

Número 5
enero de 2020

Ágora Tricantina

Boletín de la
Universidad Popular
Carmen de Michelena
de Tres Cantos



El arroyo Tejada a su paso por Tres Cantos (Valdeloshielos)

Sumario

La UPCM	2-3
El mundo de las setas	4-7
En Arán, Boí y Aneu	8-9
Rodrigo, Pepe: la UPCM hecha vida	10
Fotografía para todos V	11-13
Sin apartar la mirada de la infancia	14-15
Los vínculos en la salud mental	16-18
Para una historia de Tres Cantos	19
Visitando el CNIO	20-21
Globalización: seminario	22-23
Emergencia climática	24-25
El seminario de artes plásticas	26-27
Sábado: cine	28-29
El mundo de la sinfonía	30-31

El pasado 24 de septiembre-2019 tuvo lugar la habitual Asamblea General de socios de la UPCM que incluía en el orden del día dos puntos de especial significación: la aprobación de unos Nuevos Estatutos y de una nueva Junta Directiva. Ambos hechos eran la visualización de la apertura de una nueva etapa en la UPCM, que no supone ninguna ruptura con la anterior sino su actualización para dar una mejor respuesta a la realidad de nuestra institución después de los primeros 12 años de existencia.

Ya a principios de 2019 la Junta Directiva se hacía consciente de que muchos de los artículos de los Estatutos iniciales de la UPCM se apartaban de la realidad actual tanto en su organización como en su funcionamiento. Se decidió iniciar un proceso de revisión y actualización que transformase los Estatutos en una herramienta más eficaz y conforme a la rápida evolución y crecimiento de la institución. Después de varios borradores y de una amplia discusión en Junta se llegó a finales de mayo-19 a un texto consensuado que fue aprobado en su conjunto por unanimidad de la Junta Directiva, previa discusión y votación mayoritaria de los artículos con cambios más novedosos.

Ese texto se envió junto con la convocatoria de Asamblea a todos los socios y se explicaron en la misma las novedades más importantes introducidas: nueva redacción de los objetivos y funcionamiento de la UPCM; eliminación de fines que no responden a nuestra realidad (impulso a la creación de empleo por ejemplo); creación de la figura de la Presidencia de Honor; composición y limitación en la duración de los cargos en la Junta Directiva (permanencia máxima de 4 años en los cargos y máximo de 10 vocales en la Junta); mayor precisión en la enumeración de funciones y responsabilidades de los cargos directivos, así como en la definición de los deberes y derechos de los socios. El texto se aprobó por unanimidad en la Asamblea General, sin ninguna propuesta de cambio en la nueva redacción propuesta.

Esta actualización de Estatutos ha venido acompañada por cambios importantes en la Junta Directiva, derivados en gran parte de la decisión de la Presidencia (Amalia Campos de Michelena) y Vicepresidencia (M.^a Teresa Bañuelos) de declinar sus responsabilidades en esos cargos al finalizar el curso 2018-19, después de haber estado en los mismos muchos años (Amalia desde los comienzos de la UPCM y Mayte durante 6 años); su intención no era abandonar el trabajo en la Junta (a la que siguen ligadas) sino dar paso a nuevas personas que pudiesen tener otra visión y dar un nuevo impulso a la Institución. La Junta Directiva asumió la responsabilidad de encontrar un recambio adecuado a los dos car-

Diseño, edición y maquetación: Juan Luis Requejo.

Revisión: Concha Domínguez.

Coordinación: Mayte Bañuelos.

Fotografía: Fernando Heredia.

Fotografías de portadas: Concha Domínguez.

Colaboradores/as: Pilar García, Isabel Tur, Fran Congosto.

DL: M-2549-2018

gos principales de la organización y tras barajar varias alternativas hubo consenso en presentar a la Asamblea la candidatura conjunta de Vicente Ausín Alonso (tesorero en el momento) como Presidente y a Isabel Tur (vocal de Comunicación en el momento) como Vicepresidenta. La propuesta de nueva Junta Directiva que se presentó en la Asamblea la completaban

Tesorería: José Luis Ruano.

Secretaría: Mar Zea Cuervas-Mons.

Vocales: José Aceituno, Rodrigo García-Quismondo, Luisa Espinosa, Andrés Souto, Eloy Sanz, Mayte Bañuelos, Gabriel Ocejo, Juan Carlos Martínez, José Aranda y Carlos Nuño.

Finalmente, la Junta Directiva propuso a la Asamblea el nombramiento de Amalia Campos de Michelena como Presidenta de Honor de la UPCM (nueva figura incorporada en los Nuevos Estatutos aprobados por unanimidad en la Asamblea) por su especial vinculación histórica y los muchos años de intenso trabajo dedicados a la UPCM. Se produce por tanto la circunstancia de que en la nueva Junta Directiva los 4 cargos principales son nuevos nombramientos, hecho que esperamos sea preludio de la renovación y nuevo impulso que buscamos.

Nuestra UPCM es una singularidad dentro del conjunto de las UU.PP. españolas: no es un centro municipal y pretende ir algo más allá de la educación

de adultos y la mera animación socio-cultural.

Nuestros Estatutos incluyen entre los fines de la UPCM en su art. 2 los siguientes: **“Fomentar la participación social, cultural, política y económica para la vertebración de la comunidad, así como contribuir en la cooperación al desarrollo y en la promoción de los valores de igualdad, justicia y solidaridad”**

Recientemente (septiembre-2019) asistimos a un encuentro internacional de UU.PP. en Segovia y pudimos confirmar que efectivamente las UU.PP. siguen existiendo en amplias zonas de Latinoamérica y Europa, y tienen una gran implantación en España (alrededor de 250) pero también confirmamos que en gran parte están municipalizadas y lejos de las coordenadas de voluntariado global sobre las que se asienta la UPCM.

Tenemos que mantener y fortalecer las señas de identidad que recoge el art. 1 de nuestros Estatutos: el voluntariado, la generosidad, el compromiso y el esfuerzo, y la renuncia a todo beneficio material.

Desde esta nueva Presidencia hacemos votos porque así sea y enviamos a todos nuestros asociados un mensaje de confianza y una petición de colaboración con nuestra Universidad Popular y de compromiso con nuestro proyecto.

Vicente Ausín Alonso
Presidente de la UPCM

La web de UPCM se renueva, y la app para móviles

Siguiendo el camino para mejorar nuestras comunicaciones con nuestros socios y simpatizantes, acabamos de renovar nuestra página web haciéndola más atractiva e intuitiva, en sus dos versiones: clásica, para ordenadores personales y tabletas, y simplificada, para usar en los teléfonos móviles.

Asimismo, hemos lanzado la nueva app de la Universidad Popular en *Google Play Store*. La podéis descargar en vuestros móviles *Smart* si funcionan con el sistema operativo *Android*.

Aún no disponemos de aplicación para los móviles *Iphone* de *Apple*, pero podéis utilizar la versión web simplificada, que os dará similares prestaciones con el mismo formato de la app.

En la app podréis encontrar, de forma rápida, todo lo relacionado con la programación de la Universidad, con enlaces a cada evento: programación mensual, programación semanal, conferencias y seminarios, viajes culturales, horarios de los grupos de trabajo y un enlace muy útil a los últimos vídeos publicados. Si en-

tráis en las programaciones mensual o semanal, veréis unos botones identificados con colores que sirven para filtrar eventos:

- Amarillo para viajes culturales,
- Verde para actividades saludables,
- Azul para seminarios,
- Rojo para conferencias.

Este es el enlace de *Google Play Store*: ["UPCM en Google Play Store"](#) (abajo tenéis el código QR por si os resulta más cómodo)



Os animamos a que descargéis la APP en vuestros móviles y que la difundáis entre las personas que conozcáis, familiares, amigos e interesados en nuestras actividades.

Mayte Bañuelos
Vocal de la Junta de la UPCM

Aprender y compartir experiencias sobre el mundo de las setas

SETAS Y SERES HUMANOS, UNA RELACIÓN MILENARIA



La relación entre hongos y seres humanos arranca desde tiempos inmemorables. Así lo vienen demostrando diferentes estudios antropológicos que apoyan sus teorías en hallazgos milenarios. A través de fósiles, momias o pinturas rupestres han ido apareciendo dibujos de setas, a veces, asociados a formas antropomórficas. Una relación que cobra auge en nuestros días al aumentar el interés por el mundo micológico y culinario.

Con la llegada del otoño, la Universidad Popular Carmen de Michelena de Tres Cantos ha ofrecido, una vez más, el seminario: **Las setas y las personas. Iniciación a la micología**. Una pasión que evidencia la milenaria relación entre hongos y seres humanos a lo largo de la historia.

Hablar del mundo micológico es como adentrarse en lo desconocido. La relación entre setas y personas no ha sido solo alimenticia: también ha servido para fines medicinales, místicos, alucinógenos y venenosos. Así lo explica, **Luis Martínez de Tejada** (a la izquierda en la foto, con los participantes en el seminario), formador voluntario de la Universidad Popular.

Profesor de enseñanza secundaria, amante de la música, violinista y experto en micología, Luis imparte este seminario. Un encuentro de cinco sesiones en las que profesor y alumnos comparten la pasión por el mundo de las setas.

Han pasado cinco años desde que este formador que pertenece a la Sociedad Micológica de Madrid iniciara la docencia en este saber. Un espacio al que dedica buena parte de su tiempo libre y en el que comparte y promueve su experiencia sobre la micología.

SETAS: TODO UN MUNDO DE COLORES, OLORES, SABORES...

Basta con abrir la puerta de la clase para adentrarnos en una pequeña porción de naturaleza. Sobre la mesa, un universo de colores, olores y sabores... Alrededor, los veinte alumnos (inscritos este curso) estudian las setas que han recogido en sus excursiones.

Frente a la mesa una pantalla proyecta imágenes de diferentes familias de hongos... Hablan de senderuelas, *russulas*, *cortinarius* y colmenillas...

El turismo micológico es una actividad que crece con fuerza. Cada vez son más los aficionados que, cesta en mano, salen al campo a buscar tan suculento manjar.

Antes de adentrarse en este mundo desconocido conviene aprender a diferenciar las setas comestibles de las tóxicas. Así lo han hecho los alumnos del seminario.

Dice Luis que este año los métodos de busca e identificación han quedado claros. Repasa "la importancia que tiene el lugar donde se encuentran las setas, las plantas de alrededor, los aspectos visuales y los colores que presentan, ya que pueden ir cambiando según sus estadios de desarrollo".

Sobre el mundo de las setas



“El primer día que salimos al campo, yo no me enteraba de nada”, explica Begoña (una alumna). “Hay que acostumbrar la vista porque están camufladas bajo las hojas y las podemos pisar; bueno, salvo las más llamativas, como la amanita muscaria, que se ve mucho, pero es tóxica (es la que aparece en los cuentos infantiles con sombrero rojo y puntitos blancos)”.

Los alumnos de Luis están encantados. Dicen que han tenido suerte con poder participar en el seminario, ya que hay una larga lista de espera. Además, añade Pedro, “esta iniciativa es fantástica: aprendemos mucho en las salidas”, algo en lo que coinciden todos, que califican el trabajo del profesor como estupendo, dicen que sabe mucho y es cercano, amable y generoso. Hasta tienen un grupo de *WhatsApp*, para seguir en contacto.

NO COMER NUNCA LAS SETAS DESCONOCIDAS

Aunque el tiempo del seminario resulta corto han aprendido que, para no intoxicarse con una seta,

lo mejor es no comerla. De hecho, según estimaciones científicas, apenas conocemos el cinco por ciento de los hongos que existen en el planeta y de estos, ocho de cada cien, no tienen interés culinario. Unas veces porque no aportan sabor o porque resulta desagradable: amargo, picante... Otras porque su textura lo desaconseja. Del veinte por ciento restante, trece de cada cien son comestibles, el resto incluye a las tóxicas y sospechosas de serlo.

Entre las más venenosas, añade Luis, destacan algunas como la *amanita phalloides*, conocida como el hongo de la muerte. La lepiota, que contiene una sustancia altamente tóxica. La amanita muscaria, también conocida como *matamoscas*. La *amanita pantherina*, que se camufla entre el ecosistema. Sin olvidar otras como la *galerina marginata*, la *armillaria mellea* o la *entoloma simatum*.

Entre las comestibles más conocidas están los níscalos, *boletus*, champiñones silvestres, setas de cardo y oronja; variedades que podemos encontrar en los alrededores de Tres Cantos, por donde suelen ir de excursión.



Sobre el mundo de las setas



En cuanto a la búsqueda de setas existe un código de buenas conductas con dos premisas fundamentales: la primera es dejar el terreno como estaba antes de nuestro paso, de esta forma no se alteran las capas superficiales del suelo, lo que permitirá que el micelio del hongo (productor de setas) no quede expuesto a las inclemencias del tiempo y pueda seguir desarrollándose en su mismo hábitat.

La segunda premisa es asegurarse de extraer las setas completas. Lo más recomendable es utilizar la navaja, no para cortar la seta, sino para hacer palanca en la base del pie hasta que salga completa. Después hay que limpiarla y rellenar el hueco con toda la tierra sobrante.

ANATOMIA DE LAS SETAS

De vuelta a clase, el profesor explica las partes que componen las setas. Para ello, algo tan sencillo como tomar de ejemplo una de las que están sobre la mesa. Elige una de pie azul que huele a anís, después toma otra rojiza de nombre *russula*.

Nos habla del píleo, también llamado *sombrero*, que es la parte del cuerpo que sustenta la superficie donde se alojan las esporas. Un conjunto de láminas y laminillas conocido como *himenio* que es la parte fértil del hongo

Insiste en que “las láminas pueden ser recurrentes, que pueden ser más o menos amarillas pero que sobre todo hay que olerlas”.

El *estipe* es el pie que sostiene el sombrero. El *anillo* solo está presente en algunas setas, igual que la *volva*. Del *micelio* sabemos que es un conjunto de filamentos cilíndricos, encargados de la nutrición de los hongos.

Pasados los cinco días de clase, el seminario toca a su fin. Eso sí, decidieron seguir en contacto con el grupo, hacer excursiones e intercambiar experiencias de todo lo aprendido.

Pilar García del Pozo
Colaboradora de la UPCM

En Arán, Boí y Aneu

San Climent de Taüll



Un buen madrugón para iniciar el viaje. Un grupo grande, a pesar de ser una excursión que ya se hizo en el otoño del 2015. Algunos repetimos estimulados por la promesa de recordar buenos momentos. Un guía que nos hizo disfrutar de la naturaleza, del arte y nos mostró la forma de vida del valle.

Salimos a las seis de la mañana en dirección a Roda de Isábena. Visita rápida y comida en el refectorio de la catedral. Por la tarde, llegada al hotel y desplazamiento hasta Betrén, donde visitamos su iglesia y volvimos dando un paseo por la ribera del río Garona hasta Viella.

El jueves fuimos a conocer **el valle de Boí** con sus poblaciones de Boí y Taüll. Iglesias tan espectaculares como San Climent de Taüll, con su torre de estilo románico lombardo, o San Joan de Boí, con sus pinturas románicas sobre las profecías de Daniel y la lapidación de San Esteban.



Boí (Lleida)



Vilach (Lleida)

La tarde la dedicamos a Vilach, donde visitamos la iglesia románica de San Félix. Desde el campanario se disfruta de unas vistas espectaculares. Un paseo por el pueblo nos permite apreciar la decoración floral en todos rincones del municipio.

En Arán, Boí y Aneu



Catedral de Sant Bertrand des Comminges: coro

No olvidaremos la escapada que realizamos al vecino país de **Francia**. Allí visitamos **Sant Bertrand des Comminges**, antigua diócesis del valle de Arán. Visitamos su catedral, cuya construcción comenzó en el siglo XII, algunas zonas de estilo románico y la nave central de estilo gótico con estupendas vidrieras. Destacables son el órgano renacentista de esquina y, sobre todo, el mausoleo de San Bertrand. Espectaculares, las *boiseries* ["carpintería de madera"] renacentistas del coro.

El sábado lo dedicamos a conocer **el valle d'Aneu**. En él, pueblos como Esterri, donde disfrutamos de una estupenda visita al ecomuseo de casa Gassia. Utensilios y recuerdos nos transportan a otras épocas y a otros estilos de vida.



En el ecomuseo de casa Gassia

Un paseo por la laguna de La Guingueta y las vistas del valle desde Pla de Beret antes de la cena, nos dejan un buen recuerdo de esta parte del valle.

El domingo nos desplazamos en taxis para visitar el **Saut deth Pish**, una cascada en plena naturaleza en el valle de Varradós. Visita al pueblo de Vilamós y una típica casa aranesa, *Ço de Joanchiquet*.



En el valle de Varradós

Después de comer, visitamos en Bagergue un museo con más de 2.500 piezas recogidas por la familia Moga. Don Félix Moga, antiguo instructor de esquí del Rey, nos muestra algunas de las piezas que contiene su colección.



Museu Eth Corrau de Bagergue

Ya solo queda volver a casa, pero seguro que todos hemos disfrutado en mayor o menor medida de unos días intensos.

Fernando Heredia
Fotógrafo de la UPCM

Rodrigo, Pepe: la UPCM hecha vida



Rodrigo Gª-Quismondo

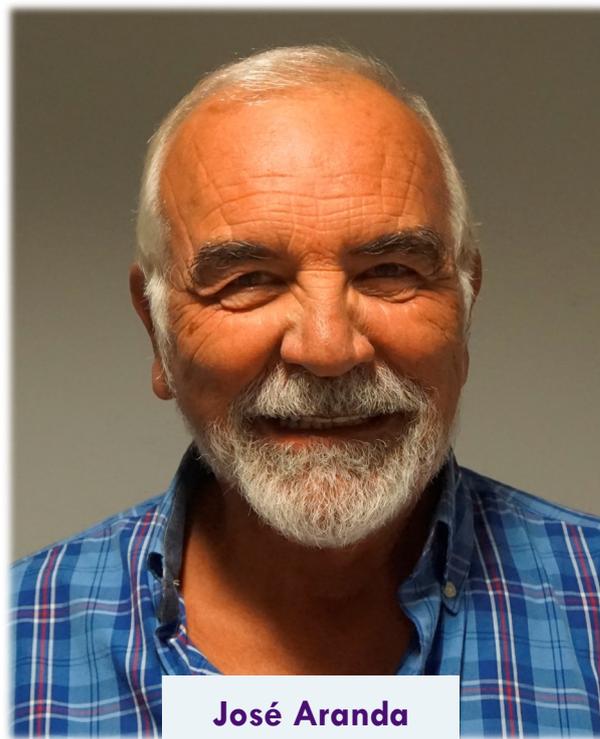
Rodrigo:

Socio fundador de la UPCM, desempeñó un tiempo el puesto de Vicepresidente pasando después a ocuparse de la tarea de organizar las visitas y viajes culturales como vocal de la Junta Directiva

Ya quedó dicho cuando lo entrevistamos para este boletín: “En sus palabras siempre reaparece, y no como consigna sino con naturalidad, el reconocimiento para quienes considera que son el alma de la UP: los socios, el equipo con el que cuenta para organizar viajes y excursiones, junto con la fuerza inspiradora que recibió a través de Carmina de Michelena. Rodrigo transmite confianza y nobleza... No pretende mostrar una determinada apariencia, simplemente ser el que es: un entusiasta, dispuesto a responder cuando ha sido llamado, abierto a aprender y a compartir cuando organiza un viaje.”

Siempre dispuesto a atender la necesidad: a quedarse acompañando al viajero que sufre algún percance, a escuchar a quien se agobia por una contrariedad menor. Y sabiendo dejarse ayudar por quienes dan su tiempo y su entusiasmo a la UPCM. Como él.

Felizmente recuperado de un accidente, vuelve a estar con nosotros: disponible y dispuesto. Como siempre.



José Aranda

Pepe Aranda:

Vocal de la Junta Directiva desde hace tres años. Se ha venido ocupando de relaciones con centros educativos de Tres Cantos (abajo en la foto, aparece con los alumnos del IES *Pintor Antonio López*,) y también de representar a la UPCM en el Consejo Escolar municipal.

Un hombre bueno, que no pone etiquetas a su espontánea forma de atender a quienes ocupan muy poco sitio en nuestras vidas: los ancianos, los niños, lo que permanecen al margen. Y siempre sonriente, con un talante que no se aprende sino que se tiene, se “es”. Y que aplica también a sus contrariedades, las que ahora ha sufrido, con las que convive sin que falte su sentido del humor de siempre.

El lema de la UPCM, aprender toda la vida, lo experimenta sin necesidad de proclamarlo. Como ahora mismo: reaprendiendo la caligrafía, y a extender, con esa franqueza tan suya, los dedos de la mano.

El aprender como una forma de servir, de ser útil para otros. No por afán de acumular o de figurar.

Juan Luis Requejo
Colaborador de la UPCM

Celebramos la Convención sobre los derechos del niño SIN APARTAR LA MIRADA DE LA INFANCIA

El pasado 20 de noviembre la *Convención sobre los derechos del niño* cumplió treinta años. Estamos ante el tratado de derechos humanos más ratificado de nuestra historia. Un importantísimo acuerdo, entre 195 estados, que está ayudando a cambiar la manera de proteger los derechos de 2.500 millones de niños en el mundo. La ONG *Ayuda en Acción* compartió con nosotros los *17 Objetivos de Desarrollo Sostenible*.



Dedicar un día mundial a los más pequeños sirve para hacer un llamamiento internacional sobre sus necesidades y reconocer la labor de las personas que, cada día, trabajan para que estos niños y niñas tengan un futuro mejor, dijo **Alberto Casado Valera** (arriba, en la foto), miembro del equipo directivo de *Ayuda en Acción*, en la Universidad Popular Carmen de Michelena, de Tres Cantos.

La ONG española, cuenta con 125.000 socios en nuestro país, a los que se han incorporado otros de México, Colombia y Perú. "Toda ayuda es poca para acabar con la pobreza infantil. Si no actuamos ahora, 167 millones de niños vivirán en la extrema pobreza en 2030. Nueve de cada diez serán africanos" añadió Casado Valera.

"Si no actuamos ahora, 167 millones de niños vivirán en la extrema pobreza en 2030" (Alberto Casado)

La *Convención sobre los derechos del niño* obliga a los gobiernos a cambiar leyes y a realizar políticas de actuación encaminadas a invertir en la alimentación de los niños, en su educación, en sanidad; a protegerles de la violencia, de la explotación, a erradicar el matrimonio infantil, a respetar



la igualdad de género, a tener un empleo digno... Objetivos a conseguir en los próximos diez años, en los que, además de gobiernos, están implicadas empresas, oenegés y personas *individuales*.

Aunque 2.500 millones de niños (un tercio de la población mundial) pasen así a ser sujetos de derecho, todavía queda mucho por hacer en los próximos años. La vulnerabilidad de los pequeños, la pobreza, el hambre, el sida, las guerras, la esclavitud y otras lacras sociales siguen matando a niños en el mundo *día tras día*.

Con la mirada en las cifras supimos cuantos niño mueren por falta de alimento.

Tres millones de niños (menores de cinco años) mueren por causas asociadas a la malnutrición

Se calcula que más de 200 millones de mujeres han sufrido **mutilación genital femenina**, en el mundo. Una práctica arraigada en 30 países de África y otros tantos en Asia. Es una forma de control de mujeres y niñas por parte de la comunidad. Para luchar contra este tipo de mutilación,

Sin apartar la mirada de la infancia

Ayuda en Acción trabaja en **Kenia** en 86 escuelas y tienen habilitada una casa de acogida para niñas víctimas donde ayudan a más de 240 menores.

En cuanto a **la trata infantil**, algunas organizaciones internacionales cifran en 4.000 los niños y niñas que desaparecen cada día. Víctimas reducidas al silencio y tratadas como esclavos se convierten en objetos de uno de los mayores negocios del mundo, junto al tráfico de armas y al de drogas.



que las menores pierdan valor y para ser renovadas como “nueva mercancía” son vendidas de burdel a burdel. Así, ante la clientela, se crea la imagen de que son chicas “nuevas”. Cuando ya no pueden obtener ningún beneficio de ellas (si es que sobreviven), son expulsadas del burdel arrastrando todo tipo de enfermedades físicas y psíquicas, que las acompañaran hasta el fin de sus días

Nepal es uno de los países más pobres del mundo, donde se calcula que entre doce mil y quince mil mujeres y niñas caen en las redes de la trata cada año. La mayoría de ellas son explotadas en burdeles de Bombay o Nueva Delhi. También realizando trabajo esclavo en países de Oriente Medio.



Para llamar la atención de la sociedad española sobre una de las peores violaciones de derechos humanos que sufre la infancia, *Ayuda en Acción* puso en marcha la campaña: “Sácalos del mercado”. Un tercio de las víctimas de la trata son niños y niñas.

NIÑAS ESCLAVAS

El servicio de una niña nepalí en un burdel de la India cuesta entre siete y setenta euros, dependiendo de la naturaleza del cliente, la edad de la niña y el “prestigio” del propio burdel. Con la venta de una niña los traficantes ganan entre 850 y 2.200 euros.

La esclavitud sexual a la que son sometidas hace



माइती नेपाल • Maiti Nepal

Para luchar contra esta lacra, *Ayuda en Acción*, apoya a una organización local nepalí, **Maiti Nepal**, que trabaja desde hace décadas para evitar que miles de niñas y niños caigan en las redes de la trata.

Una de las principales áreas de trabajo es la

Sin apartar la mirada de la infancia

DERECHOS DE LA INFANCIA



educación, puntualizó Alberto Casado: “es importantísimo que niñas y niños terminen la etapa secundaria. Es mucho más difícil que jóvenes que hayan terminado sus estudios caigan en las redes de los traficantes”. Igualmente, se incide en la sensibilización en el ámbito rural. Se trata de explicar cómo actúan los traficantes y evitar de este modo que haya más víctimas.

Casado Varela insistió en la importancia que tiene este trabajo en la frontera con India para detectar y frenar a posibles víctimas.

Mujeres que cayeron en la trata, reciben capacitación para detectar a otras jóvenes que pasan la frontera engañadas por los traficantes, e informarles sobre los peligros. Este trabajo se hace en colaboración con las fuerzas de seguridad de una región diferente.

Otra parte del trabajo de la ONG española es el **rescate de víctimas**, que se hace gracias a un exhaustivo trabajo de investigación y localización de niñas y jóvenes.

Por último, se lleva a cabo la **reinserción** de estas, recuperándolas física y psíquicamente y ofreciéndoles formación para que puedan seguir con sus vidas dignamente.

POBREZA INFANTIL EN ESPAÑA

Sin apartar la mirada de la infancia comprobamos la implicación de *Ayuda en Acción* en la lucha contra la pobreza infantil en nuestro país. Cerca de **tres millones de niños y niñas en España** viven en riesgo de pobreza y exclusión social. Somos el país con mayor tasa de abandono escolar de la UE.

Uno de cada tres niños no puede realizar tres comidas saludables al día, ni disponer de calefacción en invierno. Cifras llamativas y un tanto preocupantes que no suelen ir asociadas a países desarrollados como el nuestro...

En la anterior crisis económica, la ONG se vio obligada a iniciar programas de actuación en más de 90 colegios de diez comunidades autónomas. El objetivo: ayudar a los menores con becas comedor, clases extraescolares, apoyo para deporte y visitas culturales. Actividades que casi un tercio de los menores no podían hacer por encontrarse en situación de pobreza; motivos por los que reclaman **un Pacto de Estado por la educación en la infancia**.

Analizados los datos y, aunque la situación ha mejorado (actualmente atienden a 16.000 niños y a unas 6.000 familias), Alberto Casado señaló que “en el mundo global en el que vivimos hay personas que pueden acceder a derechos y otras que no”. Aunque nos cueste creerlo, “cada vez en España es mayor el número de desigualdades sociales... Cada vez es más frecuente que, incluso teniendo trabajo, muchas familias no puedan llegar a fin de mes”.

Este perfil corresponde a familias formadas por dos hijos y dos adultos con ingresos que no superan dieciocho mil euros anuales, lo que les sitúa en el umbral de la pobreza.

Tener hijos en España está penalizado.

Parece que **tener hijos en España** está penalizado. El 50% de estos hogares con un adulto y un niño sufren una tasa de pobreza infantil 15 veces superior a la media. De estos, ochenta de cada cien de los hogares monoparentales están liderados por mujeres. La tasa de paro femenina sigue siendo tres veces más alta que la masculina.

Sabido es que la pobreza se hereda... Si queremos cumplir con los objetivos de desarrollo del milenio y erradicar las desigualdades sociales, todos deberíamos implicarnos en ganar esta batalla.

Pilar García del Pozo
Colaboradora de la UPCM

Fotografía para todos (V)



que nuestra cámara utilice para guardar las fotos en la tarjeta de memoria. Usualmente serán *jpeg*, o *JPEG*, para los casos más simples o *RAW* (*RAW* tiene distintos nombres según la marca de la cámara, *NEF* para Nikon, *CR2* para Canon...), si vamos a editar las fotos en el PC, necesario.

Elegir RAW presenta grandes ventajas respecto a *JPEG*, como una profundidad de color superior y la posibilidad de revertir algunos ajustes como temperatura de color. Pero siempre en el PC con un programa de edición adecuado. Puede ser el que suministra el fabricante de la cámara, bien en el propio kit o descargándolo de la web. El mayor inconveniente, si se puede decir así, es que los archivos *RAW* tienen un tamaño mucho mayor y requieren más capacidad de memoria. La suerte es que las memorias actualmente son relativamente baratas.

En caso de **elegir JPEG**, lo que deberemos hacer si queremos utilizar las fotos sin pasar por el editor fotográfico, también podremos decidir tamaño o calidad de los archivos. Los archivos *jpeg* (o *JPEG*) son archivos con compresión (el *software* de la cámara elimina cierta cantidad de datos según sus tablas de algoritmos). Esta compresión puede ser mayor o menor, perdiendo más información cuanto mayor sea la compresión, lo que hace perder calidad a la foto. Por tanto, y sin lugar a dudas, elegiremos el mayor tamaño / calidad; las tarjetas de memoria son baratas y la calidad de las fotos lo agradecerán.

Puede ser que nuestra cámara nos permita elegir el espacio de color, en cuyo caso elegiremos *Adobe RGB* si pensamos editar las fotos posteriormente y, en caso contrario, *sRGB* será lo más adecuado. La diferencia entre ambos es que *Adobe RGB* cubre un campo mayor de tonalidades.

¿Alguna cosa más? Sí, tenemos que decidir temperatura de color y modo de medición de la luz. Como estamos empezando vamos a elegir, *WB* automático y modo de medición matricial o evaluativa. Más adelante explicaremos estos conceptos e iremos afinando más.

Configurando la cámara. Toma de contacto

Tenemos la cámara en las manos, hemos leído el manual, cargado la batería y una tarjeta de memoria adecuada a la cámara en su alojamiento. Existen diferentes tipos de tarjetas: *SD*, *SDH*, *Compact Flash*, *XQD*... Distintas cámaras pueden exigir distintas tarjetas e incluso algunas pueden a la vez utilizar dos iguales o combinadas. Atención, porque no son intercambiables.

Deberemos incluir algunos datos previos como fecha y hora, y seguramente, también, algunos datos de autor, derechos de autor, etc.

Si estás leyendo estos artículos, es posible que te interesen más los ajustes más elementales; no obstante, comentaremos todos y su alcance para que puedas elegir según tus preferencias.

Deberemos **decidir qué tipos de archivo queremos**

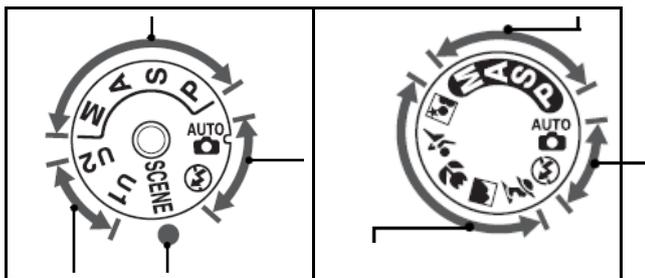
Fotografía para todos (V)



En el taller de fotografía de la UPCM

Primeros disparos

Los ajustes anteriores son ajustes más o menos definitivos o que no cambiaremos con frecuencia. Sin embargo, hay otros que pueden cambiar frecuentemente, incluso foto a foto.



Modo de disparo. Las cámaras, salvo las profesionales, tienen un dial de modos similar a los de la ilustración (los dos representan nomenclatura de modos Nikon).

Para estas primeras fotos elegiremos el modo automático, modo que luego deberemos tender a olvidar. En este modo de disparo la cámara determina libremente todos los ajustes de velocidad, apertura (diafragma) e ISO para que la exposición, EV, de la foto sea la adecuada de forma general, incluso el

flash si fuera necesario. Si por alguna razón no quisiéramos o no debiéramos utilizar el flash, existe otra posición (aquí indicada con un rayo en una señal similar al prohibido) que significa modo automático sin flash. Si seleccionamos ese modo la cámara determinará todos los valores para no utilizar el flash, que en ningún momento se disparará. Esto es especialmente útil en iglesias, teatros, museos donde el uso del flash esté prohibido.

En este modo, la cámara utilizará la temperatura de color, WB (balance de blancos), automática y la medición de luz matricial o evaluativa, por lo que no tenemos que preocuparnos de ello. Más adelante entraremos en detalle.

Todas las cámaras modernas tienen la posibilidad de enfoque automático o autoenfoque, AF, que por defecto será el que seleccionaremos. Si la cámara tiene una palanca para ello e igualmente el objetivo, situaremos ambas en AF. El modo manual solo utilizaremos cuando la cámara sea incapaz de enfocar debido a falta de luz o similar (*imprescindible leer el manual de la cámara*).

El autoenfoque se produce cuando pulsamos el disparador hasta la mitad (las cámaras de gama alta tienen la posibilidad de disociar el disparo del

Fotografía para todos (V)

enfoque), de forma que apuntamos al modelo u objeto principal pulsamos el disparador suavemente, la cámara enfoca y a continuación si seguimos pulsando hasta el final dispara (se abre y cierra el obturador). Si estamos utilizando el punto central del fotograma para enfocar, podemos enfocar apuntando algún objeto, mantener el botón sin soltar y sin apretar del todo, re-encuadrar (mover la cámara ligeramente hacia un lado u otro) y disparar. Actualmente las cámaras tienen la posibilidad de desplazar el punto de enfoque para poder enfocar la parte que nos interesa sin necesidad de re-encuadrar.

Para que la cámara enfoque correctamente hace falta una cantidad mínima de luz. Algunas cámaras llevan una luz auxiliar de enfoque que ilumina cuando escasea la luz. Si la luz es insuficiente o la escena tiene poco contraste o deseamos enfocar zonas alejadas, deberemos recurrir al enfoque manual cambiando los interruptores correspondientes a enfoque manual (en algunas cámaras simples será necesario recurrir al menú).

Otros modos de disparo automático

Los modos de disparo automático que vienen incorporados en las cámaras (excepto profesionales) indicados como: *retrato*, *paisaje*, *deporte*, *nocturno*, o incluso *macro*, no modifican las características de cámara y objetivo, sino que configuran ésta para aprovechar sus posibilidades de acuerdo con las exigencias del motivo (por tanto, todo se podría hacer en modo manual M, pero eso lo veremos más adelante). Para ello consideran las exigencias de cada tipo de foto, p.e. *deporte* necesita velocidad, así que elegirá una velocidad alta para que la foto no salga movida y conjugará con diafragma e ISO (ley de reciprocidad, ver parte IV) el valor EV correcto; si es *retrato* elegirá máxima apertura para tener la mínima PDF e igualmente cuadrará el EV con velocidad e ISO; en el pai-

saje la PDF máxima es muy importante para que todo salga enfocado, por que elegirá un diafragma muy cerrado y nuevamente igualará con velocidad e ISO; en *nocturno* proporcionará una exposición larga y un ISO alto con un diafragma abierto para conseguir el EV ante la falta de luz.

¿Y qué pasa si estas fotos aparecen poco nítidas? Nos podemos encontrar con dos problemas, supuesto que la foto está bien enfocada: el primero y principal, que la velocidad elegida por la



Con trepidación y sin ella

cámara sea muy baja y se produzca el fenómeno denominado *trepidación*, movimiento de la cámara debido a nuestra falta de pulso (se evita con un trípode o apoyando la cámara en algún soporte); el segundo es el ruido digital, como nieve, debido al ISO alto.

¿Cómo evitar estos dos inconvenientes?

Para la *trepidación* existe una regla general de utilizar una velocidad más rápida que uno dividido por la distancia focal del objetivo teniendo en cuenta el factor de recorte. Por ejemplo, en una cámara APSC con un objetivo de 50 mm la velocidad mínima recomendada será de 1/75 de segundo; si fuera una *cuatro tercios*, entonces sería de 1/100. Cámaras compactas con sensores más pequeños requieren velocidades más altas.

Para reducir el ruido solo existe una fórmula: usar el ISO nativo más bajo posible.

(En el próximo capítulo, los modos de disparo semiautomáticos y el modo manual, M.)

Javier Oroz

Instructor de fotografía y Photoshop de la UP
Carmen de Michelena desde 2012

LO RELACIONAL: Los vínculos en la salud mental



Amelia Zamora

Psicóloga del Servicio de Apoyo a los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Tres Cantos en el Programa de Menores y Familia.
 Empresa Municipal de Servicios de Tres Cantos.
 Socia honorífica de la UPCM.

Desde hace 7 años lleva el seminario anual **La familia: comunicación afectiva, comunicación efectiva**. También ha colaborado con sus conferencias y desarrolla este curso una experiencia grupal llamada:
El amor en tiempos de feminismo.

Cuando me propusieron escribir en la revista *Ágora* de la Universidad Popular *Carmen de Michelena*, pensé que era una buena oportunidad para exponer cuáles son las escuelas de psicoterapia dentro de las que enmarco mi trabajo como psicóloga general sanitaria.

En la actualidad hay dos itinerarios formativos que permiten a los psicólogos ejercer como psicoterapeutas de forma legal. A través del primero se obtiene el título de **psicólogo clínico**, para lo que es necesario cursar el PIR en el sistema público de salud, al igual que los médicos o los enfermeros. A través del segundo se obtiene el título de **psicólogo general sanitario**, itinerario que entró en vigor en 2014 y está destinado a los psicólogos que quieren trabajar en ámbitos socio-sanitarios. Esta habilitación se obtiene cursando un máster oficial en psicología general sanitaria, que habilita para el ejercicio de la práctica clínica en todos los recursos, excepto en el sistema público de salud. Los psicólogos que cursamos un máster oficial habilitante recibimos el nombre de *psicólogos generales sanitarios*.

Aclarado este importante asunto, continúo con el tema que quería exponer: las **escuelas de psicoterapia** desde las que trabajo son la terapia familiar sistémica y el psicoanálisis relacional. Ambas escuelas ponen *la relación* en el centro, elaborando hipótesis clínicas circulares (en contraposición a las hipótesis lineales de otros enfoques) y

planteando que el sufrimiento y las dificultades humanas tienen que ver con su mundo relacional. Entendiendo *la relación* como el encuentro significativo con otro ser humano, con el que se establece una relación de interdependencia y de regulación mutua a partir de la cual vamos construyendo nuestra idea de realidad.

La terapia familiar

La terapia familiar, que nace en los Estados Unidos durante los años cincuenta, considera que la unidad de análisis es la familia, alejándose de otros enfoques que se habían centrado solo en el individuo. Se piensa la familia como un todo organizado en el que cada miembro cumple una función y que con sus acciones influye en las acciones y reacciones de los demás miembros, a la vez que él se ve afectado por estas. Todos los miembros de la familia conforman una dinámica relacional en la que las acciones de cada miembro son interdependientes con las de los demás. La terapia familiar pone el foco en la estructura de la familia (cada familia está estructurada jerárquicamente de acuerdo con varias formas de organización), en las funciones de sus miembros dentro del sistema (sus roles), en las crisis normativas (las propias de cada etapa del ciclo vital: nacimiento, infancia, adolescencia, vejez...) y no normativas (divorcios, fallecimientos, despidos, etc.), el tipo de comunicación, los límites entre subsistemas (parental, conyugal, filial y fraternal), los legados familiares, las lealtades invisibles, la transmisión transgeneracio-

Los vínculos en la salud mental

nal de los traumas (utilizando los *genogramas* para explorar la evolución histórica emocional de las familias en unas cuantas generaciones), las alianzas, coaliciones o triangulaciones, la influencia de los secretos y los “no dichos”... A lo largo de estos casi 70 años, muchas investigaciones empíricas han demostrado que la terapia familiar funciona muy bien en la intervención con familias, sobre todo con niños y adolescentes; también ha demostrado su gran eficacia en la terapia de pareja.

Como las personas están incluidas en matrices relacionales a lo largo de la vida (somos y nos constituimos en relación), los vínculos que vamos teniendo también influirán en el devenir de nuestra personalidad así como en nuestro modo de sentirnos a nosotros mismos, y a los demás. En el peor de los casos harán más rígidos nuestros mecanismos de defensa y en el mejor, con vínculos que se conviertan en experiencias emocionales correctivas, que nos



El psicoanálisis relacional

Es un abordaje contemporáneo, ecléctico y abierto, que asume que el ser humano es primordialmente un ser social y que los afectos constituyen el centro de la motivación humana. Por tanto, se asume que la personalidad se forja primariamente en la relación con nuestras figuras tempranas de apego (madre, padre, abuelos, cuidadores...). En la terapia se analiza la repercusión de esos vínculos tempranos en la realidad actual, es decir, en las relaciones presentes y su conexión con el sufrimiento psicológico (con síntomas diversos, como la ansiedad, la depresión, los trastornos del sueño y de la alimentación, las adicciones, la hiperactividad, la dependencia emocional, entre otros muchos).

ayudarán a integrar las memorias emocionales negativas y nos permitirán soltar esas viejas defensas, con toda la carga y problemáticas que ellas conllevan. Las defensas que en el pasado nos ayudaron a salir a flote pueden estar detrás de la sintomatología presente; por ejemplo: un niño que haya interiorizado “ser una molestia” para sus figuras de referencia en la infancia, interioriza esa idea de sí mismo, de los demás y de la relación. Así, la angustia resultante de esa experiencia le moviliza inconscientemente a buscar “sobrevivir” psíquicamente a ella (eso es lo que hacen los mecanismos de defensa), convirtiéndose quizá en un niño complaciente y sumiso, “un niño bueno”, que compense esa “molestia”. Sería algo así como: “si les soy útil y no doy problemas, me vivirán mejor”. Ese

Los vínculos en la salud mental



esquema pudo funcionar en la infancia, pero puede estar siendo limitante para el presente de un adulto que, por complaciente y sumiso, hace más trabajo que el resto de sus compañeros, no puede ponerles límites a sus hijos o tiene problemas con su mujer porque él nunca toma la iniciativa.

Así pues, el **psicoanálisis relacional** se distancia del **psicoanálisis clásico** que planteaba que el origen de las psicopatologías era el conflicto intrapsíquico, para poner el acento en los vínculos (las relaciones significativas de nuestra vida). Por ello, desde esta perspectiva son imprescindibles conceptos como la intersubjetividad, el apego, la transferencia y contratransferencia, la empatía, la mentalización o la mutualidad entre el analista y el paciente. La relación terapéutica es importantísima en el psicoanálisis relacional (el terapeuta se implica intensamente en el tratamiento) ya que el compromiso, la calidad y calidez del vínculo terapéutico será la esencial base segura para el cambio.

Las memorias emocionales, relacionales, y en casos traumáticas, condicionan la vida de las personas y provocan sufrimiento con onda expansiva,

“ya que” dañan también a los que están cerca. La mayor dificultad es que todo esto ocurre al margen de la consciencia y por ello el trabajo terapéutico requiere hacer consciente el conocimiento relacional implícito (que son las creencias que hemos adquirido de manera inconsciente en la relación con otros, especialmente con los adultos significativos en la infancia y en la adolescencia), analizar si se repiten a lo largo de la vida, especialmente en las relaciones de pareja o en la relación con los descendientes (aunque también pueden generalizarse a otros tipos de relaciones) y favorecer su integración y por tanto su desactivación como detector de amenazas para nuestra integridad psíquica. Este trabajo permite que el paciente reduzca sus niveles de angustia, sus síntomas disminuyan y pueda gestionar la vida desde un lugar completamente distinto.

A diferencia de lo que muchos piensan, sobre todo desde el desconocimiento, el psicoanálisis, y todos los enfoques dinámicos que de él se derivan, constituye un planteamiento robusto sobre el desarrollo de la personalidad, de la psicopatología y de la psicoterapia, que cuenta con profunda elaboración teórica (desde la psicología, la antropología, la filosofía...) y con base científica, pues actualmente se apoya en los avances de la **neurociencia del desarrollo y del trauma**, que han demostrado que el cerebro se construye en la interacción y que necesitamos de relaciones intersubjetivas que sean significativas, mentalizadoras, sensibles, disponibles y reguladoras de nuestras emociones. También sabemos que en el sistema límbico, debajo de la corteza cerebral, el circuito de recompensa se activa intensamente cuando nos relacionamos con otros seres humanos, y que somos más felices y envejecemos bien, si estamos rodeados de gente bonita que nos cuida y nos trata bien; y que nuestra existencia será más significativa si cuidamos y tratamos bien a quienes nos rodean. Al final, “solo se trata de darnos buenos tratos”; y eso es, en sí mismo, revolucionario.

Amelia Zamora Bayón

El relato histórico de los vecinos de Tres Cantos

El 21 de marzo de 1991 nace **Tres Cantos como municipio** de la Comunidad de Madrid. En poco más de un año, tendremos oportunidad de celebrar los treinta años desde su constitución como municipio independiente.

Con anterioridad a esa fecha y desde 1971, se habían llevado a cabo actuaciones urbanísticas y edificaciones para viviendas en el territorio de Colmenar Viejo, como **proyecto innovador** que trataba de descargar Madrid del exceso de población que se producía en la capital por efecto de una mayor oferta de trabajo vinculada al desarrollo, que estaba produciendo el desplazamiento de muchas familias procedentes de otras regiones. No se trataba de un proyecto más. La idea de modernidad y progreso presidía la iniciativa pública que pretendía inspirarse en las propuestas del urbanista Arturo Soria, de mejores viviendas para la población, y en las llamadas *New Towns* europeas.

La oportunidad de constituir **cooperativas** que facilitaran la adquisición de viviendas nuevas y modernas en un entorno saludable, fue aprovechada por una juventud que se incorporaba a un puesto de trabajo en la industria o a una plaza en las administraciones públicas y buscaba conformar una familia.

Estas personas, los primeros vecinos de las urbanizaciones que se instalaron en Tres Cantos, llevan viviendo **casi cuarenta años en el municipio** y están siendo el foco de atención de un proyecto de la Universidad Popular *Carmen de Michelena* de Tres Cantos, que se propone recoger los testimonios de sus vivencias como pioneros. Nos hemos encontrado con una gran receptividad de su parte. Ellos fueron capaces de ir conformando una ciudad desde las dificultades de un primer poblamiento y consideran que las historias de esa primera época dan cuenta de un esfuerzo y unos valores ciudadanos dignos de relatarse y transmitirse a las siguientes generaciones porque forman parte de la propia identidad de la ciudad.



EL ORIGEN DE TRES CANTOS: LA HISTORIA DE LOS PIONEROS Vídeo publicado por *NTV Madrid*.

Comenzaremos 2020 convocando **un seminario de historia de Tres Cantos** que se va a organizar en varios grupos de trabajo, con la tarea de hacer posible la recepción de esos testimonios de vecinos, vecinas, comerciantes y técnicos que vivieron ese período de nuestra historia en primera persona.

Pretendemos realizar un **pequeño documental** como aportación a la cultura histórica de una ciudad que sentimos nuestra, aunque solo las últimas generaciones, los menores de 29 años, son legalmente tricantinos. Pretendemos que la gran aportación de energía social que los pioneros pusieron en el desarrollo de nuestra ciudad sea signo de identidad y orgullo para las siguientes generaciones, que confiamos sigan dando testimonio de nuestra historia.

Amelia Bayón
Socia de la
UPCM



Visitando el CNIO



Los pasados días 23 de mayo y 7 de junio la UPCM visitó las instalaciones del **CNIO (Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas)**. Además de ser una visita muy interesante, nos hizo sentir la satisfacción y el orgullo de que nuestro país disponga de un centro de esta categoría.

La presentación general, en el salón de actos, nos la hizo la Dra. Francisca Mulero, una tricantina que trabaja en el centro como responsable de uno de sus departamentos. De forma muy clara y amena nos explicó qué es y qué hace el CNIO.

La misión del CNIO es desarrollar nuevas formas de prevenir, diagnosticar y tratar el cáncer. Se fundó en 1998, siendo su primer director **Mariano Barba-cid**, que volvió a España con este fin, y que actualmente sigue trabajando en el centro. Desde 2011 la directora es **María Blasco**, reconocida investigadora a nivel internacional.

El CNIO se ubica en un moderno edificio, inaugurado en 2003, que se inserta dentro del campus del Instituto de Salud Carlos III. **Este campus** forma un conjunto muy agradable y amplio, donde armonizan los viejos y cuidados edificios con extensos jardines y nuevas edificaciones. Un ambiente propicio y bien comunicado, cerca de las cuatro torres de la castellana.

Hay que destacar que el CNIO ocupa el cuarto

puesto a nivel mundial en el ranking de centros de investigación del cáncer, y el primero de Europa, sólo por detrás de tres archiconocidos centros estadounidenses. Una gran satisfacción para nuestro país y para nuestra ciencia.

En el centro **trabajan unas 450 personas**, la mayoría con un alto grado de especialización. Predominan las profesiones *bio*, como biólogos, bioquímicos, médicos, farmacéuticos, etc., pero hay también una presencia muy multidisciplinar de otras profesiones, como ingenieros, físicos, químicos, informáticos, y otros. Más del 60% de los investigadores son menores de 40 años, y más del 20% proceden de universidades de otros países de diversos continentes.

También es destacable la presencia de mujeres, que representan el 68% de los investigadores del centro. Cuenta en su seno además con la Oficina de Mujeres y Ciencia del CNIO (CNIO-WISE), que se dedica a apoyar y fomentar el papel de la **mujer en la ciencia**, buscando la igualdad de oportunidades también en este campo.

Con respecto a la **financiación**, algo más del 50 % procede directamente de fondos públicos. Pero el resto, alrededor del 47%, son fondos que obtienen de manera competitiva, a través de concursos de becas y proyectos. Un 18% viene de ventas y acuerdos con empresas privadas.

Visitando el CNIO

Los **proyectos de investigación** son múltiples, y persiguen tanto conocer a fondo los mecanismos del cáncer como aplicar estos conocimientos en mejorar la prevención, detección y curación, con nuevas terapias y fármacos. Con este fin, el CNIO tiene muchos proyectos con hospitales y empresas farmacéuticas, generando patentes y licencias, y contribuyendo así a la aplicación práctica en pacientes.

Su ámbito de trabajo es de proyección internacional, con colaboraciones transnacionales y publicaciones en las revistas científicas más prestigiosas del mundo. También promueve numerosos eventos, como conferencias, seminarios, etc., a los que acuden científicos de diferentes países.

Por último, nos informaron de que existe la **plataforma Amigos del CNIO**, sin ánimo de lucro, abierta a todo el que quiera contribuir y apoyar la labor de este emblemático centro:

mecenazgo@cniio.es).

Una vez hecha la presentación general, nos enseñaron las instalaciones de **dos departamentos** concretos, que sirvieron de ejemplo ilustrativo de la complejidad y las técnicas de trabajo empleadas en el centro.

Por una parte, estuvimos en el **Biobanco**. La misión del Biobanco es la captación y custodia de muestras de tejidos humanos para su empleo con fines científicos. En el caso del CNIO se trata principalmente de tejidos tumorales.

El Biobanco se encarga de la recogida, preparación y conservación física de estas muestras, así como de sus datos de procedencia e historial. Esto incluye la responsabilidad de gestionar éticamente su uso y de garantizar la privacidad de los pacientes donantes.

Las muestras proceden normalmente de entornos diagnósticos u hospitalarios, siempre con el consentimiento expreso del donante. Los datos identificativos sólo son accesibles por los responsables del Bio-

banco, y solo si el donante quiere, y nunca por los científicos que trabajan con las muestras.

Nos explicaron algo de cómo se conservan las muestras. La mayoría se fijan (o sea, se dejan biológicamente inertes) y se conservan en un bloque de parafina, lo que permite almacenarlas de forma práctica y barata a temperatura ambiente. También nos mostraron algunas observaciones microscópicas y preparaciones destinadas a los proyectos científicos que solicitan el uso de estas muestras.



El otro laboratorio que nos enseñaron fue el de **Microscopía de Fluorescencia**. Esta microscopía se basa en el fenómeno de la fluorescencia, por el que algunos compuestos emiten una luz de un determinado color (longitud de

onda) cuando se les ilumina con otra luz de otra longitud de onda (visible-ultravioleta).

Esto permite distinguir en la célula determinados compuestos por sus distintas fluorescencias. Así es posible explorar más detalles, aplicando distintos marcadores fluorescentes según las partes que queramos ver. Y además, con una gran ventaja: no es necesario matar las células (no hay que fijarlas y teñirlas) como ocurre en las preparaciones de microscopía tradicional.

Esto permite observar células vivas con sus dinámicas y con sus movimientos. Muy útil para estudiar, en el caso del CNIO, la evolución y crecimiento de tumores y sus metástasis. Nos mostraron ejemplos e imágenes reales en la sala donde tienen estos microscopios.

Como **conclusión**: una muy interesante visita, que nos ilustra y enorgullece del desarrollo de nuestra ciencia, y que nos muestra la enorme importancia de invertir cada vez más en este campo.

Ángel Moreno Lozano
Socio de la UPCM

Seminario sobre globalización en la UPCM.

Conclusiones

A raíz de una conferencia impartida en noviembre del 2018 sobre *Globalización: problemas y oportunidades*, la UPTC pensó que el tema daba para mucho más que el contenido de dicha conferencia y se coincidió en el interés de celebrar un posible seminario sobre Globalización.

El Seminario será dirigido por D. Alejandro Molins y sus ponentes son:

**D. Miguel Ángel de Prada,
D. José Vicente Cebrián,
D. Vicente Ausín,
D. Eloy Sanz.**



José Vicente Cebrián, ponente de la 4ª sesión

¿Qué entendemos por globalización?

Comúnmente se entiende como globalización “un fenómeno a escala mundial que a través de procesos económicos, políticos, sociales, tecnológicos, empresariales y culturales han ido creando una creciente comunicación e interdependencia entre los distintos países del mundo uniendo sus mercados, sociedades y culturas, todo lo cual está desencadenando una serie de transformaciones sociales, económicas y políticas de carácter global o mundial”.

- ◇ Es un conjunto de procesos económicos, políticos, sociales, tecnológicos, empresariales y culturales.
- ◇ Tiene una dimensión mundial.
- ◇ Fundamentalmente promovido por centros con fuerte poder económico y fines lucrativos.
- ◇ Hace uso de la más avanzada tecnología.
- ◇ Se aprovecha de la ausencia o debilidad de medidas reguladoras y de controles públicos.
- ◇ Busca y provoca la desaparición de las fronteras económicas.
- ◇ Promueve la libre circulación de bienes, productos y capitales.
- ◇ Tiene efectos en el medio ambiente, la cultura, los sistemas políticos, el desarrollo y la prosperidad económica.
- ◇ Afecta en general al bienestar físico de los seres humanos que conforman las sociedades de todo el mundo.

La globalización en la historia

Hemos visto también que la globalización no es solo un tema actual, sino que en la Historia se han vivido ya otras “globalizaciones”, que estamos analizando en las distintas sesiones del seminario.

Causas de la globalización

Destacaremos las siguientes:

- ◇ El avance imparable de las Tecnologías de la Información y Comunicación (I&C),
- ◇ La transformación paulatina de China en la “fábrica del mundo”: este fenómeno se ha consolidado ya como una especie de estándar industrial. Esta tendencia, inicialmente centrada en China continental, se ha ido extendiendo a los países de su entorno (India, Vietnam, Tailandia, etc.)
- ◇ Pero además esos países no se han quedado parados y, apoyándose en la nueva riqueza que sus industrias les proporcionan, han ido accediendo a cotas crecientes de conocimiento y desarrollo tecnológico.
- ◇ Las mejoras en el transporte, sobre todo el naval, y la distribución.
- ◇ Producir en lugares lejanos y vender en puntos cercanos a precio competitivo exige reducir al mínimo posible los costes de transporte y distribución. Y en el campo de la distribu-

Seminario sobre globalización en la UPCM

ción el fenómeno de las nuevas plataformas de distribución vía *on line*, como Amazon, Ebay, Wallapop y Rakuten, Ali Baba...

- ◇ El ansia del capitalismo por desarrollarse cada vez más y ampliar continuamente nuevos mercados.
- ◇ La necesidad y disponibilidad de materias primas.
- ◇ Una economía globalizada necesita acopiar materiales procedentes de todo el mundo y eso implica un mercado global de esos materiales.
- ◇ La interdependencia global.

En ese sentido los nuevos proteccionismos que pretenden poner en marcha determinados regímenes populistas (empezando por los EE.UU. de Trump y siguien-

1. **Ciencia y Tecnología, impulsores de la globalización.**
2. **Globalización económica; nueva economía global; mercados globales; avance de la desigualdad entre países, zonas geográficas y personas (mercado laboral).**
3. **Globalización política y social: globalización y geopolítica; desigualdad social; avance de los populismos; geopolítica (gobierno mundial, mundialización democrática); fin del Estado-nación.**
4. **Proyección de futuro y retos de la globalización: retos económicos (capitalismo financiero), retos sociales, miedos y antiglobalización (desarrollismo y dirigismo en un mundo globalizado).**
5. **La inmigración como problema y como oportunidad: la distribución de la riqueza como impulsora de la emigración; efectos en el mercado de trabajo; la inmigración como vector de la globalización.**
6. **Globalización cultural: globalización del conocimiento; uniformización; pérdida de la diversidad.**



Alejandro Molins,
director del seminario

do por el Brexit) están llamados al fracaso y pasarán caras facturas a sus países, pero también al entorno de su influencia mundial.

Este seminario se está desarrollando a lo largo del primer trimestre del curso 2019/2020, en seis sesiones:

Antes de cada sesión, se envía a cada asistente una documentación relativa al tema a tratar. Se pretende que los asistentes asistan con conocimiento sobre el tema a tratar, que se completará con la exposición del ponente en la primera parte de la sesión; en la segunda parte se abre un debate, ampliamente participativo y los asistentes están aportando conocimientos y puntos de vista.

Las sesiones se graban en audio con el fin de elaborar un documento final del seminario y poder ofrecer a todos nuestros socios, simpatizantes y amigos un boletín con lo más interesante del seminario.

Alejandro Molins
Colaborador de la UPCM

Emergencia climática, sí; pero también una oportunidad histórica de mejora



“Debemos estar en guardia contra la desesperanza, pues esta es, en último término, una de las formas de negacionismo en momentos en los que está en juego el futuro de la Humanidad”
([Al Gore](#))

La emergencia climática

A menos que la Humanidad tome urgentemente acciones contra el Cambio Global, las previsiones menos extremas sobre la evolución del clima en los próximos 50 años muestran un panorama que no admite otro calificativo más apto que el de “Emergencia climática”, aunque a muchas personas esto les suene inoportuno y exagerado.

En nuestro artículo *El Cambio Global*, publicado en el cuarto número del *Ágora Tricantina*, expusimos que las causas del Cambio Global se deben fundamentalmente al comportamiento irracional de la Humanidad respecto de la Naturaleza.

En este artículo vamos a mostrar a qué extremos nos puede conducir el Cambio Global; no pretendemos hacer un estudio técnico detallado de las causas y consecuencias del Cambio Global, pues, afortunadamente, podemos recurrir para ello a varias publicaciones de garantía. Nosotros vamos a considerar solamente algunos ejemplos (esta lista no es exhaustiva):

- ◇ La temperatura media global puede superar con alta probabilidad los dos grados centígrados por encima de la temperatura preindustrial. Esta cifra no parece alarmante a simple vista, pero un análisis somero indica que ese aumento supone que durante largos períodos de tiempo se van a sufrir temperaturas de 3 a 5 grados superiores a las habituales hace unas décadas.
- ◇ Acidificación de los océanos.
- ◇ Fusión de amplias áreas de *permafrost*, con emisiones adicionales de CO₂ y metano.
- ◇ El nivel del mar puede subir, con alta probabilidad, unos 80 cm sobre el nivel existente en la era preindustrial.



Encinas muertas, atacadas por las bacterias

- ◇ Aumento de la frecuencia de episodios climáticos extremos.
- ◇ Alteración y reducción del régimen de lluvias en grandes áreas de la Tierra.
- ◇ Incremento de la transmisión de enfermedades raras en nuestras latitudes.
- ◇ Reducción de la productividad agrícola, ganadera y pesquera.
- ◇ Reducción de la biodiversidad por desaparición de muchas especies.
- ◇ Los entornos naturales, que la Naturaleza ha creado para nosotros a lo largo de millones de años, no van a sobrevivir ni cien años más.

Las consecuencias de estos cambios, que son de orden político, económico y social, van a poner en peligro las formas de vida de amplios sectores de la población mundial. Las implicaciones políticas, que son inevitables, empeorarán las condiciones para mantener una paz duradera en el Mundo.

En resumen, está claro que nos hallamos en una situación de verdadera emergencia climática, que se irá agravando según pase el tiempo sin que la Humanidad realice acciones realmente efectivas.

Emergencia climática, sí; pero también..

Una oportunidad histórica de mejora

Ante este desolador panorama no podemos abandonarnos a la desesperanza, tenemos que reflexionar y plantearnos qué podemos hacer para evitar las peores consecuencias de los cambios ya citados. Los países del mundo, con el apoyo y coordinación de las Naciones Unidas, han acordado la realización de acciones (Acuerdos de Kioto, París, etc.), pero hasta hoy no han dado los resultados esperados.

Partimos del hecho de que, como hemos visto ya, el comportamiento humano respecto de la Naturaleza es, en gran medida, irracional. En consecuencia, todo esfuerzo por mitigar las consecuencias del Cambio Global tiene que consistir en elevar el grado de racionalidad en nuestro comportamiento.

Es esencial reconocer que la emergencia climática ofrece una oportunidad histórica de avanzar de forma decidida hacia un mundo sostenible, puesto que nos obliga a mirar y valorar muchas situaciones y comportamientos injustificables que lastran todos nuestros esfuerzos por luchar contra el Cambio Global. Vamos a ver unos pocos ejemplos de **situaciones y comportamientos irracionales**, que, si se erradicaran, nos permitirían obtener inmensos ahorros en costes. Estos costes habitualmente no se contabilizan o no se publican:

- ◇ El coste anual mundial de las subvenciones a la producción y consumo de los combustibles fósiles equivale aproximadamente al PIB español generado en cinco años*.
- ◇ Los ahorros anuales que EEUU obtendría en 2100 si el calentamiento se mantiene en 3,5 C, en lugar de los 5 C que se prevé se alcancen en ese país, equivaldrían aproximadamente al PIB español generado en diez años*.
- ◇ El rendimiento medio de los coches impulsados por motores de combustión interna ("del pozo a las ruedas") es aproximadamente el 14 % [**] mientras que el rendimiento de los coches eléctricos típicos es el 40 %. Esto supone que el 26 % del coste de todos los combustibles que se consumen en la actualidad en el transporte de personas y mercancías se podría reducir de forma drástica.

Estos pocos ejemplos muestran las oportunidades de ahorrar unas cifras muy elevadas por eliminación de unos costes que no están justificados. Esos ahorros se podrían re-dirigir a resolver **problemas acuciantes de la Humanidad**. Entre estos, se podrían considerar los siguientes:

- ◇ Transformar la economía basada en el consumo de cosas a un consumo de salud, cultura, arte, autocuidados, etc.
- ◇ Proceder a una extensión urgente de la salud de la población de los países menos desarrollados.
- ◇ Extender urgentemente la educación a toda la población de los países menos desarrollados.
- ◇ Transformar la educación en todas las edades de la vida, introduciendo conceptos de sostenibilidad, etc.
- ◇ Reducir el consumo de energía mediante acciones de mejora de eficiencia en su producción y consumo.
- ◇ Cambiar las prácticas agrícolas y ganaderas intensivas en emisiones de CO₂.
- ◇ Transformar la economía basada en combustibles fósiles a energías renovables, etc.

Reflexión final

En noviembre de 2019 hemos asistido en España a un proceso electoral. Creemos que expresamos la opinión de muchas personas si decimos que las alusiones a las medidas de gobierno que proponen los principales partidos políticos para luchar contra el Cambio Global no han ocupado un lugar preferente en la campaña. Esto es negativo y dice muy poco del compromiso de los principales partidos políticos españoles con la lucha contra el Cambio Global.

Por otro lado, se acaba de celebrar en Madrid la *Reunión Cumbre del Clima COP25* de las Naciones Unidas para la lucha contra el Cambio Climático. Esperemos que se adopten acuerdos efectivos para luchar eficientemente contra la amenaza existencial que supone el Cambio Climático.

Gabriel Oejo
Vocal de la Junta Rectora de la UPCM

La pintura y el dibujo no tienen edad en la UPCM

Pintura y Dibujo son dos de las clases más exitosas de la Universidad Popular Carmen de Michelena de Tres Cantos. Gracias a sus profesores, **Olga Riesco** (de Pintura) y **Juan Fernández** y **Rafael Serrano** (en Dibujo), los participantes aprenden no sólo la técnica para trasladar un objeto tridimensional a una superficie plana sino también a ser creativos mediante el arte y a disfrutar de la pintura.

Incluidas en el área de *Artes Plásticas*, las clases se desarrollan en el piso superior del centro deportivo municipal *Laura Oter*; un espacio idóneo para este tipo de clases, con grandes ventanales por los que la luz se filtra a raudales para hacer las obras.



Olga Riesco, veterana profesora de la UPCM

Al frente del grupo de Pintura está Olga Riesco, una de las veteranas profesoras de la Universidad Popular ya que comenzó el taller hace nueve años, un año después de nacer la propia entidad.

Su grupo de trabajo se titula *Pintura*, aunque engloba óleo y acuarela (dos horas para cada técnica), y es uno de los grupos de trabajo que tiene lista de espera desde el inicio del curso debido al interés de los alumnos por seguir las enseñanzas de Olga (arriba, en las fotos). En la actualidad, trabaja con una treintena de alumnos, divididos en dos grupos, algunos de los cuales llevan ya varios años asistiendo a las clases.

Riesco es un ejemplo de artista que, aunque amaba la pintura desde muy pequeña, no pudo formarse, sino que ha tenido que ir aprendiendo las técnicas de manera autodidacta. Ya establecida en Madrid, y cuando sus hijos fueron mayores y pudo tener más tiempo libre, acudió durante seis años a la academia de la pintora Milagros de Lucas, donde justamente estudió óleo y acuarela.

Olga traslada a los alumnos la pasión por la obra de los grandes pintores, el interés por explorar la creatividad a través del arte pictórico y las técnicas para hacer realidad los cuadros, ya sea con óleos o acuarela.



La profesora señala que **el ambiente en los grupos** es, además de creativo, muy abierto: "Doy la enseñanza básica para poder pintar, y después cada alumno elige el tema o asunto que quiere pintar. Después voy mirando la obra de cada uno, que hace en clase o en casa, y hago recomendaciones".

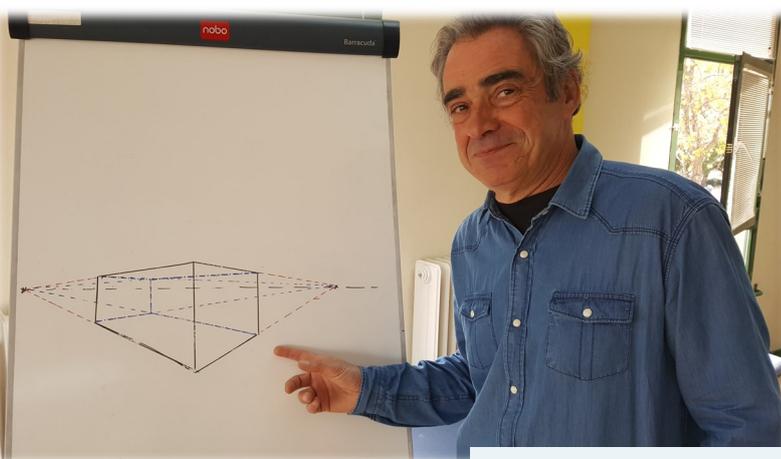
Riesco, una apasionada de **Velázquez** o **Sorolla**, del que dice que "con unas pinceladas da sentido a todo", explica que "nunca" impone **el estilo** con el que los alumnos deben trabajar: "Esto va en la elección de cada persona". Tampoco impone un **ritmo de trabajo** cerrado. De hecho, según explica, en óleo, algunos alumnos utilizan todo el año para hacer un cuadro.

"En pintura, como en casi todo, los resultados dependen del tiempo que se les dedique y de la insistencia", explica Olga para añadir que "en más de una ocasión para conseguir hacer una acuarela tal y como la quería, he tenido que hacer muchas pruebas y romper muchas hojas donde no había salido el resultado esperado".

La pintura y el dibujo no tienen edad en la UPCM



Rafael Serrano



Juan Fernández

Riesco dice que la pintura se puede aprender "a cualquier edad", aunque añade que "el resultado es más fructífero si dedicas tiempo y esfuerzo".

A pesar de algunos problemas de salud, que la obligaron durante unos meses a dejar apartadas las clases, Olga ha retomado las mismas con la energía y el estilo de siempre: "Mi objetivo no es solo que aprendan la técnica, sino a aprender a estudiar la imagen para poder trasladarla a un cuadro".

Juan Fernández y Rafael Serrano: la pasión por el dibujo

Dentro del área de Artes Plásticas de la Universidad Popular Carmen de Michelena está el grupo de trabajo de Dibujo, que tiene como profesores a Juan Fernández y Rafael Serrano. Su labor es enseñar las técnicas para poder trasladar a una superficie plana un objeto tridimensional, con sus luces, sombras y proporciones.

Los profesores establecen **un programa anual** en el que se van tocando diferentes aspectos del dibujo con la ayuda de tutoriales y libros: desde la técnica para pintar un ojo u otra parte del cuerpo humano a los paisajes o cómo dar movimiento al dibujo. No obstante, Juan y Rafael señalan que cambian el programa e inciden en los temas que más interesan a los alumnos.

Por otro lado, **las clases son muy prácticas**: normalmente se propone un ejercicio por clase al alumnado y a través de ahí, de la práctica, se va mejorando la técnica. Los modelos son múltiples, generalmente al natural (desde un abrigo colocado sobre un caballete a bodegones o personas,

aunque los modelos vivos al natural no son muy habituales). Además, si el tiempo acompaña y los alumnos están dispuestos, proponen salir del centro para buscar al aire libre objetos que pintar.

Los dos profesores señalan que se complementan en las clases: mientras que Rafael Serrano anima a los dibujantes a hacer **dibujos rápidos**, bosquejos para buscar la esencia de cada imagen, Juan Fernández, que prefiere el **dibujo técnico**, busca aspectos más relacionados con la perspectiva aérea, y con dibujos más elaborados.

De las clases, que se hacen en el polideportivo *Laura Oter*, Juan y Rafael señalan que se han convertido "en un punto de encuentro para los participantes", donde el aprendizaje ha ido más allá y ha surgido "**un ambiente de compañerismo y amistad**". El ambiente es tan bueno que ya se han organizado excursiones en grupo para ver exposiciones de pintura en Madrid, la última en la Fundación Masaveu, o en la Sala Baluarte del Centro Cultural *Adolfo Suárez*.

"Esto no es una academia convencional de dibujo, así que el ambiente es relajado, y los participantes intercambiamos nuestra impresión sobre el trabajo de los demás haciendo críticas constructivas", señalan los responsables del grupo de trabajo, que recalcan que en una misma clase hay alumnos de varios niveles; incluso algunos de ellos son autónomos, y acuden a clase por el buen ambiente y porque siempre se puede aprender con el intercambio de puntos de vista.

Fran Congosto
Colaborador de la UPCM

El sábado: cine

Sábado, cine. Así solía ser en nuestra infancia y adolescencia. El sábado, solos, o de la mano de papá o mamá, o con amigos, compañeros, o acaso una incipiente novia, acudíamos a aquellos locales oscuros donde la magia se desplegaba en la pantalla para contarnos fabulosas historias, bien en colores, o en el lujoso blanco y negro de los clásicos: historias de aventuras, de miedo, de desorientación juvenil, de amores contrariados o felices, de música inmortal.

la iniciativa de recuperar aquella vieja costumbre ciudadana: el cine de los sábados, en sala a oscuras, en pantalla no demasiado grande. Con prevención, con miedo a no concitar audiencia, con dudas sobre la temática a abordar. Eso sí: en rigurosa versión original subtitulada, como se debe ver el buen cine.

Poco después se adhirieron a la iniciativa otras asociaciones: El **Grupo Literario Encuentros**, y casi



Sábado: cine, en el local de la AVV

El sábado, antes de que se pusieran de moda las discotecas o las cervecerías, o el sempiterno fútbol por televisión, era el día especialmente señalado para este ritual iniciático, que nos transportaba a mundos de fantasía o a profundidades del alma humana y del mundo relacional de los adultos. Luego la industria tuvo que reconvertirse, para soportar la competencia televisiva, y entonces aparecieron los efectos especiales, las pantallas gigantescas, el sonido atronador y envolvente, las interminables secuelas y precuelas de los mismos asuntos cuando han tenido éxito en la taquilla.

Ante este panorama, y como importante contribución al fomento de la cultura popular, surgió hace unos once años en la **Asociación de Vecinos de Tres Cantos**

inmediatamente la UP *Carmen de Michelena*. Más adelante, y durante un tiempo, participarían también los jóvenes de la *Asamblea del 15M* de Tres Cantos. Con el esperado y creciente éxito de público, se consolidó la iniciativa en sesiones semanales.

Pagamos entre las asociaciones participantes una **licencia de exhibición**, de modo que podemos elegir entre un vasto número de películas, aunque por lo general limitado a obras con cierta antigüedad, lo que unido a nuestro amor por el cine clásico, hollywoodense o europeo, y al ansia de hurgar en cinematografías exóticas (para los gustos habituales), nos ha llevado a ser un escaparate único de cine que difícilmente puede verse en

otro sitio que no sea raramente en televisión, o más común en la *Filmoteca Española*, u otras entidades especializadas.

Durante años se programaba siguiendo un relativo orden temático, aunque en elección aleatoria de títulos. Posteriormente, se comenzó a organizar en general por **ciclos** (de autores o de estilos, corrientes, origen, etc.) Así, podemos recordar un ciclo de cine negro de Hollywood (años 40), otro del *western*, otro de Hitchcock, de Ingmar Bergman, de la *Nouvelle Vague*, de Clint Eastwood, de Satyajit Ray, del *Neorrealismo*, de Kurosawa, de cine latinoamericano, o los actuales de ciencia ficción y de Jean Renoir, coexistentes. Sin olvidar, en momentos puntuales, el cine que podemos denominar *militante*, sobre temáticas de actualidad o reivindicaciones históricas.

Pero no es sólo la visión (que siempre puede hacerse en casa, entre platos, luces y voces familiares). Es también la posibilidad de debatir después, en animada **charla con otros asistentes**. Se analiza la película, se juzgan sus valores estéticos o su mensaje, se aprende un poco de la opinión de los demás.

Los **participantes asiduos** son ya conocidos, entre ellos y con nosotros, y formamos ya una familia cinéfila, con entradas y salidas. Nuestras queridas Pepita y Olga, formadoras tradicionales de la UPCM, o el toque intelectual del psicoanalista César Galán, o el compañero profesor de literatura Carlos Nuño, y otros amigos como Pepe Nova, o Gabriel y Gioia de la UPCM, aportan siempre un interesante punto de vista en los debates.

Son mis **colaboradores** en este momento tres compañeros: **Antonio Piqueras** por *Encuentros*, Víctor **Amigó** por la UPCM, y **Fernando Pérez (Ferni)**

por la AVV. Entre los cuatro llevamos adelante este hermoso proyecto, con gran futuro.

Preguntado **Antonio** por su opinión al respecto, nos hace llegar este aporte:



Antonio Piqueras

"Solo los que en nuestra infancia hemos soñado, reído, llorado, sufrido, con tantas historias como nos contaban en las películas, sabemos apreciar lo que ha significado este maravilloso arte en nuestras vidas".

"Y en estos tiempos en los que la televisión e internet, con la multitud de redes sociales que nos invaden y envuelven robándonos el tiempo y no dejándonos apenas tiempo para soñar, se pone aún más en valor la añorada magia de aquel cine en sala oscura".

"Nuestro humilde cinefórum, al que acudimos con algo de nostalgia, nos permite recrear tanto las grandes obras de los maestros del arte, como las pequeñas y casi olvidadas obras de pequeños, y no por ello menos importantes, autores".

Otra perspectiva añade **Víctor**:

"En el cinefórum, junto al cine clásico, tratamos también de prestar atención a otras filmografías. El cine sudamericano, en particular, el argentino y el mejicano, son muy interesantes".

"Y el cine asiático. India lleva ya mucho tiempo haciendo buen cine en el llamado Bollywood. Lo hemos visto en el ciclo dedicado a Satyajit Ray. China es otro de los países asiáticos con una producción de calidad y también lo hemos tenido en cuenta. Respecto al cine clásico japonés, llevamos tiempo con películas de A. Kurosawa, director muy perfeccionista, que usaba una técnica fotográfica peculiar".

Y **Ferni** nos comenta sobre su especialización:

"En el ciclo de ciencia ficción tratamos de acercar a nuestro fiel público películas claves del género y que muchas veces no han tenido en nuestro país la repercusión que se merecen. Es interesante revisar en pantalla grande y versión original títulos que hemos visto solo en televisión".

"Las películas de ciencia ficción suelen ser muchas veces una excusa metafórica para enmarcar sesudos debates sobre los grandes temas que preocupaban a la opinión pública en la época en la que fueron rodadas: lucha de clases, guerra fría, catástrofe nuclear, cambio climático..."

Como acota finalmente **César Galán**: "Pensando y sintiendo a través del cine, del pasado hacia el presente." Y el utópico futuro.

Germán Ojeda
Responsable del cinefórum

Conociendo mejor la música sinfónica



Rafael Ortega Basagoiti, director del seminario

Tras la buena acogida de los seminarios dedicados el pasado año a la música para piano y a la historia de este instrumento y de otros de teclado que le precedieron, decidimos emprender, durante el curso 2019-20 y el siguiente, 2020-21, otra serie dedicada a la música sinfónica. He titulado esta serie **El mundo de la sinfonía** por una razón bien sencilla: lo que conocemos como “sinfonía” es en realidad todo un mundo.

Un mundo que evoluciona desde las primeras piezas meramente instrumentales dentro del contexto sacro (dejando el órgano aparte), como las sinfonías sacras de Gabrielli o de Schütz, hasta las obras compuestas para orquesta, pero ya lejos del concepto clásico de sinfonía, como, por ejemplo, las de Ravel o Debussy.

La evolución de la sinfonía desde su apogeo en el clasicismo, primero con Mozart y Haydn, luego con Beethoven, que, como revolucionario que era, rompió todos los moldes, es apasionante. Y cuando Beethoven culminó su labor (Wagner llegó a decir que con Beethoven el concepto “sinfonía” estaba acabado), aún nos quedaban Schubert, Brahms, Schumann, Mendelssohn, Bruckner, Chaikowski, Dvorak, Mahler, Shostakovich, Prokofiev, Sibelius, Nielsen... Todos ellos autores de obras maestras, además de la multitud de autores cuyo concepto de la sinfonía se dirigió hacia otras vías, desde la música programática (siendo Berlioz quizá el más evidente prototipo) hasta los poemas sinfónicos de Richard Strauss o las grandes construcciones

lisztianas, pasando por Smetana (su famoso ciclo de poemas sinfónicos *Mi patria*, por ejemplo), Grieg, Janacek y Rimski-Korsakov y otros.

Pero luego, **de la idea de “sinfonía” pasamos a la más genérica de “música sinfónica”**, donde entran otro tipo de composiciones (el molde de la sinfonía clásica ha sido hecho pedazos ya tiempo atrás) como las mencionadas de los impresionistas, pero también algunas de Stravinski o Schönberg y otros autores de la Segunda Escuela de Viena. Obviamente el recorrido de todo este repertorio es inmenso. De hecho, muchos de estos autores podrían ocupar, por sí solos, bastantes seminarios.

Pero el propósito de esta serie no es tanto llegar al detalle último de cada obra, sino ofrecer a quienes asisten o ven los vídeos la oportunidad de acercarse esa música explicando, de la forma más sencilla posible, conceptos básicos que ayuden a **una escucha activa**, una escucha que sea algo más que “oír buena música”, que evolucione hacia algo más allá de lo que es la pura reacción emocional. Hace más o menos un año, con ocasión de una entrevista que realicé al famoso director ruso Semyon Bychkov para la revista *Scherzo*, él me comentaba, con razón, que la primera reacción ante la escucha de una obra musical siempre es emocional: “me gusta/no me gusta”, como cuando se conoce a una persona: “me cae bien/no me cae bien”. Luego ya vienen otras fases de esa escucha, fases en las que quien oye las obras va descubriendo cosas nuevas, detalles diferentes.

“Tenemos que encontrar la armonía entre el intelecto y el espíritu. Pero no se puede despreciar el corazón en favor del intelecto...”
(Semyon Bychkov)

La música clásica es compleja en su formato y elaboración. Lleva tiempo y esfuerzo apreciarla en profundidad. **Lo que estos seminarios pretenden es un objetivo doble:** por un lado, despertar la curiosidad de los asistentes, estimular su apetito para “escuchar más”, para ir un poco más allá del fragmento y para llegar un poco más lejos que el simple “me gusta/no me gusta”. Y para eso, lo que se pretende es fa-

Conociendo mejor la música sinfónica



Enfumayor

RAFAEL ORTEGA BASAGOITI

Suscribirse

¿Qué hay de nuevo,
viejo?

Todo el mundo tiene una...
opinión

Pues mira por dónde
(crítica por libre)

A paladear -
la obra

El disco -
No se lo pierdan

El puro -
Vade retro

cilitar el contexto, histórico y biográfico, explicar algunos conceptos musicales sencillos, de forma que el oyente pueda después “identificar” esos conceptos en las piezas que se escuchan, y profundizar más tarde en ellos si así lo desea. Y ello por una razón: porque esa escucha le proporcionará mucho más placer, un placer mucho más duradero y rico que el meramente emocional.

Para ello, además de los seminarios en sí, este año hemos tomado una iniciativa que, según lo que nos transmiten, está siendo bien acogida. Consiste en que, una vez está disponible el vídeo del seminario, yo preparo **un artículo para mi blog** (www.enfumayor.com), y en él incluyo el enlace a dicho video y la lista completa de todos los enlaces a todas las obras repasadas en cada seminario. Como en los seminarios, por razones de tiempo, tenemos que limitarnos a escuchar fragmentos, es importante que el oyente tenga la oportunidad de acercarse a la obra íntegra. Al final del artículo hago además un breve repaso a las recomendaciones discográficas más obvias, con el objetivo de que si algún oyente desea adquirir una versión discográfica de una(s) obra(s) concreta (s), pueda hacerlo sin perderse en el maremágnum discográfico que hay. O bien, si prefiere utilizar plataformas como *YouTube*, *Spotify* o *Qobuz*, facilitando su búsqueda hacia lo que yo considero que son interpretaciones más recomendables de las

obras repasadas. Una vez completado ese artículo para mi blog, yo le paso el enlace al mismo a la Universidad, de manera que puede accederse al blog desde la web de la Universidad. Otra cuestión adicional es que, desde ese artículo, puesto que hay lugar a los comentarios, pueden hacerme preguntas (materia para la que con frecuencia no tenemos tiempo suficiente en las sesiones en vivo) que yo intentaré contestar. Espero que estos seminarios y la iniciativa en torno a los mismos sean de su interés. La música, créanme, nos hace mejores.



TRES CANTOS
UNIVERSIDAD POPULAR
CARMEN DE MICHELENA

Centro "21 de Marzo",
Calle Viento 2
19:00 a 21:00 horas

<https://www.universidadpopularc3c.es>

Seminario

Rafael Ortega Basagoiti

Escritor y crítico musical



Rafael Ortega Basagoiti

Escritor y crítico musical

Ágora nº5



TRES CANTOS
**UNIVERSIDAD POPULAR
CARMEN DE MICHELENA**



Colabora el Ayuntamiento
de Tres Cantos