



La asociación convierte a los jóvenes en auxiliares de jardinería

TALISMÁN

## Iniciativa social

# Acabar con los prejuicios para lograr un empleo estable

► Una asociación busca formar a jóvenes con discapacidad intelectual

I. ZAMORA  
MADRID

Que la discapacidad intelectual no se convierta en una barrera insalvable para quien la padece es el principal objetivo de la Asociación Talismán, ubicada en Madrid y que, a través del proyecto «jardín de los Sentidos» pretende ayudar a los más jóvenes a conseguir una estabilidad personal y laboral plena. El programa, impulsado por Obra Social «la Caixa», dio el pistoletazo de salida en el año 2012 en la Comunidad con un propósito claro: convertir a sus integrantes en auxiliares de jardinería y prepararles, así, para acceder a un puesto de trabajo estable.

La discapacidad con la que cuentan estos chicos, aseguran a este periódico desde el colectivo madrileño, «no debería suponer impedimento alguno» a la hora de aprender un oficio. «Nuestro objetivo es la inserción social de los jóvenes y la mejora de su calidad de vida», destacan en la asociación.

El tipo de apoyo prestado desde Talismán es diferente, eso sí, en función de las distintas necesidades de cada uno de los jóvenes que integran el proyecto. «No todos los chicos pueden adquirir una destreza profesional completa debido a su situación, por lo que desde la asociación nos encargamos

de complementar la formación en jardinería con educación básica y otro tipo de actividades culturales, artísticas y deportivas que pueda servirles de ayuda de cara al futuro».

El proyecto «jardín de los sentidos» se desarrolla en la Sierra Oeste de Madrid, una zona, asegura el colectivo, «deprimida y con un elevado índice de desempleo». «El paro juvenil es muy acusado, lo que dificulta mucho la integración de los jóvenes con discapacidad intelectual».

### Concienciación necesaria

El futuro, sin embargo, es esperanzador para muchos de los jóvenes que acuden a la Asociación Talismán. «Los chicos podrán acceder a empleos como auxiliares de jardinería en los que están tutelados, así como a otros puestos en los que desempeñen tareas sencillas y repetitivas que puedan realizarse por ellos mismos».

La concienciación de los empresarios, no obstante, es clave para mejorar la vida de las personas con discapacidad. «La mayoría de los habitantes de la zona son pequeños empresarios y ven difícil contratar a este tipo de jóvenes a pesar de las ayudas». Es, dicen desde la Asociación Talismán, la asignatura pendiente.

### Datos útiles

Calle Santa Catalina, número 6. San Martín de Valdeiglesias, Madrid.  
Teléfono: 659 452 754  
www.talismán.org

## Nutrición

# Demuestran que comer sin hambre es malo para la salud

Una investigación dirigida por Brian Wansink, de la Universidad de Cornell, y Koert Van Ittersum, de la Universidad de Groningen, revela cómo afecta a la salud consumir alimentos cuando no se tiene hambre. Bajo el título «La Ciencia del comportamiento de comer», el estudio prueba que la clave radica en los picos de glucosa en sangre que se producen tras la ingesta de alimentos, sobre todo, con los hidratos de carbono, siendo un marcador de riesgo cardiovascular si se dispara. En el estudio, en el que participaron 45 estudiantes, se observaron unas diferencias marcadas en las oscilaciones de glucosa entre los individuos que comieron una ración de hidratos con mucha hambre y los que apenas tenían ganas de comer. El primer grupo registró picos inferiores al segundo, ofreciendo así pistas sobre los riesgos que implica comer en exceso. **S. S. FERRI**



## Enfermedades

# La vitamina D palía la actividad de la esclerosis múltiple

Los estudios han constatado que las personas que tienen bajos niveles sanguíneos de vitamina D tienen mayor riesgo de desarrollar esclerosis múltiple. Es más, los afectados con baja concentración de vitamina D tienen una mayor discapacidad y una enfermedad más «activa». Según muestra un estudio llevado a cabo por investigadores de la Facultad de Medicina John Hopkins de la Universidad de Baltimore (EE.UU.) y publicado en la revista «Neurology», los pacientes que toman suplementos con altos contenidos de vitamina D3 ven disminuida la hiperactividad del sistema inmune que ocasiona la enfermedad. Peter A. Calabresi, director de la investigación, destaca: «Nuestros resultados son ciertamente emocionantes, pues la vitamina D tiene el potencial de convertirse en un tratamiento barato, seguro y muy conveniente para los pacientes con esclerosis múltiple». **M. LÓPEZ**

## Migración laboral

# Cae el número de médicos que van a trabajar fuera de España

La Organización Médico Colegial (OMC) ha expedido 2.917 certificados de idoneidad a médicos para salir fuera de España a trabajar y también a cursar estudios, una cifra que muestra un cambio de tendencia con respecto a los últimos años en los que se había experimentado un aumento progresivo y supone el primer descenso desde 2011. Si ese año se pidieron 1.380 peticiones, en 2012 fueron 2.405; en 2013, 3.279 y el año pasado de 3.300. Cataluña releva a Madrid como la región que más solicitudes requiere. Según informa el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos (Cgcom), en los cinco últimos años los médicos españoles han solicitado más de 13.000 certificados de idoneidad y son datos que ponen de manifiesto la «precaria» situación de los

