

Zandalee

Un nombre de película para la ganadora del concurso “La magia de mi melena” organizado por Qreativos

En portada, un adelanto del reportaje fotográfico de la que será, además, reportera de Qrónica Ceuta.



Edita: Agencia de Publicidad y Comunicación Qreativos



EDITORIAL

CÓDIGO QR

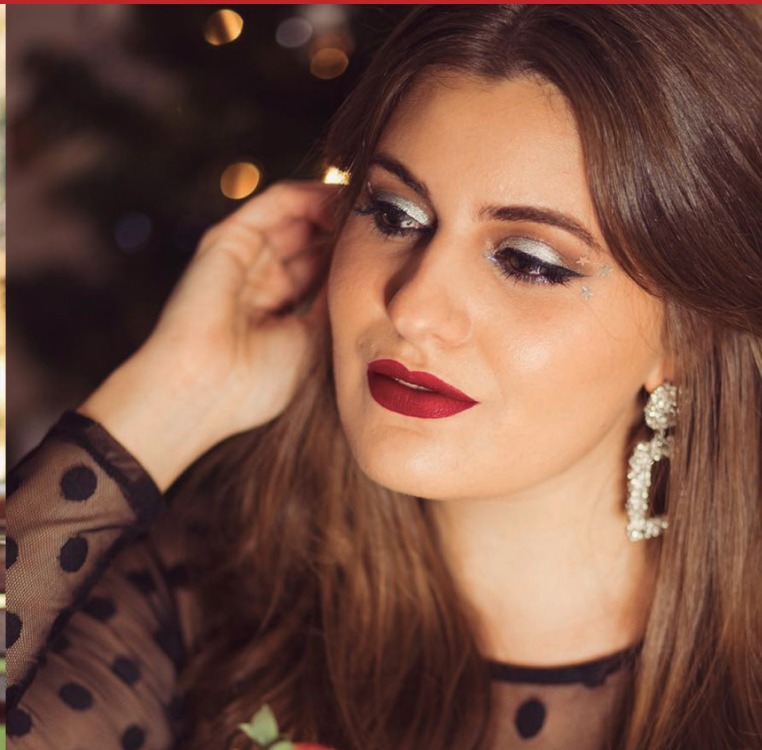
Enamorados de Ceuta

Esta semana hemos celebrado el "Día de los enamorados", "soportando" memorables momentos en nuestras redes sociales con ataques de pasión, demostraciones de "love" y "¡qué suerte tengo de estar contigo!"... una vez al año. Toneladas de mermelada y purpurina para todos.

Nosotros también estamos enamorados. **Ella nos tiene locos** y trabajamos todos los días por demostrar que sus virtudes son mayores que sus defectos, contrarrestando con todos los medios de los que disponemos la imagen que otros parecen empeñarse en manchar.

Unas veces, **nos resulta fácil quererla**, otras no tanto, pero siempre somos fieles al amor que le juramos. Somos conscientes de la suerte que tenemos con ella estando cerca y sabemos que es un cariño compartido, que son muchos miles los que la miran con ojos brillantes. A ellos, a los que también dicen estar enamorados de ella, les pedimos que no lo hagan sólo de boquilla, que quererla también es respetarla y no dejarla en manos de gente que no se lo merece. **Hasta el más pequeño rincón de esta ciudad, debe ser cuidado por alguien que esté a la altura** y si no... fuera.

GENTE QR



Moda, belleza y consejos: Angicupcakes

Quizás si nos hablan de M^ª Ángeles Alzar muchos no sepamos quién es. Sin embargo, el nombre de Angicupcakes sí nos resulta mucho más familiar.

Esta joven ceutí de 29 años, muy activa en redes sociales, es una de las instgramers o youtubers de la ciudad con más seguidores. En sus plataformas encontraremos looks y consejos sobre moda y belleza, además de decoración, DIY (Do It Yourself), recomendaciones...

Pero no queda ahí, en vistas a su boda prevista para este mismo 2019, Angi comenzará a estar muy activa en este tema. Así, podremos encontrar tendencias, moda y consejos de temática nupcial.

Con 18000 seguidores en Instagram (@angicupcakes) y 52000 en Youtube (angicupcakesblog), Angi comenzó su andadura allá por el 2011. Se aventuró en este exitoso proyecto, pues como ella misma cuenta, no había espacio en la moda para las chicas reales, las que cada día nos cruzamos por la calle.

"Decidí crear este espacio virtual porque siempre me ha gustado la moda, [...], pero por aquel entonces era más complicado encontrar inspiración de moda real, de chicas normales como yo o como cualquier otra chica de a pie.

Por ese motivo decidí que podría ser buena idea compartir mi forma de vestir, para inspirar a gente con gustos similares, además también me serviría para descubrir a otras chicas que hicieran lo mismo que yo"



Esta actividad, nacida gracias al desarrollo y auge de las redes sociales y del acceso cada vez por más parte de la población a internet, sí puede ser una forma de vida, nos comenta Angi. De hecho, son ya muchos quienes desde hace años consiguen vivir de los beneficios de su actividad.

Aún en estos pocos años la tendencia ha cambiado, y ella misma ha readaptado su trabajo. Cuando Angi comenzó eran los blogs los que ocupaban la mayor parte del mercado. Sin embargo, con la aparición de Instagram los blogs de moda pasaron a

una segunda posición; la razón tras esto es la facilidad de esta red social para compartir fotografías de forma inmediata. Esta nueva vía permitía que el consumidor de moda pudiera de forma rápida ver las fotografías de interés y facilitaba, del mismo modo, el trabajo al creador del contenido. Blogs de belleza o cocina, donde no solo premia la fotografía siguen manteniendo su número de visitantes pues la temática exige un desarrollo mucho mayor.

Angi, que reside en la ciudad, ve su actividad en muchas ocasiones mermada consecuencia de los trámites aduaneros y la mala gestión de los envíos. En muchas ocasiones marcas de belleza y moda, de la talla de Garnier, han contactado con ella para trabajar en conjunto, pero se ha visto obligada a rechazar estas colaboraciones al tener que pagar los costes aduaneros de los productos enviados. Sin embargo, sí ha tenido la posibilidad de viajar a otras ciudades como Madrid invitada a sesiones y eventos.

Este trabajo, que compagina con una jornada laboral completa, le lleva mucho más tiempo del que podemos pensar. Desde la preparación del guión al escenario hasta la grabación y edición, todo este proceso le puede llegar a tomar casi una semana. Es por ello, que suele subir un video semanal a sus plataformas.

DOCUMENTOS QR



Las nanopartículas de los tatuajes viajan por todo el cuerpo

Firma: Carmen González Rincón

A la hora de hacerse un tatuaje, uno medita durante tiempo qué hacerse, a continuación elige la zona corporal y el local y profesional que lo realizará.

Tan importante como todas estas decisiones es la composición química de los colores, pues un estudio ha confirmado que los elementos químicos que componen las tintas viajan por nuestro organismo en forma de micro y nanopartículas.

Este estudio, realizado por diversos centros europeos de investigación, revela que poco se sabe sobre las posibles impurezas que en las mezclas de color para este uso pudieran existir. La gran mayoría de tintas están formulada a base de pigmentos orgánicos, así como elementos que actúan como conservantes: níquel, cromo o manganeso. Otro de los componentes principales es el dióxido de titanio, que se relaciona en muchas ocasiones con el retraso en la curación, la hinchazón de la piel o la picazón que se experimenta tras la realización de un tatuaje.

En los momentos inmediatos a la realización de esta práctica, se han podido observar micropartículas de tinta en los ganglios y vasos linfáticos. Sin embargo, con este último estudio se han podido ver partículas de un tamaño aún más pequeño: las nanopartículas.

Aunque aún es pronto y la investigación continua, se ha podido apreciar como estas nanopartículas de tinta se depositan en los ganglios y tejidos adyacentes a la zona del tatuaje.



ESTILO DE VIDA QR

Al norte del norte, Tromsø experience

Firma: Irene Urquizar

Destino: **la ciudad noruega de Trømsø**. Dentro del círculo polar ártico, esta pequeña isla convertida en población puede regalarnos unas vacaciones de ensueño.

En ella encontraremos una ciudad rodeada de aguas heladas y abundante nieve. Su vegetación de montaña y sus grandes lagos, no todos cubiertos de hielo, le dan ese aspecto de cuento tan encantador. Sin duda es un lugar para disfrutar de la naturaleza y la isla te ofrece distintas maneras de hacerlo.

En primer lugar podréis encontrar algo que a mí me resultó de lo más atractivo, caminos de nieve destinados a ser transitados con esquís para recorrer la isla de un lado a otro. A estas pistas de esquí de fondo en que se convierten los caminos, se puede también ir a tirarse en trineo. La diversión está, sin duda, garantizada para niños y mayores y todo desde la seguridad, porque todos estos carriles están acondicionados y se encuentran cercanos a los núcleos de población.

Lo mejor del destino escogido son las auroras boreales, destellos de colores desplegados en el cielo

Además de las aguas que rodean la isla, en su interior podemos encontrar lagos helados que se utilizan con asiduidad como pistas de patinaje sobre hielo. Pero no solo la orografía y vegetación del terreno nos dejan imágenes inigualables, también su fauna es sorprendente. Cerca de la ciudad podremos encontrar una granja de renos y ver focas en cautiverio. Por no decir que los renos también campan a sus anchas por las carreteras que salen de la isla.

Si buscamos cultura, la encontraremos en su museo sobre el pueblo Sami. En él podremos hacer un recorrido por las costumbres y forma de vivir de los samis, descubriremos sus capacidades para sobrevivir a una tierra hostil como la noruega y veremos recreadas piezas fundamentales para este pueblo como trineos, cabañas, ropajes....

En Trømsø también se encuentra la biblioteca más septentrional. De ella llama poderosamente la atención su construcción a base de placas de cristal y sus salientes alerones en forma curva. Arquitectura norteña que pretende conectarse con las montañas que la rodean.

Lo mejor del destino que hemos escogido son sin duda las auroras boreales, destellos de colores que se despliegan por todo el cielo de la ciudad creando formas inusitadas e iluminando las largas noches polares. ¡Nada comparable en el mundo con la magia de estas auroras!

A nivel gastronómico los imprescindibles a probar son tres: el salmón, el bacalao y el queso marrón noruego, con un sabor entre dulce y salado ideal para aperitivos

Si bien es verdad que en muchos casos la idea de pasar una semana sin ver el sol puede resultar agobiante de primeras, os aseguramos que la experiencia merece la pena. Es algo tan único, tan inolvidable, que llegaréis a disfrutarlo.

A nivel gastronómico los imprescindibles a probar son tres, en primer lugar el salmón y en segundo el bacalao. Estarán tan frescos que parecerá que es la primera vez que realmente los coméis. El tercer básico es el queso marrón noruego, su sabor entre dulce y salado es perfecto para cualquier aperitivo y también para las meriendas. Los más valientes también podrán probar la carne de reno y de ballena. Que además de en restaurantes puede encontrarse en los supermercados más grandes de la ciudad.

Puede que ya sea demasiado tarde para embarcaros en un viaje hacia el polo norte, pero podéis ir preparando la escapada, por ejemplo, para la Navidad que viene. Todos merecemos vivir unas vacaciones al estilo escandinavo, llenas de galletitas de jengibre y con mucha nieve alrededor.



QRÓNICA IRÓNICA

Volaor, el superhéroe de Ceuta, nuevo guardaespaldas de Vivas

Como la cosa pinta bastante mal de cara a las próximas y cercanas elecciones, con Vox soplando en la nuca, el Presidente Vivas ha decidido coger la sartén por el mango y "potenciar mi presencia en las calles para recuperar la confianza de los ceutíes".

"No puedo seguir dejando en manos de otros el futuro de esta Ciudad, nadie sabe alegrarse de verte tan bien como lo hago yo", proclamaba a las puertas de la Asamblea un convencido Vivas con el ceño fruncido, poniendo cara así como de "no volveré a pasar hambre" en "Lo que el viento se llevó".

Esta sobreexposición del Presidente, que se acercará mucho a todo el que vea por la calle, requiere un alto nivel de seguridad, no vaya a ser que alguno de los muchos mosqueaos que ya lo miran de otra manera

intente darle una colleja. Por ese motivo, sus asesores, que a lo largo de estos 18 años han sido muchos y todos muy inteligentes, han recomendado la contratación estelar de "Volaor", el superhéroe caballa.

El nuevo guardaespaldas oficial confiesa haber "aceptado el puesto porque se liga mucho yendo al lado del Presi con un traje tan guapo como este. Mira, mira... hasta un escudo de Ceuta me han puesto". Además, dice no pertenecer a ningún partido político y ser completamente neutral, afirmando que "sea quien sea el Presidente, seguiré dando galletas supersónicas con la mano abierta para protegerlo".

Desde **Qrónica Ceuta** deseamos mucha suerte en esta nueva etapa laboral a nuestro superhéroe caballa.



Desde Norteamérica a Ceuta

Firma: Carmen González Rincón. El pasado domingo aparecía el cuerpo sin vida de un mapache en la zona del Monte de la Tortuga. Este animal cuyo origen lo encontramos en Norteamérica es un verdadero enigma, pues no se conoce como podría haber llegado hasta nuestra ciudad. Se ha de tener en cuenta que la venta o crianza de este animal está prohibida, no así su tenencia como mascota.

La presencia de este animal, que podría ser un hecho anecdótico, debe ser estudiado pues existen ya casos en nuestro

país en los que la especie, al no contar con ningún depredador, se multiplica hasta un 300% causando importantes daños medioambientales. El origen del problema aparece cuando este animal, con rasgos exóticos, es introducido en Europa desde América como mascota.

Un ecosistema tan alterado como el nuestro, no podría permitirse la existencia de este animal. Es ahora el turno de los expertos en esta materia, buscar compañeros si los hubiere del animal encontrado y de ser el caso, poner las medidas pertinentes a funcionar.



DOCUMENTOS QR

11 de febrero: Día de la mujer y la niña en la ciencia

Firma: Carmen González Rincón

Cada 11 de febrero se celebra el Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

Este día busca promover y visibilizar la labor de las científicas con el fin de despertar la vocación científica en niñas, y poco a poco cerrar la brecha de género existente en la ciencia.

Menos del 30% de los investigadores de todo el mundo son mujeres. El número de mujeres que a la hora de elegir una carrera universitaria se decantan por una del ámbito científico es alarmantemente bajo. Solo el 3% de ellas elige una de la tecnología de la información o las comunicaciones; las ciencias naturales son elegidas por el 5% y la ingeniería o construcción por un 8%.

Tras estas cifras se encuentran los prejuicios o estereotipos de género que aún perduran. La falta de referentes femeninos en estos campos aleja a las niñas y mujeres de los laboratorios y las aulas de las facultades de ciencia. Corroborando esta idea, el Instituto Geena Davis publicó un estudio en el que indica que la representación de figuras femeninas científicas se limita solo al 12%.

Esta iniciativa celebra en este 2019 su tercer año, y se organizan más de 2000 actividades que se espera lleguen a más de 100000 personas. El 90% de ellas se celebran en centro educativos, para así llegar a los más pequeños. Para poder llevar a cabo esto, más de 900 personas del ámbito científico, especialmente mujeres, imparten charlas y talleres en los 800 centros escolares adscritos.

Junto a los centros educativos, universidades, centros de investigación, centros culturales o empresas tecnológicas también colaboran, prestando sus instalaciones u organizando visitas.



DOCUMENTOS QR

¿Cómo funciona el amor?

Firma: Carmen González Rincón

El amor ha inspirado los mejores poemas, las mejores novelas y canciones. Uno de los sentimientos más fuertes, capaces de anular la capacidad de raciocinio tiene su origen en nuestro órgano más complejo, el cerebro.

El 14 de febrero se festeja San Valentín, día de los enamorados. San Valentín fue un sacerdote romano que, contradiciendo la voluntad del emperador, decidió celebrar matrimonios a escondidas entre quienes se lo solicitaban. Pero más allá del mito o la pasión, el amor se puede explicar científicamente.

La neurobiología del amor se sustenta en neurotransmisores, hormonas y feromonas; estos elementos actúan alterando la química y el funcionamiento de nuestro cerebro. Este proceso neurológico implica a diferentes áreas: el hipotálamo, la corteza prefrontal la amígdala, el núcleo accumbens o el área tegmental frontal.

En cuanto a las hormonas, dos son las principales en este proceso, la oxitocina y la vasopresina. Es cuestión de sexos, las mujeres usan más la oxitocina que se encarga de aumentar el nivel de confianza, favoreciendo el contacto físico. Por su parte, los hombres usan más la vasopresina que estimula la acción de la testosterona, facilita la empatía y aumenta la detección de estímulos eróticos.

Estas moléculas interactúan con nuestro sistema de recompensa, produciendo la liberación de dopamina en nuestro hipotálamo. La dopamina se encuentra íntimamente ligada con el placer y el bienestar, y es por ello que ante un enamoramiento nos sentimos tan bien. El enamoramiento tiene diferentes fases: deseo, atracción y cariño, y todas ellas se encuentran reguladas por las "hormonas del amor".

La primera fase está claramente determinada por la influencia de las hormonas sexuales: estrógenos y testosterona. Junto con éstas, actúa la adrenalina que acelera nuestro pulso, seca nuestra boca y nos produce esa sensación de nerviosismo. Sí, el amor nos estresa.



ESTILO DE VIDA QR

Chandalismo, la tendencia más informal

Firma: Irene Urquizar

En la era de la apariencia el chándal vuelve a posicionarse, como ya lo hizo en los años 90, como una de las prendas fetiche entre las fashion girls.

La apuesta nada novedosa de renovar el estilo informal a través del chándal parece estar triunfando como en la época del Bakalao. Pocos de nosotros podemos presumir de no haber lucido uno de esos espantosos atuendos conformados por chándal, plataformas y fluorescencias. Gracias a Dios el chandalismo vuelve de una forma más sofisticada en la mayoría de los casos, más apegada a las claves de estilo del siglo XXI.

Influenciada esta tendencia por grandes estrellas de la canción como la diva del Bronx, Jennifer López y algunas otras cantantes pegadas al rap, ha conseguido tomar asilo en las grandes pasarelas de la moda de todo el mundo.

Los diseñadores que han decidido apostar por investigar en el mundo deportivo y realizar prendas acordes con el estilo más sport que nunca se haya visto desfilan, han tenido que decantarse por una de estas dos tendencias, volver a los noventa en sus creaciones o reinventar el chándal a través de la estética de los 2000.

Entre los que han decidido que en la esencia noventera se encuentra el mayor potencial de estas prendas tenemos a Jeremy Scott con su particular mundo de fantasía, que ha creado su chándal a partir de terciopelo y top crop. Una apuesta sin duda singular y algo difícil de llevar.

Dries Van Noten también quiere elogiar épocas pasadas con el chándal, por eso él recurre a los típicos modelos formados por bandas de colores en la chaqueta. También para la marca House of Holland esta es la mejor versión a elegir.

Luego encontramos las firmas que han conseguido hacer apetecible el chándal para muchos de nosotros, no solo por su evidente comodidad sino porque han

conseguido capturar la estética de la mujer urbana e independiente en sus diseños y eso sin duda nos conquista. Alexander Wang, Ganni, Balmain, Dolce & Gabbana, Lacoste y Chanel han conseguido convertir el chándal no solo en un elemento de lujo, sino casi casi en un elemento de elegancia. Las claves de sus diseños están en la discreción en colores –con la excepción de Dolce & Gabbana– y sutiles atrevimientos en la formas. Se utilizan tonos planos como el gris, el azul oscuro, el blanco roto e incluso el vaquero. Se alargan las chaquetas, se les añade cuello vuelto y adornos en metal, etc., todo para conseguir que cualquiera de estos chándals deluxe sea digno de entrar en el mejor de los restaurantes.

Otras propuestas vistas en pasarela añaden cuadros, flores en encaje, estampado tie dye o tejidos de pelo. Todo se acepta dentro del marco deportivo.

“Arreglá pero informal”, es decir, con chándal y tacones, una forma de empoderar la prenda y vestirla de gala

Las formas de llevar este conjunto son múltiples, encontramos firmas que sin duda apuestan por la comodidad integral insertando las zapatillas en el outfit. Otras se dejan llevar por una de las últimas modas en calzado y combinan el chándal con botas cowboy, en una apuesta más que arriesgada, no apta para cualquiera. Y por último está lo que siempre se ha denominado coloquialmente como: “arreglá pero informal”, es decir con chándal y tacones. La mayoría de las grandes casas de la moda se han acogido a esta última propuesta atribuyendo a la ropa deportiva un nuevo estatus. Stilettos y Sandalias son los encargados de empoderar al chándal y vestirlo de gala.

En este nuevo universo que aún nos parece disparatado ya se han atrevido a adentrarse personalidades del mundo de la moda como la gran influencer Chiara Ferragni; modelos como Karolina Kurkova, Alessandra Ambrosio, y Bella Hadid o estilistas como Giovanna Battaglia.

GENTE QR



Abraham Benzaquén: “Mi objetivo es ofrecer bienestar y calidad de vida a través de la medicina estética”

El **Doctor Benzaquén** presume de su tierra, Ceuta, allí por donde va. Comenzó sus estudios universitarios de medicina en Málaga y optó al finalizarlos por quedarse en la provincia andaluza, convirtiéndose en un prestigioso especialista en Medicina Estética.

Licenciado en Medicina y Cirugía, desarrolla su labor profesional como Director Médico de la Unidad de Medicina Estética, Plataforma Láser y Dermocosmética de **Clínica Benzaquén**, todo un referente en Málaga, Marbella y Madrid.

Combina su actividad como especialista con la docencia, siendo profesor del Máster en Medicina Estética de la Universidad de Córdoba, de cursos y talleres organizados por la Fundación Española de Medicina Estética y Longevidad (FEMEL) y el Colegio de Médicos de Málaga. Además, es miembro de la Sociedad Española de Medicina Estética (SEME) y de la Asociación de Medicina Estética de Málaga (MEDESMA)

¿Qué te llevó a especializarte en el mundo de la medicina estética?

Cuando empecé a hacer medicina, mi objetivo principal era conocer en profundidad el “funcionamiento” del ser humano y poder así hacer un poco más feliz a la gente. En esta sociedad en la que vivimos, a las personas le hace más feliz verse bien consigo mismo que mitigando algunas de sus dolencias. Durante muchos años fui médico de urgencias y veía que el paciente retomaba su día a día mejorando su dolencia, pero sin ver un grado completo de satisfacción.

Ahora, en el día a día, mejorar el aspecto de la persona, ya sea por una causa estética o física, para mí es muy gratificante. Disfruto cuando el paciente se ve mejor consigo mismo y mejora su calidad de vida por muy pequeño que haya sido el cambio. Considero que la cirugía estética es una vocación muy bonita, la combinación perfecta entre medicina y ciencia.

¿Es la medicina estética la panacea para la autoestima y el bienestar personal?

La considero necesaria en la mayoría de las personas que necesiten sentirse mejor a nivel estético. Por supuesto, también hay que poner en valor la belleza interior, que es la realmente fundamental.

Influye mucho el vernos por la mañana en un espejo y sentirnos mejor con nosotros mismos. Más aún en un mundo donde la belleza y el aspecto de una persona es considerado fundamental. No solo buscamos vivir más, también vivir mejor.



Ejerces la profesión en tus clínicas, referentes en Málaga, Marbella y Madrid. ¿Cuáles son las intervenciones más demandadas?

La redefinición del óvalo facial, es decir, todos los tratamientos que implican tratar el descolgamiento en la cara, que

se traduce en formación de papada y pérdida del contorno de la línea de la mandíbula, todo ello a través de múltiples técnicas.

También trabajar las arrugas de expresión, fundamentalmente la parte superior de la cara, con toxina botulínica, popularmente conocida como “bótox”.

La recuperación de volúmenes perdidos o la definición de volúmenes en el rostro, pómulos, labios o pequeñas correcciones en nariz (rinodelaciones) también son tratamientos muy demandados, todos ellos son sin cirugía.

¿Qué objetivos se persiguen actualmente en la clínica Benzaquén?

Mejorar la calidad de vida de un paciente desde la medicina estética, pero también consiguiendo el bienestar de la persona junto a la salud.

En nuestras clínicas nos apoyamos sobre tres pilares fundamentales: belleza, salud y el bienestar.

Tenemos tratamientos dirigidos a ofrecer una mejor calidad de vida. Un ejemplo destacable es lo que llamamos la estética genital, con la que podemos mejorar la pérdida de sensibilidad en la zona genital de la mujer, el síndrome de distensión vaginal, trabajar la continencia urinaria... para esto, tenemos tecnología y técnicas que pueden mejorar llegando mucho más allá de la estética.

Es a lo que nos referimos cuando hablamos de calidad de vida, en este caso, la vida sexual del paciente.

Detrás de un gran profesional hay un gran equipo técnico, hablemos de quiénes lo componen.

Yo soy el Director médico principal, que cubre fundamentalmente la especialidad de medicina estética. Cuento con un equipo muy bien formado del que puedo presumir: enfermeras y auxiliares de estética, dermatóloga, dos cirujanos plásticos y dos maxilofaciales, personal Trainer, dietista y dos médicos especializados en dietas de aporte proteínico, fisioterapeuta, dos médicos estéticos de apoyo, especialista en medicina vascular...

En nuestra clínica, además, se desarrollan las prácticas de los institutos de formación profesional en la especialidad de auxiliar de estética de Málaga.

¿Qué nuevos avances habéis incorporado en vuestras clínicas en el comienzo de 2019?

Este año hemos incorporado una nueva técnica, la cual he enseñado casi en medio mundo, le hemos llamado Técnica BQ y se ha desarrollado en nuestra clínica. Se trata de una nueva forma de aplicación de los hilos bidireccionales tensores, para cara, cuello y otras partes del cuerpo.

También hemos incorporado un nuevo ácido hialurónico para los tratamientos de labios, pómulos, mentón... este ácido ya existía, obviamente, la novedad es que hemos incorporado uno que tiene la característica de llevar cero proteínas,



para evitar reacciones, inflamación o la derivación de algún pequeño problema. El ácido hialurónico lo llevamos en nuestra piel, el problema a veces son las determinadas proteínas que lo acompañan, se llama Neauvia.

Una gran novedad es el sistema LSU ultrasonidos de baja intensidad, cuyo nombre comercial es Deep Slim, para trabajar

la grasa a nivel corporal, con resultados espectaculares sin necesidad de inyecciones ni cirugías.

A lo largo de este año 2019, hablare en diferentes conferencias de estas técnicas y tratamientos, tanto a nivel nacional como internacional. El 35% de los pacientes son extranjeros y acuden a nuestra clínica por tratamientos faciales sobre todo.

¿Qué proyectos te depara el futuro?

Los nuevos tratamientos anteriores de los que hablaba son mis proyectos futuros a corto y medio plazo. Recientemente, he hablado de estas novedades que incorporamos en Clínica Benzaquén en un Congreso Mundial de Medicina Estética a finales de Enero en París, (IMCAS).

También estamos trabajando, innovando en un proyecto para regenerar el tejido y aspecto externo de los genitales, un tratamiento para mejorar la impotencia masculina, por lo que ya no hablamos sólo de estética sino también de bienestar.

Un ceutí que triunfa profesionalmente en el complicado y competitivo mundo de la medicina estética. Un ceutí de los que nos hacen sentirnos orgullosos de una tierra que produce talento como ninguna otra.

Toda la información que necesitéis sobre Clínicas Benzaquén, disponible en: www.clinicabenzaquen.com



Al rescate de aves: Andrea Guirado

Andrea Guirado Moya demuestra una sensibilidad innata por la vida. Esta joven ceutí de 18 años, que ha comenzado recientemente sus estudios en Ciencias Ambientales en la Universidad de Cádiz, es bien conocida en las redes sociales gracias a su labor en el rescate de aves.

Son muchos quienes al encontrar un ave, acuden a plataformas como Facebook en busca de guía y orientación para saber qué hacer con el animal. Es, en estas mismas, donde Andrea supo encontrar la forma de comunicar su pasión, aunque no imaginó el alcance que iba a tener. Así nos cuenta entre risas que al llegar a Cádiz, algún docente ya la conocía gracias a sus redes sociales. Y no es de extrañar, pues no solo Facebook o Instagram, Andrea tiene un blog muy activo (<http://minuevoblogaves.blogspot.com/>) y su propio canal de Youtube (Andrea Guirado. M).

Cuando contaba con tan solo 15 años, se decidió a dedicar la mayor parte de su

tiempo libre al rescate, cuidado y suelta de aves, arrastrando a esta admirable tarea a su padre. Junto con él, el veterinario Miguel Ángel Guirado, recogen de forma altruista cualquier animal salvaje que requiera cuidados. Son ellos mismos quienes, tratan, operan, alimentan, cuidan, y por supuesto, devuelven de nuevo al medio natural a estos animales. "Al recibir avisos, muchas veces he cogido la bicicleta para recoger el ave y llevarla hasta la clínica o casa en la mochila", nos cuenta entre risas. Esta labor, que realiza junto a su padre, la hace de forma altruista, corriendo ella y su familia con todos los gastos derivados.

La recompensa no solo aparece al salvar vidas, nos cuenta cómo ha podido darse cuenta que gracias a la difusión de esto el mensaje ha calado en muchos más, creando así una mayor conciencia social por el medio ambiente y los seres que lo habitan. Siente el apoyo de mucha gente, quienes en muchas ocasiones intentar remunerar su tiempo y esfuerzo.

Quisimos también que nos contará un poco más sobre su labor, así nos mostró que las especies que más aparecen en nuestra ciudad son el vencejo, la golondrina, la gaviota o la paloma.

Primavera y verano, épocas de cría, son las épocas de mayor actividad. Este verano, llegó a recoger y cuidar a más de 65 aves. Reclama, Andrea, la existencia de una estación ornitológica en la ciudad, al ser esta un punto clave para el paso de aves migratorias entre África y Europa.

Pero en su larga experiencia, Andrea se ha enfrentado a murciélagos, camaleones o erizos. A todos ellos les aplica el mismo protocolo: recogida, tratamiento y liberación en el medio. Durante el tratamiento y el cuidado en su propia casa, cuida mucho la impronta. Evita que el ave se acostumbre a ella, la vea o se encariñe.

¿CÓMO COGER UN AVE HERIDA?

Aprovechamos la entrevista para que nos cuente qué necesitamos y cómo recoger un ave malherida. "Con las aves más pequeñas no necesitas más que cogerlas con cuidado y depositarlas en una caja de cartón, el mayor cuidado debemos tenerlo con las gaviotas. A éstas es necesario echarles cualquier tela encima y sujetarlas por la cabeza para evitar picotazos".

Nos deja muy claro, que la atención temprana es imprescindible para poder recuperar al ave. "Si nos alejamos, alguien podría hacerle daño o incluso un gato cogerla".

Esta joven, que acaba de comenzar su etapa universitaria, nos cuenta con preocupación que desde que se ha marchado la labor se ve dificultada pues no encuentra persona o estamento que asuma su labor.

LUCIANO BUSCEMI

"Un abogado laboral en Ceuta"



QOLUMNAS DE HÉRCULES

Enfermedad, discapacidad y discriminación laboral

Firma: Luciano Buscemi

La reciente Sentencia de la Sala de lo Social del Tribunal Superior de Justicia de Cantabria, de 18 de enero de 2019, resulta muy interesante ya que analiza el carácter discriminatorio de un despido cuando por parte del empresario se tiene conocimiento de que el trabajador padece una enfermedad de larga duración.

Es decir, ¿qué ocurre si me despiden por estar enfermo y mi enfermedad es de esas que me pueden acompañar durante mucho tiempo? ¿Y si, además, rizando el rizo, esa enfermedad es propia del sexo femenino?

El caso analizado en la sentencia era el de una trabajadora a la que se le diagnosticó cáncer de útero. Pocos días después esta circunstancia se lo comunica a la empresa por burofax. Dos días más tarde la empresa la despide alegando causas disciplinarias pero entregándole un modelo de carta de despido de esos sin contenido que nos podemos encontrar por internet (aprovecho para daros un consejo: no uséis estos modelos sin asesoramiento previo, son el camino más rápido a complicarnos la vida).

Ninguna disposición nacional o comunitaria prevé como motivo de discriminación tener una enfermedad

En fin, en estas circunstancias la trabajadora sostenía que el despido debía declararse nulo por considerar que el verdadero motivo del empresario era que este sabía que la trabajadora estaba afectada por una enfermedad con efecto incapacitante, de larga duración y exclusiva del sexo femenino.

Según este tribunal, el artículo 17 del Estatuto de los Trabajadores contempla la nulidad de los actos del empresario que sean discriminatorios, entre ellos los que se efectúan por razón de la discapacidad del trabajador. Hasta ahí todo bien, pero ¿es discriminatorio despedir a un trabajador por estar enfermo? ¿enfermedad y discapacidad, son equivalentes a estos efectos?

En principio, ninguna disposición nacional o comunitaria prevé como motivo de discriminación el mero hecho de tener una enfermedad, que no es lo mismo que una discapacidad. Ahora bien, una enfermedad

en cuanto tal, sea incurable o no, si no presenta una perspectiva bien delimitada en cuanto a su finalización a corto plazo o permite suponer que la incapacidad que conlleva pueda prolongarse significativamente antes del restablecimiento de la salud de la persona, puede ser considerada una discapacidad a efectos de la normativa comunitaria (Directiva 2000/78/CE). A partir de ese momento, una decisión del empresario que afecte a un trabajador con una enfermedad duradera, salvo que esté debidamente justificada en motivos legalmente previstos, puede ser considerada discriminatoria y, por tanto, nula. Es decir, un despido de un trabajador con una enfermedad duradera puede ser considerado discriminatorio y, por tanto nulo. Más aun si, como era el caso en el que la enfermedad era propia del sexo femenino, se imponía analizar la cuestión también desde una perspectiva de género. En estos casos procede la readmisión con el abono de los salarios de tramitación y, además, cabría plantear incluso el derecho a ser indemnizado por daños morales.

Me resulta especialmente interesante que la discriminación por discapacidad se entiende producida con el mero hecho de acreditar que el empresario conocía que la trabajadora estaba enferma. Sin embargo, aunque se hace hincapié sobre esa cuestión, se da por hecho que el empresario tenía los conocimientos científicos y médicos suficientes como para saber el carácter duradero de la enfermedad de la trabajadora en los términos de la directiva comunitaria a efectos de considerarla una discapacitada. Ciertamente, salvo que se trate de un profesional de la salud, creo que estamos dando por sentado muchas cuestiones. Parece ser que el razonamiento del tribunal es que basta con acreditar que se padece una enfermedad duradera para entender que la decisión es nula por discriminatoria salvo que se justifique por otros motivos razonables en derecho.

Aun así, creo que para defender con garantías estos casos es importante actuar como la trabajadora del caso que comentamos. Esto es, mandando un burofax a la empresa con certificado de contenido e indicando la dolencia. Asimismo, llegado el momento del juicio, creo que resultaría recomendable contar con una pericial médica que pueda ilustrar al Juzgado acerca del carácter duradero de la enfermedad según el estado actual de la medicina.



DOCUMENTOS QR

El ejercicio tiene su efecto a nivel genético

Firma: Carmen González Rincón
Foto: Francisco Durán

Nuestros genes no se pueden modificar, sin embargo, existen mecanismos químicos que permiten la activación o el silenciamiento de determinados genes, determinándose así la expresión génica.

Algunos de los elementos que pueden alterar la activación o inhibición de los genes son la dieta, el estrés o el grado de sedentarismo. Estos condicionantes tienen un peso de casi el 50% en determinar cómo seremos y nuestra propia calidad de vida.

Un estudio de la Universidad de Lund en Suecia ha estudiado a dos grupos de hombres, el primero con el peso que les correspondía y el segundo con un ligero sobrepeso y que no habían realizado ninguna actividad física por seis meses.

Muy conocido es ya el hecho de que la actividad física permite reducir los niveles de tejido adiposo, pero gracias a este estudio podemos conocer que antes de que se puedan observar los efectos del ejercicio, nuestro organismo ya se ha modificado. Los resultados han mostrado que, a corto plazo, la falta de ejercicio altera los genes relacionados con la acumulación de la grasa. Cuando realizamos actividad física, las células del tejido muscular trabajan con mayor capacidad para crear masa muscular.

Son innumerables los beneficios que la actividad deportiva tiene sobre nuestro organismo y por ello a todo esto, se le debe sumar que el ejercicio inhibe la actuación de genes relacionados con la degeneración celular, así como el aumento de la oxigenación de las células del tejido neuronal. Esto último favorece la memoria y la atención que mejora el rendimiento escolar de los más pequeños.