprenden lo que viene de generaciones anteriores y con ese conocimiento se puede contribuir a que la cultura siga creciendo y perviviendo. Sin embargo, la cultura también diferencia a cada grupo social, porque construye sus propias representaciones culturales de acuerdo a sus preferencias, sus intereses, sus miedos, sus inquietudes, expresa Érica Yepes, promotora de Cultura del Municipio.

Por su parte, Jhorman Tamayo, participante de Cultura al Parque, asevera: "Para mí es muy conveniente que se hagan estas actividades en el municipio, pues es muy buen ingreso económico, tengo reconoci-

El turismo en una región es importante porque ayuda a dinamizar la economía de un sector, brindándole alternativas diferentes a los habitantes del territorio".



El arte y la cultura son factores importantes para el desarrollo turístico de una región. Foto: Juliana Yepes.

miento y admiración; pero lo más importante es que es una vocación, que en momentos de estrés me ayuda a calmar las ansias, angustia y la tristeza".

Sin embargo, uno de los problemas que más aqueja al turismo en el municipio de

San Pedro es la falta de voluntad política, pues según Marta Nelly Cardona Tobón, fundadora de la Corporación Turística del Norte, en los 20 años que lleva viviendo en el municipio, no ha visto que alguna administración brinde los recursos necesarios para que el pueblo se desarrolle en el ámbito del turismo, el cual es tan importante en una región para el desarrollo socioeconómico.

A lo anterior se suma que el municipio solo está preparado en un 44 % para recibir a los visitantes, de acuerdo con un diagnóstico realizado por los estudiantes de turismo de la institución universitaria Colegio

Mayor de Antioquia. De hecho, una de las visitantes de San Pedro, María Sosa Marín, residente de Envigado, asegura que a este municipio del Norte antioqueño le hace falta mejorar la infraestructura turística y las

actividades: "Sería bueno que hubiese un plan de diversión en el mismo municipio, donde los turistas se integren más con la misma comunidad".

Turismo depredador

No obstante, se debe considerar que aunque hay pocos recursos, el Municipio ha tratado de satisfacer las necesidades de los turistas con eventos y programas de cultura y emprendimiento, pero no todos los turistas han sabido responder, debido a que dejan las calles y aceras llenas de basuras y hacen daños en algunos establecimientos abiertos al público; situación que genera contaminación visual y ambiental, que deja como consecuencias que los demás visitantes no se sientan acogidos por un "municipio falso de sentido de pertenencia", como indica Marta Nelly Cardona Tobón, fundadora de la Corporación Turística del Norte.

Aunque Luz Mariana Ríos Múnera, propietaria del Jerez del Caballero, un restaurante ubicado cerca del parque principal, indica que sus ventas se han incrementado un 40 % desde que hacen eventos para entretener a los turistas, explica que hace falta

44
kilómetros
separan a
San Pedro
de los
Milagros de
Medellín.

Medellín, noviembre de 2015 / vigesimano novena edición

San Pedro de los Milagros está ubicado en la subregión Norte antioqueño. Tiene una población de 26.592 habitantes y una temperatura media de 16° centígrados. Se encuentra a 44 kilómetros de Medellín. Su extensión es de 229 kilómetros cuadrados, y tiene una altura sobre el nivel del mar de 2.475 metros. El gentilicio de sus gentes es: sampedreños o sanpedrenses.

Lugares y fiestas para descubrir en San Pedro de los Milagros

Los sitios más relevantes del turismo religioso y natural son: la Basílica del Señor de Los Milagros, al que viajan peregrinos que han hecho promesas; y, en el caso del turismo natural, los Llanos de Ovejas, que se caracterizan por un paisaje que permite observar el contraste entre el azul y verde de las regiones, junto a los hatos lecheros que representan la zona.

El municipio es conocido por la diversidad de sus celebraciones, como la Fiesta del Señor de los Milagros, que se lleva a cabo en mayo; la Fiesta de la Leche y sus Derivados, que se celebra en julio; la Semana Santa y el Concurso Nacional del Bambuco, John Jairo Torres de La Pava, en el que pueden participar artistas en las modalidades de solistas, duetos y parejas de baile.

que los peregrinos, además de conocer, inviertan más en los productos tradicionales del municipio para aumentar los ingresos económicos.

Por otra parte, algunos turistas han manifestado que "hace falta que en el municipio brinden más contenidos acerca de los sitios turísticos, aunque hay un PIT (punto de información turística): A mí, como visitante, me gustaría tener más información sobre estos, debido a que en todos los sitios no hay un guía que explique o atienda mis dudas sobre el lugar visitado", comenta Claudia María González, visitante del municipio.

Lo que está por venir

El Norte antioqueño, en especial San Pedro de los Milagros, se ha sabido ganar el nombre de anfitrión del turismo religioso y natural, pues en 2013, en un proyecto que desarrolló la Gobernación de Antioquia, logró unir a seis municipios aledaños con el fin de aumentar el turismo en la región. El proyecto fue llamado La Ruta de la Leche, La Trucha y el Buen Gourmet, el cual es punto de partida para que la próxima administración, que gobernará entre 2016 y 2019, destine el suficiente presupuesto para lograr que el turismo, en especial el cultural, siga creciendo.

Gabriel Jaime Bermúdez, promotor cultural, dice que para él es sumamente importante que el arte y la cultura se tengan en cuenta para otros proyectos futuros, porque "es la forma más clave en la que se puede integrar al municipio con las personas de afuera y de la misma comunidad y porque, si se reúne el arte y la cultura en pro del turismo, se va mostrar la calidad y variedad de talento que hay en el pueblo".

El turismo se puede denominar como una manifestación sociocultural, como lo destacó el periódico El País (Cali) en 2011, cuando aseveró que "gracias al turismo, cada ser humano puede conocer de cerca y en vivo otras culturas, otras sociedades, otras formas de vivir y otros ambientes geográficos". Aunque todo esto puede conocerse a través de enciclopedias, mapas y fotos, es solo por medio del turismo que las personas pueden interactuar directamente con esas realidades diferentes a las que se acostumbran a experimentar, pudiendo así enriquecer su conocimiento.

En cuanto al crecimiento turístico y de cultura, aún no se tiene nada escrito, puesto que, según Bibiana María Bedoya, secretaria del Concejo, no se ha dado el presupuesto para ello, porque solo hasta noviembre se aprobará el presupuesto del 2016 de San Pedro.

Sin embargo, se aspira a que el municipio no solo se enfoque en el turismo religioso y natural, si no que se fomenten otras clases de turismo, en especial el cultural, porque este es el que los visitantes más buscan para divertirse, manifiesta Liliana Londoño Londoño, administradora de empresas turísticas.

“El agua salubre y accesible es importante para la salud pública, ya sea que se utilice para beber, para uso doméstico, para producir alimentos o para fines recreativos”, Organización Mundial de la Salud (OMS).

Andrés Felipe Taborda Arboleda

andres.tabordaar@amigo.edu.co

Cristian Camilo Calle Vélez

cristian.calleve@amigo.edu.co

Según la Secretaría de Infraestructura de la Gobernación de Antioquia, actualmente hay una cobertura de agua potable en el 45 % de zonas rurales pertenecientes al departamento. Además, el cubrimiento de alcantarillado y saneamiento alcanza un 35 % del mismo sector. Municipios como Titiribí y Concordia no cuentan aún con sistemas para la purificación de este bien natural en la mayor parte de sus veredas, por ende, la población se ve obligada a generar alternativas frente a este déficit.

Concordia y Titiribí están ubicados a una distancia de 97 y 62 kilómetros, respectivamente, hacia el Suroeste de la capital antioqueña. El primero tiene veinticuatro veredas, de las cuales veintitrés gozan de acueductos veredales y solo cuatro de estos están acompañados por plantas de tratamiento que permiten la potabilización del agua, pero no son funcionales, según información brindada por Jhon Arley Gallego Villegas, promotor de desarrollo comunitario de la Secretaría de Salud de Concordia, y Frank Guillermo Balzac Benjumea, técnico operativo de la Unidad Municipal de Asistencia Técnica Agropecuaria de Concordia (Umata). Caso similar ocurre en el segundo municipio, donde solo siete de las veintiuna veredas existentes poseen agua potable, dato ofrecido por Gilberto De los Ríos Carvajal, director de la Umata de Titiribí.

Legalizar el sistema

A pesar de que en la sentencia T-740/11 de la Corte Constitucional de Colombia se habla de la obligación que tiene el Estado para garantizar disponibilidad, accesibilidad y calidad del servicio del agua, De los Ríos afirma que Titiribí no cuenta en su totalidad con este recurso purificado porque los procesos para la implementación de plantas de tratamiento necesitan requerimientos legales y estudios previos en los puntos críticos de las veredas, y Gallego, expresa que desde la Administración Municipal se están legalizando los veintitrés acueductos veredales de Concordia “(...) ya que esta es una forma de presionar para que gestionen que esos acueductos tengan plantas potabilizadoras de agua”.

Por su parte, Euler Alexander Montoya, gerente de la Empresa de Acueducto y Alcantarillado El Volcán (Epavol), sector de Titiribí, expone que a pesar de carecer de agua potable, se ha trabajado desde la Alcaldía para la implementación de la planta de tratamiento dentro de su vereda. “Este año que entra (2016) está en proceso la adquisición de una planta para el acueducto porque nosotros no tenemos todavía recursos para comprarla”, agrega Montoya.

Colombia es un país que cuenta con variadas condiciones topográficas y culturales que representan un desafío para el aprovechamiento de los recursos hídricos de una manera tratada. Con el tiempo, la calidad en el servicio de agua po-

El agua: un recurso natural no potable para todos



Los ciudadanos de las zonas rurales sostienen una lucha permanente por acceder al agua potable. Foto: David Ochoa Tobón.

table ha aumentado significativamente; sin embargo: “(...) lo verdaderamente difícil aquí es fomentar la cultura de que en el campo hay que pagar”, anota Jhon Arley Gallego.

Alternativas de purificación

Antes de contar con plantas para el tratamiento del agua, los pobladores de algunas de estas zonas debían generar alternativas que permitieran adquirir el sustento fluvial. Tal es el caso de Virgelina Quiroz, habitante de la vereda El Volcán, y Eliecer Quintero, residente de la vereda Caunzal de Concordia, quienes manifiestan haber enfrentado esa situación: “(...) el agua llegaba mucho más contaminada. Había que quitarle los sucios más grandes y aunque al hervirla no quedaba del todo potable, se acababa consumiendo así”, relata Quintero. Por su parte, Quiroz manifiesta que “(...) había que extraer el agua de un pozo por medio de un ariete y la cargábamos hasta la casa para poder utilizarla”.

Si bien es cierto que con el paso del tiempo han evolucionado los procesos para la distribución y el tratamiento de este recurso, el hecho de contar con un agua completamente apta para el consumo humano dentro de algunas veredas exige generar otro tipo de acciones, por ejemplo,

aplicar unas pocas gotas de hipoclorito de sodio (cloro) para combatir los microorganismos, comprar botellas de agua comercial o, simplemente, dejar reposar el agua cuando llueve muy fuerte o llega turbia. “La recomendación que da el hospital es coger cien partes de este hipoclorito de sodio para echarle al agua, es decir, un centímetro por litro”, agrega Balzac.

Estos procedimientos son muy diferentes a los que se evidencian en una planta, en donde se utiliza sulfato de cobre para eliminar las impurezas, después se pasa el agua por cloro y posteriormente por varios filtros para final-

mente distribuirla en el lugar, evitando así el surgimiento de problemas en la salud.

Enfermedades por deficiencias en los procesos

Edgar Alberto Cadano Londoño, gerente en sistemas de información en salud de la Secretaría de Salud de Concordia, apunta que las enfermedades que se pueden dar en los municipios por falta de agua potable son las denominadas Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) que se presentan en el transcurso del periodo epidemiológico. Por medio de un estudio del Hospital San Juan de Dios de Concordia y el Centro Médico Odontológico del mismo municipio, se evidenciaron 379 casos acumulados de EDA en el transcurso del año, de los cuales 107 se han dado tan solo desde el veintiuno de junio al quince de agosto, último periodo de vigilancia epidemiológica. Por otro lado, desde la Secretaría de Salud, Bienestar Social y Desarrollo a la Comunidad de Titiribí se evidencia una reducción en los casos de EDA desde que algunas veredas cuentan con una planta de potabilización, puesto que hasta el mes de septiembre del pasado año se presentaron 327 casos y en comparación con el actual, tan

solo 286, una reducción del 12,5 %, según Mónica Milena Pareja Rodríguez, tecnóloga en sistemas de información en salud.

Con respecto a lo anterior, Cielo María Rivera Diosa, Líder de la Junta de Acción Comunal de la vereda Monteabajo de Concordia, establece que “(...) sí se han presentado enfermedades porque hay unas fuentes que nacen muy contaminadas y han generado diarreas, gastroenteritis y molestias en el estómago”.

Responsabilidad de las entidades

Paola Andrea Maya Ortiz, gerente general de las Empresas Públicas Municipales de Concordia (EPM), aclara que el tema de potabilización en el área rural no es un tema directo que compete a la entidad porque “(...) nosotros somos prestadores de los servicios públicos domiciliarios de acueducto, alcantarillado y aseo en la zona urbana del municipio”. Agrega que los acueductos veredales son manejados por unas juntas de acción comunal, también conocidas como asociaciones de acueductos, o juntas locales de cada vereda: “(...) entonces ellos son autónomos de administrar su acueducto, establecer sus propias tarifas y mediante estatutos, crear su propio cobro”.

Por el momento, la población sigue a la espera de proyectos que abastecan y cubran esta necesidad, mientras continúan con el aprovechamiento de los recursos hídricos que poseen.

Financiación para la potabilización del agua

Con la ayuda de las alcaldías y en el caso de Concordia, en asociación con el Comité de Cafeteros, la creación de plantas de tratamiento y acueductos veredales es una realidad.

En Titiribí, con apoyo del Plan Maestro de Acueducto y Alcantarillado y un orden estructural que deben poseer desde una junta administradora para que maneje y haga autosostenibles las plantas, se ha potenciado este servicio. Para con-

tar con este sistema de tratamiento fue necesario poseer un capital, del cual la Umata afirma que de los 20 millones de pesos, dieciocho son financiados por la Alcaldía, es decir el 90 %, y el otro 10 % es aportado por la misma junta.

Caso contrario a lo que ocurre en Concordia, donde gracias al dinero aportado por el Municipio y el Departamento se trabaja en los acueductos veredales con el fin de purificar los nacimientos hídricos.

La polución no permite que en Medellín se respire “vida”

Santiago Rendón Londoño

santiago.rendon@amigo.edu.co

En 2014, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó un informe sobre la contaminación del aire en diversas ciudades del mundo, en el cual Medellín ocupa el noveno lugar entre las urbes más contaminadas en el ámbito continental. Desde el Área Metropolitana del Valle de Aburrá, autoridad ambiental de la ciudad, se identificó que el 80 % de la contaminación del aire en la capital antioqueña es causada por los automotores.

La polución es un tema de impacto global, pues es causante de siete millones de muertes al año en el mundo, según el informe presentado por la OMS en marzo del año pasado. El alto índice de mortalidad se debe a que el material particulado que se encuentra en el aire puede generar diversas complicaciones en el sistema respiratorio y aumentar el riesgo de sufrir cardiopatías isquémicas (infartos) y accidentes cerebrovasculares. En 2004 murieron catorce niños menores de cinco años en Colombia por causa de la polución y en 2008 el número llegó a 56, tal como lo reporta la OMS.

Medellín, a contrarrestar el problema ambiental

En la capital de Antioquia mueren cinco personas al día, en promedio, por enfermedades respiratorias y cáncer de pulmón asociado a la contaminación atmosférica, según un estudio publicado en 2014 por el médico epidemiólogo Elkin Martínez López, docente de la Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia. De acuerdo con la investigación, la cifra puede ser mayor, dado que en Medellín aún no hay un estudio que dé cuenta del registro de decesos causados por infartos agudos y derrames pericárdicos relacionados con la polución atmosférica.

La calidad del aire es, entonces, un tema que requiere de la ejecución de accio-

La polución atmosférica es causante de millones de muertes al año en todo el mundo. En Medellín, se busca contrarrestar este problema que crece debido al incremento acelerado del parque automotor y de la poca conciencia ambiental todos los días.

Un panorama desalentador

Medellín y Bogotá son las dos ciudades colombianas que hacen parte de las diez más afectadas por la polución atmosférica en América Latina.

Por el contrario, según la Organización Mundial de la Salud, Cali es una de las urbes menos contaminadas, en un ranking que lidera Salvador de Bahía,

el segundo mayor destino turístico de Brasil. Cochabamba, en Bolivia; La Paz, en Perú y Río de Janeiro, en Brasil encabezan el listado de las ciudades con mayor contaminación del aire en el continente.

México también presenta cifras negativas, pues tanto Monterrey como Toluca aparecen en el listado.

Un estudio realizado este año por la Universidad de Berkeley, Estados Unidos, sostiene que en China se reportan 4.400 muertes diarias por la polución atmosférica.

En la India hay ocho ciudades entre las más contaminadas, entre ellas Nueva Delhi, que tiene el mayor índice de polución en el mundo.

nes efectivas, con el fin de generar mejores condiciones de vida para los habitantes de la ciudad. Precisamente, Gloria Ramírez, profesional de la Subdirección Ambiental del Área Metropolitana, ve en la educación ambiental un factor importante para reducir los altos niveles de polución, pues considera que proyectos como el Programa de Ciudadanos Científicos, liderado por el Sistema de Alerta Temprana (Siat), contribuyen con ese objetivo: “El programa permite apropiar al ciudadano con instrumentos que posibilitan el reconocimiento de la calidad del aire que se respira y, al tiempo, aportar en la solución del problema”.

El proyecto, operado por la Universidad Eafit y que se puso en marcha el pasado mes de octubre, pretende vincu-

lar a cien ciudadanos, quienes tendrán en sus hogares un dispositivo para censar la calidad del aire y así saber cada día cuál es el índice de contaminación.

Medida del Día sin Carro

Para Gloria Ramírez, es importante generar conciencia en los ciudadanos mediante estrategias como el Día sin Carro, el cual cumple una función educativa, pese a que no aporta directamente a la descontaminación: “La medida del Día sin Carro tiene fundamentalmente una condición de sensibilización: mirar que sí se puede estar sin el carro y buscar otras alternativas. Tiene un impacto pedagógico, pero en términos de calidad del aire el efecto es mínimo para un solo día y para una jornada que no sea completa”.

Según cifras del Área Metropolitana, durante las últimas tres ediciones del Día sin Carro, los niveles de polución atmosférica en el Valle de Aburrá se redujeron en un 40 %, disminución que, aunque contribuye al mejoramiento de la calidad del aire, no impacta de manera significativa, debido a la circulación de vehículos de servicio público y motocicletas en dicha jornada.

Por su parte, Miriam Gómez, docente universitaria con más de veinticinco años de experiencia en el tema de la calidad del aire, asegura que el proyecto de reestructuración del transporte público de Medellín generará una mitigación considerable del problema, pues la iniciativa tiene entre sus proyecciones que 1.530 buses dejarán de ingresar al centro para el año 2020 y permitir solamente la circulación de unos 898 en esa zona de la ciudad.

“Una persona que vive en Robledo debe pasar por el centro para llegar a Buenos Aires, pero ya habrá unos sistemas que lo comuniquen como el tranvía”, expresó la docente.

Otra medida pedagógica que se implementará para mitigar el impacto de

los agentes de contaminación promoverá en el sector empresarial diversas estrategias de teletrabajo que permitirán el ingreso de los empleados a las compañías en horas en las que la atmósfera está menos cargada de material contaminante.

Finalmente, la docente Gómez destacó que compartir el carro es una buena alternativa para favorecer la conciencia ambiental: “Si tres o cuatro personas comparten el vehículo habrá más espacio para la movilidad y tres carros menos contaminando”.

La bicicleta: ventajas y desventajas

Cuando se habla de medios de transporte sostenibles, la principal opción es la bicicleta, debido a que su uso no genera ningún tipo de contaminación en el aire. En Medellín, existe el programa EnCicla, el Sistema de Bicicletas Públicas de la ciudad, iniciativa del Área Metropolitana y la Universidad Eafit.

A propósito, Carolina Zapata, estudiante universitaria, es una de las más de 26.000 beneficiarias del programa, quien pese a destacar las ventajas de este medio de transporte, reconoce ciertas dificultades en el desplazamiento, dadas las condiciones topográficas de la ciudad: “Yo vivo en Manrique y no sería capaz de subir hasta mi casa en una bicicleta, porque obviamente queda muy lejos y hay muchas pendientes; yo uso este medio en trayectos más planos”.

Por su parte, Marcela Cadavid Vásquez, bióloga de la Universidad de Antioquia y docente de la Institución Presbítero Juan J. Escobar de San Cristóbal, reconoce las dificultades para moverse en bicicleta por varios puntos de la ciudad: “No soy capaz de irme a trabajar en bicicleta, vivo cerca al Estadio, entonces el trayecto es largo y fuera de eso es una vía con mucho transporte pesado; me parece algo peligroso”.

En Medellín, se ha buscado la forma de hacer de la bicicleta un medio de transporte cada vez más usado por los ciudadanos, pero la principal dificultad al momento de cambiar el automotor por esta modalidad de transporte sostenible son las condiciones to-

pográficas de la capital antioqueña, lo cual puede generar que algunas personas se abstengan de dejar sus vehículos.

Acciones como usar la bicicleta, compartir el vehículo y no utilizarlo para hacer recorridos cortos son hábitos pertinentes que le competen al ciudadano y redundan en su propio beneficio. No basta con que las

autoridades diseñen estrategias de mitigación del impacto ambiental si cada habitante no asume un papel que contribuya al mejoramiento de la calidad del aire que respira.

Gloria Ramírez sugiere que cada habitante de la ciudad empiece a analizar su papel como actor en el problema de la contaminación, pues el ciudadano “está incidiendo en un problema que afecta a la salud de las personas”.

Cada vez son más las acciones que se realizan en pro de la calidad del aire, pero los resultados comenzarán a verse cuando cada ser humano sea consciente del daño que le hace a todos cuando contamina.



El Valle de Aburrá tiene un asentamiento topográfico desfavorable para la dispersión de contaminantes, debido a que es estrecho y encañonado, y el desplazamiento de los vientos no llega a las capas más altas de la atmósfera. Foto: Andrea Villa.

10%

de los viajes en la ciudad se harían en bicicleta para el 2030. Es decir, un 9,3 % más de los que se realizan actualmente.

Una alimentación sana, con alto valor nutricional; un ambiente protegido; la posibilidad de interactuar con conciencia ambiental y la satisfacción de contribuir al desarrollo de propuestas sostenibles son algunos de los resultados que se pueden alcanzar con el sembrado orgánico.

Sandra Milena Agudelo Vargas

sandra.agudelova@amigo.edu.co

Según Juan Carlos Dávila, ingeniero agrónomo de la Universidad Nacional de Colombia, la agricultura orgánica “es un conjunto de estrategias para la transformación de sistemas naturales en agroecosistemas sostenibles” en lo social, lo económico y lo ambiental. Esta práctica se realiza a partir del sistema de ciclaje de nutrientes y flujo de energía; lo que quiere decir que los nutrientes de las plantas recogidos de la tierra vuelven a ella por la descomposición de la materia orgánica a través de ciclos.

La agricultura orgánica trae consigo beneficios para el ser humano, entre ellos, una alimentación sana, pues “el tipo de productos que se siembran de manera orgánica tienen un alto valor nutricional”, afirma Octavio Gómez, ingeniero agrónomo del Jardín Botánico. Y agrega que este tipo de agricultura “permite que el hombre interactúe en una atmósfera con gran conciencia social”.

El sembrado orgánico es económico para quien lo cultiva, dice el ingeniero Dávila. Los costos de producción al ser bajos, generan buenas utilidades para los cultivadores. Sin embargo, los canales de distribución no son los más apropiados para los pequeños productores de alimentos orgánicos, pues ellos aparte de producirlos, deben comercializarlos a un consumidor que no mirará sus beneficios sino su precio; y no se enterará qué hay detrás de una hortaliza, por ejemplo: la permanencia de los campesinos en el campo, el cuidado de la biodiversidad y el poder nutricional del producto.

Educación y huertas caseras

En la actualidad, el cultivo orgánico ha presentado un desarrollo importante, debido a los cambios climáticos del planeta y por el apoyo de personas y entidades que luchan por proteger el medio ambiente. Tanto, que esta práctica se ha vuelto importante para la educación, y varias instituciones como la Universidad Nacional, la Universidad de Medellín y el Jardín Botánico en la capital antioqueña, instruyen no solo a estudiantes, sino a todo tipo de personas que quieran hacer parte de estos proyectos o simplemente deseen construir una huerta urbana en un espacio de sus hogares. Lo único que se requiere para este tipo de cultivo es una zona disponible como la terraza, el patio, el balcón o el antejardín.

Los tipos de huerta que proponen estas entidades tienen como principal propósito cuidar el medio ambiente. El Jardín Botánico, en su cartilla *Huertos Urbanos* recomienda utilizar elementos que estén al alcance de todos, entre ellos las llantas recicladas que sirven como camas para el sembrado, botellas plásticas, bolsas desechables y tubos pvc.

10%

del sistema alimentario en los países desarrollados provienen de la agricultura orgánica.

La ausencia de productos químicos es la principal característica de los sembrados orgánicos. Foto: Cortesía Juan Carlos Dávila



En la Universidad Nacional de Colombia, existe un proyecto de investigación, liderado por la Oficina de Gestión Ambiental, llamado “Sistema de Compostaje” en el cual

participan estudiantes y personal administrativo con el fin de contemplar estrategias de manejo económico viables y ambientalmente sanas que se adecuen a la planificación del campus.

El objetivo principal de este proyecto es caracterizar los Residuos Sólidos Orgánicos (RSO), generados en el campus universitario, en donde se capacitó al personal de los locales comerciales, informándoles de la necesidad e importancia que se tiene al hacer recolección de estos residuos. Adicional a esto, generar en ellos una responsabilidad ambiental no solo en la universidad sino a nivel de ciudad, ya que ellos podrían trasmisir el conocimiento a otro tipo de población.

Producción y huertas rurales

En los municipios de San Cristóbal y San Sebastián de Palmitas, al noroccidente de Medellín, los campesinos invierten su tiempo en el sembrado de hortalizas para luego ofrecerlas en algunas tiendas que se especializan en la venta de este tipo de productos.

La tienda Colyflor, cercana a la estación del Metro Suramericana, es uno de los puntos de venta de este tipo de productos con precios asequibles. Los productos agrícolas orgánicos que allí llegan, además de sus propiedades saludables, tienen una presentación agradable en comparación con los tradicionales y generan en el comprador un consumo responsable.

Experiencias exitosas de producción orgánica

Manuel Ávila vive en el corregimiento de San Sebastián de Palmitas y es agricultor desde joven. Se levanta temprano, se pone sus botas, se toma un café y camina a la huerta que está detrás de su casa. Él cultiva hortalizas que semanalmente lleva a Medellín para vender y así conseguir el sustento diario para su familia. Todos los sábados, Manuel se desplaza desde Palmitas has-

ta la plazoleta central del Barrio Carlos E. Restrepo; en su toldo de madera, organiza todas las hortalizas que él mismo cultiva y abona de manera orgánica.

Sin falta, llega a la plazoleta a las seis de la mañana y antes de comenzar su labor, eleva al cielo su plegaria para que todos los productos se vendan, pues es el único ingreso que tiene para sobrevivir. “Algunos vecinos me guardan las cáscaras de huevo, de papa, semillas de frutos y lo que recojo de algunos árboles lo mezclo con gallinaza para hacer mi abono especial, por eso esta lechuga es tan bonita, y no solo eso, es muy nutritiva”, dice Manuel.

Gustavo Córdoba cultiva cacao en Yalí, municipio ubicado al nordeste antioqueño y lo vende a entidades como la Nacional de Chocolates, del grupo Nutresa. Él vive en Medellín, pero los fines de semana viaja a este Municipio para estar pendiente de una pequeña tierra que tiene y disfrutar de la naturaleza que allí lo rodea.

Ambos agricultores tienen situaciones y formas de vivir distintas, uno trabaja la agricultura por necesidad, ya que de esto depende su familia, el otro lo hace porque le apasiona, pero los dos se preocupan por

la protección del medio ambiente y la salud del consumidor. Ellos utilizan en sus cultivos el abono orgánico, que consiste en el aprovechamiento de los recursos naturales para combatir plagas, mantener o aumentar la fertilidad del suelo, sin recurrir a productos químicos como fertilizantes, plaguicidas y antibióticos.

Pero Manuel y Gustavo no son los únicos que utilizan los RSO para hacer el abono de los cultivos; tal es el caso de Rosa Vásquez, a quien le dicen Rosita, una ama de casa que vive en una finca en Guarne, donde siembra algunas hortalizas que, como dice ella, le sirven para “condimentar el almuerzo”. Lo más importante, según Rosita: “Es que sé cómo fueron cosechados los vegetales”.

Muchas familias antioqueñas viven de lo que producen sus tierras, del levantarse temprano en las mañanas, algunas veces sin desayunar y comenzar a abonar sus huertas para que lo que siembran y cosechen, sea de muy buena calidad. Gran parte de estas familias tiene un empleo estable y en ocasiones viven en mejores condiciones; sin embargo, se podría afirmar que con el cambio climático, la agricultura orgánica es una buena opción porque no solo ayuda con el cuidado del medio ambiente si no también con la salud propia.

Agricultura orgánica

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la agricultura orgánica es una forma de producción que utiliza eficientemente los recursos del suelo.

La agricultura orgánica todavía es incipiente en los países en desarrollo, mientras que en países desarrollados representa hasta un 10 % del sistema alimentario; y en países como Estados Unidos, Francia, Japón y Singapur, se registra un crecimiento anual que supera el 20 %.

En Colombia, la FAO orienta esfuerzos que permitan aumentar la competitividad, mediante el mejoramiento de la productividad y la reducción de costos de producción.

Con la implementación de programas integrales de transferencia tecnológica, asistencia técnica especializada, fomento a las buenas prácticas productivas, el ordenamiento de los factores productivos y la asociatividad para procesos de valor agregado, se mejorarán los estándares de calidad e inserción de los pequeños productores en los mercados locales y regionales.

Vivir con heridas de guerra

Después de pisar una mina, producto del afán por una emboscada de la guerrilla, el teniente Alejandro Osorio Pimentera perdió parte de su pierna izquierda e inició un proceso de rehabilitación que tardó tres meses.

Laura Melisa Salcedo García

laura.salcedoga@amigo.edu.co

Luisa Fernanda Amaya Serna

luisa.amayase@amigo.edu.co

El plan de guerra de los artefactos explosivos que utiliza la guerrilla ha afectado tanto a los militares y policías como a la población civil. El Estado creó un compromiso con los afectados, aunque en ocasiones se cumple, en otros casos no resulta efectivo.

El teniente Osorio, procedente de Florencia, Caquetá, ingresó a las tropas del Ejército Nacional en el año 2006 porque, según él, era algo que realmente le apasionaba: "Entré al Ejército y me enamoré. Es muy bonito, hay cosas difíciles, pero todo se basa en pasión y vocación". Según su dragoneante, quien ha sido su amigo y compañero durante todo el proceso, él es un hombre soñador, optimista y luchador, le gustan los retos y aunque soñaba con ser general, sabe que en su destino esto no está escrito.

Al pisar una mina

Por las verdes selvas del municipio de Ituango, Antioquia, el teniente Osorio caminaba acompañado de once hombres, desempeñando control militar del área, el 14 de febrero de 2014. Prestaban cuidado a cada uno de sus pasos, según narra Osorio, pues la situación les producía un sentimiento que se mezclaba con sigilo y temor, a sabiendas de que en cualquier momento podían ser atacados. En una zona inhóspita de la selva de este municipio, su grupo fue emboscado y lanzado por los aires en fracción de segundos. El teniente pisó una mina.

Alejandro Osorio perdió un pie por la gravedad de la herida que le causó la mina, sin embargo, expresa que fueron dichosos,

26%

de los soldados heridos terminan con alguna amputación.

pues la evacuación tardó solo tres horas, cuando esta puede llegar a prolongarse hasta un día. "Tenía miedo de morir desangrado", recuerda.

A los tres meses del accidente, el teniente había tenido un gran avance: "Normalmente la recuperación dura entre ocho meses y un año. Fui a Bogotá por la prótesis y empecé a trabajar otra vez, lo único que no puedo hacer es patrullar". Alejandro Osorio expone que recibe mucha ayuda de la fundación Héroes de Paramillo, "allí nos brindan apoyo sicológico, así que uno nunca se siente solo".

Héroes de Paramillo es una fundación de carácter semipúblico, que trabaja en el tratamiento y recuperación física y sicológica de los soldados de la región, pues Antioquia es el departamento más afectado por las minas antipersona, con 2.324 víctimas, según el último informe del Programa de Acción Integral contra Minas Antipersona (Paicma), del 2013. La fundación es financiada en un 75 % con aportes de gremios antioqueños, el otro porcentaje corre por cuenta del Ministerio de Defensa.

Débiles programas de apoyo

Hay posiciones que cuestionan el amparo que presta el Gobierno, pues según Luis Alfredo García, magíster en Sociología y mayor retirado, "el Estado no invierte la cantidad de dinero suficiente para la recuperación de los militares y policías del país", por lo que esta queda en manos del propio afectado, de su familia o, en ocasiones, de entidades privadas. "Los programas de ayuda física y sicológica del Estado son débiles e insipientes, en ninguna de las dos se invierte lo suficiente".

Después de resultar heridos en combate, los soldados deben ser evaluados por una junta médica que permita establecer si pueden seguir desempeñándose en otras áreas, como la administrativa. Este fue el caso de Mauricio León Torres, actual subcomandante de la Brigada Logística de Bogotá. El 28 de julio de 2002 se encontraba realizando una operación de control en el municipio de Calmar, Guaviare, cuando fue herido por una ráfaga de fusil en la pierna izquierda, por lo que parte de esta tuvo que ser reconstruida, para evitar la amputación. Expresa que "luego de que se efectuasen todos los procedimientos de rehabilitación, se emiten unos conceptos



El deporte ha ayudado a los militares a sobreponerse a las secuelas que les ha dejado la guerra. Foto: Danilo Montoya Patiño.

médicos. Una vez se valoró mi discapacidad, se estableció que podía ser reubicado laboralmente".

También entidades como Colombia Herida, localizada en Bogotá, brindan apoyo a militares y policías lesionados en combate. Los afectados por las minas antipersona deben pasar por tratamientos que están entre los 50 y 1.500 millones de pesos, sumando a esto los costos del acondicionamiento de sus hogares, si los daños interfieren en su movilidad, expone Luis Alfredo.

Las fundaciones que ayudan a los militares buscan prestar ayuda social, reconstruyendo la memoria para que estos puedan convalecerse de forma integral. Tal es el caso del soldado Wilmar Cote, que hace once años cayó en un campo minado junto a sus catorce compañeros en Pitalito, Huila. Doce de ellos murieron, por lo que Cote intentó suicidarse, pues los cuerpos seguían en el área sin ser identificados. Colombia Herida le ayudó a encontrarlos y sepultarlos en Montes de María.

El cumplimiento de los tratamientos que el Estado presta a los soldados quedó relegado a entidades como Héroes de Paramillo, la Corporación Matamoros y Colombia Herida. César Mora Pérez, abogado y subdirector de esta última, denuncia que "los soldados se enfrentan a la desconsideración, por ejemplo, los soldados profesionales son muy humildes y entran al Ejército buscando bienestar para su familia, pero les pasa algo, van al Ministerio de Defensa por una respuesta y lo que les dicen es 'váyase para su casa, que les dicen es que usted lo que quiere es plata'".

Así como sucede con los combatientes que han resultado heridos, ocurre con otras problemáticas. Luis Alfredo García dice que en las Fuerzas Militares hay muchos casos de adicción, por la forma de su trabajo y la razón

misma de su existencia: "Al final eso termina siendo un problema y si no los echan son relegados a un cargo de tercera categoría, hasta que los puedan sacar".

Por su parte, David Castañeda Grajales, subteniente del Batallón de Ingenieros General Carlos Bejarano Muñoz, dice que la guerrilla entendió que le hace más daño al Estado un soldado herido que uno muerto: "Con un militar amputado, el Estado tiene que gastar dinero en su tratamiento y recuperación". Lo que se refleja en el último estudio del Hospital Militar y la Universidad Javeriana, realizado en el 2013, en el que se encontró que el 26 % de los soldados heridos de gravedad en combate terminan con una amputación, en contraste a la mortalidad, que fue del 1,7 %.

la rehabilitación

El teniente Osorio obtuvo una rehabilitación integral, pues en Héroes del Paramillo, "capacitan y entran al personal para que sea útil a la sociedad", afirma el coronel José Benjamín Contreras, director de este centro.

Este excombatiente volvió a realizar actividades como bailar, trotar y jugar microfútbol. Aunque muchos de estos militares caen en depresión, Osorio con su perseverancia se ha permitido vivir de una forma tranquila. Su principal enseñanza es que "la discapacidad está en la mente y no en el cuerpo". Según cuenta Osorio, sus padres en Florencia, al verlo llegar, lloraban por ver a su hijo en tal condición. Ahora después de tanto tiempo, cuando él llega, lloran de alegría y orgullo porque realmente tienen un héroe en casa.

El teniente trabaja en la parte administrativa de la Cuarta Brigada y cuenta con un grupo de soldados a los cuales les habla desde su experiencia para hacerles entender que "la vida sigue, por más difícil que sea".

Soldados como víctimas

El uso de la palabra "victima" se ha tornado complejo. Según la Ley 1448 de 2011, los militares son considerados víctimas del conflicto armado si en el cumplimiento de su servicio son afectados por un grupo al margen de la ley en una violación del Derecho Internacional Humanitario (DIH), como en el caso de las minas antipersona, consideradas armas no convencionales en la guerra.

El Derecho Internacional Humanitario se aplica en situaciones de conflicto armado,

mientras que los Derechos Humanos le dan protección a las personas haya guerra o paz.

El DIH está destinado a las partes en conflicto y protege a todo individuo o categorías de individuos como:

- Militares heridos o enfermos en la guerra, miembros de los servicios sanitarios de las fuerzas militares.
- Prisioneros de guerra.
- Personal sanitario, religioso y organismos de protección civil.
- Población civil.

Julieth Viviana Agudelo Ospina
julieth.agudelo@amigo.edu.co

Tara, una labrador color chocolate, ganó tres veces la marcha canina en la Feria de Flores como la más bella.

La última vez que ganó fue en el 2011 cuando compitió contra cincuenta perros en Tierragro. Ella fue criada, entrenada y educada para ser una ayuda al humano que cuente con una discapacidad visual. A sus dos años de vida fue entregada a su amo, Carlos Mario Jaramillo.

Él siempre fue muy escéptico a la idea de que un animal hiciera un trabajo tan preciso y eficiente como es servirle a un humano de guía, en función de sus ojos. Sin embargo, cambió su perspectiva cuando en 2006 conoció el caso de Claudia Patricia Aristizábal Posso, una de las primeras personas en tener un perro guía o lazariillo en Medellín, pues comprendió cómo el animal fue de gran ayuda para que ella se desenvolviera en las instalaciones de la universidad mientras adelantaba sus estudios de psicología.

En octubre de ese mismo año, Carlos Mario decidió hacer los trámites para obtener su perro guía. Envío sus documentos a la única fundación autorizada y certificada para entregar estos perros en Colombia, Vishnú Del Cyprés, ubicada en Bogotá.

“La única fundación autorizada y certificada para entregar estos perros en Colombia es Vishnú Del Cyprés, ubicada en Bogotá”.

“Una vez iba con Tara por la calle, había una alcantarilla sin reja y la tapaba un cartón, ella no pudo dimensionar que era un cartón y, por eso pensó que era la tapa normal de ese hueco, pero al pasar por ahí a mí se me fue el pie, no me ocurrió mayor cosa, solo el susto. Cuando llegamos a la casa le fui a dar su estímulo como todos los días, pero ella se negó a recibirla, porque se sintió culpable de ese incidente, obviamente no fue así, pero no correspondió a la felicitación del día”, cuenta Carlos Mario Jaramillo.

Tara siempre debía estar aseada, su pelo peinado, sus dientes cepillados, sus vacunas al día, porque era la imagen de su dueño. Ella llegó a estar en las más importantes reuniones a las que asistía su amo como abogado, llegó a estar en la



Para una persona con discapacidad visual es fundamental la autonomía y seguridad que brinda un perro guía o lazariillo a su vida. Foto: Juliana Monsalve.

20
perros lazariillos
han sido
donados a
Medellín.

de Perros Guía para Ciegos I.A.P. trabajan con ambos sexos y también con la raza pastor alemán.

Cuando Tara llegó a la vida de Carlos Jaramillo, él siguió las reglas tal y como se lo indicaron. Como no se trataba de una mascota, debía haber un trato diferente: no dejarla suelta todo el tiempo en la casa, en la calle no dejar que las personas la admiraran o saludaran y entablar una relación entre amo y perro; así mismo, no podía haber terceros mientras el animal se acoplaba a su nuevo hogar.

En reemplazo de sus ojos

Estudios de la Universidad de Melbourne ratifican que el perro es el mejor amigo del hombre, pero ¿qué tanto puede hacer por una persona?

A ella le dieron un entrenamiento de dos años, donde no solo le enseñaron a esquivar obstáculos en beneficio de su dueño, sino también a desarrollar la desobediencia inteligente, que consta de no acatar las órdenes de su amo, si estas lo ponen en algún tipo de riesgo.

Los lazariillos funcionan a base de estímulos y la relación de afecto se da mediante el reconocimiento de su buena labor en el día, regalándole una galleta canina, con la que quedan satisfechos por haber realizado su trabajo, pero sucede lo contrario cuando el perro no logra su eficiencia.

“Una vez iba con Tara por la calle, había una alcantarilla sin reja y la tapaba un cartón, ella no pudo dimensionar que era un cartón y, por eso pensó que era la tapa normal de ese hueco, pero al pasar por ahí a mí se me fue el pie, no me ocurrió mayor cosa, solo el susto. Cuando llegamos a la casa le fui a dar su estímulo como todos los días, pero ella se negó a recibirla, porque se sintió culpable de ese incidente, obviamente no fue así, pero no correspondió a la felicitación del día”, cuenta Carlos Mario Jaramillo.

Tara siempre debía estar aseada, su pelo peinado, sus dientes cepillados, sus vacunas al día, porque era la imagen de su dueño. Ella llegó a estar en las más importantes reuniones a las que asistía su amo como abogado, llegó a estar en la

La tarea del perro guía o lazariillo

El perro guía es un auxiliar para la movilidad de personas con discapacidad visual que previamente han sido rehabilitadas en el uso del bastón blanco.

“El perro brinda afecto, es un compañero disponible veinticuatro horas del día, dispuesto a trabajar con alegría, le encanta que le pongan el arnés y salir”, afirma Silvia Lozada Badillo, fundadora de la Escuela para Entrenamiento de Perro Guía para Ciegos I.A.P. en México y

proporcionándole así independencia.

es usuaria de perro guía hace 33 años.

En Colombia la Fundación Vishnú Del Cyprés entrega diez perros al año. Medellín cuenta con veinte de ellos en la actualidad. También están realizando sus donaciones al exterior, han cedido uno a Perú y tres en Argentina, pues es la única entidad en Suramérica que entrega estos animales.

sala de espera de un hospital y era necesario que estuviera con la higiene adecuada para que le permitieran su ingreso. “Ella recorrió prácticamente el mundo entero conmigo, por eso a mí se me podía quedar la loción, pero jamás la de ella”, expresa Carlos Jaramillo.

Para él, Tara se convirtió en su salvavidas y cuenta: “Cierta día estábamos en un hotel, cuando íbamos a coger el ascensor ella se detuvo y se tiró al piso a temblar, me agaché a mirar qué le pasaba. De repente, salió otra persona de la habitación y me gritó que no diera un paso más, me asusté, pregunté qué pasaba, la señora contestó: ‘donde usted hubiera seguido se habría caído al hueco, pues el ascensor no está, eso está vacío’; no encuentro palabras para describir esa labor tan perfecta que Tara hacía a mi lado”.

En Medellín
Los ciudadanos son poco conscientes de la importancia que tiene un perro guía en la vida de las personas con discapacidad visual y de la legislación establecida para la protección de esta población, como la Ley 1660 capítulos III y XI. Este desconocimiento ha sido una de las mayores dificultades para estas personas, dado que ingresar a un espacio público o privado y hasta acceder a algún medio de transporte es complejo.

También cuentan con un carné que les entrega la fundación donde adquieren su perro, que certifica que el lazariillo es un apoyo para los seres humanos con discapacidad visual. “En varios casos se le aclaró a la gente cuál era el servicio de este animal, ellos entendían y no mostraban oposición. Pero también estaban los que se negaban a acatar esta información. Actualmente, continúa la violación de las leyes que nos cobijan”, afirma Claudia Aristizábal Posso, desde su experiencia como persona con discapacidad visual.

Termina un ciclo

Un perro guía se jubila luego de una década de servicio. Tara no alcanzó a hacerlo, murió en agosto de 2015, a un año de su jubilación. Si no hubiese muerto, Carlos habría tenido dos opciones: devolverla a la Fundación para que terminara su vida allí o conservarla como mascota.

Para los usuarios de perro lazariillo, el solo pensar en devolver el animal les duele, puesto que crean un vínculo tan grande que optan por conservarlo como mascota, aunque ya no pueda hacer su labor de guía. Tenerla cerca les hace bien y el amor mutuo que se dan no se cambia. “¡Ella para mí es mi ángel!”, afirma Claudia Aristizábal, quien conserva aún a Lilí, su perro guía.

Tara murió con la satisfacción de la labor cumplida, se entregó en un todo y por todo en la misión de su vida. Siempre estuvo con la mejor disposición. “Yo podía salir a las doce de la noche y ella estaba ahí feliz moviendo su cola, si amanecíamos en un aeropuerto me servía de almohada, siempre buscando mi bienestar, siempre dispuesta a vivir por mí, su amo”, expresa Carlos Mario Jaramillo con una sonrisa en su rostro.

Yadira Sofía Quintero Peña

yadira.quinterope@amigo.edu.co

Según datos de la última Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (Ensin), que se lleva a cabo cada cinco años por la Organización Mundial de la Salud, el Instituto Nacional de Salud y el Bienestar Familiar, en el año 2010 encontraron que uno de cada tres jóvenes entre dieciocho y veinticuatro años no come frutas diariamente, cinco de cada siete no consumen verduras, uno de cada seis adolescentes presenta sobrepeso u obesidad, siete de cada diez colombianos incorporan comida de la calle en su alimentación diaria o semanal y a esto se le suman los graves trastornos alimentario, cada vez más comunes entre esta comunidad.

Los hábitos alimentarios de estudiantes universitarios, así como sus estilos de vida, generalmente se ven modificados, dados los cambios de tipo social, económico y cultural a los que se ven enfrentados. Diana Erazo, estudiante de Ingeniería de Diseño de Productos de la Universidad Eafit manifiesta: "Siempre opto por comer algo ligero y económico. Mis extensas jornadas de clases, mi bajo presupuesto, la falta de tiempo y la poca variedad del menú de las cafeterías de la universidad no me dan para más".

Sin embargo, María Alejandra Henao, nutricionista y dietista de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB), explica: "Los malos hábitos alimentarios no dependen solamente de las cafeterías sino que el estudiante debe ser consciente de lo que va a consumir. Es claro que la comida sana tiene más costo que la no saludable. Por ejemplo, un jugo de mandarina oscila entre \$1.800 y \$2.000, mientras que una gaseosa es más económica. Pero esto no justifica que los universitarios sean inconscientes y no cuiden su salud".

Es de añadir que en las universidades las cafeterías no ofrecen un menú variado sino que predominan productos con alto contenido de grasas saturadas, harinas, azúcares, y pocos productos naturales como frutas. En algunas no se ofrece servicio de restaurante, por lo que los estudiantes muchas veces se ven obligados a comer la denominada "comida chatarra".

Programas de motivación

Universidades como Eafit, Universidad Pontificia Bolivariana y Fundación Universitaria Luis Amigó cuentan con ciertos programas y actividades que buscan fomentar buenos hábitos alimentarios en los universitarios. Por un lado, la Universidad Eafit lleva a cabo el Festival de la Salud. Clara Helena Jaramillo, jefe de servicio médico y salud ocupacional de esa institución de educación superior, explica: "Es un espacio donde la comunidad universitaria puede acceder a diferentes puestos que están ubicados en la plazoleta principal de la universidad. Ahí los estudiantes encuentran servicios como valoración nutricional, tamizaje de seno, valoración de riesgo cardiovascular, asesoría en anticoncepción, vacunación y prevención en adicciones. Esta actividad se realiza una vez por semestre durante tres días".

Por su parte, el Bazar de la Salud es un evento que realiza la Universidad Pontificia Bolivariana, motivando a los universitarios a tener buenos hábitos alimentarios y otros cuidados. En la misma universidad se desarrolla Parche Saludable, programa en el cual participa todo



El 24,5 % de los colombianos entre los 14 y 30 años de edad consumen comidas rápidas semanalmente. Foto: Andrea Villa.

Universitarios: la clave es balancear la dieta

La mala alimentación expone a los jóvenes universitarios a gastritis, náuseas, dolor de cabeza, anemia y bajo rendimiento académico.

Bienestar Universitario. María Alejandra Henao explica: "Es decir, trabajo social, psicología, servicio médico, que trabaja con dos programas que son: Comer con Sentido, apoyando la parte de alimentación, y Programa de los Sentidos, donde la fonoaudióloga enseña a las personas el uso de los audífonos, o una médica que enseña cómo realizar el tamizaje de seno y elementos que son de medicina preventiva".

El programa Comer con Sentido es un proyecto que lleva seis años en la Universidad Pontificia Bolivariana. Su objetivo es impactar en la alimentación de los estudiantes de una forma indirecta por medio de campañas en los medios institucionales, como el canal interno, el periódico Imago de la universidad y pendones.

También se impacta de forma direc-

ta a un público específico: "Los deportistas que representan a la universidad. Y se atiende a otras personas que al llegar al servicio médico se les diagnostica bajo peso. A estos les iniciamos un seguimiento, y también a las personas con obesidad o con alguna enfermedad específica como por ejemplo diabetes", explica María Alejandra Henao. Por otro lado, Martha Elena Palacio Roldán, Directora de Bienestar Universitario de la Fundación Universitaria Luis Amigó (Funlam), comenta al respecto: "Se está desarrollando una propuesta con el fin de mejorar la parte nutricional en la venta de los productos". El 13 de agosto del presente año se realizó una capacitación con los jefes de cafeterías de la Funlam y la nutricionista, "donde la profesional le expuso a los encargados de estas cómo mejorar la parte nutricional en la venta de los

productos. Esperamos que esto tenga un buen resultado", añade la directora.

Las consecuencias de la mala alimentación

Para los expertos en el área de la nutrición, la comunidad estudiantil universitaria está consumiendo alimentos saturados en grasa, lo cual hace que comiencen a presentarse algunas dolencias. El médico general de la Funlam, Humberto Gallego afirma: "Con el

presupuesto reducido de un estudiante no es posible tener la alimentación básica de una persona, puesto que requiere de tres elementos: una proteína, un carbohidrato y unas vitaminas que contienen unos aminoácidos. A raíz de esto el estudiante puede tener deficiencias nutricionales, desbalance de la parte de peso con la parte de masa muscular y una debilidad a nivel cerebral".

Por otro lado, la nutricionista y dietista María Alejandra Henao, comenta que "sí es posible que el estudiante tenga una alimentación saludable, con un presupuesto reducido", pues para ella no depende solo de las cafeterías sino de la conciencia de los estudiantes. Los universitarios se deben interesar más por lo que están consumiendo: Es cuestión de educación, enfatiza la especialista.

La nutricionista también añade que "el hecho de tener malos hábitos alimentarios trae problemas de anemia, gastritis, cansancio, hipoglicemia, colon irritado, bajo rendimiento académico y náuseas. No comer en los horarios correspondientes es otra de las causas que exponen a los universitarios a padecer estas dolencias".

Por tanto, la clave para los estudiantes universitarios es balancear la dieta, pero también es necesario que tengan en cuenta que no solo están las cafeterías, una buena alternativa es cargar almuerzo desde casa, lo cual permite aumentar el consumo de alimentos saludables. Además, se deben consumir frutas y verduras con asiduidad, en lugar de comidas rápidas. Una de las sugerencias subrayadas por los nutricionistas es crear conciencia y cultura de alimentación sana desde el hogar.

La importancia de hábitos alimentarios saludables

Los hábitos alimentarios están condicionados por factores como la cultura, la familia, la selección, preparación y consumo de los alimentos, los cuales impactan de manera considerable la salud. Consumir pocos o demasiados alimentos y de forma desbalanceada, trae consecuencias graves. Por un lado, si faltan algunos nutrientes en el organismo, hay desnutrición, gastritis, dolor de

cabeza, anemia, colon irritado y desnutrición.

De otro modo, si se consumen alimentos altos en grasa las dolencias que se pueden presentar son colesterol alto, obesidad, problemas cardíacos entre otros.

Alimentarse correctamente es cuestión de educación; los alimentos naturales como las frutas y las verduras son las que brindan

al cuerpo la mayor nutrición porque las personas necesitan nutrirse y evitar enfermedades. Los universitarios generalmente son quienes se enfrentan más a los cambios sociales, culturales y económicos. Por lo tanto,

La falta de tiempo y de dinero, la poca variedad en las cafeterías de las universidades y las extensas jornadas de clases son causas que generan los malos hábitos en esta población.

Vanessa Zuleta Quintero
vanessa.zuletaqu@amigo.edu.co

Claudia Patricia Salazar Gallo labora como operaria en una empresa de alimentos hace veinte años. Ha tenido diecinueve puestos durante el tiempo que lleva allí. Sus primeros cargos fueron frente a una banda transportadora; donde unos túneles grandes y abiertos liberaban un frío que la golpeaba directamente en su pecho o espalda, a cero grados centígrados. Bajando un poco su mirada y su tono de voz, recuerda que algunos de los compañeros con los que trabajaba y, aún lo hace, están enfermos como ella. Sin embargo, aunque las condiciones laborales han cambiado, su cuerpo aquejado debe levantarse cada día a seguir cumpliendo con su oficio.

“Si uno tiene a sus hijos aguantando hambre, ¿cómo puede trabajar feliz? ¿Qué calidad de vida laboral puede haber cuando uno no tiene las mínimas condiciones de vida? Las empresas no pueden asegurarle a uno todo; el Estado también debe contribuir”, manifestó el exjefe de personal y magíster en Educación de la Universidad de Antioquia, Hader Calderón Serna. En Colombia, según un informe de 2005 presentado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (Dane) el 27,78 % de los colombianos tiene insatisfechas sus necesidades básicas.

El psicólogo y magíster en Administración, Luis Hernán Saldarriaga Restrepo, explica que las organizaciones realizan actividades en procura de equilibrar o recompensar al trabajador en eso que da a la organización. Estas recompensas son iguales para cada trabajador, independientemente de su cargo. No obstante, este aspecto necesita más atención de las organizaciones y en general del país. Así lo revela un informe presentado por la Organización de Naciones Unidas (ONU) en 2014, en el que Colombia se encuentra entre los cinco países más desiguales del planeta.

Para Luis Hernán Saldarriaga, todo concepto de calidad es subjetivo. No existe un estándar de lo que es calidad, sino que este concepto se vincula a las experiencias y expectativas de las personas. Sin embargo, piensa que “el trabajo no debe afectar los otros ámbitos en los que la persona se puede desarrollar”. Por lo tanto, la calidad de vida laboral, aunque es un concepto que no puede medirse de manera absoluta, tiene parámetros que determinan su existencia.

Experiencias que marcan la diferencia

Sergio Calderón Restrepo se desempeña como ingeniero de sistemas en una empresa en Bogotá, pero trabaja —la mayoría de días— desde su casa. El lugar del quehacer es su alcoba y sus horarios, los que él disponga. Debe cumplir con unas tareas asignadas, pero en la empresa no

“En América Latina solo se reportan entre 1 y 4 % del total de las enfermedades ocupacionales.”

Existen, según la revista Portafolio, treinta organizaciones en Colombia que cuentan con una certificación de empresas familiarmente responsables. Esa certificación busca crear un equilibrio entre la vida del trabajador y su familia. Por eso les brinda beneficios como el teletrabajo, para que su vida laboral no afecte la personal. El gerente regional de la sede Noroccidente de la Nueva EPS, Fernando Echavarría Díez, opina que “Colombia va hacia una mejor calidad de vida laboral; aunque pienso que aún falta. Hay empre-

entre 1 y 4 % del total de las enfermedades ocupacionales. Incluso en países industrializados los sistemas de reporte se encuentran algunas veces fragmentados.

Las encuestas inglesa (1998) y finlandesa (2000) sobre autorreporte de enfermedades relacionadas con el trabajo llegaron a la conclusión de que el 7,3 y 8,3 % de los trabajadores, respectivamente, reportan anualmente una o más enfermedades de origen laboral que causan ausencia del trabajo.

Enfermedades profesionales en Colombia y el mundo

El Informe de enfermedad profesional en Colombia, presentado por el Ministerio de Protección Social en 2001, revela que cada año se presentan 160 millones de casos nuevos de enfermedad profesional en todo el mundo. Donde se incluyen enfermedades respiratorias, cardiovasculares, cáncer, trastornos auditivos, osteomusculares y reproductivos; así como enfermedades mentales y neurológicas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) calcula que en América Latina solo se reportan

Calidad de vida laboral: una necesidad del país

El bienestar en el trabajo está determinado por el equilibrio entre los ámbitos laboral y personal de los empleados. Según los expertos, la finalidad del trabajo no debe ser solo sobrevivir, sino vivir bien.



Claudia tiene artrosis en las manos y hace parte de las 160 millones de personas en el mundo que a pesar de reportar una enfermedad laboral deben seguir trabajando. Foto: Vanessa Zuleta Quintero.

están controlando constantemente cada uno de sus movimientos. Tiene la libertad de manejar su tiempo y recibe una remuneración adecuada por esta labor. Para él, el pago no es lo más importante. “Puedes estar ganando mucho dinero, pero no tener ni una milésima de segundo para ver a tu familia, para salir o para ir a hacer otra cosa. Hay gente que gana menos, pero disfruta más; creo que más importante que el dinero es que tú estés disfrutando el trabajo”.

sas difíciles, que maltratan a los trabajadores, que los explotan; todavía se da. Pero en general, las grandes empresas, y las empresas serias, están preocupadas por que cada vez haya mejor calidad laboral para los trabajadores”.

Condiciones desfavorables

El cuerpo de Claudia, a sus 44 años de edad, sufre del túnel carpiano, de epicondilitis; de artrosis en manos, pies, rodillas, clavícula y hombros. Tiene depresión diagnosticada y un tumor en la cabeza que está afectando su glándula hipófisis. Pese a esto, debe seguir trabajando a una temperatura en la que “está dos horas en la planta, sale al baño y ya no siente los pies”. Tras recibir una valoración de su pérdida de capacidad laboral, tuvo un resultado del 25 %; porcentaje que no le permite acceder a la pensión por invalidez. Por tal motivo, debe seguir trabajando, ya no catorce o quince horas, como lo hacía antes, sino ocho como se establece en el artículo 161 del Código Sustantivo del Trabajo. “Aunque en esa empresa soy intocable, a la vez soy un estorbo, porque allá soy muy marginada. Yo he escuchado que ellos dicen ¿qué vamos a hacer con ella? Uno se siente muy excluido”.

Salud Ocupacional es una de las áreas de las empresas que contribuye a mejorar la calidad de vida laboral. El Ministerio del Trabajo realizó una encuesta nacional de condiciones de seguridad y salud en el trabajo a 605.423 empresas en 2013. Allí registró que más del 30 % de los empleadores no realizan gestiones en salud ocupacional; además, que el 40 % de las empresas desconocen que deben contar con un programa de salud ocupacional y la tercera parte de los encuestados dijo que no recibió atención por parte de la

entidad encargada de asistir a la población trabajadora.

Aun cuando en Colombia la Ley 83 de 1931 permite la asociación sindical, Claudia relata que uno de sus compañeros que empezó a quejarse sobre las bajas condiciones laborales en las que trabajaban fue tildado de sindicalista y cuando terminó su contrato temporal no se lo renovaron más. “Allá está prohibido mencionar al sindicato. Ojalá hubiera uno”.

Posturas y realidades

Eduardo Galeano, en su libro *Las venas abiertas de América Latina*, denuncia: “Ya los barcos negreros no cruzan el océano. Ahora los traficantes de esclavos operan desde el Ministerio de Trabajo. Salarios africanos, precios europeos. ¿Qué son los golpes de Estado, en América Latina, sino sucesivos episodios de una guerra de rapiña?”.

A Claudia Patricia le faltan quince años para jubilarse y otros más para conseguir casa propia, pero no cree que aguante esos años. “Mis manos no me dan más, mi peso no me da más”. El dolor que siente es como si se le

contrajeran todos los músculos y se le montaran unos encima de otros; al mismo tiempo, siente calambres, sus manos pesadas, hinchadas y sin fuerza. “Aunque los médicos digan que la fuerza nunca se pierde, por lo que siento, digo que sí”. No puede ni vestirse sin dolor; aun así, ha aprendido a vivir con él —como los médicos le dicen que haga—. “Así me duela hasta el alma para ir a trabajar, debo hacerlo, porque recibo mi pago, me siento útil, hago lo que puedo hacer, pero lo que más me motiva es conseguir mi casa”.

21,9

es el porcentaje de ocupados en Colombia que están insatisfechos con su empleo, según la Encuesta de Calidad de Vida en el Trabajo (2010) de MinTrabajo.

Paola Andrea Villa Rivera

paola.villari@amigo.edu.co

Sabe usted qué es la Economía Naranja? La Economía Naranja no hace referencia a un término comestible, no se obtiene de un naranjo dulce ni contiene vitamina C. Sin embargo, es necesario exprimirla y sacar su mejor provecho.

El 31 de octubre de 2013 el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) lanza el libro sobre economía creativa y cultural: "La Economía Naranja: una oportunidad infinita", escrito por Iván Duque Márquez y Pedro Felipe Buitrago Restrepo. Para los autores, esta economía "es el conjunto de actividades que, de manera encadenada, permiten que las ideas se transformen en bienes y servicios culturales, cuyo valor está determinado por su contenido de propiedad intelectual más que por su valor de uso".

Según el BID, el color naranja se suele asociar con la cultura y la creatividad: desde los jeroglíficos del Egipto antiguo hasta las celebraciones modernas del *Halloween*, también los rituales, eventos artísticos y religiosos. Algunas culturas lo relacionan con el liderazgo, la creatividad y el bien social.

La Economía Naranja en Medellín

El concepto de Economía Naranja se aplica en Medellín a través de la generación de empleo, ideas de negocio, apoyo económico al sector cultural, acceso a la educación superior y oportunidades de aprendizaje. Bárbara Galeano Zuluaga, coordinadora académica de Extensión Cultural de la Universidad de Antioquia, afirma que la cultura en Medellín ganó un puesto importante ya que ha generado desarrollo social en la ciudad y un incremento en la participación por parte de la ciudadanía en las actividades culturales.

Prueba de ello es que en La Feria de Flores de 2015 más de dos millones de personas disfrutaron de las actividades organizadas en los diez días del evento, y como resultado la ciudad agregó económicamente más de 21 millones 746 mil dólares por visitantes nacionales y extranjeros. Además, la ocupación hotelera fue de 81 % lo que indica un crecimiento de 75 % con respecto a 2014. Así lo demuestra el informe de la Alcaldía de Medellín publicado el 8 de agosto del presente año.

De esta manera, los resultados económicos positivos ayudan a tener en la ciudad una mayor oferta cultural. Entidades como el Parque Explora, el Jardín Botánico, el Museo de Arte Moderno de Medellín (MAMM), el Museo de Antioquia y el Museo Botero ayudan a enriquecer la cultura en la ciudad, ofreciendo constantemente nuevos contenidos y experiencias.

El Parque Explora, por ejemplo, utiliza parte de los recursos económicos en proyectos para trabajar con diversos sectores de Medellín, incluyendo los más vulnerables. Omar David Flórez Isaza, coordinador empresarial del Parque Explora, explica: "Se han generado proyectos con la Alcaldía de Medellín para las comunas 8 y 10, que comprenden talleres de robótica y talleres de jornada

"La economía creativa, en adelante la Economía Naranja, representa una riqueza enorme basada en el talento, la propiedad intelectual, la conectividad y por supuesto, la herencia cultural de nuestra región", Banco Interamericano de Desarrollo.

La cultura: potencial de progreso económico

6,1 %

de la economía mundial depende de diversas creaciones intelectuales de personas como los actores, músicos, arquitectos, diseñadores, cantantes, artistas y los creadores de ideas que generan riqueza y empleos.

complementaria que motivan a los ciudadanos a adquirir conocimientos sobre ciencia y tecnología". Además, señala que la Feria de la Ciencia, la Tecnología y la Innovación es una oportunidad para que los estudiantes de colegios públicos y privados participen en diversos proyectos nacionales e internacionales, incluyendo cursos de astronomía y de observaciones para toda la ciudadanía.

El apoyo a la educación en la ciudad, el desarrollo del sector económico y el patrimonio cultural son temas donde se evidencia el progreso. Sin embargo, en el futuro podría haber un avance mayor. "Medellín ha ido ganando un buen nivel en el tema de becas, convo-



Gráfico: Álvaro Tuberquia Henao

Si la Economía Naranja correspondiera a un país

Si la cifra del 6,1% correspondiera a un país, sería la cuarta economía más grande del mundo, reportando 4,3 billones de dólares, 20 % más grande que la economía de Alemania o 2,5 veces el gasto militar mundial. Sería la 9^a potencia comercial del planeta, exportando bienes y servicios por más de 646.000 millones de dólares, creciendo el 134 % entre los años 2002 y 2011. Con-

taría con la 4^a fuerza laboral global. A este motor de desarrollo basado en el talento de las personas y la riqueza del patrimonio cultural de la humanidad se le conoce como: Economía Naranja.

En ella hay una oportunidad para crear los empleos dignos y el desarrollo sostenible necesario para 107 millones de jóvenes de Latinoamérica y el Caribe.

catorias y estímulos, pero eso nunca será suficiente porque hay mucho talento en la ciudad y falta ser más contundente en ese apoyo", resalta Bárbara Galeano Zuluaga, coordinadora académica de Extensión Cultural de la Universidad de Antioquia.

Se entiende que la herencia cultural hace parte de la Economía Naranja porque puede generar ingresos a través del turismo. Medellín tiene deficiencias en términos de patrimonio cultural: "Se destruye todo y no se conserva. Las fotografías antiguas de la ciudad permiten dar cuenta de las construcciones que había, pero fueron destruidas a lo largo de los años", recuerda Luz Andrea Zapata Villegas, coordinadora de Proyectos en Fomento Artístico y Cultural de la Universidad de Antioquia. La dinámica de Medellín, según la experta, es innovar y transformar continuamente, pero "en lugar de conservar la ciudad como patrimonio, lo que se hace es tumbar las edificaciones antiguas y volver a construir", agrega.

Hay que exprimir la naranja

Medellín fue elegida como la ciudad más innovadora del mundo en el concurso *City of the Year*, que organizan *The Wall Street Journal* y *Citigroup*, sin embargo, "ese premio hace referencia al tipo de programas en particular, no a la estructura económica de la ciudad, de hecho, el mejor ejemplo, en cuanto al factor económico, está en la construcción del tranvía que ha sido completamente importado", expresa Danny García Callejas, docente de la Universidad de Antioquia con doctorado en Desarrollo Económico de *University Of Massachusetts*.

Si embargo, gracias a algunas estrategias de gobierno se han logrado impactos positivos haciendo cosas de manera distinta.

"Las acciones de gobierno han reducido índices de violencia y otro tipo de situaciones que permiten ver a la ciudad como una ciudad innovadora", agrega. Actualmente se habla mucho de ideas de negocio, crear empresa y generar nuevos proyectos de emprendimiento. Esto es lo que busca la Economía Naranja: generar ideas a partir de la creatividad y la innovación. "Es importante que a partir del conocimiento y las ideas creativas se genere desarrollo y beneficio social para la comunidad", manifiesta Clara Grajales Baena, docente de economía de la Institución Universitaria Salazar y Herrera.

Con el manual de la Economía Naranja, el BID quiere reafirmar un tema que puede generar grandes oportunidades de desarrollo para Latinoamérica y El Caribe. La sociedad está llena de talento, con enormes posibilidades de crecimiento, a partir de una mayor producción y apropiación de la propiedad intelectual y de la conectividad. La herencia cultural es un tesoro que se puede y debe explotar como una ventaja competitiva a escala global. Todos estos temas generan y estimulan el desarrollo, considerando que aquí hay una oportunidad infinita. Por lo tanto se debe exprimir el potencial de progreso económico a la cultura, las artes y la creatividad.

El crédito educativo del Fondo EPM me ha permitido acceder a la educación superior. Hace dos años soy beneficiaria. Ahora puedo visionarme como gran empresaria capaz de ser parte del desarrollo económico del país", dice Lorena Pérez Serna, estudiante de negocios internacionales de la Universidad de Medellín.

La movilidad en Medellín requiere ser articulada

La movilidad en Medellín necesita un profundo análisis, que enmarque no solo la topografía de la ciudad, sino la tarea de articular sus principales ejes y transversalidades para sintonizarse con el instrumento base de la ciudad: el Plan de Ordenamiento Territorial (POT) y, a su vez generar coherencia entre infraestructura, número de vehículos y habitantes.

Lourdes Cruz Cárdenas

lourdes.cruzca@amigo.edu.co

Uno de los objetivos del POT es la Movilidad Sostenible, lo cual incluye el fortalecimiento del transporte público colectivo de Medellín y el Valle de Aburrá; la priorización del peatón y el ciclista, considerados elementos principales en la pirámide de movilidad; y la atención a factores como la accidentalidad y los riesgos en salud, de modo que se ofrezca un sistema de transporte público atractivo para la ciudad, donde la comodidad, seguridad y agilidad en el servicio primen a la hora de elegir estos medios.

En Medellín hasta el mes de marzo de 2015, se registraron 8.630 accidentes viales, en los cuales perdieron la vida 41 personas, según publicación en línea de Medellín ciudad inteligente.

La movilidad no es solo una cuestión entre el exceso de carros y las dificultades que implica moverse de un sitio a otro; la movilidad también es un tema de inclusión: "El transporte y los sistemas de movilidad son además acceso a la ciudad y sus servicios, a la vida de la ciudad", así lo expresa Jorge Pérez Jaramillo, director administrativo de Planeación de Medellín. Agrega también que "las mayores fuentes contaminantes del aire que respiramos son los vehículos, pero además el sedentarismo que este genera. Los minutos/día conduciendo generan problemas de salud en términos cardiovasculares y diabéticos".

Para ello, se pretende desde el POT fortalecer las centralidades barriales de la ciudad: Boston, La América, Manrique, Aranjuez, entre otros; de modo que los ciudadanos cuenten con los servicios públicos básicos en sus barrios, como estrategia para lograr que el número de viajes al Centro de Medellín se reduzca.

Fortalecer el transporte público

Estudios realizados por expertos señalan algunas de las soluciones viables para fortalecer los sistemas de transporte público en la ciudad.

Es el caso del estudio *Análisis del pico y placa como restricción a la circulación vehicular en Medellín basado en volúmenes vehiculares 2011*, realizado por el ingeniero civil y especialista en vías y transporte, John Jairo Posada Henao, el cual concluye que: "La implementación del pico y placa no es la única solución al problema de movilidad; la medida es proyectada como una opción temporal y en unos años obsoleta, debido al crecimiento del parque automotor. La ampliación o disminución de la medida depende de las buenas opciones en transporte público que se ofrezcan al usuario de vehículo particular, para que

este deje el vehículo en casa".

El Centro de Estudios Urbanos y Ambientales (Urbam) entregó a la ciudad el proyecto Plan Director BIO 2030, el cual plantea los lineamientos integrales para el desarrollo de la ciudad hacia el año 2030, que proporciona soluciones en el tema de movilidad sostenible, entendida como: "Una movilidad limpia, eficiente, económica y de cobertura, promoviendo el uso de la bicicleta, el caminar y el uso del transporte público colectivo".

Para Edilma Mesa, usuaria del transporte masivo Metroplús y sus alimentadores, la única ventaja de este servicio es la economía: "Porque de resto es muy demorado para uno transportarse".

Además, estudios como *Modelos para analizar el desarrollo del transporte urbano del Valle de Aburrá con consideraciones económicas, energéticas y ambientales 2007*, realizado por ingenieros civiles y eléctricos de la Universidad Nacional y los Andes, ofrece alternativas para mejorar la calidad en movilidad desde la utilización de tecnologías con mínimos costos e impacto ambiental como: la implementación del Gas Natural Vehicular (GNV), en los vehículos de transporte público colectivo y en las rutas integradas al Metro como el Metroplús.

Desde su experiencia, el ingeniero John Jairo Posada recomienda para el transporte público: "Contar con vehículos de tamaños adecuados, de tal manera que brindemos unas frecuencias de servicio atractivas para el usuario"; así mismo: "Mantener una serie de servicios alternos al Metro, que permitan la movilización de los usuarios". Pues pensar

en el Metro de Medellín como una alternativa de transporte que atienda toda la demanda del transporte público es un error, agrega el experto.

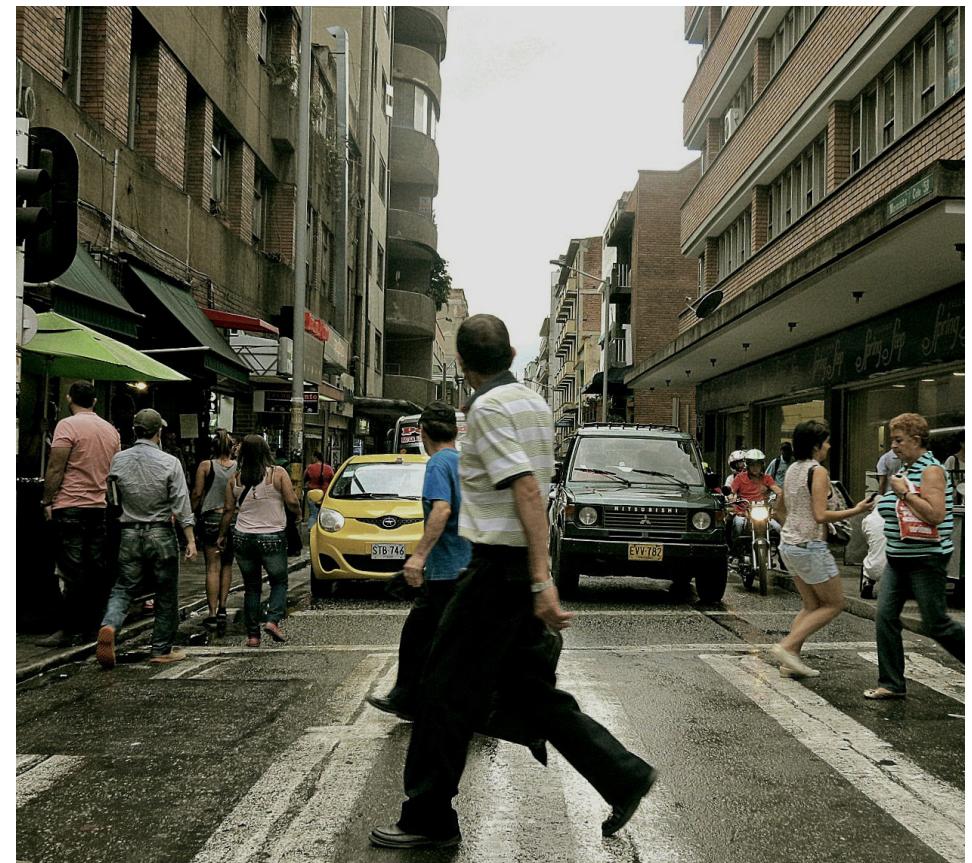
A esta percepción se suma la opinión de Martín Alonso Pérez Pérez, presidente de la Sociedad Antioqueña de Ingenieros y Arquitectos (SAI), cuando dice que "lo que debe lograr el Valle de Aburrá con el Metro es fortalecer los ejes que se tienen, pero generar cir-

"Mientras más cultura tengamos, menos infraestructura necesitamos".

43
empresas de
transporte público y
178 rutas urbanas
prestan sus servicios
en Medellín.

en el Metro de Medellín como una alternativa de transporte que atienda toda la demanda del transporte público es un error, agrega el experto.

A esta percepción se suma la opinión de Martín Alonso Pérez Pérez, presidente de la Sociedad Antioqueña de Ingenieros y Arquitectos (SAI), cuando dice que "lo que debe lograr el Valle de Aburrá con el Metro es fortalecer los ejes que se tienen, pero generar cir-



Las principales ciudades del mundo le apuestan a la construcción de espacios peatonales. Foto: Andrea Villa.

cuitos como el de la 80 con el tranvía".

"El Metro sí es funcional", pero hay que tener en cuenta dos aspectos: la infraestructura y la cobertura; así lo describe Jorge Pérez Jaramillo y añade: "Si tuviéramos más pasajeros, el Metro tendría más vagones, más servicio y más capacidad. Hoy el Metro debería estar en 950.000 pasajeros y está en 830.000, porque urbanizamos en las laderas, lejos del Metro".

Johana Berrio, residente del barrio Buenos Aires dice: "A mí no me sirve ningún alimentador, ahora, la ruta nueva del tranvía tampoco me sirve, los alimentadores no llegan hasta las zonas más altas y si utilizará este servicio me tocaría caminar 20 minutos desde donde me deja el alimentador hasta mi casa".

Una movilidad eficaz y coherente está relacionada con factores ambientales, tecnológicos, culturales y la satisfacción de las necesidades de los ciudadanos; pues los proyectos en desarrollo que buscan mejorar la movilidad en la ciudad como: Parques del Río, Carrera Bolívar y Centro Cívico de Medellín son una apuesta por el urbanismo, el cuidado del suelo y la rehabilitación de las Zonas amarillas, entendidas como la Zona Centro de Medellín.

Trabajar en conjunto con la tecnología

La secretaría de Movilidad de Medellín monitorea el funcionamiento del transporte

público a partir del Sistema Inteligente de Movilidad, que permite el conteo del flujo vehicular, cambios de semaforización y tiempos de viaje.

Al mismo tiempo, la regulación para los combustibles utilizados por los buses de servicio público es una de las iniciativas de esta Secretaría a través del proyecto Transporte Público de Medellín (TPM); ejemplo de ello es la firma del convenio con la empresa de transporte público Transmedellín.

El convenio incluye mejorar el combustible de estos buses, de modo que se utilice en parte GNV para su funcionamiento y Euro IV, tecnología limpia para disminuir el consumo de combustible. Esto implica una reducción del 41 % en las emisiones de monóxido de carbono, de acuerdo al estudio realizado por el Grupo de Higiene y Seguridad Industrial, del Politécnico Jaime Isaza Cadavid.

Optimizar los suelos que se encuentran en la ciudad y potenciar la vida alrededor del Río Medellín es una idea que contempla la ciudad, pues este corredor ha dividido a Medellín en dos. En su opinión, Pérez Pérez dice: "En las laderas debe haber baja densidad y hacia las zonas planas, llanas, donde hay mejores servicios públicos y más vías, allí deberían estar los desarrollos futuros a nivel inmobiliario".

Daniel Carvalho, coordinador técnico de Urbam, destaca: "Mientras más cultura tengamos, menos infraestructura necesitamos", esto incluye una cultura conjunta desde el peatón, pasando por el ciclista hasta llegar al conductor de cualquier medio de transporte motorizado, de forma tal, que se respete el semáforo, el andén y la cebra.

El ciudadano juega un papel primordial en la tarea que tiene Medellín de articular la movilidad, es por eso que la conexión del usuario con el entorno es esencial, pero también su compromiso y la conciencia social que adquiera, le permitirá tomar decisiones inteligentes frente a qué medios de transporte utilizar, cómo utilizarlos y para qué.

Transporte Público de Medellín

Según cifras del programa Medellín Cómo Vamos, el parque automotor aumentó en un 7 % para 2013. Actualmente, hay 234.812 automóviles y 26.547 motos. La ciudad requiere organizar el sistema de movilidad de forma tal, que el crecimiento del parque automotor no colapse con respecto a la infraestructura establecida. Para atender esta necesidad y otras como: recaudo tarifario por medios tecnológicos, acceso a paraderos

de transporte público e información precisa acerca de recorridos y rutas, se creó el proyecto Transporte Público de Medellín (TPM), iniciativa de la Secretaría de Movilidad de Medellín que trabaja en la reorganización del transporte público, para mejorar "La calidad y eficiencia en el servicio, optimizar los tiempos de viajes, horarios y paradas de los buses y adicional, el uso de la tarjeta Cívica como único medio de pago".

Sara Torres Hincapié

sara.torreshi@amigo.edu.co

Julián Esteban Garro Vélez

julian.garrove@amigo.edu.co

La calidad de vida de las personas con VIH podría ser igual a la de muchas otras, pero para ello se requiere la confluencia de factores que la garanticen, como el acceso al tratamiento integral, con atención psicológica, nutricional, odontológica y entrega de medicamentos; asesoría personalizada, que oriente al paciente sobre su enfermedad; y procesos pedagógicos que enseñen a la sociedad en su conjunto los derechos y deberes frente al VIH, para evitar la discriminación y promover la convivencia.

Pero en Medellín estos factores no se desarrollan a cabalidad. En ocasiones, se deben interponer tutelas para recibir el tratamiento; así mismo, existen quejas sobre la tardanza en la asignación de citas psicológicas. Sumado a lo anterior, aún falta educación sobre la enfermedad, lo que se deriva en exclusión social.

Uno de los principales factores para que las personas con VIH tengan una adecuada calidad de vida es poder acceder a una cita médica con un especialista, a través de la cual se comienza el estudio de caso y se determina cuál es el tratamiento antirretroviral que se debe seguir; además, en este primer momento, se aconseja solicitar la orientación psicológica, la asesoría nutricional y la atención odontológica requerida para cada caso, como lo estipula el Decreto 1543 de 1997. De esta manera, se busca garantizar el derecho a la salud. Sin embargo, la legislación no se cumple cabalmente.

Natalia Sáenz es representante de la Red de Apoyo Social de Antioquia (Rasa), fundación dedicada a asesorar legalmente a personas que no han podido acceder a la debida atención en salud.

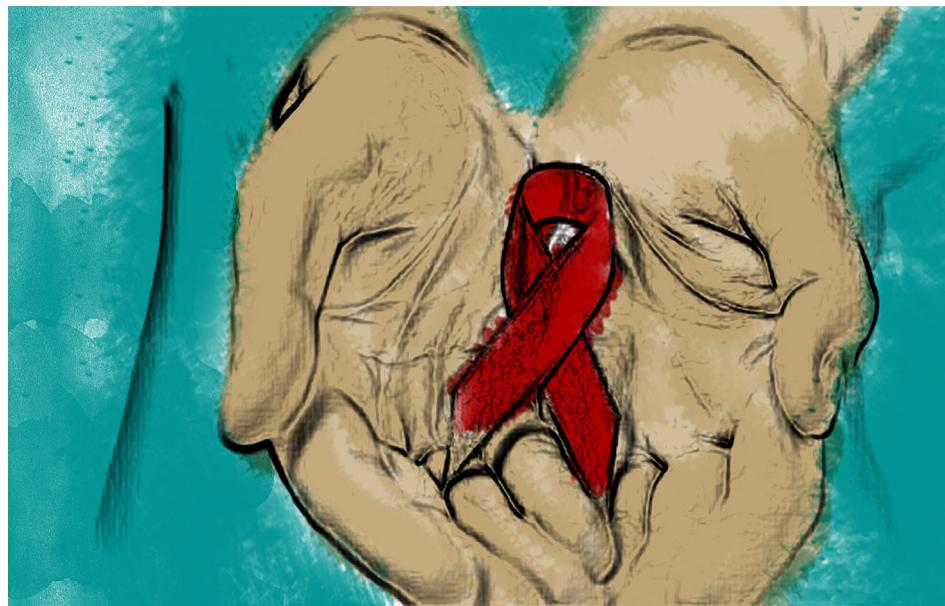
Ella asegura que ninguna EPS cumple completamente: "De todos los programas hay quejas". Así mismo, afirma: "Me atrevo a decir que hemos ganado todas las tutelas interpuestas por personas con VIH que buscan acceder a un tratamiento, porque nosotros trabajamos basándonos en la norma, en el derecho".

Matías Zabala*, persona con VIH, considera que a los centros de salud de Medellín aún les falta mucho para brindar un tratamiento íntegro: "Yo nunca he tenido inconvenientes en cuanto a la entrega de la droga, pero lo que concierne a la atención psicológica me ha tocado esperar hasta dos meses para que me atiendan". Manifiesta que no olvida el día que se enteró de su diagnóstico: "Fui yo quien tuvo que llamar al médico para que me diera el resultado de mis exámenes. Lo único que hizo fue decirme por teléfono: 'Sí era lo que estábamos pensando'. Creo que poco le importó el estado de shock en el que permanecí al recibir la noticia".

Muchos de los pacientes no acceden a un tratamiento integral por decisión propia y no porque se les haya negado. Nicolás Álvarez* relata: "Enterarme de que era un paciente VIH positivo me afectó mucho, al punto que no quise recibir tratamiento psicológico, porque no quería que una persona desconocida me dijera 'todo está bien' pintándome un arcoíris de colores, yo sabía que me iba morir y me reprochaba a mí mismo".

La atención a personas con VIH exige más que medicamentos

"No basta con que se me asigne una cita médica, si los medicamentos no los entregan a tiempo; además, si no recibo un tratamiento integral, el cual debe comprender: atención médica hospitalaria, asesoría nutricional, servicios de odontología y psicología". Mariano Roldán, fundador de Grupo de Vida, fundación dedicada a la atención de personas con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH).



Aumentar la accesibilidad al diagnóstico, mejorar el monitoreo y verificar la cobertura de atención son los principales retos del país, según el Ministerio de Salud. Ilustración: Carlos Madrigal.

Rita Elena Almanza Payares, líder de epidemiología de la Alcaldía de Medellín, asegura que "el 100 % de los diagnosticados no reciben tratamiento antirretroviral, no porque la Alcaldía o la EPS los niegue, sino porque es el paciente quien no accede a estos por decisión propia".

Más allá de las pastillas

Dentro de la atención integral para personas con VIH, la orientación psicológica es una de las más necesarias. José Ospina, fundador de Paso, Armonía y Paz, recalca su importancia: "Es una herramienta para hacer frente a las distintas situaciones angustiantes que se le plantean al paciente"; además, afirma que una persona que convive con esta enfermedad debe estar en controles psicológicos semanales para "aprender aceptarse a sí mismo".

Por su parte, Almanza Payares destaca el acompañamiento pedagógico que debe recibir la persona: "Se debe incluir en un programa y además se le debe dar educación, porque a veces mata más la angustia que la enfermedad. Saber cómo comportarse, qué va a ocasionar en el organismo, qué tratamientos existen".

Así mismo, la psicóloga Andrea Buriticá explica: "Las personas con VIH deben recibir tratamiento psicológico y médico desde el mismo momento en que reciben el diagnóstico, de lo contrario, podrían pre-

sentarse daños emocionales y ellas podrían atentar contra su integridad".

Zabala relata que en la actualidad no asiste a la asesoría psicológica: "Cuando lo hacía se me tardaban hasta dos meses para asignármela, pero me sirvieron mucho, porque logré entender mi situación y darme cuenta que puedo tener una vida totalmente normal".

Por su parte, Daniel Monsalve* cuenta que no requirió asistencia psicológica: "Sentí que no lo necesitaba, que yo podía lidiar con eso solo y aunque tuve momentos difíciles corrí con la suerte de tener buenos amigos que me aconsejaron muy bien".

VIH, un tema de todos

Los procesos pedagógicos son relevantes para que una persona con VIH pueda tener una mejor calidad de vida. La prevención de la enfermedad y la inclusión social dependen, en gran parte, de los niveles de información y de educación. El Decreto 1543 de 1997 establece que el Estado colombiano tiene la responsabilidad de generar las políticas públicas necesarias para proporcionar la información y las herramientas educativas suficientes, que permitan dejar a un lado los tabúes con respecto a la enfermedad.

55%

ha aumentado la infección de VIH entre el 2011 y 2014 en jóvenes de 18 a 28 años de edad.

Monsalve cuenta que no deseaba que su familia se diera cuenta de que era una persona con VIH: "Principalmente no dije nada por miedo al rechazo, yo mismo no lo aceptaba del todo, entonces creía que mi familia tampoco". Su madre se había dado

cuenta porque tomó sin permiso el nombre de las pastillas y consultó para qué servían.

La madre adoptiva de Daniel considera que al igual que su hijo muchos jóvenes en Medellín deben estar pasando por una situación parecida: "No toman las medidas necesarias ni buscan ayuda médica, prefieren callar por el temor de ser rechazados por la sociedad y la familia".

Nicolás Álvarez menciona que ser una persona con VIH no es igual a vivir solo: "Todos tenemos los mismos derechos, las mismas oportunidades para conformar y querer una familia"; así mismo, José Ospina dice que aún falta un camino largo para lograr que se brinden un tratamiento íntegro: "cada día damos una batalla más contra el virus".

*Nombre cambiado por petición de la fuente.

Normas que garantizan los derechos de las personas con VIH en Colombia

-La Ley 100 de 1993 establece que todos los habitantes de Colombia deberán estar amparados por el Sistema General de Seguridad Social en Salud y que por ningún motivo podrán ser excluidas por presentar alguna enfermedad.

-La Ley 972 del 2005 instaura mecanismos para mejorar y garantizar la atención de las personas que viven con VIH/sida.

-El Decreto 2323 del 2006 obliga a realizar los análisis de laboratorio que sean necesarios para llegar al diagnóstico, sin que las personas tengan que pagar cuotas moderadoras.

-El Decreto 1543 de 1997 contiene las normas para el manejo de la infección por VIH/sida. Es obligatorio que se realice el diagnóstico completo a quien lo necesite y que se le dé la atención integral necesaria.

-La Resolución 3442 de 2006 trata sobre las gestiones y procesos que deben seguir las EPS, las IPS y las Secretarías de Salud para que la atención a las personas que viven con VIH/sida sea de calidad e integral.

Fuente: Guía de prevención secundaria para personas que viven con VIH/sida "Cuidar de mí es, es cuidar de ti".

“Sanar no significa tan solo prescribir medicinas y terapias, sino trabajar juntos y compartir en un espíritu de alegría y cooperación”, Patch Adams.

Juan Camilo Restrepo Álvarez

juan.restreposez@amigo.edu.co

Margarita pudo olvidar por un momento su enfermedad gracias al acompañamiento de payasos hospitalarios como Pelusa, Pi Pon, Angustia y Tutú, que con sus narices rojas, trajes de colores y el sonido de una armonica hicieron que olvidara por unos minutos que estaba hospitalizada y lograron pintarle de nuevo una sonrisa en su rostro.

La risoterapia es una técnica basada en el arte de hacer reír, o como lo denomina Karina Ramírez, egresada en teatro de la Escuela Superior Tecnológica de Artes Débora Arango y voluntaria en la Fundación Mediclau: “Es una terapia para ser feliz”.

En términos médicos, según Francis Nelly Valencia Henao, médica general del Hospital Marco Fidel Suárez, se podría interpretar la risa como la causante de estimular la segregación de la endorfina, una sustancia producida por el cuerpo, que ayuda a disminuir el dolor y que genera sensación de bienestar y felicidad, pues al reír se ponen en función los músculos del rostro, se mejora la circulación, se despierta la mente y la imaginación, se elimina el estrés, las tensiones, la ansiedad y la depresión, se fortalece el sistema inmune, se disminuye el colesterol y ayuda a combatir problemas como los cardiovasculares y los respiratorios e incluso el insomnio.

Orígenes de la risoterapia

Francis Nelly reconoce que esta propuesta tiene antecedentes multiculturales. Hace más de 4000 años, en el Imperio Chino, había templos dedicados a la risa que ayudaban a equilibrar la salud. En la Edad Media, los médicos europeos recetaban la risa como método efectivo de curación. En el islam quedó registrado como una enseñanza: “El que hace reír a sus compañeros merece el paraíso”. Freud, el padre del psicoanálisis, le atribuyó el poder de liberar al organismo de energías negativas.

Hunter Adams, médico estadounidense más conocido como Patch Adams, aplicó en los años 80 la risoterapia, potenciando la alegría y el buen humor como apoyo para la recuperación y tratamiento de enfermedades”.

Hunter Adams, médico estadounidense más conocido como Patch Adams, aplicó en los años 80 la risoterapia, potenciando la alegría y el buen humor como apoyo para la recuperación y tratamiento de enfermedades”.

la recuperación y tratamiento de enfermedades. Con sus buenos resultados, Adams pudo fomentar el uso de esta técnica que llenó los hospitales de varias partes del mundo de amor, humor y creatividad.

Aunque los antecedentes de las fundaciones que aplican esta técnica estén ligados al término de la risoterapia, la cofundadora de Mediclau, Ángela María Puerta, licenciada en teatro de la Universidad de Antioquia y estudiante de Maestría en Gestión Cultural, afirma que su labor no alberga como tal el término de la risoterapia, debido a que existen pacientes que, por diversos motivos, no se pueden reír o que simplemente nos les gusta, entonces la denomina como un acompañante emocional, debido a que no median y su principal intención no es curar sino mitigar el dolor y dar tranquilidad a los pacientes.

La risoterapia en Medellín surgió de la necesidad de que los pacientes tuvieran un acompañamiento directo cuando están en el servicio de hospitalización y no como una terapia con fines curativos, debido a su falta de evidencia clínica y al no tener una base científica. Como lo explica Natalia Marín Rendón, médica de la Corporación Hospital Concejo de Medellín, la principal

función de esta es mitigar el proceso de hospitalización psicológicamente y, aunque existen tantos beneficios al reír, no se puede considerar como terapia debido a que no se puede obtener un diagnóstico médico aplicando solamente esta técnica.

El estado de ánimo, el acompañamiento, la familia y las redes de apoyo social son trascendentales en la recuperación emocional que puede facilitar la recuperación física. Es por ello que en la Clínica Universitaria Bolivariana de Medellín implementan métodos como las zonas en común, donde las personas que se encuentran hospitalizadas pueden compartir, con el apoyo del personal y de voluntarios encargados de hacer lecturas de cuentos, revistas, artículos de crecimiento personal, reflexiones e información noticiosa según el agrado del paciente, brindándoles acompañamiento y generándoles una mejoría para que así logren dispersarse de la angustia y olvidar por un momento que están hospitalizados, así lo manifestó la trabajadora social Olga Lucía Aguirre Ramírez.

¿Qué tan fácil es aplicar esta técnica?

Escuchar, acompañar y generar emociones en personas con dificultades en su salud física o mental, debido a algún acontecimiento perturbador, también tiene sus protocolos y sus restricciones. La viabilidad de esta técnica está en ser aplicada, como mínimo, de a dos *clowns*. Se debe actuar siempre con seguridad y bajo las condiciones médicas, el silencio y la prudencia para no incomodar a las personas que no tienen mucho agrado por este tipo de actividades, saber cómo llegar a las habitaciones y lograr la concentración de las personas son solo una pequeña lista de responsabilidades a las que se ve sujeto un voluntario *clown*.

Juan Manuel Múnera, más conocido en el mundo *clown* como “Pin Pon”, se encontraba haciendo su intervención en la Clínica Bolivariana, junto con un compañero. En ese instante una joven se acercó a preguntarle si podían ir a la habitación donde se encontraba su mamá. Ellos aceptaron y al

entrar la señora estaba entubada. La hija les contó que le gustaban los temas acuáticos. Los dos payasos hospitalarios empezaron a fingir una competencia de natación en el mar, cuando de repente la señora empezó a convulsionar y a los cinco minutos murió. Luego la hija bajó a agradecerles a los payasos debido a que su mamá había podido descansar después de haber estado apegada por mucho tiempo, aunque no se sabe qué fue exactamente lo que la hizo partir.

No es solo para niños

El humor y la diversión no tienen límites de edad, por eso también se aplican en hogares geriátricos, instituciones a cargo de niños sin padres o en estado de abandono y sitios afectados, ya sea por catástrofes naturales o guerras. En los adultos mayores, se busca llenar de motivación a aquellos que se encuentran sin la compañía de sus familiares o seres queridos, así lo manifestó Mario Betancur, un paciente en hospitalización del Hospital Manuel Uribe Ángel del municipio de Envigado: “Da vida a las personas que estamos como muy solos, nos anima mucho más”.

Cuando se aplican estas terapias alternativas en hogares geriátricos, se generan lazos significativos. La payasa “Pelusa”, Ángela María Puerta, cuenta que Domitila, una señora de edad, la adoptó como su nieta y fue tanto su cariño que un día llamó a la trabajadora social y a la gerontóloga del hogar para hacer su testamento a nombre de “Pelusa”, para dejarle como herencia sus tesoros: la diadema roja, la verde, el collar de colores y los chulos, con los cuales “Pelusa” frecuentemente la halagaba haciéndola sentir bien.

La parte humana de esta labor no se encuentra en sanar a las personas de sus enfermedades físicas, sino en sanar y avivar en las personas sus sueños, sus metas, sus ilusiones, regalando momentos de alegría que los llenan de fuerzas para seguir luchando por una nueva oportunidad en la vida, mediante una droga natural y que no genera dependencia: la risa.



La risoterapia es una técnica que trae beneficios mentales y emocionales, aunque no se considera una terapia como tal. Foto: Juan Camilo Restrepo Álvarez.

Técnicas de risoterapia que cualquiera puede emplear

-Liberar lo negativo: toma un globo y comience a inflarlo, en cada soplo deje salir algo que deseé que desaparezca de su vida, de su entorno o del mundo.

-Eliminar lo negativo: ata el globo con los cordones de tus zapatos, coloca música y empieza a bailar arrastrando el globo e intenta hacerlo explotar antes de que se acabe la canción.

-Técnica de risa fonadora: tirado en el suelo, practica los cinco tipos de risa:

Ja: beneficia el sistema digestivo y genital
Je: favorece la función hepática
Ji: estimula la tiroídes y circulación
Jo: actúa sobre el sistema nervioso central
Ju: tiene efectos sobre la función respiratoria.

-Técnica de las cosquillas: la risa causada por cosquillas en axilas, abdomen y cuello envían, a través de las terminaciones nerviosas de la piel, impulsos eléctricos al sistema nervioso central, lo que genera una reacción en la región cerebral.

Fuente: Innatia portal de salud

30%

de colombianos podrían sufrir de cuadros de depresión, de acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud.

“La niñez y la juventud se irán por donde uno les diga, qué mejor que decirles: tomen las artes para su tiempo libre”, Mauricio Balbín, músico profesional y director del coro de la Universidad de Eafit.

Angie Camargo Gamboa

angie.camargoga@amigo.edu.co

“Si no fuera por la música, estaría muerto”. Así resume Leonardo González lo que han sido sus diecisiete años de vida, una vida que estuvo plagada por las drogas desde sus trece años y lo llevaron a perder la motivación para estudiar y hasta para vivir. Pero poco a poco y gracias a la formación musical que inició hace dos años en una de las Escuelas de Música de Medellín, está superando la drogadicción.

Leonardo es un adolescente del barrio El Socorro de la Comuna 13-San Javier, quien a sus trece años, cuando estudiaba en la institución educativa Rafael Uribe Uribe, le perdió la motivación a estudiar, ya que no le veía provecho, no encontraba interés alguno en cumplir con sus deberes allí y por eso su rendimiento académico nunca fue bueno.

Por esta situación, Leonardo ya cursaba su tercer octavo, el cual también iba perdiendo, y, por decisión propia, empezó a fumar marihuana, a faltar al colegio, a relacionarse con jóvenes criminales y a pasar mayor tiempo en la calle. Su madre, ya preocupada y consciente de la situación por la que pasaba su hijo, le propuso que empleara su tiempo libre en algo útil y lo inscribió en la Red de Escuelas de Música de Medellín.

El primer año en la escuela no fue lo más emocionante para Leonardo, porque el método de enseñanza, basado en la teoría, lo aburría, pero cuando llegó el momento de tocar instrumentos, el fagot en su caso, notó los resultados de todo lo que venía ensayando y estudiando. En ese instante, el ánimo, el amor e interés por la música aumentó.

Gracias a la música!

Con la música comenzaron sus cambios académicos, sociales y personales. En lo académico, gracias a sus formadores musicales, aprendió a tener disciplina, dedicación, compromiso, paciencia y a organizar su tiempo, pero sobre todo a entender que sus estudios en el colegio sí eran importantes, por lo cual se volvió a comprometer con su formación académica con el fin de complementarlos con la música. En lo social, comenzó a elegir mejor a las personas que lo rodeaban y se acercó a sus compañeros de la escuela, quienes jamás lo juzgaron por su adicción a las drogas. Y en lo personal, lucha contra la drogadicción, pues aunque acepta que no la ha superado completamente, sí asegura que ya no es un hábito en su vida: “Si se consume, está mal, va a haber un proceso, pero muy lento; pero si no se consume, va a haber un proceso más rápido y notaré que no se necesita de ningún vicio para estar bien o para sentir sensaciones distintas, ya que la música puede lograr eso y hasta mejores”, comenta.

Actualmente, González está validando su bachillerato y para finales del próximo año espera graduarse. Gracias a la música pudo

La música fortalece el pensamiento racional, por lo que se relaciona directamente con las ciencias exactas.
Foto: Jhon Alexander Castañeda.



Formación musical, opción de cambio para la juventud

planejar su proyecto de vida y tiene como meta estudiar música profesionalmente en la Universidad de Antioquia. Ahora la mayoría del tiempo la pasa en la escuela musical ensayando con sus compañeros o haciendo ejercicio. Se alejó completamente de las amistades que no le aportaban bienestar a su vida y no se arrepiente por todo lo que pasó, pues si no hubiera sido así, tal vez la música jamás hubiera llegado a su vida.

Para Jovany Bedoya Amaya, licenciado en música y director de la Red de Escuelas de Música de Las Independencias, en San Javier, la formación musical debe ser algo esencial para cualquier niño y joven en sus etapas de aprendizaje, puesto que en la parte intelectual la música tiene una relación de primera con las ciencias exactas: se conecta toda la parte sensorial de la creación artística del cerebro y a su vez a la sensibilidad, porque, entre otras cosas, genera mayor conciencia frente a la generación de ruido y da pensamiento racional.

En la parte social, el músico profesional, Mauricio Balbín, señala que la música crea ciudadanos integrales, debido a que en la parte íntima de cada proceso hay unos microprocesos de formación personal y ciudadana, los cuales ayudan a desarrollar a cada estudiante la paciencia, la delicadeza, la solidaridad, la igualdad, sensibilidad, etc.

Formación musical en Medellín

Para Bedoya Amaya, uno de los programas de formación musical más importantes en el formato sinfónico es la Red de Escuelas de Música, creada en 1996 por la Secretaría de Cultura Ciudadana de Medellín, la cual vincula a más de 4.600 niños y jóvenes entre siete y veinticuatro años de las diecisésis comunas con el mundo de la música, mediante procesos de formación y con la conformación de agrupaciones tales como coros, semilleros de instrumento, pre bandas, pre orquestas, bandas y orquestas. Este proyecto enriquece los procesos cultu-

rales y artísticos de la ciudad. Actualmente, Medellín cuenta con veintisiete escuelas de música, trece de cuerdas y catorce de percusión y vientos, en veintitrés barrios y tres corregimientos.

En lo concerniente a lo educativo, Bedoya dice que el aprendizaje es relativo y depende totalmente de los estudiantes y del ritmo de aprendizaje que lleven: “Se les crea un hábito de estudio y se les muestra la necesidad de aprender el instrumento, de tener disciplina y dedicación con la música; actitudes que los niños y jóvenes aplicarán en otros aspectos de su vida”.

Por otra parte, el programa Medellín Vive la Música, que nació el año pasado en la Secretaría de Cultura Ciudadana, se define como una iniciativa que busca articular proyectos y actividades de formación, producción, emprendimientos, circulación y proyección de la música en la ciudad para establecer un clúster musical en la capital antioqueña.

Alejandro Escobedo, gerente de Medellín Vive la Música, explica que este consta de cuatro componentes: formación, proyección y circulación, infraestructura y emprendimiento e

San Javier, Laureles y Robledo. Estas infraestructuras contarán con espacios adecuados especialmente para la enseñanza, investigación, producción y proyección musical.

Otro proyecto que también apoya la formación musical es el Presupuesto Participativo con sus cuatro componentes: memoria y patrimonio, agenda cultural, fortalecimiento del sector cultural y formación artística. Mauricio Balbín, líder de este último componente, comenta que se “invierte el 5.6% del presupuesto público, el cual se le asigna a todas las comunidades y ellas eligen en qué elemento invertir para talleres de 50 horas. Este semestre todas las comunas escogieron formación artísticas, prácticamente, toda la ciudad decidió tener sus talleres de música, danza, baile, teatro, etc.”.

Según Balbín: “Los niños que estén dedicados a las artes, la música, desde chiquitos, y lo digo a los cuatro vientos sin temor a equivocarme son niños que ya se salvaron para la sociedad, la intelectualidad incluso, eso es lo que hace la música, esos procesos salvan la juventud”.

Son muchos jóvenes como Leonardo que cada día descubren una nueva pasión, gracias a estos programas, que no solo forman personas sino que guían y mejoran la sociedad.

Formación artística en la educación colombiana

La Ley 115 de 1994, como reguladora de la educación, más específicamente en lo que se refiere a la enseñanza de las artes, estipula una estructura administrativa del conocimiento, planteando unos estándares de educación, los cuales sugieren la formación de estudiantes como seres integrales, pero para Mauricio Balbín esta ley carece de solidez, ya que se puede observar cómo la educación artística en la mayoría de las instituciones no ocupa un lugar importante dentro de las prioridades educativas, pues

no existen mecanismos que velen por la regulación y el buen cumplimiento de esta ley. En los procesos reales de enseñanza, en muchos casos, los encargados de estas instituciones no tienen los conocimientos específicos de lo que las artes pueden lograr para los niños y jóvenes en sus procesos de aprendizaje. Agrega que fortalecer esta educación es importante en el campo de la innovación y el emprendimiento, algo determinante para la contribución al desarrollo del país.

“El aprendizaje es un simple apéndice de nosotros mismos; donde quiera que estemos, está también nuestro aprendizaje”, William Shakespeare.

Daniela Ramírez Daza

daniela.ramrezdaza@amigo.edu.co

Manjuduin Taborda, interno de la cárcel de Bellavista, está condenado a cuatro años de prisión. Dedica gran parte de su tiempo a leer. Entre sus libros favoritos están las obras de Platón: la República y los Diálogos, y la obra de Fiódor Dostoyevski. Ha estudiado una técnica sobre el modelo institucional de la cárcel. Gracias a eso recibió una rebaja del 2,5 % de la pena, según lo estipulado por la Ley 975 de 2005, artículo 70, que establece que tendrán derecho a la rebaja de pena impuesta, en una décima parte, los internos que accedan a la educación.

Él ingresó al taller de literatura por un anuncio colgado en el patio: “Yo fui para salir y hacer algo diferente. En la capacitación me dieron todas las otras opciones que había para acceder, también decidí estudiar por la rebaja y para aprovechar los espacios, tener un poquito de libertad. Al principio no me llamó mucho la atención, luego un amigo me empezó a animar y gracias a la presión de esa persona me inscribí y terminé”, relata Taborda respecto a sus estudios.

Diferentes alternativas

El Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario (Inpec) tiene convenios con entidades que suministran educación a los reclusos como la Alcaldía de Medellín, el Sena, la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (Unad) y la Alcaldía de Bello que financia algunos programas. Tiene un presupuesto anual que puede ser de veintiocho millones de pesos o variar de acuerdo a la necesidad, es decir, si se plantea otro tipo de actividades se debe enviar el presupuesto para el desarrollo de estas.

Existen otros programas académicos como Técnica en Construcción, Técnica en

900
de los 7.444
internos de la Cárcel
Nacional Bellavista
están estudiando.

instituye que el trabajo en los establecimientos de reclusión es obligatorio para los condenados como medio terapéutico adecuado a los fines de la resocialización. En ese sentido

Apuesta pedagógica

El modelo educativo como propuesta alternativa e innovadora se fundamenta en los principios de flexibilización, autonomía, coherencia, integralidad y participación.

En cumplimiento de los anteriores principios, el modelo convoca a la generación de procesos educativos, cuyo propósito último es el de producir transformaciones en el sujeto

y en la condición existencial del mismo, respetando sus derechos y sus deberes.

La mediación es el elemento que se utiliza para la discusión del modelo educativo entre las personas internadas. No existe la verdad absoluta, sino una creación que se construye con base en la apropiación del tema, la interacción y sus aportes.

Entrenamiento de Gimnasio, Técnica en Calzado, Manejo Ambiental y carreras como Administración de Empresas.

Actualmente la Cárcel Nacional Bellavista cuenta con una capacidad para 2.424 presos, pero el total de la población carcelaria es de 7.444. Su hacinamiento llega al 207 % y, de acuerdo al plan ocupacional, hay solo 900 internos estudiando.

Facilitadores de conocimiento

Ángela Cecilia Restrepo, coordinadora del Centro Educativo Inpec, comenta que para acceder a una técnica se hace a través de convocatorias, debido a que el penal está supeditado a un plan ocupacional que tiene un límite de cupos y un espacio reducido. “Los internos tienen todo el derecho de escoger en qué área quieren ingresar porque si la persona está ubicada en un área que no le gusta tiende a irse más fácil antes de terminar la carrera”, asegura.

Raúl Francisco Artunduaga, coordinador de Convenios Laborales del Inpec indica que según la Ley 65 de 1993, artículo 79, se

se les permite, dentro de lo posible, escoger entre las diferentes opciones existentes en el centro de reclusión. “Aquí los internos trabajan en los talleres y su función es hacer maquila, que es un sistema de producción que consiste en el ensamblaje manual o unitario de piezas y se les paga de acuerdo a la cantidad que realicen”.

Estatutos postulados

Según la Ley 115 de 1994, artículo 85, la educación básica y media de adultos podrá ser ofrecida por los establecimientos de educación formal, estatales y privados, mediante programas educativos estructurados en ciclos lectivos regulares o especiales integrados dentro de su proyecto educativo institucional.

Margarita María Cadavid, encargada de la educación formal en el Inpec, asegura que todos tienen acceso al estudio básico cuando cumplen su mayoría de edad y esto genera un título, o sea los ciclos lectivos especiales integrales (CLEI) que es como estudiar un nocturno o un sabatino, avalados por la Secretaría de Educación de Bello y cada seis meses se gradúan estudiantes en bachillerato.

Por otro lado, la Corte Constitucional, en la ley de alternatividad sentencia T-153/98, explica las consecuencias de la sobre población que existe actualmente, las

cuales debido a las condiciones de hacinamiento impiden brindarle a todos los reclusos los medios diseñados para el proyecto de resocialización (estudio, trabajo, etc.). Dada la imprevisión que ha reinado en materia de infraestructura carcelaria, la sobre población ha conducido a que los reclusos ni siquiera puedan gozar de las mínimas condiciones para llevar una vida digna en la prisión, tales como contar con un camarote, agua suficiente, servicios sanitarios, asistencia en salud, visitas familiares en condiciones decorosas, entre otras.

Delegados del aprendizaje

Diego Vásquez, licenciado en educación física y Hensel García, ingeniero de sistemas, son dos internos que tienen como función capacitar a los instructores o monitores por seis meses. Se realiza por rangos: primero se estudia una técnica, posteriormente se prepara para ser instructor y por último se adquiere las competencias para formar a nuevos instructores.

García asegura: “Yo soy ingeniero de sistemas, pero eso aquí no cuenta porque lo que necesitan es reemplazar a los profesores que no pueden estar por algún motivo; nos enseñaron el modelo educativo que es muy especial porque es constructivista y eso es lo que le enseñamos a los demás internos cuando ellos no están”.

Los beneficios para quienes logran acceder a la educación en la cárcel son claros. Dorian García hace cinco meses cumplió su condena. Antes de ingresar al penal estudió Sistemas de Información y en el tiempo que estuvo internado en Bellavista empezó Ingeniería, pero el convenio con la Unad cerró la formación por problemas para las prácticas, en ese momento no había salas de sistemas y tampoco acceso a las TIC. Al final, como lo afirma él, “parecerá raro, pero terminé estudiando filosofía, que era lo que permitían las condiciones”. Su carrera la hizo en cuatro años ya que la universidad permite cursos intersemestrales donde puede adicionar hasta seis créditos. Gracias a sus conocimientos, en un periodo largo logró desarrollar con el jefe de sistemas, la guardia y el Área de Atención y Tratamiento las salas de red y acceder a las plataformas Unad y Sena, que son con las que tienen convenio de formación.

Y como reflexión, Dorian acota: “Ahora uno ve muchas cosas diferentes, las valora y estoy tratando de recuperar espacios y la vida normal. Estando en Bellavista mi esposa estuvo en embarazo, pero perdimos el bebé. Lo importante es seguir adelante y no pensar mucho en lo que pasó o en lo que viví, es algo que uno no quiere repetir, ayudó porque veo las cosas diferentes, pero es un tiempo perdido, ahora a trabajar, tranquilo”.

De esta manera es como la educación ha sido una salida para aquellas personas que aunque pierden su libertad como ciudadanos, encuentran en la formación una manera de liberar su espíritu.

“El trabajo en los establecimientos de reclusión es obligatorio para los condenados como medio terapéutico adecuado a los fines de la resocialización”.



En los establecimientos penitenciarios y carcelarios, se implementan programas de educación y trabajo que preparan a los reclusos para contribuir a recuperar su libertad.
Foto: Daniela Ramírez.

Dieta vegetariana inadecuada: de la salud a la enfermedad

María Alejandra García Zuluaga

maria.garciazu@amigo.edu.co

“La médica me llegó a hacer un comentario: ‘usted tiene cuerpo de anorexíca’. Pues sí, es extraño, pero son casi los mismos síntomas de una anorexia y de un vegetarianismo extremo por así decirlo”, cuenta Juan Camilo Yépес Vidal, estudiante de Comunicación y Relaciones Corporativa de la Universidad de Medellín, quien fue vegetariano y hoy a sus 22 años recuerda el daño que le causó realizar esta dieta sin la guía adecuada de un experto.

Según el artículo *Genios vegetarianos de la historia*, publicado el 7 de febrero de 2015 por la organización Humano Vegano de Venezuela, hace más de 2500 años se conocieron los primeros personajes que dejaron de lado la carne en sus dietas, principalmente para promover la no violencia en el mundo. Pitágoras fue el primero de la historia, por lo cual al comienzo el vegetarianismo era llamado la dieta de Pitágoras.

En la actualidad y en Colombia, esta dieta está en aumento. En el país ya se encuentran 112 restaurantes vegetarianos y 305 tiendas naturistas, asimismo, iniciativas como La Revolución de la Cuchara, que se creó en Medellín por medio de un grupo de voluntarios, que trabajan en defensa de las personas, los animales y el medio ambiente. Este lucha para que las personas saquen la carne de sus platos, fortaleciendo esta causa a través de la guía y consejos sobre qué cocinar, qué comprar y hasta cómo compartirlo, según la Universidad de la Sabana, en el artículo *Auge del vegetarianismo por el cuidado del planeta*, del año 2013.

Tipos de vegetarianismo

Existen varios tipos de vegetarianismo, según Cielo Tobón, nutricionista de la Universidad de Antioquia. Entre ellos se encuentran los ovolacto vegetarianos, lacto vegetarianos y veganos.

Los ovolacto vegetarianos son personas que no comen carne, pero que comen huevo, leche y miel. Los lacto vegetarianos

600

millones de personas son vegetarianas en el planeta, según la encuesta anual del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)

o sea estar bien”, pero que luego la razón fue cambiando porque se encontró con el sufrimiento de los animales.

Existen muchas más razones, como lo explica la nutricionista Cielo Tobón: “algunas personas comienzan la dieta por los beneficios que descubren que les puede traer, como que les deja de dar estreñimiento y se les mejora la digestión”.

La dieta mal llevada del vegetarianismo

Bairon Valdés, médico general de la Universidad de Antioquia, manifiesta que la dieta mal llevada del vegetarianismo causa enfermedades graves como anemia, calambres musculares, trastornos gastrointestinales, deficiencias de vitaminas y trastornos en el metabolismo, además de caída del cabello, debilitamiento de las uñas y cambio en la constitución de la piel.

Cuando Juan Camilo realizó la dieta, experimentó algunos cambios y comenzó a enfermarse. Inició con anemia y le siguió la falta de calcio; así mismo, como manifestación principal de que se estaba enfermando, bajo de peso: se encontraba 9 kilos por debajo del peso ideal.

En el caso de Julio César, al comenzar

1. Cada comida debe tratar de tener una porción de proteína, en este caso productos derivados de las leguminosas, como garbanzos y lentejas.
2. Consumir leguminosas con cereales, como el arroz, para que se complemente la proteína.
3. No consumir en la misma comida leguminosas y lácteos, debido a que no se absorbe el hierro y el calcio. Solo consume uno de ellos.
4. Llevar un estilo de vida saludable, evitando el sedentarismo.
5. Si no se consumen lácteos, remplazarlos por leches vegetales, como la de soya y al-
6. mendas, que sean fortificadas con calcio.
7. Consumir mínimo dos porciones de ensaladas al día.
8. Se recomienda comer nueces y semillas, según las necesidades de energía de cada persona. Pueden ser consumidas solas o en ensaladas.
9. Estar acompañado por un nutricionista de confianza.

Fuente: Cielo Tobón, nutricionista de la Universidad de Antioquia.

“Muchas personas empiezan a sacar la carne de su comida, sin tener un conocimiento claro a nivel nutricional”, Julio César Muñoz Palacio, practicante del vegetarianismo.

son aquellos que solo consumen lácteos y alimentos de origen vegetal y dejan de lado el huevo y los productos de origen animal. Por último, los veganos que son quienes no consumen ningún alimento de origen animal, además de tampoco utilizar prendas de vestir que tenga este origen.

Juan Camilo comenzó a ser vegetariano a los 8 años de edad y tuvo que abandonar la dieta a los 15 por problemas de salud. Recuerda que la razón principal

para comenzar con este estilo de vida fue la película *Caníbal*, que le creó una percepción de asco hacia la carne, pero no todas las personas argumentan que tienen la misma razón para dejarla. Por el contrario, Julio César Muñoz Palacio expresa que inició la dieta en un principio “por la razón egoísta que lo lleva a uno a alimentarse bien,



o sea estar bien”, pero que luego la razón fue cambiando porque se encontró con el sufrimiento de los animales.

la dieta bajó 10 kilos. La pérdida de peso es normal según la nutricionista Cielo, debido a que cualquier cambio en la dieta de una persona requiere adaptación en el cuerpo, el cual en un momento determinado se debe acostumbrar a la nueva dieta y permanecer en un peso adecuado.

“Yo sé que estaba sufriendo de anemia, tenía falta de zinc y de calcio, las uñas se me ponían muy débiles, medio me crecían, incluso todavía, después de tantos años, a mí las uñas se me parten muy fácil y se me doblan”, cuenta Juan Camilo, que obtuvo como consecuencias estos síntomas y enfermedades por no contar con los nutrientes que necesitaba, además, de que él se encontraba en una edad de desarrollo y crecimiento.

Sin embargo, para Cielo, que se encontrara en edad de crecimiento no tiene nada que ver, debido a que ella considera: “Que cualquier edad es apta para ser vegetariano, pero llevando las recomendaciones”.

Los padres eran los que debían asumir el trabajo de reemplazar bien la porción de carne por la porción de leguminosas y darle la comida a la hora que era. La pérdida más común de vitaminas por el vegetarianismo es la vitamina B12, a la que, como lo explica la nutricionista, se le debe prestar mucha atención, debido a que “hay unas personas que pueden llegar al déficit, entonces esto les puede traer demencia”. La manera de reemplazar esta vitamina, como lo expone el médico Valdés, es por medio de inyecciones, aunque a algunos pacientes no les va bien con estas,

“Si uno se introduce en ese mundo por cualquier situación social, religiosa o personal que haya decidido, debe ir a un nutricionista”.

continúan con calambres y deben dejar la dieta.

“La principal enfermedad con la que primero te encuentras es con la anemia: un vegetariano que no lleva bien su dieta, fácilmente la puede padecer”, dice el especialista. Esta fue la enfermedad con la que comenzó Juan Camilo a desmejorar. Se presenta, según la nutricionista Cielo, por la falta de hierro, o sea que no se reemplazan bien las porciones de la carne con las leguminosas, provocando así falta de hierro y más tarde la anemia.

Acompañamiento del especialista es vital

“Si uno se introduce en ese mundo por cualquier situación social, religiosa o personal que haya decidido, debe ir a un nutricionista, yo creo que es lo más sano antes de arriesgarse de pronto a una enfermedad”, expresa el médico Bairon Valdés, quien al igual que la nutricionista Cielo, está de acuerdo con que es necesaria la guía de un experto al momento de comenzar la dieta vegetariana.

Juan Camilo cuenta que no se enfermó por el vegetarianismo, sino por la falta de asesoría, debido a que solo fue dos veces al nutricionista: cuando comenzó la dieta, sin seguir un proceso de control; y cuando ya se vio enfermo, que estuvo obligado a comer carne, un proceso que no fue de mucho agrado, como él mismo lo dice: “Yo me acuerdo de eso y me dan ganas de vomitar”. Él debía tomarse tres vasos diarios de hígado crudo con remolacha, por no tener la guía adecuada para la realización de la dieta vegetariana.

"Absurdo, injusto, descarado y enriquecedor de unos pocos", así define Diego Mauricio Correa

Montoya, abogado de la Universidad de Medellín, el Sistema General de Pensiones (SGP) en Colombia.

Susana Ramírez Clavijo
susana.ramirezcl@amigo.edu.co

Jorge Alberto Ávila es un ventero ambulante que invierte cuarenta mil pesos diarios en mercancía. Entre aguas, cigarrillos, tintos y dulces, este hombre de 68 años se gana la vida de lunes a sábado entre la estación San Antonio y el Parque Berrío, debajo del viaducto del Metro, al frente del paradero de los colectivos de Blanquizal. Él es uno de los adultos mayores que no ahorraron lo suficiente para su vejez, y por ello no obtuvo la pensión de acuerdo con el Nuevo Modelo de Protección para la Vejez.

Según el abogado Diego Mauricio Correa, los adultos mayores en Colombia no se pensionan por cuatro motivos, principalmente: "Las personas sin un peso en su vejez es porque no accedieron a la pensión por ignorancia, incultura, incapacidad económica para cotizar o por la dificultad legal para pensionarse".

En 1992, Jorge Alberto renunció a la zapatería en la que trabajó por más de veinte años. Él desconocía que debía cotizar hasta alcanzar las 1.300 semanas mínimas legalmente requeridas para obtener la pensión de vejez. De acuerdo con el Sistema de Seguridad Social Integral vigente en Colombia, plasmado en la Ley 100 de 1993, las mujeres se pensionan a los 57 y los hombres a los 62 años, edad estipulada a partir de enero del 2014.

Según una investigación adelantada por la Universidad Externado de Colombia, publicada por la Facultad de Comunicación de la Universidad del Valle, el 75 % de los adultos mayores colombianos no recibe ninguna pensión. La investigación, titulada *Participación de los adultos*

2
millones de personas van a pensionarse, en otros términos, el 90 % de las personas queda en el camino.

"Muy pocos están cotizando para su futuro. Los que lo hacen tienen muy pocas semanas ahorradas. En Colombia es necesario tener 1.300 semanas para pensionarse, es decir, 25 años; pero un colombiano en promedio cotiza 10 años, lo que significa que así haga el esfuerzo no va a lograr una pensión, eso es lo que se debe atacar en el país", indicó Mauricio Olivera, presidente de Colpensiones, en el taller nacional de actualización para periodistas económicos *Retos y Oportunidades del Sistema Pensional Colombiano*, realizado en Bogotá.

mayores en las economías de mercado y del hogar en Colombia, arrojó que el 22 % de esta población vive con menos de \$206.091, es decir, en condiciones de pobreza.

Régimen de transición

Humberto Salinas Barrera, de 59 años, relata que debe trabajar 3 años más para obtener la pensión. "Yo quería llevar y traer a mi niño al colegio, y montar mi negocio independiente", pero el deseo de Humberto tiene que esperar unos años más, porque, como él, son muchos los adultos mayores que no cobraron la ley de transición.

El régimen de transición, artículo 36 de la Ley 100 de 1993, declara que los hombres pueden pensionarse a los 60 y las mujeres a los 55 años, siempre y cuando al año 1994 cumplieran uno de estos dos requisitos: tener 40 años cumplidos o más los hombres, y las mujeres tener 35 años o más cumplidos, o haber cotizado 15 o más años de trabajo.

Ángela Beatriz Hincapié Orozco es otra persona que, como Jorge Alberto, no adquirió la pensión de vejez. "El único trabajo que tuve fuera de la casa fue en una parroquia. Trabajé en la tienda comunitaria, la fotocopiadora y en oficios varios". También confiesa que no cotizó como trabajadora independiente porque no tenía el dinero. En 1998 fue la última vez que Ángela contribuyó al SGP con un total de 350 semanas cotizadas.

El Nuevo Modelo de Protección para la vejez, publicado por el Ministerio de Trabajo, plantea tres soluciones para mejorar la actual situación del SGP: Colpensiones quiere asegurar el régimen de prima media para trabajadores formales. El Beneficio Económico Periódico (BEPS) es una cuenta de ahorro individual para trabajadores informales, donde el Estado les proporciona un subsidio del 20 % sobre el ahorro realizado, y Colombia Mayor entrega un subsidio para las personas en extrema pobreza, indigencia o adultos mayores pertenecientes al Sisbén 1 y 2.

A las diez de la mañana, Ángela Hincapié borda y ve televisión hasta la noche. Ella vende a sus familiares y vecinos manualidades hechas en padua y etilvinilacetato, más conocido como foami. "El año antepasado las vendíamos entre la familia. Y el esposo de una compañera la llevaba a la Universidad Pontificia Boliviana

Pensión de vejez o derecho a vivir dignamente



Desde hace seis años, el sustento económico de Jorge Ávila depende de la que él llama su "chacita", la cual surte diariamente con \$40.000. Foto: Susana Ramírez Clavijo.

ariana para que vendiera, pero eso no es un ingreso fijo", asegura Ángela Beatriz. En la actualidad, su único ingreso son las manualidades, pues la casa por la que recibía el arriendo está desocupada. Y ella prefiere no alquilarla, porque su hija Diana, la propietaria de la casa, posiblemente regrese en diciembre de Ecuador con su esposo y sus dos hijos.

Informalidad en el adulto mayor

El 85 % de los adultos mayores que laboran lo hacen en empleos informales, dato concluido en la investigación de la Universidad Externado de Colombia. "Esto crea un círculo vicioso, pues el adulto mayor debe trabajar porque no tiene suficiente dinero, pero de igual manera solo logra desempeñarse en empleos informales de baja remuneración", explica Stefano Farné, director del Observatorio del Mercado de Trabajo y la Seguridad Social del Externado.

Misión Colombia Envejece es una investigación realizada por Fedesarrollo y la Fundación Saldarriaga Concha en el presente año. El estudio, a partir de la *Encuesta Nacional de Calidad de Vida*, concluye que la alta informalidad en la población mayor se produce por el bajo nivel educativo: el 61 % no tiene ningún tipo de educación o no completó la primaria; el 23.8 % tiene la primaria completa; el 2.5 % llegó hasta noveno grado; el 5.6 % terminó el bachillerato y solo el 7.1 % tienen educación superior o más.

La "chacita", como la llama él, es el sustento económico para Jorge Ávila. Es un carrito de supermercado como los de los almacenes de cadena, pero un poco oxidado porque lleva acompañándolo por seis años al sol y al agua. "Con lo que gano aquí apenas y me alcanza para mercar", menciona Jorge antes de narrar cómo obtuvo el carrito.

María Aracely Flórez Cifuentes, una cuñada de Jorge, le regaló el puesto para que tuviera un ingreso y así responder económica-

mente por su esposa, María Romelia Flórez y por el nieto de ella. Juan Fernando, de 16 años, es la adoración de Jorge porque lo empezó a criar desde que era un bebé. "Yo lo cogí muy pequeño y por eso me dice papito".

Calidad de vida

La trabajadora social y profesional en desarrollo familiar, Maritza Londoño Ramírez, expresa que por el ciclo vital de vida, las personas de la tercera edad tienden a quedarse solos. Además, aseveró que "al no tener un ingreso, el adulto mayor va a pasar por necesidades económicas, y al ir decayendo en salud, no van a tener la oportunidad de trabajar. Asimismo, va a tener preocupaciones, baja autoestima, la recreación se verá afectada y también se verá disminuida la canasta básica familiar".

La psicóloga clínica y organizacional, María Paulina Blandón, coincide con la trabajadora social al reafirmar que el colombiano no está disfrutando de su vejez, y al entrar en una edad elevada, empieza a generarse preocupaciones y estrés, llegando al punto de la depresión.

Al cumplir la edad de jubilación, el fondo de pensiones le devolvió el dinero equivalente a su tiempo de cotización. "\$1.145.000

me dieron y todo eso lo invertí en comida y en ropa para los muchachos", relata Jorge Ávila. A parte de Juan Fernando, Jorge tiene otra niña de 15 años de edad que considera como su nieta. A ambos les asesinaron sus padres, dejándolos huérfanos, pero con una casa pre-fabricada en el Barrio Olaya Herrera de Medellín, donde ahora vive Jorge.

Ramiro Henao Echeverry, abogado de la Corporación Universitaria Remington, concluye que para que aumente el porcentaje de adultos mayores que obtienen la pensión de vejez, el Gobierno debe aceptar que las pensiones son una deuda pública. Además, afirma que "las personas deberían cotizar igual que lo hacen los otros regímenes para que exista un equilibrio en cuanto a cotización, es decir, que todos coticemos al régimen ordinario".

Panorama de las pensiones en Colombia

Misión Colombia Envejece, investigación publicada en el 2015, expone que los estratos socioeconómicos más bajos tienen menos cobertura en cuanto a pensiones se refiere. El 60 % de los trabajadores de altos ingresos cotiza a pensiones, este indicador se reduce a un 40 % en la clase media y a un 15 % en la población de bajos ingresos.

Por otra parte, al 46 % de la población se le otorga la indemnización sustitutiva equivalente a sus aportes.

Luis Ángel Villamizar George

luis.villamizar@amigo.edu.co

La docencia es una profesión que tiene gran influencia en la sociedad, pues día a día es la que forma a niñas, niños y adolescentes como ciudadanos. Pero según Fabio Alirio Jaramillo, delegado oficial departamental de la Asociación de Institutores de Antioquia (Adida), el nivel de dificultad de esta profesión aparece en el momento en que el maestro se da cuenta que aparte de su labor como educador, debe tomar el rol de padre de familia, médico, psicólogo, etc. Aun así el salario de los docentes es bajo con respecto al de otros profesionales y frente al de docentes de otros países.

Sigifredo Alonzo Betancur, a sus 54 años de edad, es profesor de filosofía en la Institución Educativa Caracas. Desde hace treinta años trabaja como docente. Ha pasado por diferentes instituciones de educación, desde la Universidad Autónoma Latinoamericana hasta colegios privados como el Liceo Salazar y Herrera.

Alonzo, en el año 1993, tuvo la oportunidad de presentarse a una convocatoria de méritos de la Comisión Nacional de Servicio Civil para cubrir algunas vacantes en un departamento o en todo el país. En la convocatoria podían inscribirse solo quienes poseyeran título de Normalista Superior, Tecnólogo en Educación, Licenciado en Educación o Profesional no licenciado. Y solamente podrían inscribirse en el nivel de educación al cual están capacitados para enseñar, según las convocatorias históricas de la Comisión Nacional del servicio Civil (CNSC).

Sigifredo pasó y cubrió una de las vacantes, bajo el régimen del Decreto Ley 2277 de 1979, el cual tenía más garantías para los maestros, como por ejemplo, alcanzar una pensión de gracia. Esta se lograba cumpliendo veinte años de servicio y 50 de edad, pero para ese entonces existía un plan llamado "70-30", el cual consistía en que el 70 % del sueldo devengado lo pagaba la Nación y el 30 % el Departamento. "Ni se veía el 70 ni se veía el 30", manifiesta Sigifredo.

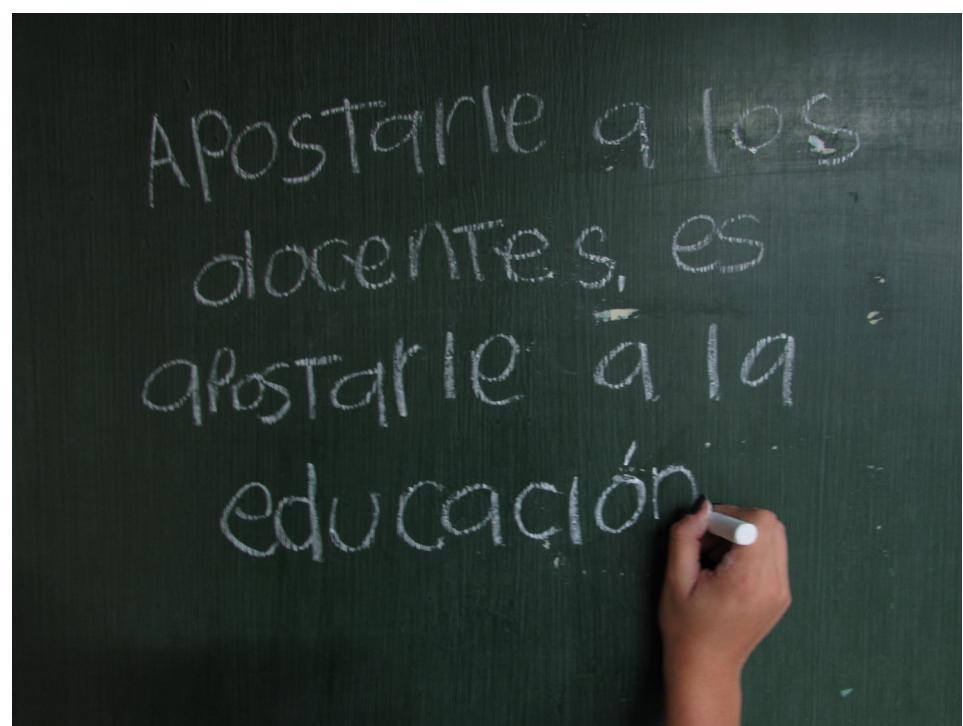
"Para esa época tenía mi primer hijo y pasaron dos, tres, hasta cuatro meses sin paga", cuenta Betancur, quien entonces decidió retirarse de la docencia en 1995, para emplearse en el mundo de la telefonía celu-

Con este nuevo régimen, los docentes no alcanzan una pensión de gracia y para alcanzar un salario más alto deben presentar una prueba para ascender en el escalafón".

lar como ejecutivo integral de servicio hasta 1997: "Un empleo excelente pagado en aquella época, pues apenas estaba llegando la telefonía celular al país, entonces contrataban a cualquiera y ese cualquiera fui yo", manifiesta Sigifredo, que estuvo trabajando en ese sector durante dos años y luego regresó al magisterio.

Entonces, estuvo como docente provisional desde 1999 hasta el 2005, trabajando para el municipio de Medellín. Ese año fue retirado y se presentó a un nuevo concurso y fue contratado bajo el nuevo régimen estatal, el Decreto Ley 1278 de 2002, en el cual muchas cosas han cambiado. Por ejemplo, con este nuevo régimen, los docentes no alcanzan una pensión de gracia y para alcanzar un salario más alto deben presentar una prueba para ascender en el escalafón.

Hoy, a sus 54 años, a puertas de alcanzar su jubilación, Sigifredo da sus clases a



Un buen salario, condiciones laborales apropiadas y la pertenencia a una comunidad académica sólida son los factores que reclaman los docentes colombianos. Foto: Luis Ángel Villamizar.

Salario y labor del docente, una discusión en curso

En una consulta realizada por la Defensoría del Pueblo, los docentes coinciden en que el salario frente al tiempo que implica su trabajo no es una remuneración justa. Colombia se ubica en el décimo lugar entre los países con menores sueldos para sus profesores, según el Ministerio Educación Nacional.

Beneficios del Decreto 1278

En el informe *Calidad de la Educación Básica y Media en Colombia: Diagnóstico y Propuestas*, publicado por la universidad del Rosario, se expone que el Decreto 1278 introdujo incentivos para que los profesores dediquen una mayor atención a su desempeño dentro de las aulas.

El salario de entrada de un bachiller normalista es 26 % más alto en el nuevo escalafón y el tiempo que le toma llegar al nivel más alto posible es de 7 años; bajo el decreto 2277, a pesar de que el ascenso

es automático, llegar al nivel equivalente tomaría 11 años y el salario final sería menor en un 127 %.

En el caso de un licenciado con especialización, llegar al nivel más alto del escalafón anterior (nivel 14) podría tomar hasta 24 años y su salario sería 6 % menor que el de alguien similar bajo el sistema actual; en el nuevo estatuto solo tomaría 7 años llegar a ese nivel si cumple satisfactoriamente con todas las evaluaciones de desempeño y competencias.

grupos de unos 50 jóvenes por aula, dictando una clase en la cual se escucha el nombre de pensadores como Sócrates, Platón, Aristóteles y donde Alonzo disfruta poder estar en un salón de clases, lo que más le gusta de su trabajo.

Pero para Betancur las condiciones para dictar una clase en una institución pública son inadecuadas, ya que son muchos alumnos dentro de una aula de clase y no todos tienen los implementos necesarios para trabajar. Esto lo corrobora Andrés Felipe Ruiz Valencia, docente en una institución de carácter privado: "Las posibilidades que se presentan enseñando en un colegio particular es que los muchachos tienen más capacidad económica para poder conseguir los implementos de estudio".

¿Cómo es el pago de un docente del magisterio?
El monto mínimo que devenga un maestro normalista o tecnólogo es de \$1.121.819 mensuales y para un licenciado o profesional el mínimo es \$1.411.890 mensuales, según el Decreto 171 de 2014. Pero es bajo a comparación de lo que ganan otros profesionales, como por ejemplo un psicólogo que puede ganar por primera vez \$1.576.414 o un ingeniero de sistemas que puede devengar por primera vez \$2.453.304, según el Observatorio de Empleos Colombianos.

El proceso de ingreso al magisterio (gremio de docentes) ha cambiado durante los años. Se entra en una escala valorativa que se llama escalafón, en el cual van ascendiendo, para obtener incrementos en su sueldo. Por medio de un examen se mide y garantiza la calidad del docente, según su conocimiento. Este examen se debe aprobar con un puntaje de 80 % o más, los que no lo alcanzan pueden ser excluidos de su trabajo. Pero para algunos maestros, el escalafón es una ventaja: "el escalafón no es tan malo pues tiene la oportunidad de devengar un mejor sueldo, posibilidad que no otorgan todas las instituciones privadas", manifiesta Andrés Ruiz.

Las movilizaciones recientes del magisterio reclaman la revisión de las condicio-

nes para ascender en el escalafón. El magisterio ha logrado que la metodología de esta prueba cambie, de tal forma que el maestro que no logre el porcentaje necesario no sea excluido del escalafón y además no será un examen de prueba, sino que será por medio de actividades como un video en el cuál se analizará la metodología del maestro, lo cual ayudará a que sea más accesible lograr ascender en el escalafón, según el acuerdo firmado por el Ministerio de Educación y la Federación Colombiana de Trabajadores de la Educación (Fecode).

La docencia en otros países

Según el Informe de 2014 del Programa Internacional para la Evaluación de Estudiantes o pruebas PISA, Colombia está en la última posición mientras Finlandia es el primero en la clasificación. En el país nórdico hay un sistema educativo al cual el Estado dedica 9.162 dólares por estudiante, mientras que en Colombia se otorgan 1.063 dólares por cada uno, según datos del diario La República.

21%

de los profesores que entraron en el 2010 estudiaron programas distintos a licenciatura. De estos, el 80% son psicólogos e ingenieros.

Los docentes de Finlandia devengan un total de 37.886 dólares por año y son premiados con una educación permanente, la cual hace que estén siempre en formación y dispuestos a nuevos cambios en la sociedad, según el modelo educativo finlandés, como comenta el Diario de Mallorca (España). En Colombia, un docente devenga un mínimo de 475,79 dólares por mes, según el Decreto 171 y la decisión de seguir formándose en estudios superiores a un pregrado depende del maestro, la mayoría de las veces.

En Finlandia cada institución pública goza de una libertad de cátedra dependiendo de sus necesidades y cada profesor es autónomo de escoger los conocimientos que comparte con sus estudiantes. Para poder llegar a la docencia debe tener un nivel educativo de maestría. En Colombia, los contenidos están pautados gubernamentalmente, según Fabio Alirio Jaramillo delegado de Adida. Además, según la Ley 1278 en Colombia cualquier profesional puede optar por la docencia, siempre y cuando tenga un curso o especialización en pedagogía.

Diferentes puntos de vista entre maestros

Para Luis Carlos Pérez: "El maestro en Colombia es muy mal remunerado, todo docente es un profesional, me parece que dada la condición del docente, su enseñanza, lo que implica la enseñanza, los requisitos que se necesitan para hacerse a ese empleo público, que no es nada más que una pieza clave en el engranaje del Estado, debería tener mejores reconocimientos monetarios".

Por otra parte, para Andrés Ruiz, la percepción de un mejor sueldo es algo más psicológico, debido a que el ser humano siempre va a querer más y no piensa que hay otros factores en qué pensar, como tener una vida estable económicamente, poder disfrutar de vacaciones y disfrutar de un buen clima laboral.

Programs to approach ICT, connect Antioquia's country side

With 115 "Kioskos" inhabitants of rural townships of Antioquia are slowly connecting to the use of Information and Communication Technologies for Development (ICT).

Sandra Milena Rojas Arango

sandra.rojasar@amigo.edu.co

Although some rural zones of Antioquia have programs to approach the ICT4D, Information and Communication Technologies for Development, these are underused. In the Department there are initiatives for the training of the population in remote municipalities to properly use them. However, the implementation of such programs is complex.

“Here we have a Sapiencia University, which teaches free courses and diploma courses. We have been impressed with the fact that more people from Medellin come to take part of the course than the people from here.”

reduce poverty and generate employment.

In the township of Santa Elena the Library Network of the EPM Foundation offers courses for all ages, like computing, English Net and “Digitizing.” Diana Villa, a technician in the local main library, narrates that these programs make part of a planning that is performed by all 28 libraries for the service of the population. The goal is to train people to use ICT for academic and professional development.

Online formalities

It is difficult for people in rural areas to carry out procedures with State entities in the



The ICT have even been taken to the most remote places from urban centers of Colombia. Photo: Sandra Rojas.

city. They find that the formalities in these State institutions have already migrated to digital formats. The change creates uncertainty for farmers when making their transactions.

Teresa Posada, owner of an Internet café in the La América neighborhood, evidences how difficult it is for people from rural zones; as well as, for elder people when they do not know how to fill out forms on the Internet. “With patience and calm I try to help them as much as I can, but I think that with the State and other entities there is some issues.” This is an example of the difficulties of the ICT training and inclusion processes for these groups.

Aracely Sánchez an inhabitant and business person of the Village of Santa Elena, states that she doesn't use Internet, and she's not interested in implementing it in her business; but shows that, “commer-

cially, it would be better to have it because clients ask if we have Whatsapp to send pictures, however, we have survived without it.” Showing that in some cases inhabitants of rural zones recognize the benefit that the ICT could have in their everyday life.

Milena Felizzola Yadira Cruz, Masters in Economic Development, in her research of Information and Communication Technologies for rural development in Colombia, says that “today is not about turning the rural into urban, but decreasing the process of exclusion and integrating rural societies.” Trying to include it in development processes and generating new strategies to help their lack of knowledge.

Sociologist Mary Luz Marin Posada sees the ICT as an opportunity, because they help to expand the cultural capital for the inhabitants of rural areas, “by bringing a greater cultural spectrum, thus increasing the range and knowledge networks, from other countries and creating possibilities for exchanges,” there is also obtaining knowledge through movies, reading and accessing culture as it is. Mary Luz also says that having more cultural capital in our society may lead to gaining more access to other training and life expectancy.

ICT in education

The National Administrative Department of Statistics (DANE) carried the National Agricultural Census, and it showed result that 72.6% of the young people do not have access to professional education. The figure dismisses the actions made by the government to provide opportunities for young farmers to continue their studies.

Juan Jose Soto, 16, a student and resident of Santa Elena, works at a pet supply

store in the township's park, and states that Internet access helps him “for homework, or at work for advertising and making themselves known.” Apart from being able to go on the Internet from the free WiFi connection offered by the town.” He says that another way of access is “in the library and the Government House.”

Diana Marcela Villa Tamayo, a system programmer working in the Public Library Corregimental Santa Elena says, “here we have a Sapiencia University, which teaches free courses and diploma courses. We have been impressed with the fact that more people from Medellin come to take part of the course than the people from here.” The main reason for this phenomenon could be the way these activities are publicized, Diana, however, claims that greatest impact comes from the people that take the courses and the way they spread word of them.

On the other hand, there are rural areas that do not have the same approach as Santa Elena, of offering a virtual campus that provides an opportunity of studying in their own town without having to travel to Medellin. Luis Enrique Pineda, teacher of the School Priest Libardo Aguirre in the municipality of Concepción, says he would like to see in his town “more places for virtual studies for those who have economic difficulties to access education.”

Economist Jose Mario López, an expert mentor of Apps.co, project of the Ministry of ICT, establishes that entities as “Colciencias have entrepreneurship programs and projects for agro solutions, but young people from the universities in Medellin are the ones who take them.” That is the way people from urban centers are the ones who benefit from training programs intended for the rural population.

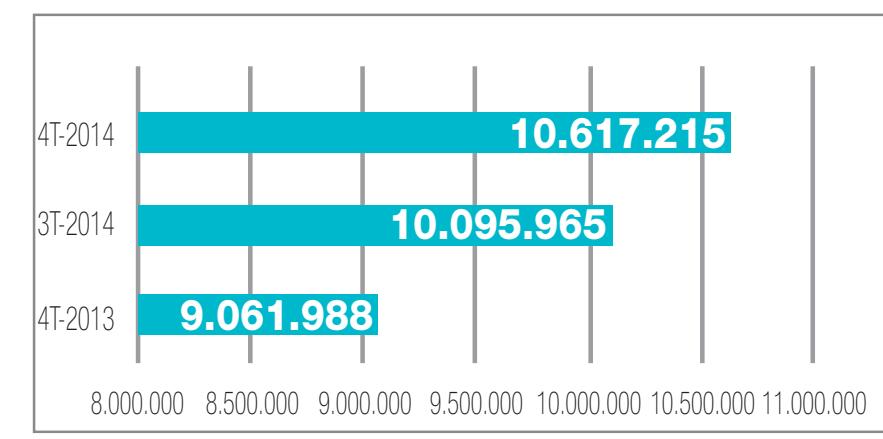
The entities responsible for spreading connectivity in these areas away from the cities have a specific focus. Jose Mario López continues, “as a community is impacted through education, there is later a good impact on economic growth, so it is a program for children, the child of today is the adult of tomorrow.”

The commitment of the institutions that offer programs and training projects in rural areas is focused on the approach of new generations in the daily use of these tools. They are aware that it can be a slow process; and it is expected to gradually narrow the gap in the management of ICT among the inhabitants of rural areas and urban centers.

Vocabulary

English	Español
ICT	TIC
Approach	Acercar
Township	Corregimiento
Country side	Campo
Usage	Uso
Procedures	Procedimientos
Entities	Entidades
Formalities	Trámites
Inhabitant	Habitante
Decrease	Disminuir
Diploma courses	Diplomados
Tools	Herramientas

Broadband connections in Colombia



Periodismo universitario: una propuesta para la ciudad

El periodismo universitario cada vez toma más fuerza como primera experiencia de los futuros profesionales del medio. Ahora los periódicos universitarios trabajan conjuntamente para fortalecer los procesos formativos.

Valentina Herrera Cardona

valentinahc9610@gmail.com

Juliana Gil Gutiérrez (Periódico Contexto)

julianagil95@gmail.com

Sin importar el número de páginas, la cantidad de ejemplares en circulación o los años cumplidos, cuatro periódicos universitarios, de diferentes instituciones de educación superior de la ciudad, articulan la Red de Periódicos Universitarios de Medellín.

“La Red de Periódicos Universitarios de Medellín busca fortalecer de manera articulada la labor de los medios universitarios como laboratorios para la formación de futuros profesionales”, explica Joaquín Gómez, director del periódico Contexto. Además, complementa diciendo que nació con el fin de intercambiar experiencias de trabajo de cada medio y proyectar el trabajo de los estudiantes.

Esta alianza está integrada por los periódicos NEXOS, de la Universidad Eafit; De La Urbe, de la Universidad de Antioquia; Contexto, de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB), y Sextante, de la Fundación Universitaria Luis Amigó (Funlam).

Alexánder Hernández, coordinador editorial de Sextante, resalta que “la alianza busca promover espacios y acciones para la reflexión en torno a la práctica y la formación en periodismo escrito como guía para el ejercicio profesional, fomentando el diálogo y trabajo conjunto con actores que tienen alguna relación con el periodismo”.

Por su parte, Juan Camilo Jaramillo, director del periódico De La Urbe, sostiene que el periodismo universitario abre futuras puertas al estudiante: “Cuando un joven llega a un medio con la experiencia de haber pasado por un periódico universitario durante su formación, tiene más posibilidades de ser aceptado y desenvolverse mejor”.

El periodismo universitario es una herramienta guía que acompaña al estudiante para explorar y reforzar sus capacidades. Muchos de los periodistas que hoy están en las salas de redacción de los medios más conocidos realizaron sus primeros trabajos en un medio universitario.

Los directores y estudiantes pertenecientes a los medios de la Red participaron en el coloquio sobre periodismo universitario, realizado en el marco de la XII Semana de la Comunicación, Publicidad y Diseño de la Funlam.
Foto: Hernán Posada.



ROBERTOPALACIO
Alta Costura & Diseño
Fijo 366 7572 Móvil 301 251 9048
Av. 35 No. 55-120 San Francisco Etapa 1 (Niquía-Bello)
robertopalaciocostura@gmail.com

Pijamas Dulce Lola
Diseñando sensualidad y confort
Liliiana Marin
Asesorías: Discos personalizados
Ventas al por mayor y al detal
Instagram: @pijamasdulcelola
Teléfono / WhatsApp: 3185112330

Monticello
Ceremonias Conciertos Serenetas
310-4369620 monticellogrupovocal@gmail.com

f
Instagram
YouTube
monticellogrupovocal

PROYECTO IMPULSO.COM
Proyecto Impulso es el portal que te ayuda a lanzar tu idea al mundo.
Si tienes un boceto o una idea en tecnología, ciencia, arte, y más. ¡Lánzate a contarnos!
En Proyecto Impulso creemos en ti y en la posibilidad de cumplir tus sueños.

PROYECTO IMPULSO.COM
Tu Plataforma al futuro ya!
Proyecto Impulso

f **Twitter** **Instagram**
Proyecto.Impulso @Plimpulso @ProyectoImpulso.Ideas

Ingrésa a www.proyectoimpulso.com