

Entrevista a Mercè Rull *Presidenta de la Asociación de familiares de personas con Alzheimer*

“Hay que invertir más en investigación si queremos una cura para la enfermedad”

M. J. ESPINOSA

El Alzheimer es la causa más común de demencia, que supone la pérdida de memoria y otras capacidades cognitivas de la persona que la padece. EL FAR entrevista a Mercè Rull, presidenta de la Asociación de familiares de personas con Alzheimer del Baix Llobregat (AFABaix), una entidad sin ánimo de lucro declarada de utilidad pública que ha cumplido 30 años de intenso trabajo para mejorar la calidad de vida de los enfermos y de las personas que los rodean.

-Tres décadas al servicio de esta enfermedad. ¿Qué valoración hace de este período?

-Empezamos hace 30 años cuando las personas no sabían qué era el Alzheimer. Hoy en día todo el mundo es consciente que existe esta enfermedad. La gente está muy sensibilizada aunque todavía falta conocimiento de qué hacer con esta enfermedad, sobre todo por parte de los cuidadores, y fundamentalmente detectar sus inicios.

Desde las asociaciones hemos intentado ayudar a los cuidadores, dándoles información y generando servicios que la administración no ofrece. En estos años se ha demostrado la importancia de los tratamientos no farmacológicos, como la estimulación cognitiva, lo que nos ha servido para poner estos servicios al alcance de los enfermos.

Asimismo, hemos intentando concienciar a los cuidadores de la importancia de que estén bien cuidados y de que vayan a grupos de apoyo que les ayuden a tener herramientas para poder convivir con esta enfermedad. El Alzheimer supone un binomio entre el paciente y el cuidador, y por eso hay que cuidar a los dos para mejorar la calidad de vida de ambos.

En estos 30 años hemos trabajado mucho. Empezamos con tres familias que se reunieron para explicar sus problemas. Y poco a poco hemos ido evolucionando. En la actualidad tenemos tres centros de estimulación cognitiva, en Cornellà, El Prat y Molins de Rei, cuya finalidad es que la enfermedad vaya deteriorando al usuario lo más lentamente posible; y también disponemos de un espacio, denominado *Fem Memòria*, donde van personas en fases iniciales, con un deterioro cognitivo leve o, incluso, que no tienen ningún diagnóstico y se sienten solas.

-¿En qué ámbitos se hace más hincapié desde la asociación?

-Al final, el que tiene que llevar el peso de la enfermedad es el familiar cuidador. Por eso, desde la asociación hacemos mucho hincapié en el cuidado del cuidador. Tenemos grupos de ayuda en todo el Baix Llobregat, así como talleres de memoria tanto para los usuarios como para los cuidadores. Además, les ofrecemos asesoramiento legal y ayuda psicológica para convivir con la persona enferma. No nos olvidemos que los trastornos de conducta son los que más desgastan al cuidador y es importante tener herramientas para saber manejar esta situación.

-¿El Alzheimer repercute más en algún tipo de personas que en otras? Es decir, ¿existe algún patrón o factores de riesgo?

-Son los mismos factores de riesgo que están involucrados en otras muchas enfermedades. Hablamos de llevar una alimentación sana, realizar ejercicio diario, no beber alcohol, no fumar, no consumir drogas, no intoxicar al cerebro con sustancias que puedan generar atrofia y problemas cerebrales, evitar el aislamiento y la soledad, o controlar la tensión y el colesterol. Además, la dieta mediterránea, tener una vida activa y una estimulación en nuestro cerebro nos pueden ayudar a prevenir este tipo de enfermedad.

-¿Tienen la cifra de enfermos de Alzheimer en la comarca?

-Se calcula que hay unas 20.000-25.000 personas afectadas.

-¿Cómo suele reaccionar el paciente cuando es diagnosticado, sobre todo si su deterioro cognitivo todavía es leve?

-Una de las características del Alzheimer es que uno no es consciente de tener la enfermedad por-

que físicamente está bien. Por eso cuesta mucho llegar a ese tipo de diagnóstico.

A veces vienen personas que están en una fase inicial y siendo conocedores de ello quieren saber qué les ocurre. Aquí nos encontramos con aquellos que quieren trabajar y luchar para frenar ese deterioro, mediante los servicios que les ofrecemos, y los que no quieren saber nada y entran en una fase de negación.

-¿Y los familiares?

-Al principio tampoco se lo acaban de creer y piensan que su familiar no necesita realizar las actividades que proponemos en los centros de día porque aún está bien. Es muy importante informar a los familiares en qué consiste esta enfermedad, qué se puede hacer y concienciarles de que cuánto antes empezamos a trabajar mucho mejor, para ellos y para los usuarios.

A veces tienen mucho sentimiento de culpa, porque consideran que dejar a un familiar en un taller, ponerle a un cuidador o llevarle a un centro de día, es como si le abandonara. Y ese sentimiento de culpa no nos hace actuar de forma lógica. Por eso, muchas veces vienen a la asociación cuando hay un deterioro cognitivo moderado o más avanzado.

-¿Siguen existiendo estigmas sobre el Alzheimer?

-Cada vez hay menos porque es una enfermedad ya conocida. Hoy en día, la población conoce el cáncer y el Alzheimer, por este orden. Por eso va desapareciendo ese estigma, aunque en personas jóvenes y en aquellas que aún están en edad activa laboral sí que existe una vergüenza y quieren que no se sepa para que no les señalen. También en las áreas rurales es una enfermedad que se esconde y queda más de puertas para adentro del ámbito familiar.

-¿Y cómo podemos cambiar esa percepción y generar más empatía?

-Concienciar a las personas, hacer divulgación, dar toda la información posible y visibilizar la enfermedad.



● Mercè Rull, en el despacho de la sede central de la asociación, en El Prat

-¿Cuáles son los principales retos y desafíos?

-A través de la investigación, se ha conseguido averiguar que la enfermedad del Alzheimer aparece 10 o 15 años, e incluso 20, antes de que se manifiesten los primeros síntomas. Ahora se está trabajando para diagnosticar precozmente a la población. Una de las preguntas que nos hacemos es si la administración y la sanidad, que se encuentra colapsada, están preparadas para asumir estos diagnósticos precoces. También nos preguntamos si el diagnóstico precoz nos sirve teniendo en cuenta que no existe una cura ni tratamientos eficaces. Aquí es donde se abren muchos problemas éticos, además de dudas y controversias, porque si no tenemos una solución ¿es aconsejable saber que dentro de 15 años vamos a desarrollar la enfermedad?

Respecto a los tratamientos que están saliendo, lo cierto es que no tienen unos resultados muy alentadores. Supongo que los científicos seguirán trabajando, pero hoy en día hay más efectos secundarios y más problemas que beneficios.

La verdad es que hay muchos retos que no sé cómo los van a solucionar. Porque, además, los recursos son limitados. Hay que hacer un cambio de chip para poder

luchar contra esta enfermedad que en el futuro será como la pandemia del COVID-19.

-Entonces ¿no cree que llegará un momento en el que exista una cura para la enfermedad?

-Sí lo creo, pero aún estamos un poco lejos. Por eso hay que resaltar la importancia de la investigación y la ciencia, e invertir mucho para que en el futuro pueda haber una cura para la enfermedad.

-¿Es suficiente la ayuda de las administraciones?

-No es suficiente ni lo será porque no hay recursos para una enfermedad que es muy cara. Y, además, las asociaciones hacemos un trabajo que tendrían que realizar las administraciones. Ojalá no existiéramos ya que lo único que hacemos es llegar donde ellas no llegan. Tendrían que ayudarnos y valorar mucho más el trabajo que hacemos. Pero a causa de su desconocimiento hacia nuestra labor y su ignorancia, no hay ayudas necesarias. De hecho, existe un Plan Nacional de Alzheimer sin presupuesto, además de un plan catalán en un cajón; y eso no nos sirve para nada. Tampoco tenemos una ley de dependencia que sea digna para las familias ni residencias con precios asequibles.

perquè petits i grans
puguin jugar al parc
més proper,



Movilidad

El AMB pone en marcha un servicio de 'motosharing'

Empieza a funcionar en ocho municipios, entre ellos L'Hospitalet, Esplugues, Sant Feliu y Sant Just Desvern

M. J. ESPINOSA

El Área Metropolitana de Barcelona (AMB) ha puesto en marcha las nuevas motos eléctricas de uso compartido, que ha regulado a través del otorgamiento de licencias metropolitanas, vía concurso público, y que han empezado a funcionar en ocho municipios, entre los que se encuentran L'Hospitalet, Esplugues, Sant Feliu y Sant Just Desvern.

En concreto, el organismo metropolitano ha adjudicado un total de 9.950 licencias a cinco empresas, que deberán desplegar la flota de manera gradual antes de que finalice el año. El reparto de licencias es de unas 2.000 por empresa y también se fija un mínimo de motos por municipio.

El vicepresidente de Movilidad, Transporte y Sostenibilidad del AMB, Carlos Cordón, ha defendido que el nuevo *motosharing* metropolitano permitirá contribuir a promover la "movilidad



● Momento de la presentación del servicio, a finales de octubre

sostenible, eléctrica, segura y compartida", así como la reducción de las emisiones y de la presencia del vehículo privado, la mejora de la salud pública, el fomento de la intermodalidad, la creación de puestos de trabajo y un cambio de

hábitos de la ciudadanía. Además, ha subrayado que se convertirá en el más ambicioso de Europa, duplicando el que existe, por ejemplo, en París.

"Es una medida más para avanzar hacia una metrópolis

más cohesionada", ha señalado, tras reconocer que el objetivo es que se vayan sumando más municipios para que el proyecto "tenga sentido" y se "pueda garantizar su éxito".

Las licencias tienen una vigencia de dos años, con otros dos prorrogables, y el AMB revisará periódicamente el número de vehículos asociados a cada licencia. Se ha previsto una zona de cobertura mínima, a la que las empresas deben dar servicio obligatoriamente. También habrá ámbitos con restricciones, donde podrán estacionar bajo determinadas condiciones, y otros de prohibición, en los que no podrán aparcar.

Esta convocatoria y sus bases han sido fruto de la Taula Metropolitana de la Moto Eléctrica Compartida, donde participaron 60 entidades, y también se ha trabajado con la Autoritat Catalana de la Competència (ACCO) y la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC). En este sentido, Cordón ha resaltado el "éxito de la colaboración entre administraciones" que ha posibilitado "focalizarnos en las necesidades de la ciudadanía más allá de la frontera de cada municipio".

Cada una de las cinco empresas tiene su propia app y tarifas, por lo que el AMB sólo regulará su uso y preservará el espacio público. Sin embargo, la disponibilidad de motos también se podrá visualizar en

las aplicaciones AMB Mobilitat y SMOU.

Tanto las motos como los cascos llevan una identificación metropolitana, concretamente el logo del AMB de la moto compartida. El resto de la moto y el casco tienen los colores, tipografías y diseños que cada empresa haya decidido.

Aparte, el AMB ha creado una comisión técnica, formada por técnicos de este organismo, de los municipios y de las empresas operadoras, que hará seguimiento del despliegue y, coordinadamente con las policías locales, velará por el buen uso de la moto compartida en el marco de la regulación y la seguridad vial. Además, todos los operadores se han adherido al código de buenas prácticas de seguridad vial del AMB.

Las bases reguladoras también contemplan un régimen sancionador específico, que regula la gravedad de las infracciones y los mecanismos de revocación y reasignación de las licencias revocadas entre los operadores activos, siempre siguiendo el orden establecido por sorteo.

Las licencias otorgadas están sujetas a una tasa del AMB para su gestión de 45 euros anuales por vehículo y también a las tasas por el aprovechamiento especial del espacio público de cada una de las ciudades, según establezcan las ordenanzas municipales correspondientes.

Medio Ambiente

La ACA incrementa en 35 millones el presupuesto para mejorar el funcionamiento de las depuradoras

EL FAR

La Agència Catalana de l'Aigua (ACA) y el Área Metropolitana de Barcelona (AMB) han firmado una adenda al convenio suscrito en 2021 para incrementar en 35 millones de euros la dotación presupuestaria para garantizar el funcionamiento de siete depuradoras metropolitanas. Con esta medida, el presupuesto asciende a 323 millones de euros, una cantidad económica que se destinará a llevar a cabo mejoras en las plantas de Begues, Gavà-Viladecans, El Prat, Sant Feliu, Montcada i Reixac y Vallvidrera. El territorio cubierto por estas instalaciones con-

centra a una población equivalente de 6,3 millones de personas.

El incremento de la partida presupuestaria se plantea ante las modificaciones sustanciales de los procesos en los sistemas de Besòs, Sant Feliu y Montcada, donde los gastos directos de explotación se ven incrementados en relación a la explotación de estos sistemas. Durante el primer semestre de 2024 se han activado los procesos de desodorización de las plantas de Sant Feliu y el Besòs, mientras que en verano de este año ha entrado en servicio la ampliación de la depuradora de Montcada y se ha incorporado el saneamiento de los núcleos de Cervelló.

Este acuerdo se enmarca en el nuevo modelo de convenio aprobado por el consejo de administración de la ACA el 9 de diciembre de 2021, encaminado a la mejora de la financiación del saneamiento de las aguas residuales para las administraciones locales.

La propuesta, destinada a los entes gestores de los sistemas públicos de saneamiento que estén constituidos como entidades locales de agua, fija la posibilidad de firmar convenios, de forma individualizada y para un período de cuatro años, con el objetivo de definir un marco de atribución de los recursos para financiar los gastos de explotación,



● Imagen de la depuradora de El Prat

de reposición y de inversión correspondientes a los sistemas públicos de saneamiento en alta.

El modelo de convenio determina, con una metodología común para fijar una atribución adecuada y sostenible, cómo se harán las aportaciones de recursos para atender los gastos de explotación, reposición y mejoras, así como las inversiones necesarias para asegurar el correcto

funcionamiento y mantenimiento de las instalaciones del sistema público de saneamiento, de forma que se garantice la calidad del agua, atendiendo a los criterios de diseño de las infraestructuras y a los límites fijados en la autorización de vertido.

Las posibles nuevas inversiones se destinarán a financiar la redacción de proyectos y estudios de actuaciones previstas en la planificación.

...hi som.



www.amb.cat

Als carrers, als parcs, a les platges,
a les llars, al transport, a les empreses,
a l'aire, a l'aigua, a la vida... hi som.
L'AMB treballa perquè més de 3 milions
de persones puguin gaudir d'un entorn
més net i sostenible i d'una societat
més igualitària.

Miris on miris, hi som.

Medio Ambiente

La recogida selectiva de residuos aumenta pero sigue lejos de los objetivos que fija la Unión Europea

El índice global de la metrópolis se sitúa en el 40%, 15 puntos por debajo de lo marcado para el año 2025

EL FAR

En 2023 se produjeron en el área metropolitana de Barcelona un total de 1.490.000 toneladas de residuos, el equivalente a 444,3 kg por habitante y año. Esta cifra ha disminuido ligeramente respecto al año anterior, cuando la generación fue de 445 kg/hab. y año. A una escala más global, la producción de residuos municipales ha descendido un 10% desde 2010, pero todo apunta a que quedará lejos del objetivo marcado por la Unión Europea, que es reducir la producción en un 15% en 2025.

Una tendencia positiva es la reducción de la fracción resto, que ha disminuido un 3% respecto a 2021, y un 13% respecto a 2019, último año antes del COVID-19.

De todos los residuos generados en 2023, se recogieron selectivamente un 40% (577.278 toneladas). Aunque la cifra supone, un año más, un récord en los registros, el crecimiento respecto a 2022 es



● En 2023 se produjeron 1.490.000 toneladas de residuos en el área metropolitana

leve, únicamente del 0,7%. **“El aumento continuado de la recogida selectiva desde 2017 es atribuible al creciente número de municipios que implantan los nuevos sistemas de recogida, como el puerta a puerta o**

los contenedores cerrados”, explican desde el Área Metropolitana de Barcelona (AMB). En este sentido, **“es necesario acelerar los cambios de sistema de recogida para cumplir los objetivos europeos”**, apuntan las mismas fuentes.

Tratamiento de residuos

En 2023, el AMB gestionó 1.490.089 toneladas de residuos provenientes de los municipios, mayoritariamente en instalaciones de titularidad metropolitana. Del total de toneladas que entraron en estas plantas, un 42,1% acabó en instalaciones especializadas para su reciclaje.

376.910 toneladas se valorizaron energéticamente, un 26,7% del total producido. Los residuos valorizados energéticamente son los que, después de pasar por un tratamiento mecánico-biológico, no pueden ser valorizados materialmente y tienen como destino final la planta de valorización energética. Este proceso generó en 2023 un total de 220.328 MWh de electricidad.

Finalmente, aproximadamente 310.068 toneladas (un 26%) terminaron en el vertedero después de haber sido tratadas. Estos residuos corresponden al desperdicio de los coparcos que no ha podido ser valorizado energéticamente.

Fracción orgánica y envases: las asignaturas pendientes

La fracción orgánica generada en 2023 equivale a 103,99 kg/hab. y año, de los cuales un 35,1% se ha recogido de forma selectiva. **“Esta fracción es clave para mejorar los índices, ya que cuando se deposita erróneamente en el contenedor de resto encarece sustancialmente su tratamiento”**, recuerdan desde el AMB. Como referencia, tratar una tonelada de resto cuesta 130,20 euros, mientras que tratar una tonelada de materia orgánica bien separada supone 62,90 euros.

La generación de envases ligeros domésticos a lo largo de 2023 fue de 46,18 kg/hab. y año, de los cuales un

40,1% se ha recogido selectivamente. Hace un año esta fracción experimentó un gran aumento (+10,3%), que en ese momento se atribuyó al cambio en el sistema de recogida en Barcelona, donde no sólo se aceptan envases sino también otros plásticos y metales que no son envases.

Por otra parte, durante 2023 se generaron 29,92 kg/hab. y año de residuos de vidrio, con una recogida selectiva del 69,3%; mientras que de la fracción papel y cartón, se generó el equivalente a 70,44 kg/hab. y año, con un índice de recogida selectiva del 45%. En cuanto a la producción de la fracción resto, se generaron 258,8 kg/hab. y año, la menor cantidad hasta ahora.

“Las normativas ambientales son cada vez más estrictas en cuanto a la consecución de los objetivos de recuperación y reciclaje de los residuos municipales”, insisten desde el AMB. La Unión Europea obliga a los Estados miembros a reutilizar o reciclar el 55% de los residuos en el año 2025, y llegar al 65% en 2035.

De los 36 municipios metropolitanos, en 2023 únicamente nueve habían llegado al objetivo del 55% de recogida selectiva: Begues, Corbera, El Papiol, Sant Just Desvern, Santa Coloma de Cervelló, Torrelles, Castellbisbal, Ripolllet y Tiana. **“El hecho de que estos municipios son los que han implantado un cambio en el modelo de recogida demuestra que el sistema de contenedores abiertos en las calles ha llegado al límite de sus posibilidades”**, señalan desde el ente supramunicipal. Como ejemplos, Santa Coloma de Cervelló cambió el índice de recogida selectiva del 41,5% al 71,8% en sólo tres meses. En Corbera, otro caso de éxito, el salto fue del 49,2% al 80,4%.

Política

El Consell Comarcal aprueba el plan de actuación del mandato

EL FAR

El pleno del Consell Comarcal del Baix Llobregat ha aprobado este mes de noviembre el nuevo Plan de Actuación Comarcal (PAC), que se convierte en la hoja de ruta para el presente mandato. **“El documento recoge las actuaciones y prioridades estratégicas para fortalecer la resiliencia de la comarca frente a retos globales**

como el cambio climático y la transformación digital, con un modelo de desarrollo integrador y sostenible para el Baix Llobregat”, aseguran desde el organismo supramunicipal.

El PAC establece cinco ejes estratégicos que guiarán las acciones desde la comarca en este período, los cuales se centran en la mejora social, económica y ambiental, respondiendo a las necesidades loca-

les de forma inclusiva y sostenible. El documento incluye un total de 123 actuaciones concretas para facilitar la implementación de las líneas estratégicas.

“Este conjunto de acciones sirve como guía práctica para las políticas y medidas de la administración comarcal, ayudando a avanzar hacia los objetivos establecidos”, apuntan las mismas fuentes.

CONSELL COMARCAL DEL BAIX LLOBREGAT



● Momento de la celebración del pleno

Aquest Nadal, ressona la il·lusió



Consulta les activitats de Nadal
a partir del dia 28 de novembre a:
www.l-h.cat/nadal #nadalLH