



SUP
POLICÍA FEDERAL DE ARAGÓN

EDITA
Comité Provincial de Zaragoza
SUP Aragón
General Mayandía, 3
50004 Zaragoza

DIRECTOR
Consejo de Redacción
Comité Provincial de Zaragoza

Apartado de Correos nº 3004
E-mail: zaragoza@sup.es

EDITUR
Paseo Echegaray y Caballero,
número 8 local 2
50003 Zaragoza

Teléfonos: 976 456 140
Fax: 976 431 611

E-mail: ditur@ditur.es

PRODUCCIÓN
Daniel Sebastián Pérez

DEPÓSITO LEGAL
Z - 1899 - 2011

Establecimientos y comercios
seleccionados

Editorial

La mejor manera de desmentir a alguien; en este caso UNA VEZ MÁS a la CEP, es hoy después de conocer los resultados electorales en Zaragoza.

Recordareis, si no lo recordáis aquí transcribimos lo que en una entrevista fechada el 10 de Mayo de 2010, decían:

“Zaragoza.- La Confederación Española de Policía de la provincia de Zaragoza tiene más de 920 afiliados del total de 1.500 policías nacionales con destino la capital aragonesa. La Confederación Española de Policía (CEP) es un sindicato que nació en noviembre de 2003 como consecuencia de la fusión de dos sindicatos, Asociación Nacional de Policía (ANP) y Sindicato Profesional de Policía Uniformada (SPPU)...”.

Nosotros añadimos, por si les había olvidado; antes Asociación de Mandos de la Policía (AMPU).

Hace falta saber poco de matemáticas y una de dos o mentían, o sus afiliados les han dado un buen escarmiento y se han dado cuenta que lo único que ofrecen es humo y palabras.

Desde el SINDICATO UNIFICADO DE POLICIA, creemos que mentían, y ellos sabían y saben que el SUP tenía y tiene la mayoría en Zaragoza y en Aragón y que lo que ofrecen es humo y palabras.

Si tenían 920 afiliados y han obtenido 720 votos, juntos con los votos del SPP, está claro el descontento de sus afiliados y el fracaso electoral y no es de extrañar ya que su preocupación aparte de las críticas al regalo, ha sido la de protestar porque en las pruebas del voto electrónico el día 2 y coincidiendo con una Asamblea que realizamos para afiliados, el local tenía propaganda del SUP que por cierto mantuvimos hasta que terminó nuestra Asamblea.

Según sus cuentas, si nos dejaban a los demás sindicatos con menos de 600 afiliados en total, que restando los aproximadamente 150 del SPP, nos daban unos 450 afiliados al SUP y UFP, hemos protagonizado una barrida absoluta con 922 votos, más de un 50 por ciento de lo que ellos nos otorgaban.

Desde este Comité Provincial continuaremos ofreciendo Cursos de Formación, Gabinete Jurídico etc. y continuaremos atendiendo vuestros problemas que son los nuestros y defendiéndolos donde haga falta. Continuaremos denunciando todo aquello que nos afecte y simplemente porque estamos para eso.

Y ESTAMOS PARA ESO
PORQUE VOSOTROS LO HABÉIS QUERIDO

COMISIÓN EJECUTIVA PROVINCIAL ZARAGOZA



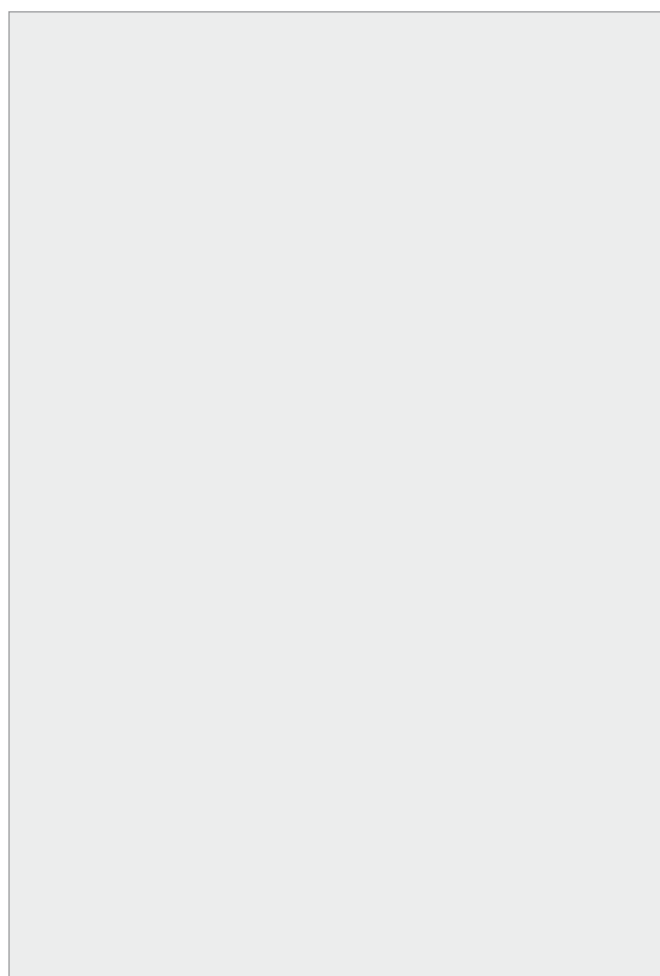
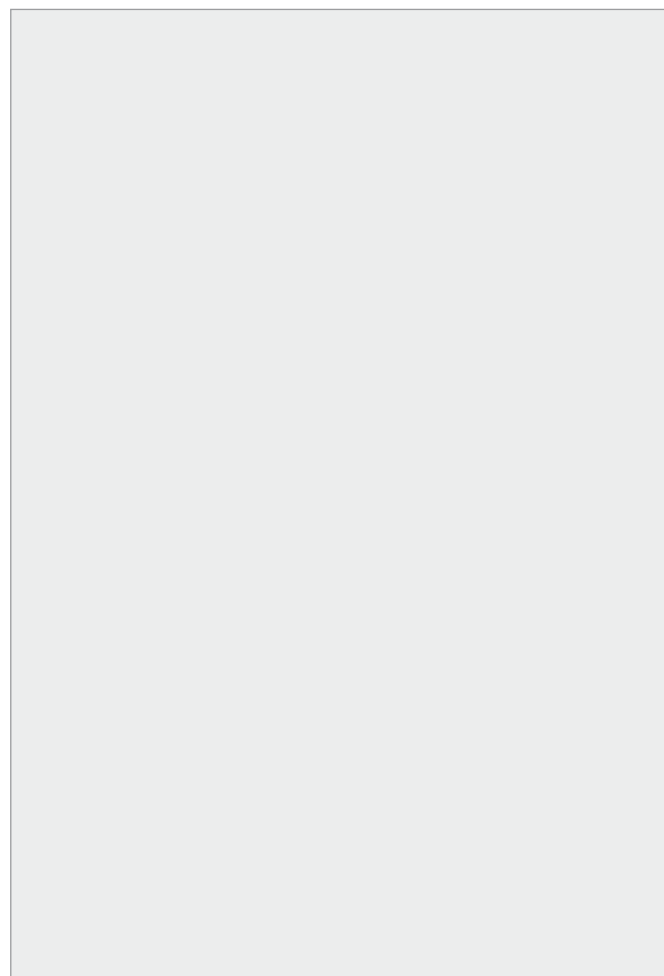
ELECCIONES SINDICALES EN LA POLICÍA

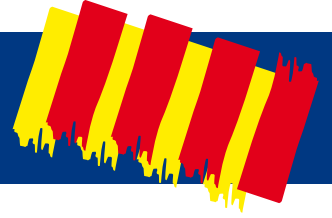
Nadie, ni el más pesimista agore-ro podía imaginar la catástrofe que supondría en la Policía llevar a cabo las elecciones por el sistema del voto electrónico. Es imposible hacerlo peor. Los más perjudicados, la coalición formada por el SUP y la UFP, que han perdido un vocal (sería mejor decir les han robado) en la escala básica, que ha pasado a la organización más beneficiada, casualmente, la CEP.

La proclamación de candidatos realizada el día 21 de junio contó

con los votos a favor de la Administración y dos de la CEP (se abstuvo UFP y abandonaron la Junta Electoral los cinco miembros del SUP y el del SPP). Está acreditado que numerosos votantes no pudieron ejercer su derecho por distintas circunstancias (no se abrió la ventana de votación, no pasaba de esa ventana a la confirmación del voto remitiendo siempre al primer paso...), al sacar el carné e intentar ejercer el voto repitiendo la operación, el sistema les daba como que ya habían votado. Primero, eso era falso

y el sistema ha suplantado el voto de cientos de compañer@s, dando por hecho que han ejercido un derecho que los errores de configuración del programa han impedido, y segundo, ese voto no ejercido se computaba como voto en blanco, mezclándose con otros que sí deberían tener dicha consideración por decisión de quienes lo ejercían, imposibilitando con ello que se pudiera revisar fácilmente el sistema, lo que sí habría ocurrido si en vez de a voto blanco lo hubiese dirigido a voto nulo.





La coalición SUP-UFP ha demandado a la Junta Electoral que adopte decisiones para restablecer la limpieza del proceso electoral, y han comprometido realizar una auditoria. Nos queda además el recurso a los tribunales, que estudiaremos si ejercer o no en demanda de justicia. Entre tanto, todos sabemos que la coalición tiene un vocal menos que los que ganó legítimamente en las urnas, y que la CEP tiene uno que no le corresponde. La Coalición SUP – UFP tiene nueve (seis SUP y tres UFP) y le falta un vocal en la escala básica (del SUP), que tiene fraudulentamente la CEP.

UNA CAMPAÑA SUCIA

Se han esmerado la CEP y el SPP en esta campaña. Han mentido, faltado a su firma y su palabra, manipulado, engañado, difamado...y todo, para conseguir el mismo re-

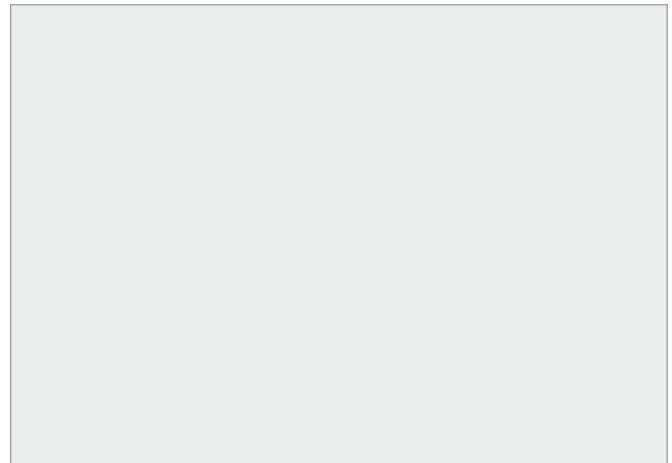
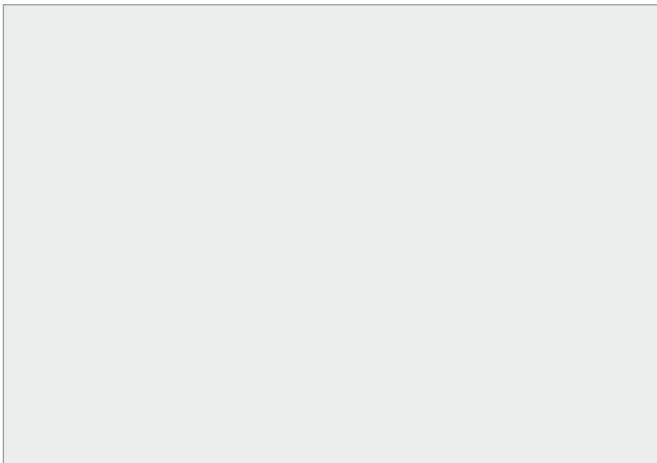
sultado que les propusimos SUP y UFP a mediados de 2009: 5 vocales CEP y 2 SPP; también los vocales que hemos obtenido SUP y UFP son los mismos que propusimos, atendiendo al número de afiliados, pero las cosas hubieran sido distintas si en vez de dirigir sus cañones de porquería y mentiras hacia el SUP y su secretario general, todos juntos los hubiésemos dirigido hacia el Gobierno en demanda de mejor salario, garantías jurídicas, medios materiales, protección legal, jornada laboral, dietas, etc. Hubiese sido un magnifico referéndum del colectivo reprobando al Gobierno, y estos lo han convertido en una guerra civil interna. Al menos cabe el consuelo de que han fracasado.

Porque, en contra de lo que pudiera parecer por los carteles que han difundido, el presidente Zapatero y el PSOE no concurrían a estas elec-



ciones, y de hacerlo, lo harían apoyando a sus sindicatos-comparsas, esos que siempre están dispuestos a hacer una genuflexión porque llevan ese servilismo en sus genes, (SPP y CEP).

COMISIÓN EJECUTIVA NACIONAL
CARNEXPUNTOS

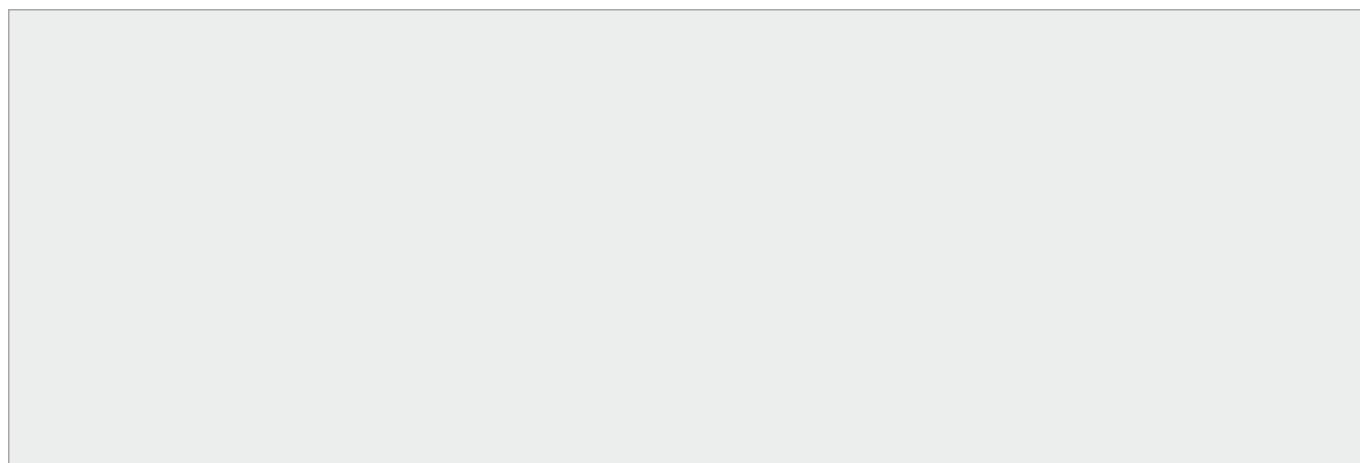


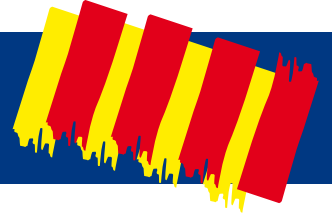


Resultados totales provisionales a nivel nacional

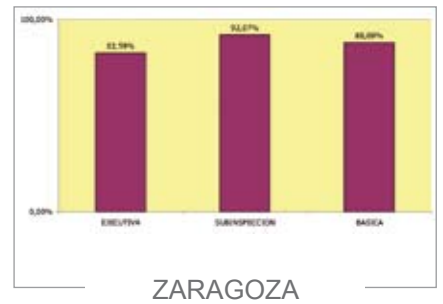
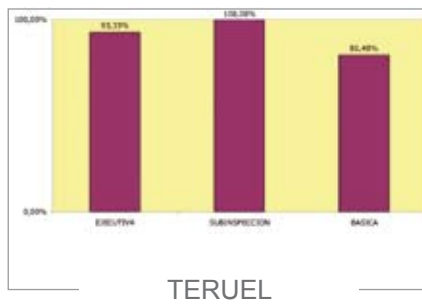
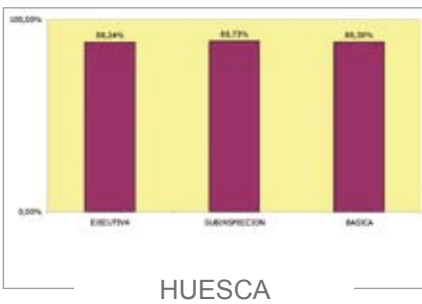
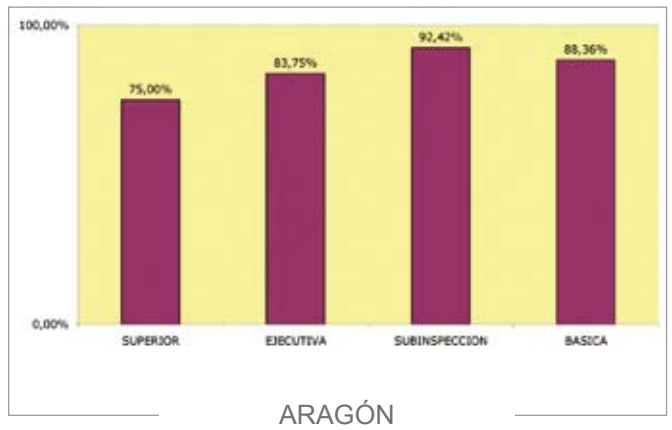
ESCALA	Censo Total	Votos Nulos	Votos en Blanco	Votos a Candidaturas	Votos válidos	Participación
SUPERIOR	544	0	19	423	442	81,25 %
EJECUTIVA	8462	0	178	6007	6185	73,091 %
SUBINSPECCIÓN	5953	0	200	4867	5067	85,117 %
BÁSICA	67601	18	2048	53917	55965	82,787 %
TOTAL	82560	18	2445	65214	67659	81,95 %

VOTOS A CANDIDATURAS			
SUPERIOR			
SINDICATO UNIFICADO DE POLICÍA	SUP	87	19,68 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP	336	76,02 %
EJECUTIVA			
COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	1673	27,05 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA - CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	SPP - CEP	4334	70,07 %
SUBINSPECCIÓN			
COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	2672	52,73 %
ALTERNATIVA SINDICAL DE POLICÍA	ASP	37	0,73 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA - SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP - CEP	2158	42,59 %
BÁSICA			
COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	33184	59,29 %
ALTERNATIVA SINDICAL DE POLICÍA	ASP	558	1 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	CEP	20175	36,05 %





PARTICIPACIÓN EN LAS ELECCIONES





Resultados totales provisionales por Jefatura Superior Datos de ARAGÓN

ESCALA	Censo Total	Votos Nulos	Votos en Blanco	Votos a Candidaturas	Votos válidos	Participación
SUPERIOR	12	0	1	8	9	75 %
EJECUTIVA	283	0	6	231	237	83,75 %
SUBINSPECCIÓN	198	0	5	178	183	92,42 %
BÁSICA	1950	0	53	1670	1723	88,36 %
TOTAL	2443	0	65	2087	2152	88,09 %

VOTOS A CANDIDATURAS

SUPERIOR

SINDICATO UNIFICADO DE POLICÍA	SUP	1	11,11 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP	7	77,78 %

EJECUTIVA

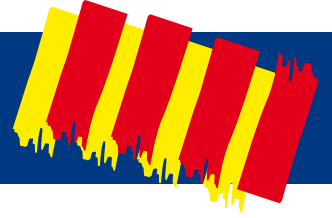
COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	56	23,63 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA - CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	SPP - CEP	175	73,84 %

SUBINSPECCIÓN

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	87	47,54 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA - SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP - CEP	91	49,73 %

BÁSICA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	1023	59,37 %
ALTERNATIVA SINDICAL DE POLICÍA	ASP	2	0,12 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	CEP	645	37,43 %



Resultados totales provisionales por Jefatura Superior Datos de HUESCA

NOTA: En los resultados desglosados por provincias, no está incluido el voto por correo ni los datos de la escala superior.

ESCALA	Censo Electrónico	Votos en Blanco	Votos a Candidaturas	Votos válidos	Participación
EJECUTIVA	33	0	28	28	84,85 %
SUBINSPECCIÓN	17	1	14	15	88,24 %
BÁSICA	204	1	180	181	88,73 %
TOTAL	254	2	222	224	88,19 %

VOTOS A CANDIDATURAS

EJECUTIVA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	13	46,43 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA - CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	SPP - CEP	15	53,57 %

SUBINSPECCIÓN

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	11	73,33 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA - SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP - CEP	3	20 %

BÁSICA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	129	71,27 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	CEP	51	28,18 %



Resultados totales provisionales por Jefatura Superior Datos de TERUEL

NOTA: En los resultados desglosados por provincias, no está incluido el voto por correo ni los datos de la escala superior.

ESCALA	Censo Electrónico	Votos en Blanco	Votos a Candidaturas	Votos válidos	Participación
EJECUTIVA	15	2	12	14	93,33 %
SUBINSPECCIÓN	11	0	11	11	100 %
BÁSICA	108	6	82	88	81,48 %
TOTAL	134	8	105	113	84,33 %

VOTOS A CANDIDATURAS

EJECUTIVA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	3	21,43 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA - CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	SPP - CEP	9	64,29 %

SUBINSPECCIÓN

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	5	45,45 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA - SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP - CEP	6	54,55 %

BÁSICA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	42	47,73 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	CEP	40	45,45 %



Resultados totales provisionales por Jefatura Superior Datos de ZARAGOZA

NOTA: En los resultados desglosados por provincias, no está incluido el voto por correo ni los datos de la escala superior.

ESCALA	Censo Electrónico	Votos en Blanco	Votos a Candidaturas	Votos válidos	Participación
EJECUTIVA	224	4	181	185	82,59 %
SUBINSPECCIÓN	164	4	147	151	92,07 %
BÁSICA	1545	45	1316	1361	88,09 %
TOTAL	1933	53	1644	1697	87,79 %

VOTOS A CANDIDATURAS

EJECUTIVA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	39	21,08 %
SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA - CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	SPP - CEP	142	76,76 %

SUBINSPECCIÓN

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	67	44,37 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA - SINDICATO PROFESIONAL DE POLICÍA	SPP - CEP	80	52,98 %

BÁSICA

COALICIÓN SUP - UFP	SUP - UFP	816	59,96 %
ALTERNATIVA SINDICAL DE POLICÍA	ASP	2	0,15 %
CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE POLICÍA	CEP	498	36,59 %



CAOS EN LA NOCHE ELECTORAL DE LA POLICÍA AL FALLAR EL SISTEMA DE RECUENTO DEL VOTO ELECTRÓNICO INSTAURADO POR INTERIOR

EUROPA PRESS
14 DE JUNIO DEL 2011

Algunos representantes sindicales y el propio Velázquez abandonaron de madrugada la sede de la Dirección de la Policía sin conocer resultados

La pasada noche electoral en la que los policías aguardaban los resultados tras votar a sus representantes en el Consejo del Cuerpo Nacional de Policía se tornó caótica al fallar el sistema de recuento del voto electrónico, instaurado por primera vez por el Ministerio del Interior para estos comicios.

Pese a que los resultados se esperaban para la una de la madrugada aproximadamente, los representantes sindicales fueron abandonando la sede de la Dirección General de la Policía en la calle Miguel Ángel de Madrid con un gran malestar y algunos de ellos sin conocer resultados. El propio Director General de la Policía, Francisco Javier Velázquez, abandonó el lugar a



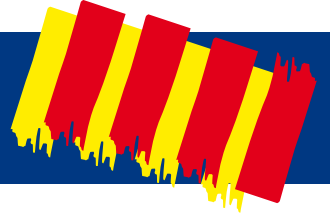
las 2 de la madrugada, según las fuentes consultadas.

El problema se originó en el momento en el que la organización de las elecciones procedió a volcar los votos electrónicos de un ordenador que recibía los datos a una segunda computadora para que hiciese la función de 'mixing' (mezcla) y contar los sufragios separando la

identidad del votante del voto para preservar el voto secreto.

Según las mismas fuentes este procedimiento de volcado tarda apenas diez minutos.

Para ello se utilizó un 'pen drive' "de más de 800 Me-



gas", pero en ese momento se bloqueó el ordenador imposibilitando conocer los resultados. El proceso de recuento de votos se inició en torno a la media noche, una vez se cerraron las mesas electorales de las Islas Canarias a las 23 horas.

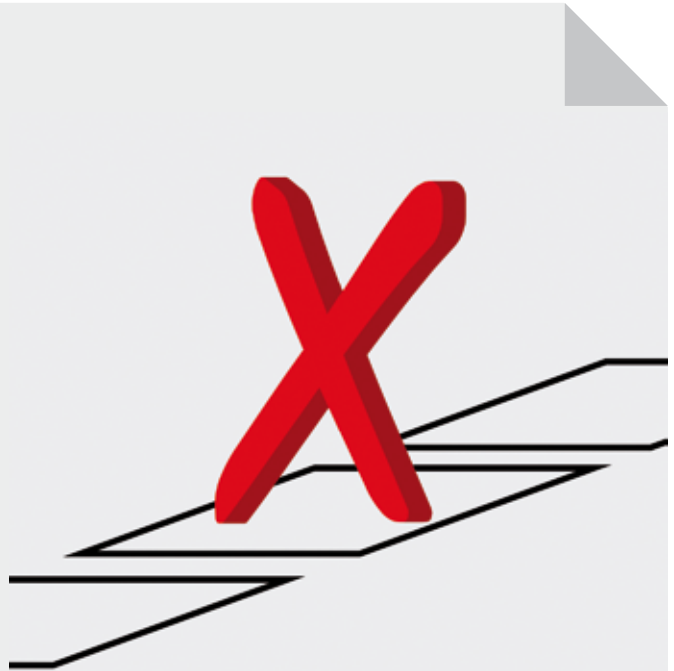
A las 18.30 horas de esta tarde la Dirección General de la Policía no había emitido ninguna nota de prensa sobre el resultado de las elecciones pese a que ayer sí informó de que los datos de participación a las 12.00 horas era del 40 por ciento (finalmente alcanzó el 82 por ciento).

El SUP aseguraba esta tarde no contar aún con los datos definitivos y decía disponer tan sólo de resultados provisionales. Por su parte la CEP afirmaba que contaba ya con datos oficiales. En cualquier caso, ambos sindicatos coincidían en el reparto de consejeros: la coalición SUP-UFP obtendría 9 consejeros y la CEP 6, uno de ellos logrado en coalición con el SPP. Este último sindicato además ha obtenido el único consejero que había en liza en la escala Superior.

"Nos fuimos a las 6 de la mañana sin firmar el acta, cada cinco minutos nos decían que nos iban a dar los datos, pero estos no llegaban hasta que nos cansamos y nos fuimos", ha explicado a Europa Press el secretario de comunicación del SUP, José María Benito, quien ha sido testigo de la situación generada en la sede de la Dirección General al ser integrante de la Junta Electoral.

RECURSO DE IMPUGNACIÓN DEL SUP

De hecho su sindicato va a presentar un recurso de impugnación del sistema de voto implantado



este año por Interior. Según ha explicado, el objetivo no es invalidar el resultado de las elecciones pero sí el sistema de voto electrónico y piden realizar una auditoria de los comicios. "No nos fiamos, hay casos en los que una persona aparece que ha votado dos veces y no es que lo haya hecho, sino que el programa la ha contado por dos", ha dicho Benito, quien también muestra su desconfianza por el elevado número de votos en blanco.

"Hay en torno a 2.500 votos en blanco y hubo compañeros que tuvieron que hacer media hora de cola para votar ¿Alguien hace media hora de cola para votar en blanco? No es normal", ha añadido al tiempo que ha denunciado que este programa informá-



tico sobre recuento de votos lo ha hecho una empresa particular "y ha costado una pasta". "Ha sido una situación kafkiana, el sistema no ha funcionado. Esto no es serio", ha lamentado.

Según recuerda, a las 5 de la madrugada la web de la Policía publicó unos datos provisionales que no coincidían con los que se les habían facilitado en la misma sede de la Dirección General en la que se encontraba el Subdirector General de Política Interior y Procesos Electorales, Pedro Colmenares Soto, encargado de velar por el desarrollo de procesos mucho más complejos como son las elecciones generales, europeas o autonómicas.

En la misma línea se ha manifestado el vicesecretario general de la CEP, Lorenzo Nebrera, quien ha añadido que "luego el programa tampoco era capaz de sumar los votos electrónicos con los votos por correo". "Ha sido un desastre, para pedir explicaciones. Hablamos sólo de 65.000 votantes y ha sido

imposible, este programa es una castaña", ha añadido.

Según ha explicado Nebrera, la empresa encargada de realizar el programa pertenece a Telefónica y ayer había tres empleados que "estaban desbordados" y que fueron asistidos por los expertos en informática de la Policía.

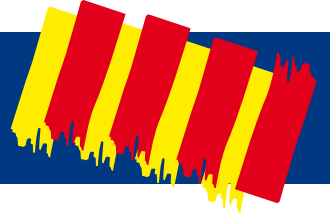
En su nota de prensa de ayer, la Dirección General de la Policía destacaba como la principal novedad de la jornada electoral la implantación del voto electrónico "que otorga una mayor agilidad y eficiencia".



Panadería. Repostería. Helados y Chucherías. Papelería. Prensa y Revistas
Tienda on line de productos artesanos
www.ladespensaselecta.com
976 12 00 69 - C/ Lagos de Coronas, 10
50011 ZARAGOZA



BAR LA ISLA
DESAYUNOS. BOLLERÍA
ALMUERZO. BOCADILLOS
ESPECIALIDAD DE LA CASA
NUESTRAS CARNES 1 KG. DE TERNASCO,
ENSALADA, PATATAS Y BOTELLA DE VINO 28 €
Abierto a partir de las 5:30 h. de la mañana
C/ Reina Felicia, 8. ZARAGOZA. 637 234 952



Imposible de explicar

A sí nos resultó al portavoz del sindicato y al que suscribe, imposible de explicar las razones por las que en España se producen cada año millones de identificaciones. Y no por problemas de idiomas, que hablaban razonablemente bien el español las dos periodistas de la BBC inglesa que nos visitaron esta tarde, sino porque, viniendo de un país donde no es necesario ningún documento de identidad, donde cuando un policía te para es porque has hecho algo grave, por mucho que le explicamos la ley de extranjería y la Ley de Protección de la Seguridad Ciudadana no acababan de creerse lo que oían.

Y lo que oían es lo que pasa en España cada día. Lo que oían es que los policías reciben órdenes verbales de incumplir la Ley, arriesgando con ello su puesto de trabajo, exponiéndose a una condena, y que se vulneran diaria y sistemáticamente los derechos de los ciudadanos.

Las periodistas inglesas sabían distinguir perfectamente entre un modelo policial de ocupación del territorio, de dictadura, de control de los ciudadanos (de Franco, dijo una



© GACETA FORENSE

de ellas), y un modelo de policía disuasivo, preventivo, de auxilio y con investigación para esclarecer los delitos. Y se fueron, tras casi una hora de conversación, sin acabar de entender cómo es posible que eso esté pasando en España. Y una preguntó cómo podía pasar esto con el gobierno "socialista" (sin duda por un error de lenguaje). Hace varios años que nos preguntamos lo mismo.

Estas prácticas empezaron con un jefe superior hoy en la empresa privada en una entidad bancaria, que acogotaba, insultaba, ofendía hasta

hacer llorar y causar baja por depresión a los mandos que asistían a las reuniones control. Los actuales mandos operativos son "hijos putativos" de él y así seguimos, con un nivel de calidad democrática en la actuación policial que está bajo mínimos. Palotes, desprecio a los derechos civiles de los ciudadanos y presión a los policías para que actúen ilegalmente. Eso es España hoy en seguridad pública. Y un nuevo recorte de 32 millones de euros en el Ministerio del Interior.

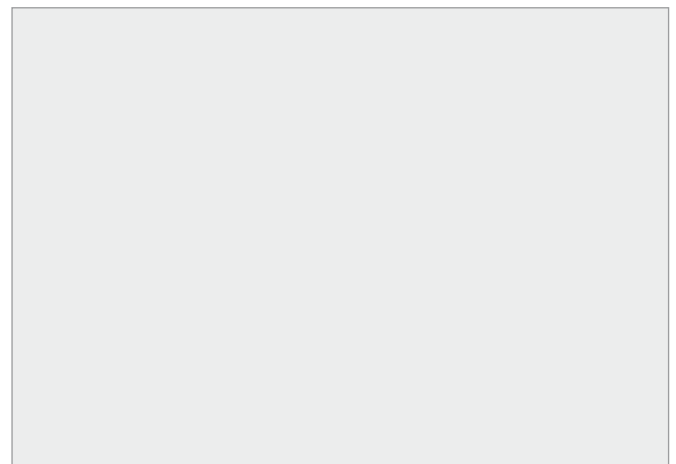
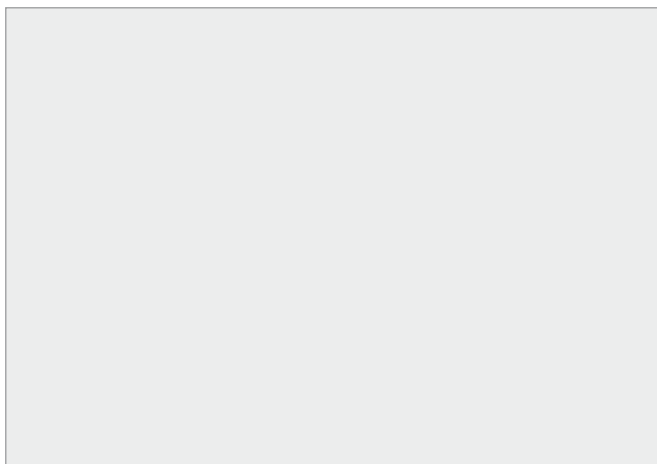
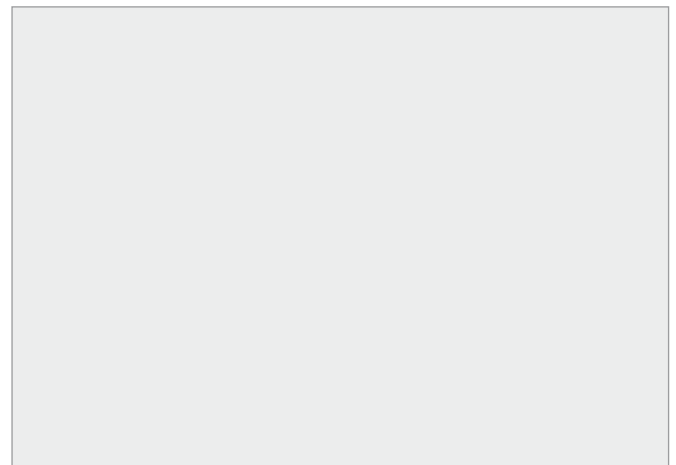
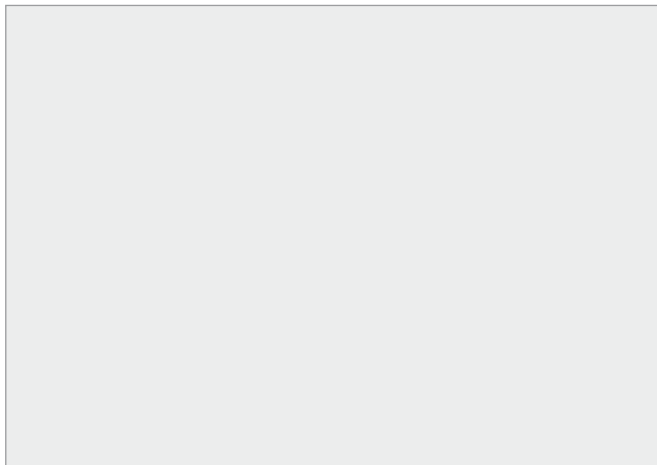
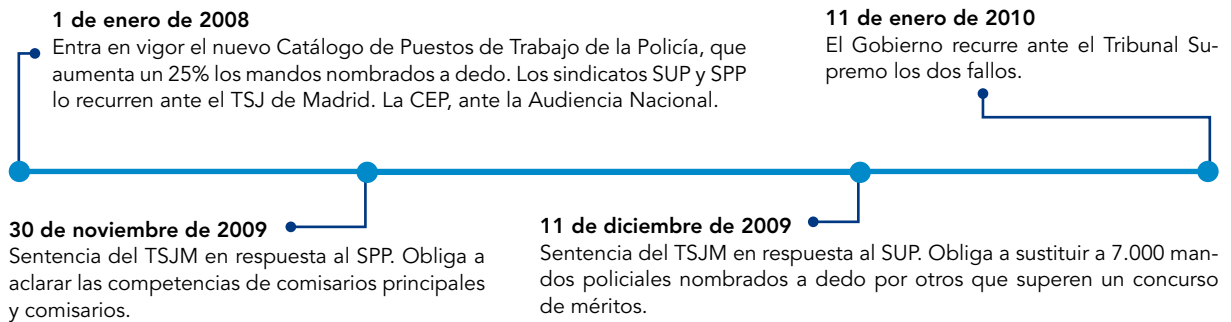
SECRETARÍA GENERAL

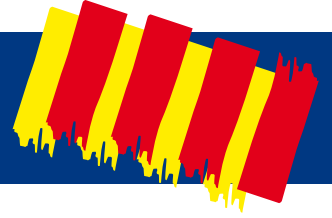


La Justicia insiste en que Interior debe sustituir a 7.000 policías elegidos a dedo

LA GACETA
13 DE MARZO DEL 2011

LA BATALLA JUDICIAL





15 de julio de 2010

El Supremo desestima el recurso y declara firme la resolución ganada por el SUP.

21 de diciembre de 2010

El Ministerio pide al TSJM una rebaja de las exigencias.

2 de marzo de 2011

El TSJM deniega el escrito de Interior e insiste en que cumpla el fallo.



8 de octubre de 2010

La Audiencia Nacional se pronuncia en el mismo sentido que el Supremo y el TSJM.

25 de febrero de 2011

El PP presenta una proposición no de ley en el Congreso para hacer cumplir las sentencias. También solicita la reprobación del director general de Policía y Guardia Civil.

Recuerda que los responsables del ministerio incurren en un delito de desobediencia al no cumplir la sentencia del TSJM • Les acusa de eludir el fallo ratificado por el Supremo

ROBERTO R. BALLESTEROS
MADRID

La Justicia lo tiene claro. Las sentencias son para cumplirlas y la Administración no está al margen de esta máxima. Más bien al contrario, debe dar ejemplo. Así lo considera el tribunal Superior de Justicia de Madrid en un auto emitido el pasado 2 de marzo. El escrito –firmado por los magistrados Gustavo Ramón Lescure, Juan Igna-

cio Pérez y Pilar Maldonado- advierte al Ministerio del Interior de que tiene la obligación de cumplir las resoluciones judiciales “en la forma y términos que en estas consignen”.

El tribunal insiste en que el departamento que dirige Alfredo Pérez Rubalcaba debe sustituir a casi 7.000 mandos policiales elegidos a dedo por funcionarios que superen el correspondiente concurso de méritos, como le ordenó la sentencia 1.128 del 11 de diciembre de 2009, emitida tras un recurso del



Sindicato Unificado de Policía (SUP) y ratificada el pasado 15 de julio por el Tribunal Supremo.

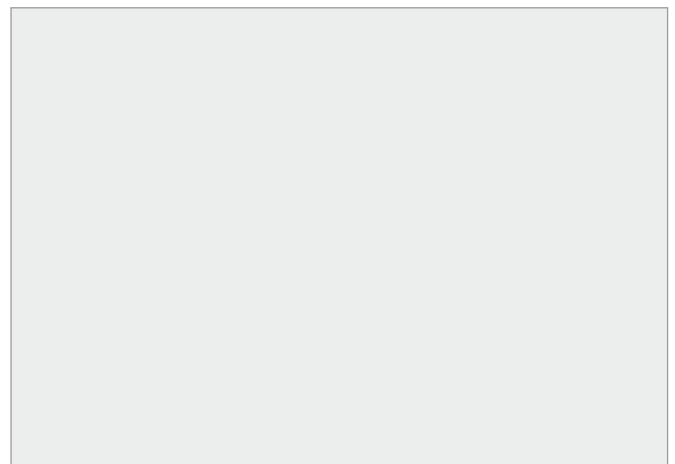
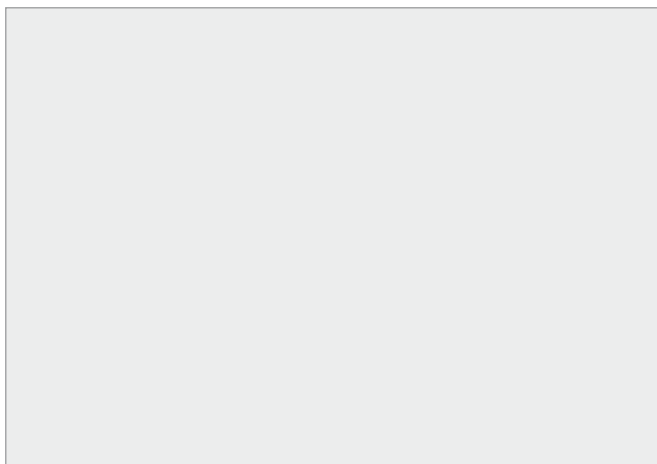
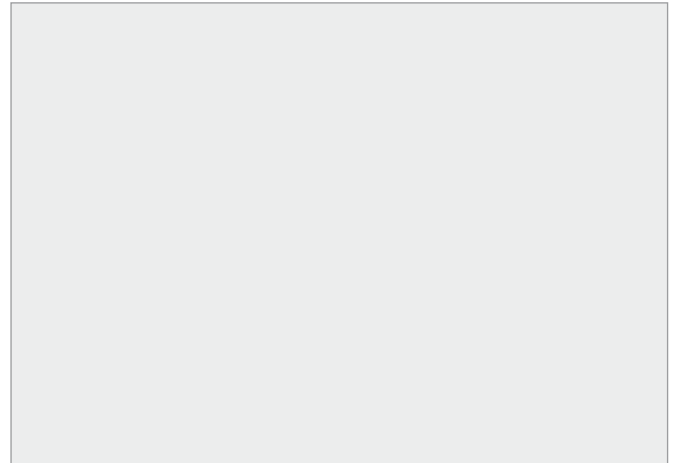
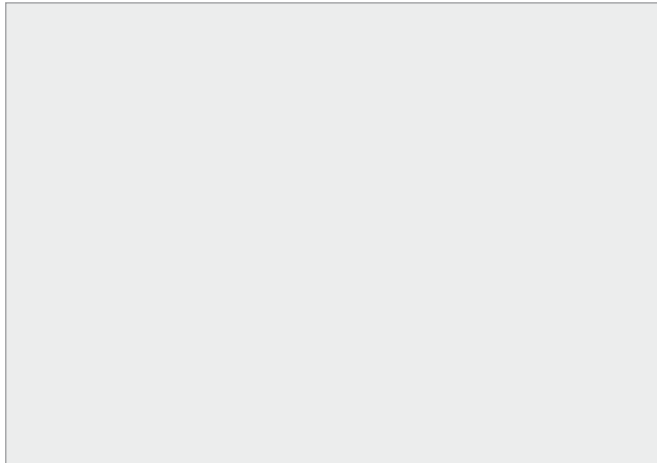
El TSJM responde con firmeza a un escrito presentado por el ministerio el 21 de diciembre que pretendía, dada la “complejidad” que supone ejecutar la sentencia, rebajar sus exigencias y mantener en el cargo a más de 5.000 policías nombrados ya por libre designación. Es decir, de los casi 7.000 que la Justicia obliga a sustituir. El Ministerio tan sólo quería cambiar a apenas 2.000.

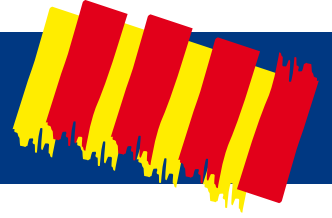
Los funcionarios, insiste con claridad el reciente auto del Tribunal Superior de Madrid, han de ser elegidos “necesariamente por el sistema de concurso de méritos”. De lo contrario, continúa, el tribunal podría imponer “multas coercitivas (...) a las autoridades, funcionarios o agentes que incumplan los requerimientos del juzgado” e incluso “deducir el oportuno testimonio” a los responsables de la desobediencia con objeto de “exigir la responsabilidad penal”.

El TSJM entiende que “es evidente que no puede tenerse por cumplida, ni siquiera por iniciada la ejecución de la sentencia”. “Parece más bien que [la Administración] intenta no cumplir con lo resuelto en la citada resolución judicial”, añade. “Lo que la Administración intenta –subraya– es obviar la ejecución de la sentencia, continuando utilizando el sistema de libre designación, en lugar del concurso de méritos”.

Además de tratar de incumplir el fallo, como afirma el TSJM, desde que el Supremo declaró firme la sentencia del tribunal madrileño, el ministerio ha continuado actuando como si nada hubiera pasado. Tras la resolución del 15 de julio emitida por la máxima instancia jurídica del país, Interior ha emitido cuatro órdenes generales que desobedecen los criterios impuestos por el juez.

La primera, el 26 de octubre de 2010, cuando la





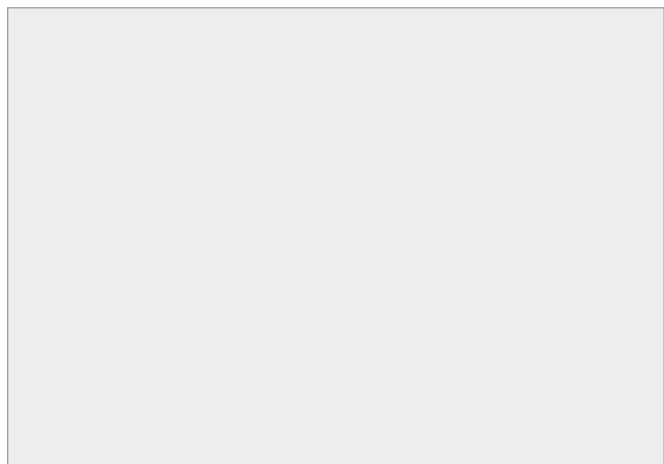
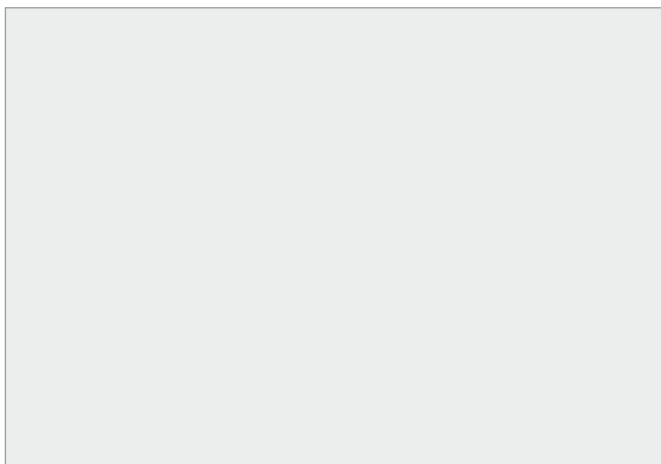
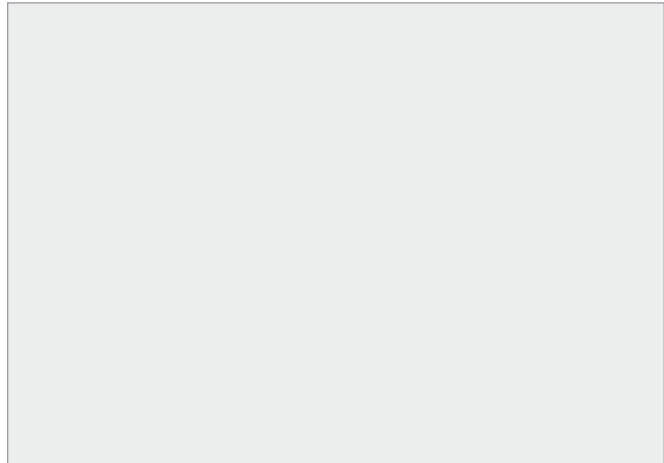
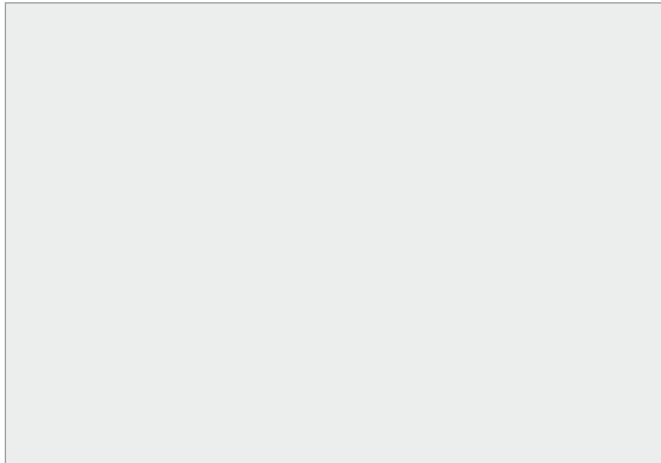
dirección general aprobó la convocatoria de varios puestos de libre designación (orden general 1.852) sin diferenciar entre aquellos que son competencia de los comisarios y los que debe ocupar un comisario principal, como ordenaba la Justicia. La segunda, el 14 de diciembre de 2010 (orden general 1.858), cuando el ministerio aprobó nombrar a dedo 28 altos mandos del nivel 28 de la Administración, cuando el Supremo, el TSJM y la Audiencia Nacional tan sólo permitieron la libre designación para los niveles 29 y 30. La tercera, el 26 de enero de 2011 (orden general 1.870), que volvía a usar la libre designación para elegir otros cuatro cargos del nivel 28.

Asimismo, el PP ha presentado ya en el Congreso de los Diputados una proposición no de ley a través de la que pretende instar al Gobierno al inmediato cumplimiento de las sentencias y reprobar al director general de Policía y Guardia Civil, Francisco Javier Velázquez.

DOS AÑOS DE LUCHA EN LOS TRIBUNALES

Agentes menos politizados

Los sindicatos se felicitan una vez más por la victoria conseguida en los juzgados. El auto del Tribunal Superior de Justicia de Madrid es un triunfo de la profesionalidad, entienden fuentes del sector SUP, SPP y CEP recurrieron el Catálogo de Puestos de Trabajo por entender que politizaba el cuerpo e iba en perjuicio de la profesionalidad de la institución, ya que primaba el criterio de la confianza sobre el de la valía. Por el momento, sólo el recurso interpuesto por el SUP se ha tornado en una sentencia firme (ratificada por el Tribunal Supremo). Más que suficiente, teniendo en cuenta que tanto el otro fallo del TSJM como el de la Audiencia Nacional se pronunciaron en el mismo sentido. Además, el abogado del Estado no ha vuelto a dar muestras de querer recurrir más.



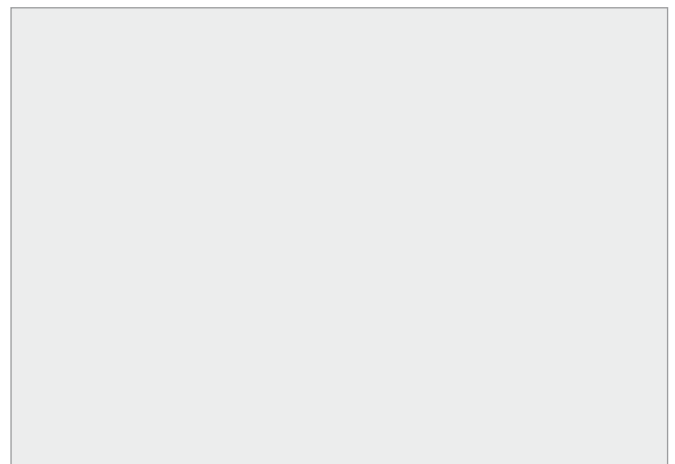
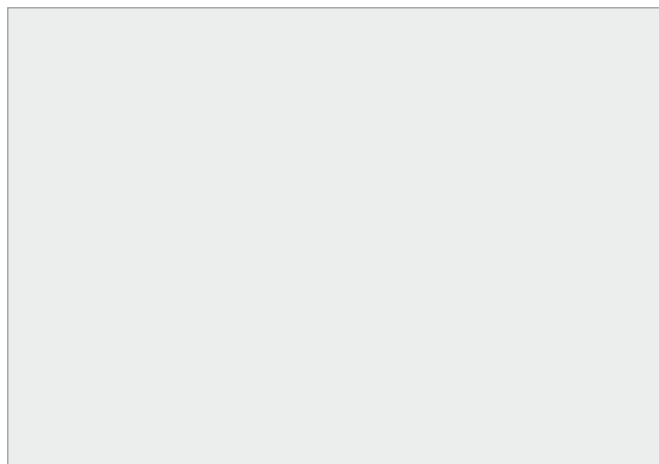
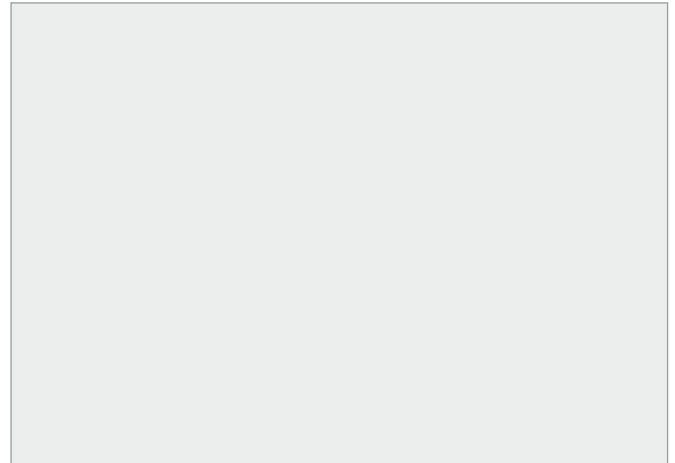
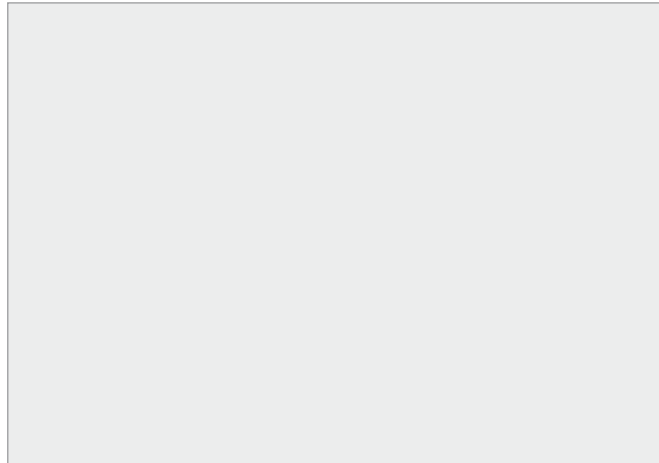


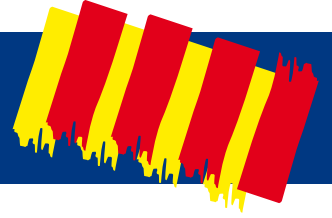
Nueve consejos para no perderse en Facebook

HERALDO DE ARAGÓN
MARTES 3 DE MAYO DE 2011
DAVID MORALES

Configure y sáquele partido a su Facebook en nueve cómodos pasos'. Así podría titularse el libro que Diego Guerrero, un madrileño afincado en Zaragoza, acaba de sacar con la editorial Starbook: 'Facebook guía práctica'. El título de la obra deja bien claro su objetivo: servir como una guía de consulta (dividida en nueve lecciones)

y explicar cómo funciona la red social. Guerrero analiza punto por punto para qué sirve cada botón de Facebook, desde las acciones más básicas (cómo abrir una cuenta, cómo enviar un mensaje) hasta otras más complejas, como consejos para que la página de una organización sea más visible o recomendaciones para afinar en las búsquedas de antiguos amigos. Aunque son funciones sencillas, «la gente de 45 años para adelante, por lo general, no sabe cómo utilizarlas. La idea es que cualquiera, desde cero, pueda manejar Facebook», indica Guerrero.





La privacidad, en entredicho

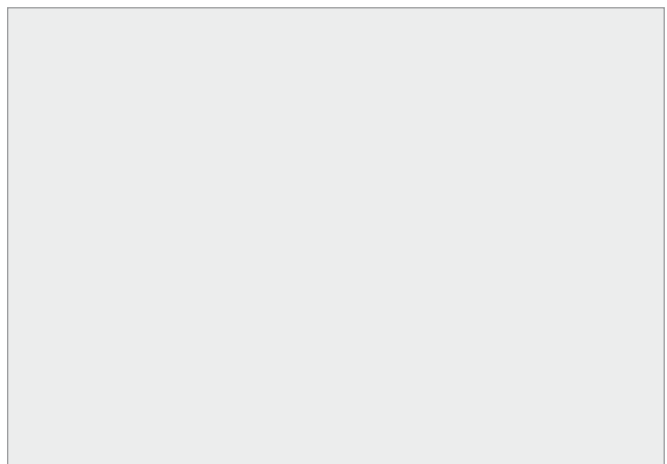
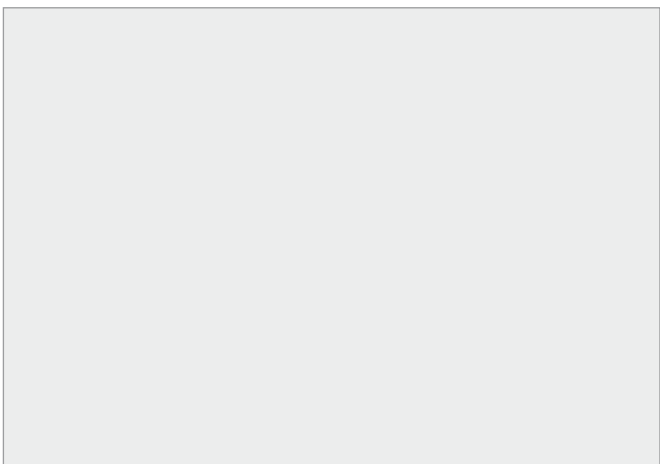
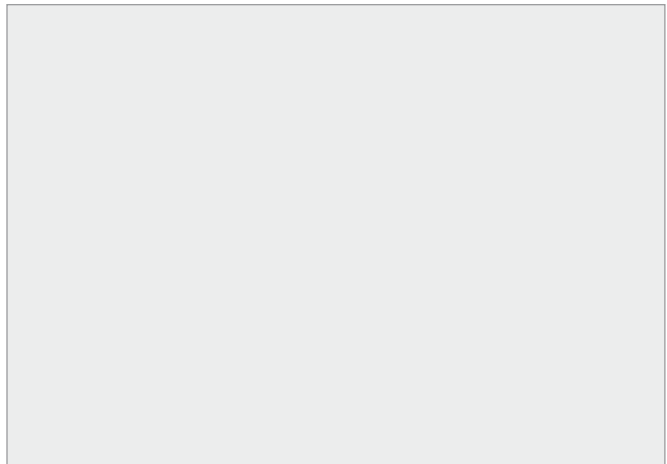
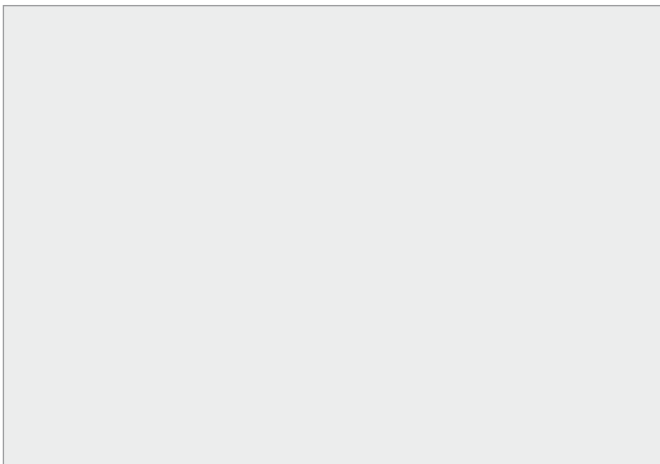
Según recoge la agencia Efe, Facebook aceptará próximamente cierta supervisión por parte de las autoridades chinas a cambio de volver a instalarse en el país asiático. La red social fue expulsada de los servidores chinos en 2009 tras recoger las protestas entre las etnias Uigur y Han, en cuyos disturbios murieron más de 150 personas. Según denuncia Liz Gannes en 'The Wall Street Journal', «cuando los usuarios de Facebook de fuera de China se conecten con usuarios en China, tendrán que hacer clic en una alerta que (dice que) cualquier material visible para los usuarios chinos puede ser visible también para el gobierno chino».

No es la primera vez que Facebook recibe críticas por el poco celo que aplica sobre la protección de la privacidad de sus usuarios. «A fin y al cabo es una red social y le interesa que compartas todo lo posible. Hay que conocer bien cómo configurar las condiciones de privacidad porque, por defecto, vie-

nen bastante abiertas », indica el autor de 'Facebook Guía práctica'.



Título: "Facebook Guía Práctica"
Autor: Diego Guerrero
Editorial: Starbook
Precio: 24,90 €





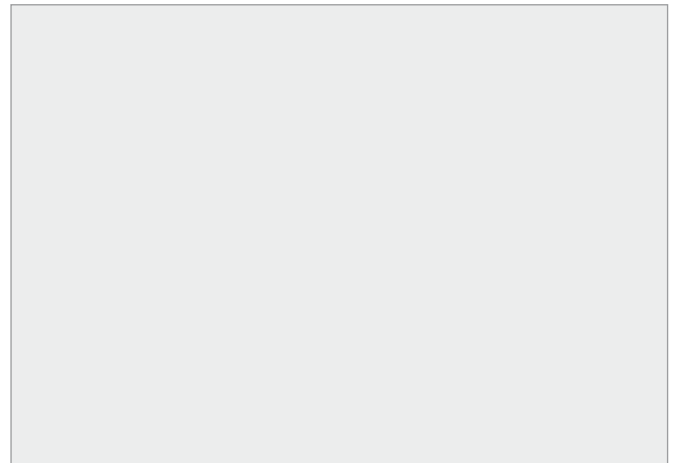
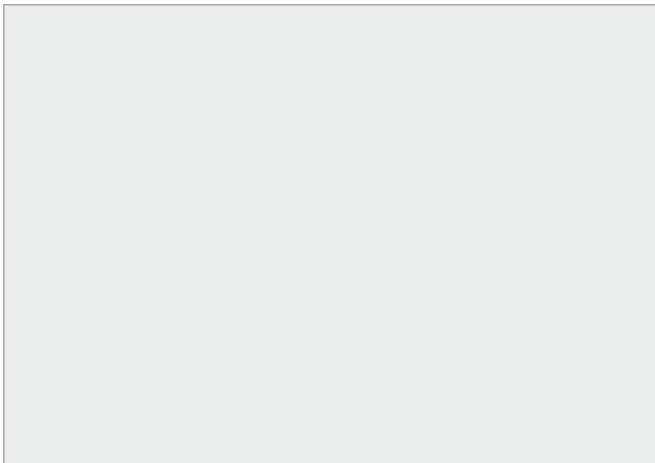
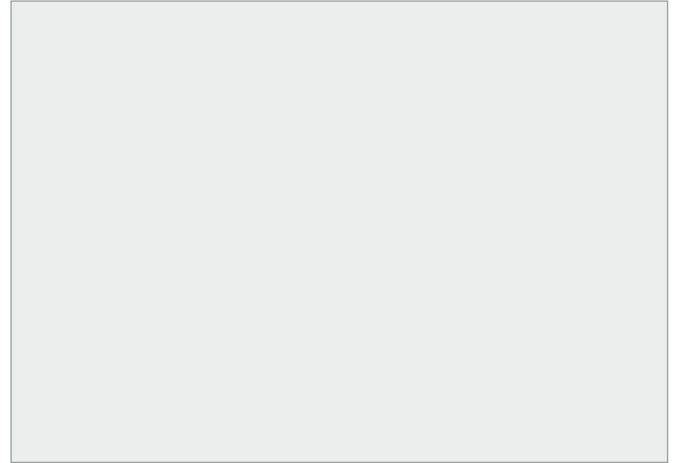
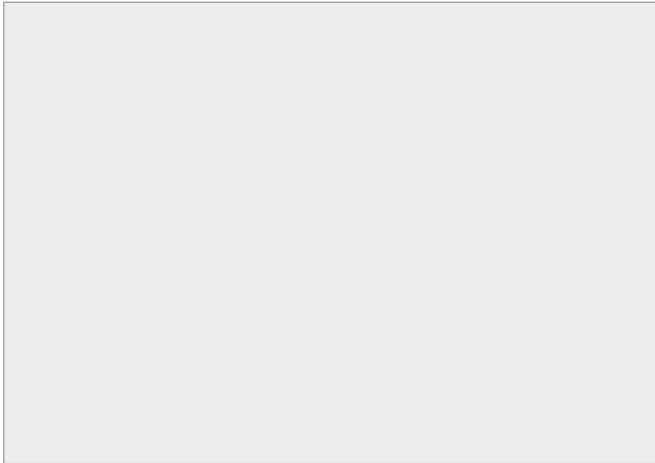
De hecho, la primera vez que una persona abre una cuenta viene configurado, por defecto, que cualquiera (incluso quien no esté registrado) pueda ver sus fotos, citas favoritas y con qué usuarios comparte un vínculo familiar. «Todo eso se puede modificar. Podemos elegir, por ejemplo, que unos usuarios puedan ver nuestras fotos y otros no», indica Guerrero. La base del negocio de esta red social es su publicidad personalizada. «Cuando te registras, lo que haces es cederle tus datos a Facebook.

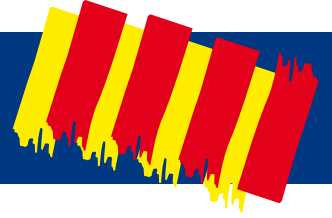
La importancia de la privacidad se multiplica cuando los usuarios son menores de edad. En España, esta red social pone como requisito para registrarse tener más de 14 años (la norma general en el resto de países es de 13 años), aunque no solicita ningún documento para demostrarlo. En 'Facebook Guía práctica', Diego Guerrero cita programas como Gogostat o Facebook Spy Monitor, con los que los progenitores pueden controlar (o espiar, según se mire) lo que hacen sus hijos en la red social e introducir filtros si el niño escribe ciertas palabras.

«Pero lo ideal es fomentar el diálogo con el niño, que sepa que no puede agregar a cualquiera. También es recomendable que el ordenador esté en una zona común de la casa», añade el escritor.

Útil para organizaciones

El autor de 'Facebook Guía práctica' considera esencial que tanto empresas como organizaciones creen su página en la red social. La posibilidad de establecer una comunicación de doble dirección con los usuarios es básica. ¿Y no puede ocurrir que clientes descontentos inunden el tablón con comentarios críticos? «Se deben permitir los comentarios en contra. Lo ideal es contestar los comentarios uno a uno, y que un administrador controle que el asunto no se le vaya de las manos», explica Guerrero. Cree que los objetivos, a corto plazo, de la página creada por Mark Zuckerberg van más allá de conformarse con ser una red social. «En los últimos 8 meses han introducido muchas modificaciones» ¿La razón? «Quieren aglutinar todo y que vivas allí. Te ofrecen





un correo electrónico con dominio @facebook.com, chat, mensajería SMS para móviles...Han desplazado a Messenger y lo están haciendo también con Google».

DECÁLOGO BÁSICO

1 El registro en Facebook tiene dos requisitos: ser mayor de 14 años y tener una cuenta de correo electrónico.

2 La búsqueda de antiguos amigos es una de sus mayores funcionalidades. Claro que también nos pueden 'encontrar' personas con las que no queremos retomar el contacto.

3 No todo es lo que parece. Asegúrese que la persona que agrega como amigo es quien dice ser.

4 La actualización del perfil es otro de los posibles puntos de discordia. Si se le ocurra activar en 'Situación sentimental' las casillas Es complicado o Tiene una relación abierta tal vez sea preferible consultarlo antes con su pareja.

5 Etiquetar a los amigos en fotos puede ser comprometedor, más si se les incluye en instantáneas poco favorecedoras.

6 Ojo con el cotilleo. Facebook es muy útil tanto para 'fisgar' como para ser 'fisgado'.

7 El usuario puede vincular el perfil de Facebook a su móvil para que todos los mensajes que le lleguen en la red social se notifiquen en su teléfono. Puede ser muy práctico... e incordiante.



8 Los juegos de Facebook forman otro de sus pilares. Su utilidad es escasa, aunque sirven para pasar un buen rato.

9 La red social es, ante todo, un negocio. El usuario puede pagar anuncios de su empresa con tarjeta de crédito o con los modos de pago por internet Paypal y Paysafecard.

PRIVACIDAD

Lo laxa que usted quiera, siempre y cuando lo configure. La privacidad del perfil la elige el propio usuario, que decide todo lo que se quiere 'exponer' en Facebook. Si no lo hace, la red social decide por él: en la configuración, por defecto, sale que cualquiera podrá ver las fotos que ha subido, sus biografías y citas favoritas y los usuarios con los que comparte un vínculo familiar.



Creación de grupos. Uno de los trucos para evitar que compañeros de trabajo (y jefes) vean fotografías comprometidas es crear listas de amigos. Podrá especificar qué listas pueden ver todas sus fotos y cuáles no. Es una opción especialmente útil si a alguno de sus amigos se le ocurre etiquetarle en una foto delicada. Bloquear gente. Siempre puede ocurrir que el amigo de hoy se convierta mañana en una persona 'non grata'. Evitar que un antiguo colega siga viendo la actualización de su perfil es tan fácil como hacer clic sobre el vínculo 'Denuncia/ Bloquear a esta persona'.

PARA LAS EMPRESAS

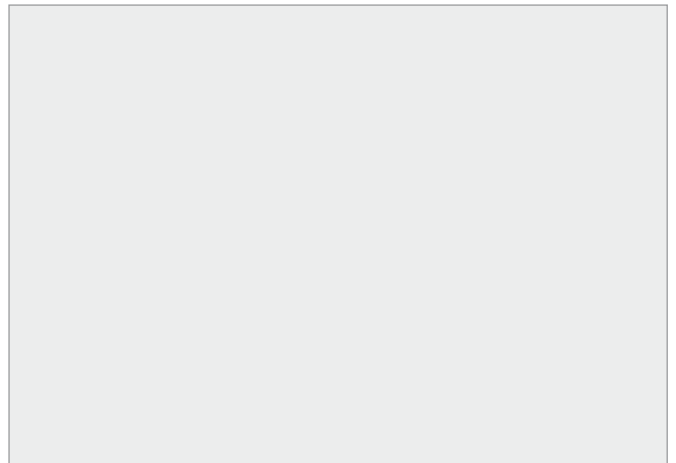
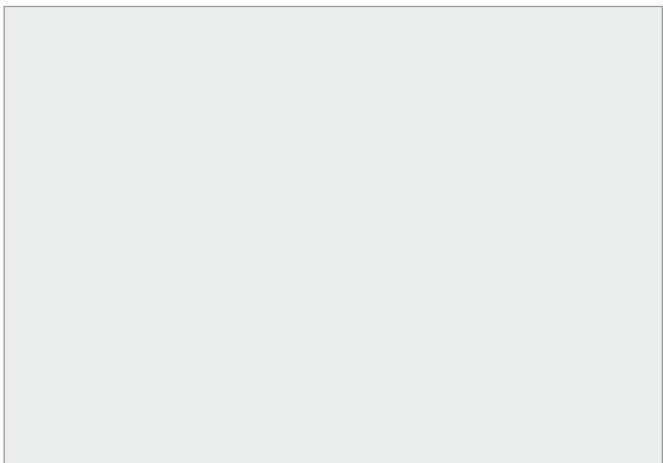
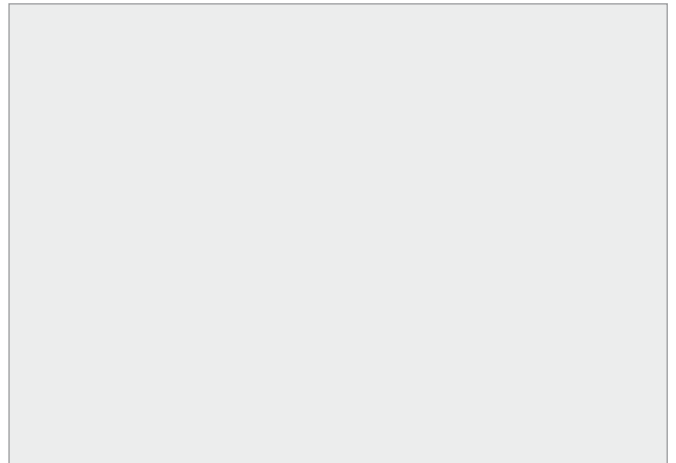
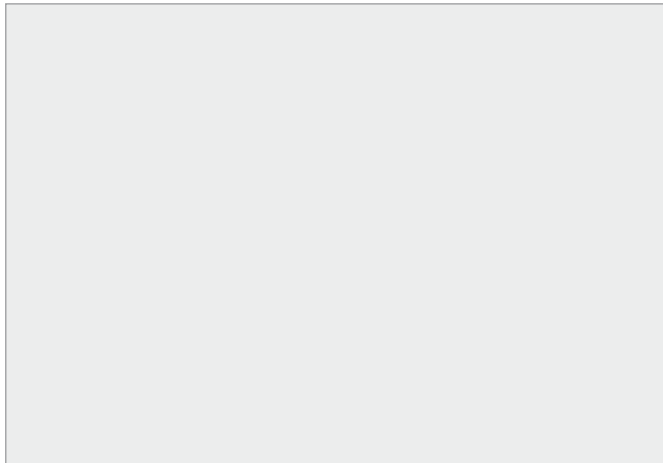
Marketing viral. En su libro, Diego Guerrero define este término como «publicidad que se propaga a sí misma» y asegura que el coste económico es mínimo o nulo. El autor aconseja evitar el «fantasma del 'spam'» y el «bombardeo tradicional al que se somete al usuario». Lo ideal es

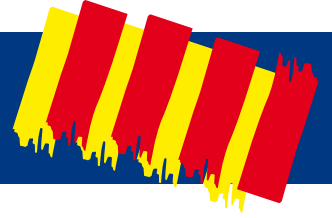
crear contenidos que involucren a los interesados.

Mensajes concisos y llamativos. Una de las características de la lectura en internet es que se suele decidir en unos segundos si elige permanecer en la web en la que se acaba de entrar o se opta por salir. Por ello, es imprescindible «ir al grano», como indica el autor de 'Facebook Guía práctica'. Utilizar un título llamativo, hacer reír al usuario y añadir imágenes o vídeos son recomendaciones esenciales.

Casilla 'Me gusta'. Si consigue que una persona active la casilla 'Me gusta' en su empresa o asociación, todos sus contactos podrán verlo e interesarse sobre qué es lo que agrada a su amigo.

SEO. Abreviatura de 'Searching Engine Optimization'. Se trata de pequeños trucos para que, cuando un usuario haga una búsqueda en Google (u otro buscador) relacionada con su organización, salga entre las primeras opciones.





LAS LESIONES EN... PREVENCIÓN

Consejo: para aquellos que ya han sufrido un esguince o lesión, al volver al entrenamiento y durante una temporada, es muy recomendable usar un vendaje compresivo durante las clases, o muñequeras, rodilleras o tobilleras. El vendaje preventivo es la mejor manera de que no se vuelva a reproducir la lesión.

En la mayoría de los deportes existe la posibilidad de lesión. Las consecuencias de estos accidentes son variados y pueden abarcar desde una simple contracturas, calambres, contusión, donde sólo hay daños de tejidos blandos, hasta una fractura complicada.

En cualquier ejercicio físico, uno de los requisitos fundamentales para evitar cualquier lesión en músculos y articulaciones es el calentamiento, el cual deben realizarlo desde los atletas de alto ren-

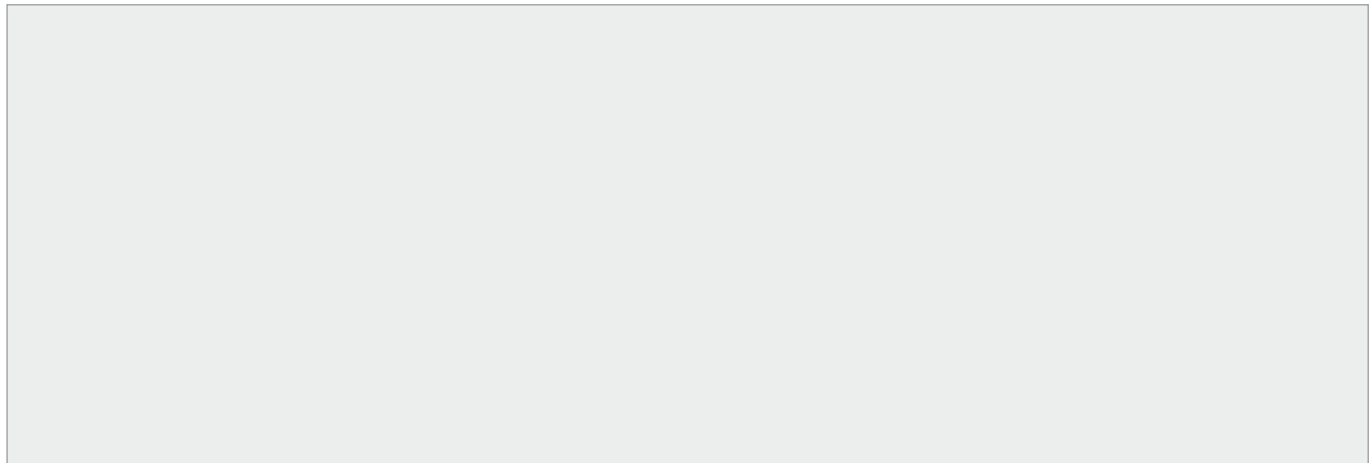


dimiento, hasta quienes lo practicamos sólo como una forma de mantener un buen estado físico o como hobby.

Como recomendación se aconseja calentar todo lo que son articulaciones: los hombros, rodillas, tobillos y espalda baja. También, se recomienda calentar particularmente los tobillos, donde se presenta el mayor nú-

mero de lesiones en los deportistas. Esto se puede hacer con una marcha suave, con talones al frente; una vez realizado lo anterior debe irse subiéndolo el calentamiento flexionando rodillas en círculo, también un poco de giro en brazos, en general un tipo de ejercicios suaves.

En muchos ejercicios de tipo aeróbico como el atletismo, se recomien-





da que la práctica del calentamiento inicie de los pies hacia arriba, porque el mayor impacto y el peso del cuerpo se tienen en los tobillos, las rodillas y la espalda baja, después habrá que pasar brazos, hombros y cuello.

Sería ideal un calentamiento de entre 5 y 15 minutos. Con esto será suficiente para calentar tanto las articulaciones como músculos. Un ejercicio leve y sistemático es más recomendable que el uso de agua caliente o almohadillas de calor, porque con el movimiento corporal no sólo se deja al cuerpo listo para realizar ejercicios enérgicos con mayor eficiencia, sino que van incrementando la circulación sanguínea de manera significativa.

Al ejercitarse lenta y progresivamente ayuda a incrementar la irri-

gación de los músculos que se van a utilizar, proporcionándoles mayor oxigenación y cargándolos de energía. Es conveniente realizar un calentamiento integral de todo el cuerpo y no centrar éste a sólo algunas partes.

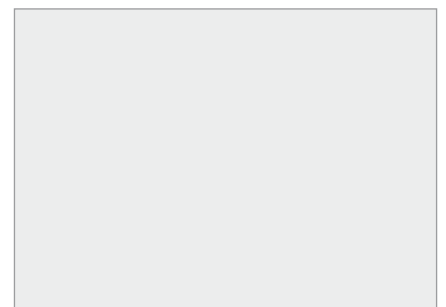
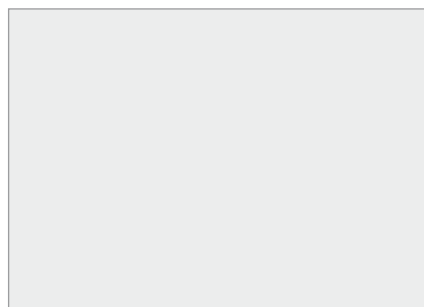
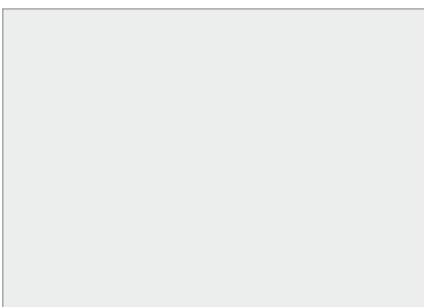
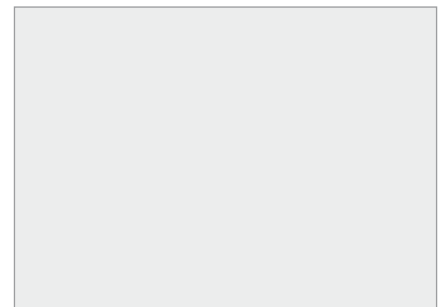
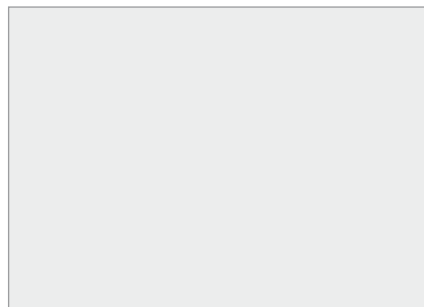
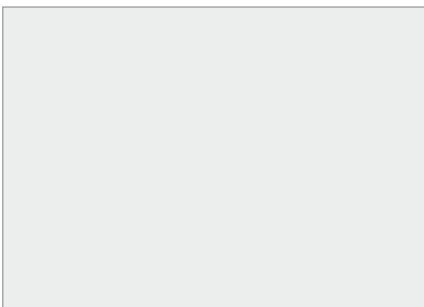
Las articulaciones y músculos calientes son más flexibles y se haya menos propensos a sufrir esguinces o desgarramientos.

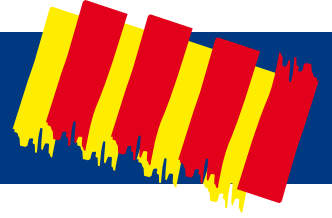
Realizar un calentamiento eficiente le evitará problemas como el esguince, el cual puede ser muy doloroso e incluso llegar a retirarlo por



algún tiempo de su actividad deportiva. Un esguince se caracteriza por la distensión de los ligamentos de una articulación. El esguince más frecuente en los deportistas es en el tobillo, aunque no dejan de presentarse en rodillas y muñecas.

En cuanto al uso de tobilleras, rodilleras o muñequeras para evitar lesiones, los expertos coinciden en afirmar que ninguno evita o garantiza que no se vaya a producir la lesión. Sin embargo, sí producen una sensación psicológica de seguridad, situación que puede incrementar el riesgo de lesión por creer que las capacidades físicas son mayores que las reales.





Las Equiparaciones Salariales

Que nunca llegaron a los marginados componentes de los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado al menos en cuanto a materia retributiva se refiere. Apartado de la actividad policial desde hace tiempo, el unció contacto que tengo de cuanto acontece en el Cuerpo Nacional de Policía, para bien o mal es por mediación del correo ordinario remitido por el SUP. Por este medio, a finales del mes de abril del año en curso 2011, recibíamos un escrito catálogo en el cual podíamos ver como el Partido Popular nos congeló el sueldo en 1997 y en 1999. Siguiendo la línea de su antecesor en el cargo, los socialistas nos lo rebajarían un 5% en 2010 congelándolo con rebaja incluida en 2011.

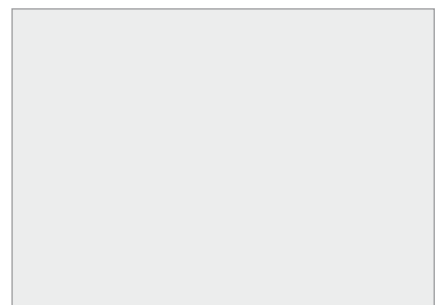
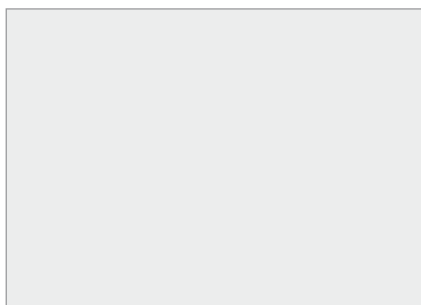
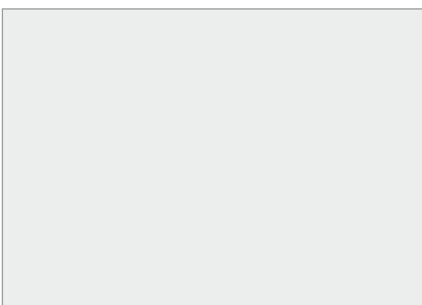
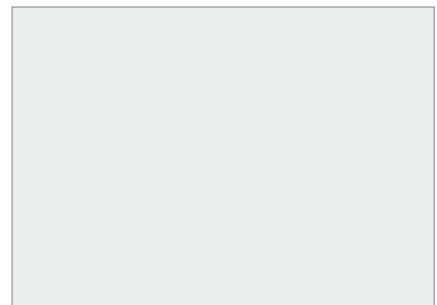
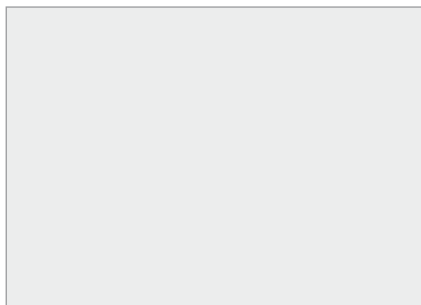
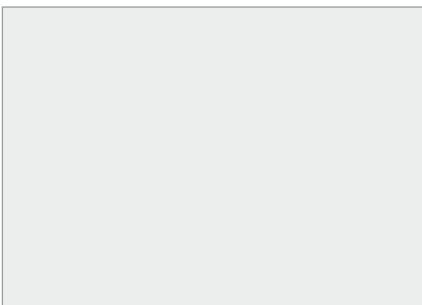
El eterno problema. Hablar o reclamar mejoras salariales o equiparaciones con los cuerpos policiales autonómicos en este segundo semestre de 2011, sería tacharnos de insolidarios con los casi cinco millones de parados o con las maltrechas economías familiares que hacen agua por todas partes en nuestro país. Se da la paradoja, que en tiempos de bonanza económica, cuando podían haberse atendido estas peticiones tanto el ex presidente Aznar como Zapatero miraron para otro lado.

Sin vanagloriarme de nada me cabe la satisfacción de que durante finales de los años ochenta y toda la década de los noventa, muy pocos, por no decir ningún componente de la Corporación hizo tantos escritos en la prensa local como este que suscribe. Raro era el mes en que no apareciese en Heraldo, El Periódico de Aragón o en los desaparecidos Día o Diario 16 de Aragón, un escrito de Teodoro Maestre reclamando mejoras salariales

o laborales para los funcionarios policiales. Sin contar con las publicaciones emitidas en las diferentes revistas sindicales.

Pero claro está, si estas reclamaciones a los máximos niveles legales, vemos cuales han sido los resultados poco podía hacer un aficionado a la literatura armado de pluma y papel. Las únicas mejoras habidas, fueron durante los años, Julio del 1978 a febrero de 1981, cuando el entonces ministro de Interior Martín Villa subió en ese período de tiempo 15.000 pesetas. A mediados del 78 los haberes son de 13.114 pesetas. A primeros del 81 de 21.448. En ese mismo periodo de tiempo las gratificaciones son de 28.045 pesetas, 1978 y de 35.471 en el 1981. Datos pertenecientes a los componentes de la Escala Básica. Ser optimista y esperar que algún día un gobierno sea del color que quieran actualice los salarios de estos sufridos funcionarios.

TEODORO MAESTRE





ALCOHOL



¿Qué aspecto tiene?

Líquidos, de varios colores, sabores y texturas.

¿Cómo se toma?

Se bebe.

¿Qué efectos suele producir?

Relaja, disminuye el dolor y la ansiedad, desinhibe. Provoca descoordinación y torpeza y altera la atención y el rendimiento intelectual.

La combinación con bebidas carbónicas (tónica, colas, etc.) acelera la intoxicación.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.

Alteraciones en el aparato digestivo (estómago, hígado y páncreas): inflamaciones, úlceras, degeneraciones. Alteraciones del sistema circulatorio (corazón, venas y arterias): infartos, arterioesclerosis. Alteraciones mentales: delirios y demencia alcohólica.

El peso y el sexo:

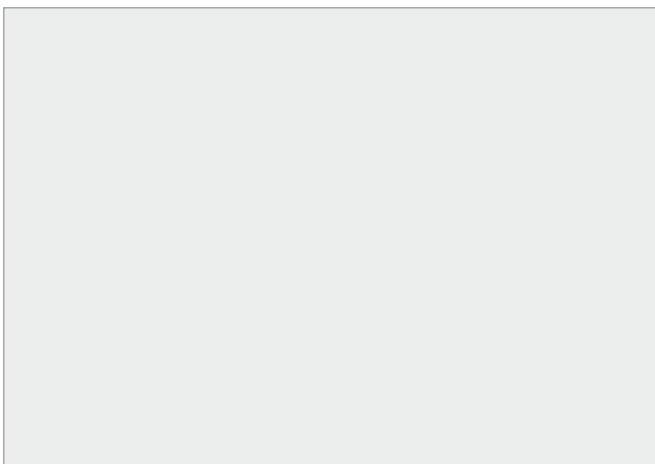
El alcohol afecta de modo más grave a las personas con menor masa corporal. En general, la mujer pesa menos y el tamaño de sus órganos internos es proporcionalmente más pequeño. Por lo tanto, menores cantidades de alcohol pueden generar más rápidamente daños psico-orgánicos y desarrollar problemas con el alcohol más fácilmente que en el varón.

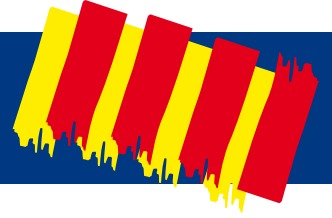
La edad:

Los jóvenes son más sensibles a los efectos del alcohol en actividades que tienen que ver con la planificación, memoria y aprendizaje, y son más "resistentes" que los adultos a los efectos sedantes y a la descoordinación motora.

La cantidad y rapidez de la ingesta:

Según la cantidad de alcohol consumida, puede considerarse como de bajo, alto riesgo o peligroso. A mayor ingesta de alcohol en menor tiempo, mayor posibilidad de intoxicación.





La combinación con otras sustancias,

como los tranquilizantes, relajantes musculares y analgésicos, potencia los efectos sedantes del alcohol. Cuando se combina con cannabis se incrementan los efectos sedantes de ambas sustancias; en el caso de la cocaína, que es un estimulante, los efectos se contrarrestan, pero la toxicidad de ambas sustancias es mayor que si se consumiera por separado.



Viajar en un vehículo cuyo conductor ha bebido

Según el Observatorio Español sobre Drogas, uno de cada diez estudiantes de 14 y 18 años ha conducido vehículos bajo los efectos del alcohol, y dos de cada diez han sido pasajeros de un vehículo cuyo conductor había bebido alcohol.

Intoxicaciones etílicas en menores

Las intoxicaciones etílicas en menores durante los fines de semana han aumentado en los últimos años. Según un estudio de la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas, el 48,6 % de los menores de 12 a 18 años, atendidos por intoxicación en urgencias hospitalarias, habían consumido alcohol y/o drogas ilegales. El 67,1 % de ellos acudió entre las 20 h. del viernes a las 9 h. del lunes. El 92,2 % había consumido alcohol (un 10 % de éstos consumieron además drogas ilegales) y el 7,1 % restante consumió únicamente drogas ilegales.

Alcohol y embarazo

El Síndrome Alcohólico Fetal es en nuestro país la tercera causa de retraso mental grave y la más fácilmente evitable. Se presenta con frecuencia elevada entre los hijos de mujeres alcohólicas.

Los riesgos del atracón

Consumir alcohol "en atracón" produce intoxicaciones y puede provocar tolerancia al alcohol. Las investigaciones científicas sugieren que podría desencadenar alteraciones cerebrales irreversibles.

La ingestión simultánea de comida,

especialmente de alimentos grasos, enlentece la intoxicación pero no evita ni reduce los daños al organismo.



Mitos y realidades sobre el alcohol

El daño que provoca el alcohol depende del llamado "patrón de consumo", es decir, de la cantidad (a mayor cantidad, mayor daño) y de la intensidad (la misma cantidad concentrada en menos tiempo es más dañina). También existe el riesgo de convertirse en un hábito, hasta el punto de no divertirse sin beber.

El consumo abusivo de alcohol hace perder el control sobre las emociones y sentimientos. Tras una breve sensación de bienestar, si se está triste o deprimido, esta situación se agudiza. Asimismo, se produce una mayor fatiga física y más sueño; también se pierde fuerza y coordinación.

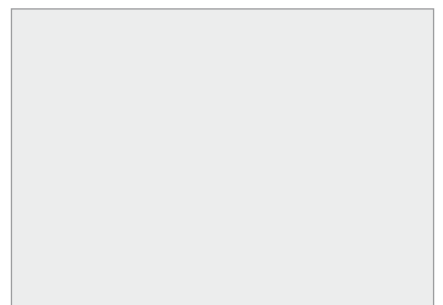
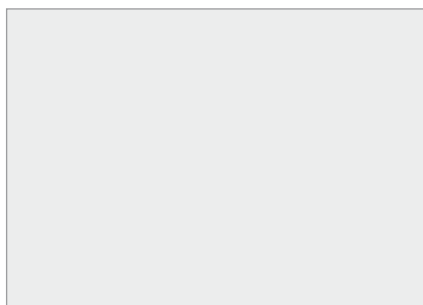
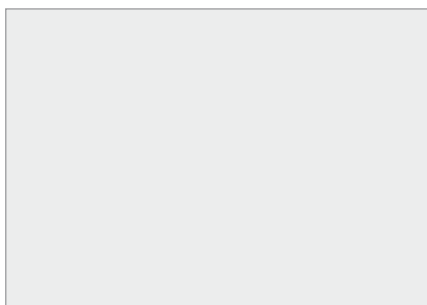
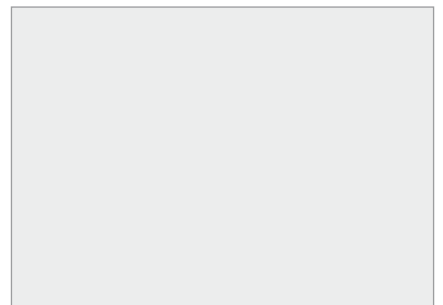
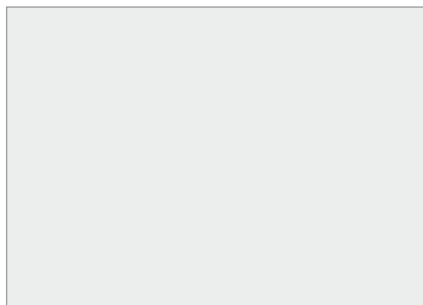
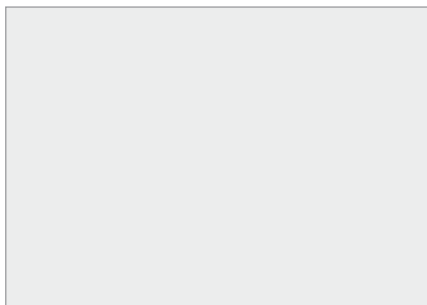
El alcohol produce una sensación momentánea de calor al dilatar los vasos sanguíneos y dirigir la sangre hacia la superficie de la piel, pero en poco tiempo la temperatura interior del cuerpo disminuye y se siente más frío. Por eso, en situaciones de embriaguez hay que abrigar y proporcionar calor a la persona y nunca intentar espabilarla con duchas frías.

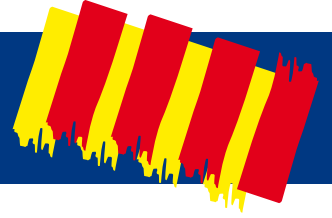
El alcohol engorda pero no alimenta. Al contrario, aumenta la producción de grasa en el organismo.



Diversos estudios han puesto de manifiesto que en adultos, el consumo moderado de alcohol disminuye el riesgo de padecer enfermedades de corazón, pero estos efectos beneficiosos no aparecen en todas las personas ni en todos los casos.

El consumo abusivo muchas veces dificulta o incluso impide unas relaciones sexuales plenas, provocando impotencia y otras disfunciones asociadas.





TABACO



¿Qué aspecto tiene?

Hojas secas en forma de hebras de color marrón.

¿Cómo se toma?

Se fuma.

¿Qué efectos suele producir?

Estimula y favorece el estado de alerta. Puede funcionar como un hábito relajante y tranquilizador.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.

Alteraciones en el sistema respiratorio: bronquitis, enfisema, cáncer. Alteraciones del sistema circulatorio: infartos y arterioesclerosis.



En España cada año mueren más de 50.000 personas debido al consumo de tabaco, más que por los accidentes de tráfico y el consumo de drogas ilegales juntos.

El tabaquismo es la causa de...

- Más del 90 % de los casos de bronquitis.
- Del 95 % de los casos de cáncer de pulmón.
- Del 30 % de todas las cardiopatías coronarias.
- Parte importante de los casos de cáncer de esófago, vejiga urinaria, cavidad bucal y laringe.

Aire contaminado

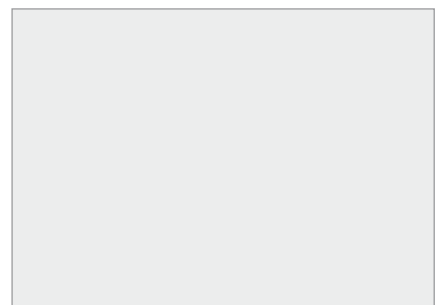
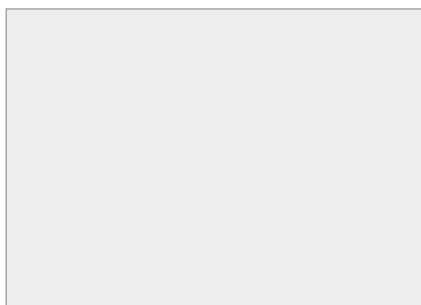
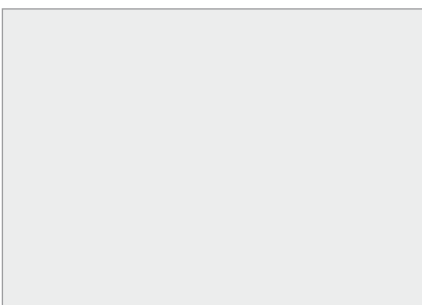
La Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer (IARC) detectó en 2002 la presencia de 69 agentes cancerígenos en el aire contaminado por humo de tabaco, por lo que respirar ese aire también puede producir cáncer.

Según la IARC, tras la combustión del tabaco, quedan suspendidas en el aire partículas cancerígenas que, por su pequeño tamaño, pueden alcanzar rincones profundos del sistema respiratorio y ser muy nocivas.

Efectos a corto plazo

- Aumento de catarrros de repetición.
- Aumento de la tos.
- Disminución del rendimiento deportivo.
- Pérdida de apetito.

En España cada año mueren más de 50.000 personas debido al consumo de tabaco, más que por los accidentes de tráfico y el consumo de drogas juntos.





Entre las enfermedades relacionadas con el tabaco destacan las siguientes:

- Bronquitis
- Enfisema pulmonar
- Cáncer de pulmón
- Hipertensión arterial
- Enfermedad coronaria (angina o infarto de miocardio)
- Accidentes cerebrovasculares (trombosis, hemorragias o embolias)
- Úlcera gastrointestinal
- Gastritis crónica
- Cáncer de laringe
- Cáncer bucofaringeo
- Cáncer renal o de vías urinarias
- Impotencia sexual en el varón

Efectos a corto plazo en jóvenes

- Aumento de catarros de repetición
- Aumento de la tos
- Disminución del rendimiento deportivo
- Pérdida de apetito

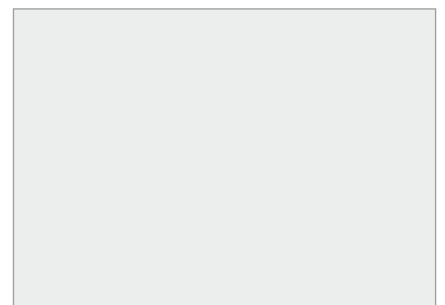
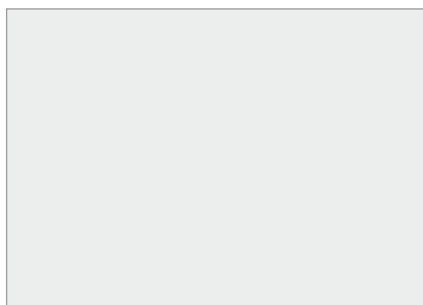
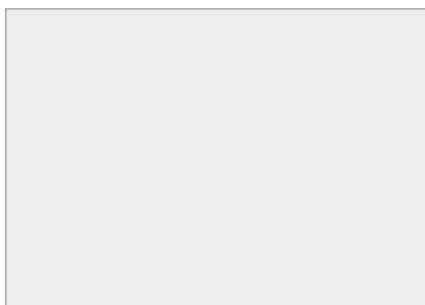
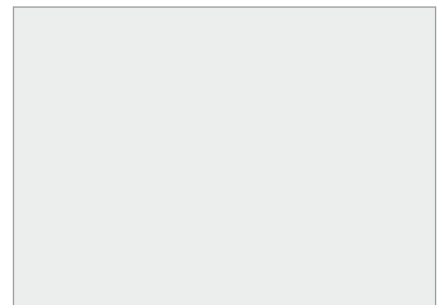
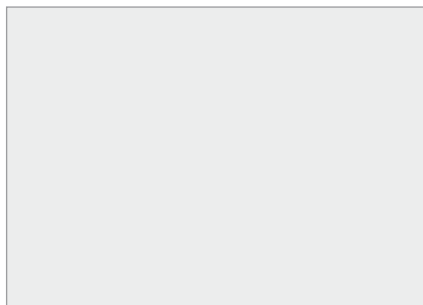
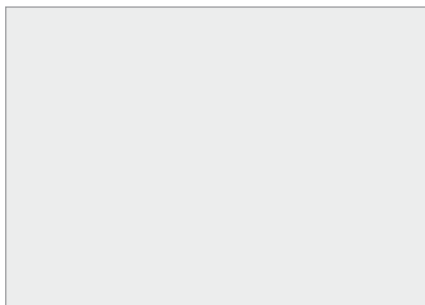
Otros componentes del tabaco:

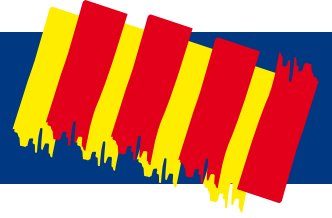
Arsénico, cadmio, níquel, polonio 210, acetona y metanol, entre otras sustancias cancerígenas o tóxicas.

Cáncer de pulmón en las mujeres

El cáncer de pulmón en mujeres está aumentando de manera muy significativa, debido al incremento del consumo de tabaco entre la población femenina. En los últimos 10 años, la mortalidad por cáncer de pulmón en las mujeres ha aumentado un 20 %.

No fumar es especialmente importante en aquellos casos en los que el daño a la propia salud o a la de terceras personas aumenta.





HACHÍS (porros)

¿Qué aspecto tiene?

Bolas o planchas; como barro prensado de marrón oscuro (chocolate). Hojas secas. Aceite (como alquitrán).

¿Cómo se toma?

Se mezcla con tabaco y se lían unos cigarrillos que se llaman porros, petas, canutos, etc. A veces se come.

¿Qué efectos suele producir?

Relaja, desinhibe. Puede funcionar como facilitador de las relaciones sociales.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.

Alteraciones psicológicas: dificultades de memoria y concentración, alteraciones perceptivas, disminución del interés y la motivación.

Su consumo continuado puede producir adicción, especialmente cuando se consume en la adolescencia.

Se consumen fumados en un cigarrillo liado con tabaco, recibiendo diversas denominaciones: porro, canuto, peta, joint, etc.



Síntomas de abuso o dependencia de cannabis

Abandono del grupo de amigos no consumidores. Desinterés por actividades que no tengan relación directa con el consumo.

Preocupación por disponer de cannabis.

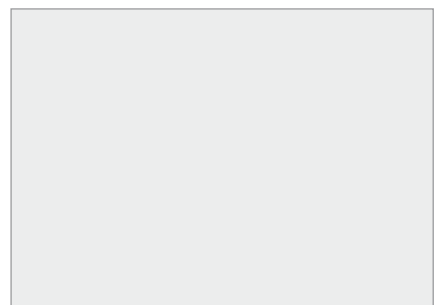
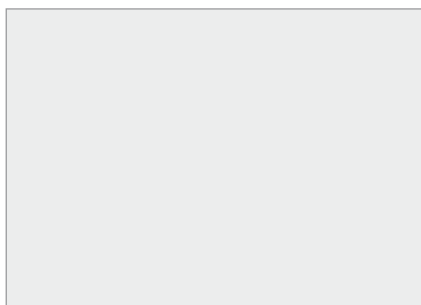
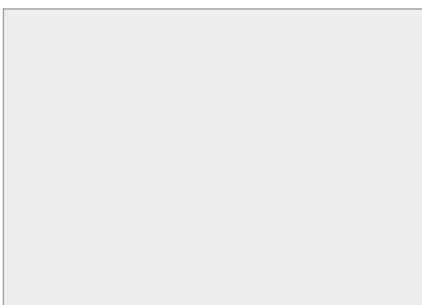
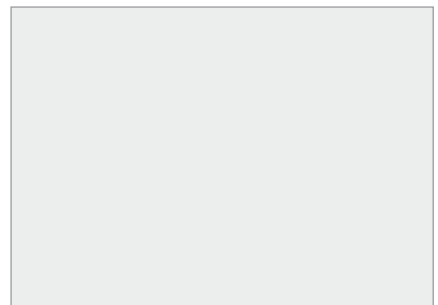
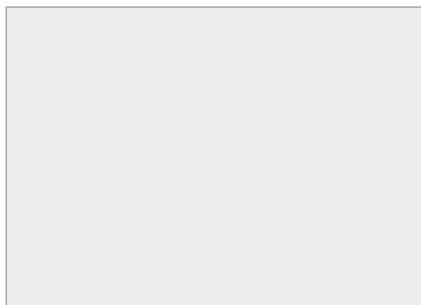
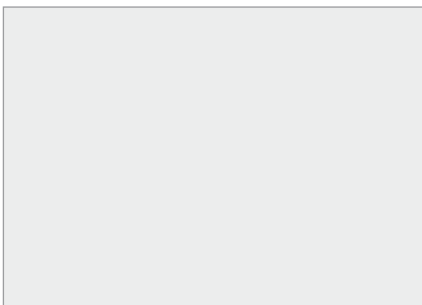
Uso compulsivo del cannabis.

Problemas de rendimiento escolar o laboral.

Irritabilidad, agresividad, inquietud, nerviosismo, disminución del apetito y dificultades para dormir, que ceden al consumir cannabis.

Cannabis y rendimiento escolar

El consumo de cannabis durante la adolescencia se asocia con dificultades escolares, peores notas, menor satisfacción escolar, actitudes más negativas hacia la escuela, aumento del absentismo, abandono de los estudios y fracaso estudiantil.





Efectos a largo plazo

- Problemas de memoria y aprendizaje
- Peores resultados académicos. Abandono prematuro de los estudios.
- Dependencia (7-10% de los que lo prueban).
- Trastornos emocionales (ansiedad, depresión) y de la personalidad.
- Enfermedades bronco-pulmonares y determinados tipos de cáncer.
- Trastornos del ritmo cardíaco (arritmias).
- Psicosis y esquizofrenia (especialmente en individuos predispuestos).

Efectos tras el consumo

- Relajación, somnolencia, sensación de lentitud en el paso del tiempo.
- Desinhibición, alegría desmedida, enrojecimiento ocular.
- Aumento del ritmo cardíaco y la tensión arterial.
- Sequedad de boca.
- Percepción distorsionada.
- Empeoramiento del tiempo de reacción y de la atención.
- Dificultades para pensar y solucionar problemas.
- Dificultad de coordinación.

Cannabis y Psicosis

El consumo de cannabis puede dar lugar a varios tipos de trastornos mentales, entre los que se incluyen los trastornos psicóticos. Su consumo aumenta más de cinco veces el riesgo de padecer psicosis a lo largo de la vida. Cuanto antes se comienza a consumir y más frecuente es el consumo, mayor es el riesgo.

ABOGADO Hipólito Gómez Muñoz
Pº Pamplona 4, 8ºA. 50004
ZARAGOZA. 976 231 363

FARMACIA Jesús Maorad Bello
Avda. de América, 52
ZARAGOZA. 976 271 991

MUSEO ARTÍSTICO DE BURETA
Pza. Condes de Bureta, 4. 50547
Bureta ZARAGOZA. 976 868 799

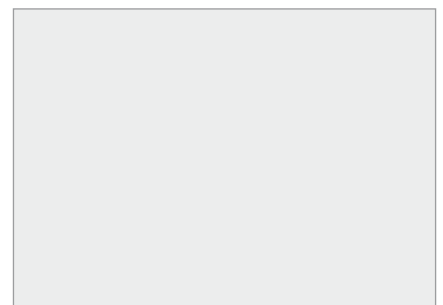
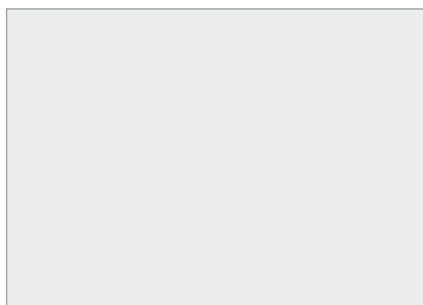
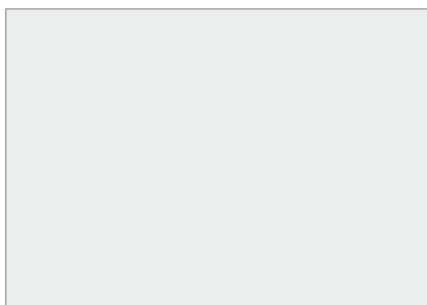
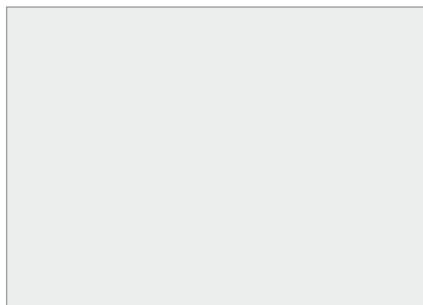
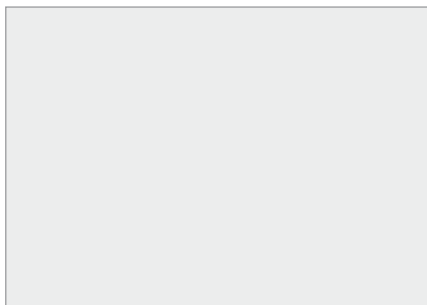
GESTORÍA Lorente y Álvarez Cuevas
C/ San Clemente 8, 6ºA. 50001
ZARAGOZA. 976 213 029

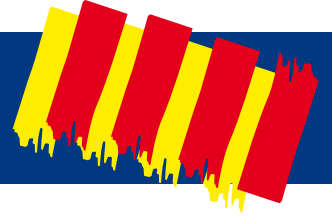
ABOGADO Martín Bona García
C/ Tomás Bretón 48, 3ºC. 50005
ZARAGOZA. 976 557 603

FARMACIA Manuel Catalán Calvo
C/ Manuel Serrano Sanz, 10. 50009
ZARAGOZA. 976 550 470

ABOGADA Begoña Heras Yanguas
C/ Espoz y Mina 6, 2º
ZARAGOZA. 976 216 962

FINCAS Monsalud
C/ Alfonso I 36, pral. A. 50003
ZARAGOZA. 976 393 925





COCAÍNA

¿Qué aspecto tiene?

Polvo blanco cristalino, parecido a la sal.

¿Cómo se toma?

Normalmente se esnifa, también se inyecta y se fuma mezclada con tabaco.



¿Qué efectos suele producir?

Estimula, excita, disminuye la fatiga, el sueño y el apetito. Aumenta la seguridad subjetiva y produce vivencias de bienestar. Puede provocar agitación, impulsividad y agresividad.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? **Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.**

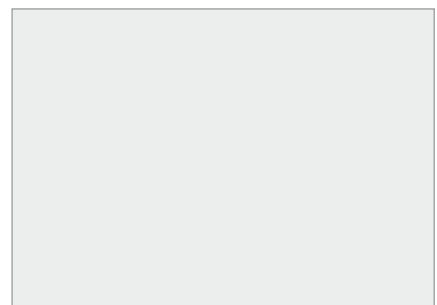
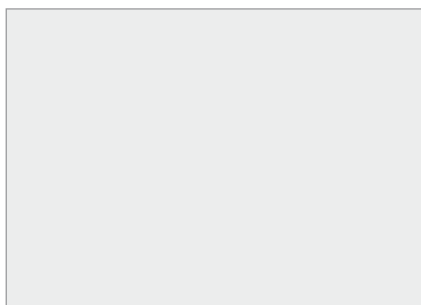
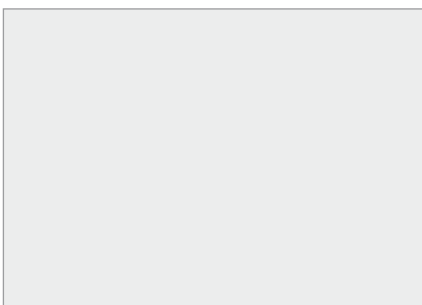
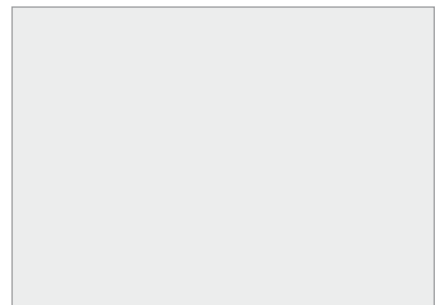
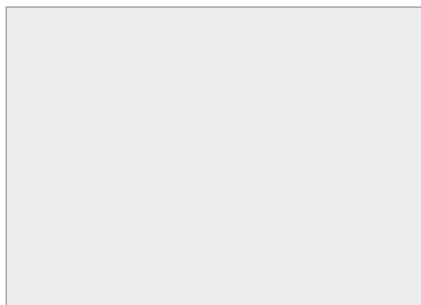
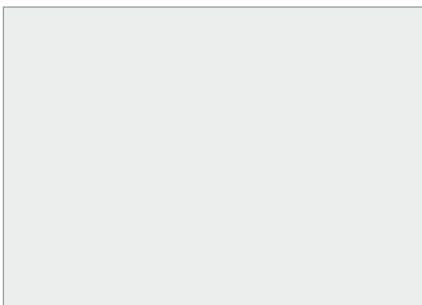
Alteraciones cardiocirculatorias: infartos, hipertensión, hemorragias cerebrales. Alteraciones mentales: delirios, agitación, insomnio, irritabilidad, depresión de rebote. Lesiones locales de la mucosa nasal.

Combinar sustancias aumenta los riesgos

La mayoría de los estudiantes consumidores de cocaína, consumen además otras drogas, especialmente alcohol, cannabis y tabaco. Esta combinación aumenta los riesgos, ya que a los que tienen de por sí el consumo de cada droga por separado hay que añadirle los que se producen por mezclarlas.

Cocaína y alcohol

Se ha demostrado que existe una interacción muy peligrosa entre la cocaína y el alcohol. Cuando se usan conjuntamente, el organismo las convierte en etileno de cocaína. El efecto del etileno de cocaína en el cerebro es más duradero y más tóxico que cuando se usa cualquiera de estas drogas por separado.





DROGAS DE SÍNTESIS (éxtasis)



¿Qué aspecto tiene?

Pastillas de distintas formas, tamaños y colores.

¿Cómo se toma?

Se tragan.

¿Qué efectos suele producir?

Estimulan y disminuyen el sueño y el cansancio. Desinhiben y proporcionan una vivencia de fácil contacto interpersonal.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? **Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.**

Alteraciones mentales: ansiedad, pánico, depresión de rebote, delirios, insomnio, trastornos de memoria y concentración. Riesgo de shock: golpe de calor.

ALUCINÓGENOS (ácido, LSD)

¿Qué aspecto tiene?

Pastillas en un trozo de papel secante impregnado con el ácido.

¿Cómo se toma?

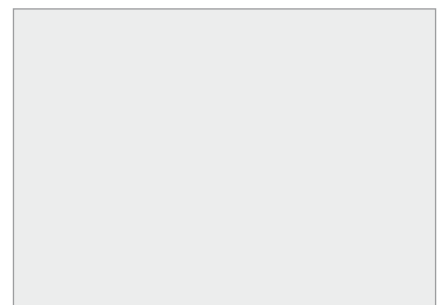
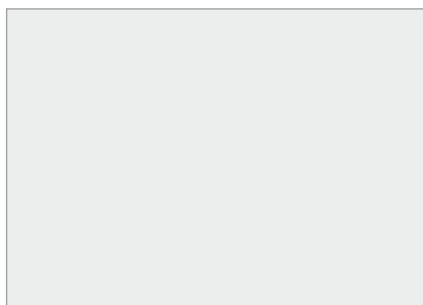
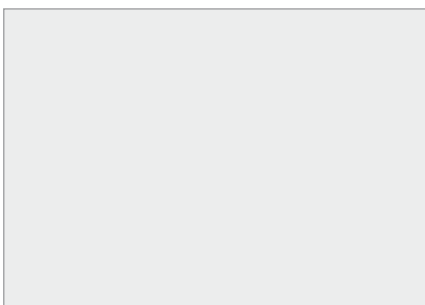
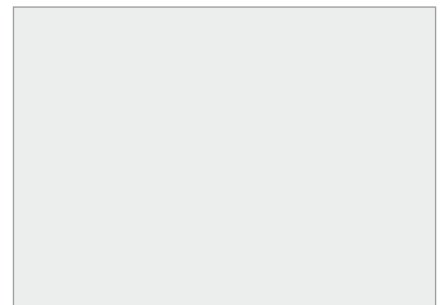
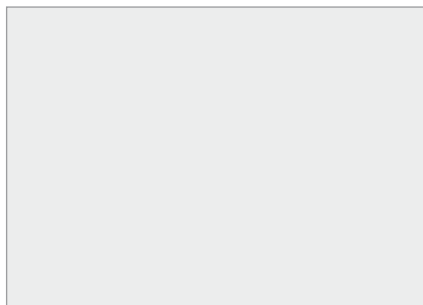
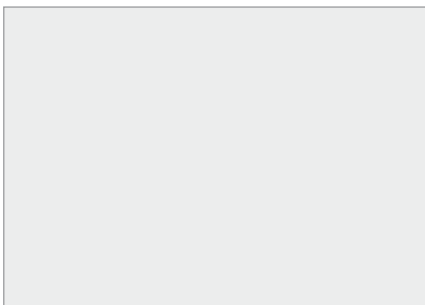
Se tragan.

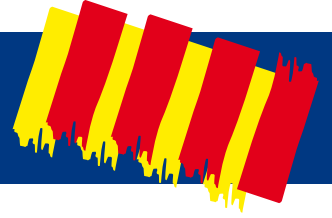
¿Qué efectos suele producir?

Provocan alteraciones en la forma de ver la realidad, ampliando o distorsionando las formas de las cosas, los colores, los tamaños y los sonidos.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? **Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.**

Alteraciones mentales: insomnio, delirios, alucinaciones, trastornos del estado de ánimo, irritabilidad.





HEROÍNA

¿Qué aspecto tiene?

Polvo de color blanco como la harina o marrón oscuro como el azúcar moreno.

¿Cómo se toma?

Se inyecta, se fuma o se inhala.

¿Qué efectos suele producir?

Relaja y elimina el dolor y la ansiedad. Induce el sueño y disminuye el estado de alerta y el funcionamiento mental.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.

Alteraciones digestivas: falta de apetito, estreñimiento. Alteraciones cardiocirculatorias: hipotensión. Alteraciones del sistema nervioso: trastornos de memoria y atención, pérdida de motivación, depresión. Alteraciones metabólicas.

Los actuales tratamientos para la adicción a la heroína son efectivos. Hoy en día existe una amplia variedad de tratamientos que ayudan al heroínomano a abandonar el consumo.

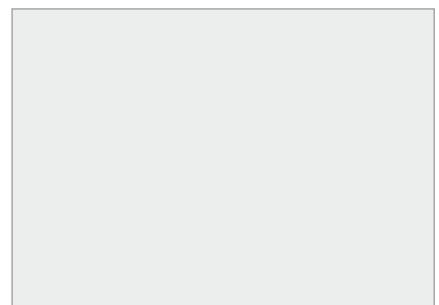
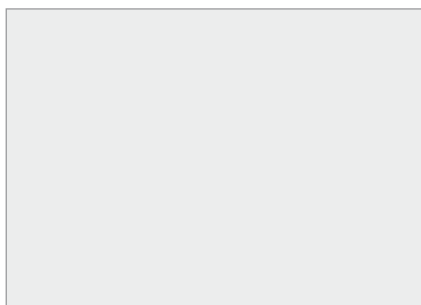
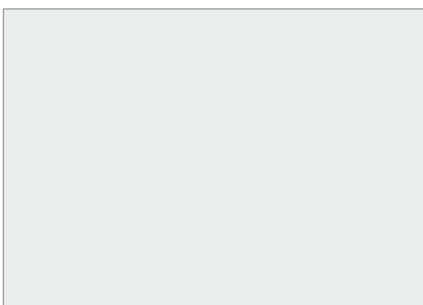
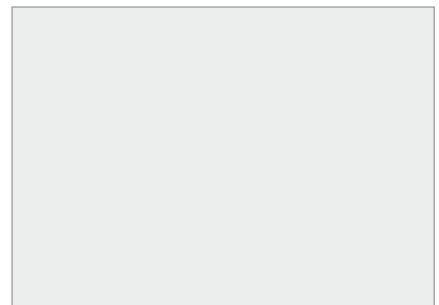
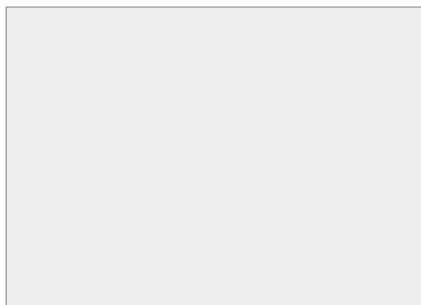
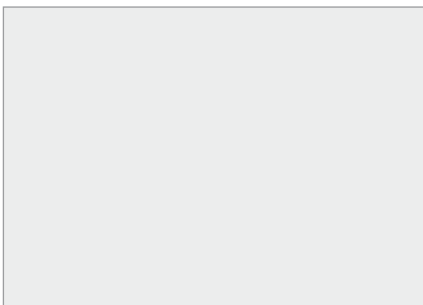
La heroína, de cualquier manera que se consuma, produce una fuerte tolerancia y dependencia, por lo que el consumidor aumenta rápidamente la dosis. Frecuentemente se pasa a la vía inyectada para poder obtener efectos más intensos con la misma cantidad.

Aunque los adulterantes de la heroína provocan importantes problemas de salud, la heroína en sí misma conlleva importantes riesgos que varían dependiendo de la forma de consumo.

Un consumidor de heroína que sea portador del VIH, si comparte jeringuilla o mantiene relaciones sexuales sin protección, aunque sea una sola vez, puede contagiar a otro el VIH.

Riesgos y consecuencias del consumo de heroína

- Tolerancia
- Adicción o dependencia
- Enfermedades infecciosas (VIH, hepatitis)
- Infección del endocardio y válvulas del corazón
- Artritis y otros problemas reumáticos
- Venas colapsadas
- Abscesos cutáneos





FÁRMACOS ESTIMULANTES (anfetaminas)

¿Qué aspecto tiene?

Cápsulas, comprimidos o ampollas inyectables.

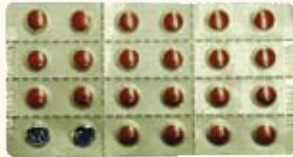
¿Cómo se toma?

Se tragan o se inyectan.

¿Qué efectos suele producir?

Estimulan, excitan, quitan el sueño, aumentan la vivencia de energía y disminuyen la sensación de fatiga y el apetito.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.



Alteraciones mentales: delirios, alucinaciones, insomnio, irritabilidad, trastornos de la concentración. Alteraciones cardiocirculatorias: hipertensión, taquicardia, infartos...



FÁRMACOS DEPRESORES (barbitúricos, tranquilizantes, hipnóticos)

¿Qué aspecto tiene?

Cápsulas, comprimidos o ampollas inyectables.

¿Cómo se toma?

Se tragan o se inyectan.

¿Qué efectos suele producir?

Tranquilizan, calman la excitación nerviosa dan sueño.

¿Cuáles son los riesgos de un consumo continuado? Todas las drogas producen dependencia psíquica y, la mayoría, también física.

Alteraciones neurológicas: temblores, vértigo. Alteraciones mentales: irritabilidad, depresión, deterioro psicológico general.

