

Cartas al director

Los textos dirigidos a esta sección no pueden exceder las 30 líneas y deben ir firmados. Debe adjuntarse fotocopia del DNI del remitente y número de teléfono. DIARIO DE NOTICIAS se reserva el derecho de publicarlos, así como el de resumirlos y extraerlos. No se devolverán originales ni se mantendrá correspondencia.

>> Dirección: Cartas al Director, Alttzate 8, Polígono Areta, 31620 Huarte-Pamplona.

>> Correo electrónico: cad@noticiasdenavarra.com

Podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición sobre sus datos identificativos dirigiéndose al responsable del fichero, ZEROA MULTIMEDIA, S.A. en Pol. Ind. Areta, Calle Alttzate, Nº 8 (31620) Huarte.

Política lingüística del Gobierno de Navarra

Los navarros (les califico de navarros y no de navarristas, como se autodenominan ellos, porque navarrista es el que defiende a Navarra ante todo y por encima de todo, incluidos sus intereses particulares, y navarro es el que antepone las prebendas y privilegios que le concedan desde Madrid ante la traición y entrega de Navarra al poder central, por intereses bastantes cual fervientes descendientes del conde de Lerín) anuncian una manifestación para el 2 de junio en contra de lo que ellos llaman "imposición del euskera por el actual Gobierno de Navarra".

La organiza la dirección de UPN y la secundan, ¡cómo no!, el PPN y el PSN.

A propósito de las mentiras que están soltando para justificar la manifestación sobre la (inexistente) imposición del euskera por el Gobierno cuatripartito, conservo, y lo expongo para refrescar la memoria de la ciudadanía, una noticia aparecida en DIARIO DE NOTICIAS, allá por el martes 20 de enero de 2004, cuando el desgobernado de UPN, con el joto de Corella al frente, se proyectaron las obras faraónicas que han hipotecado las arcas de la Hacienda foral hasta 2030 por turbios intereses que, como repetía en cada programa del concurso televisivo

Un, dos, tres... la actriz Fedra Lorente en el papel de la Bombi, se preguntaba: ¿Por qué será...?

La noticia a que me refiero es el informe proveniente de la Oficina Europea de las Lenguas Minoritarias, con el titular *Severo correctivo desde Europa al trato oficial del euskera en Navarra*. Se destaca, así mismo, "Según un informe, la Comunidad foral es el único lugar de la UE en el que el Gobierno trata de hacer retroceder a una lengua minoritaria".

Entresaco del citado informe: "En la UE se entiende que la lengua es patrimonio de toda la comunidad, no sólo de sus hablantes". "Nunca habíamos visto algo así: en vez de ir hacia adelante se va hacia atrás".

El documento centra su análisis en la Ley del Vascuence de 1986. De ella critica la zonificación (algo también insólito en Europa) y considera muy negativo el famoso decreto que supuso un retroceso en el desarrollo de los derechos lingüísticos y generó gran contestación social.

Añade el informe, "Implementar políticas que discriminen positivamente la lengua minoritaria en ningún momento puede interpretarse como discriminar al hablante de la lengua normalizada...".

Estos sólo son algunos retazos del informe en cuestión, para su lectura completa se puede acudir a la hemeroteca del día señalado.

José Martín Alústiza Madinabeitia

23 años sin ti. Mercedes Navarro in memoriam

La vida es larga, la vida es corta... pues según para quien, ¿verdad Mercedes? Para ti fue larga en hacer favores y pagarnos caros... porque con sólo 38 te la segaron a tiros. No sé si el tiempo lo borra todo, mi córtex frontal lo pone en duda. Yo, Mercedes, te recuerdo todos los días. La cadena de favores la comenzaste desde muy joven en Brasil, Guinea, México, también, cómo no, en tu patria chica. Y en Bosnia, sin tu quererlo, te la cortaron...

Dicen todas las personas que te

conocieron que me parezco cada vez más a ti. Qué más quisiera, hermana, porque sólo en lo físico que no se osmotiza a tu valentía, tu feminismo sin extremismo ni tu gran corazón globalizado.

Ya son 23 años sin ti. Largos, porque no te veo, ni te siento... Cortos porque parece que fue ayer cuando un 29 de mayo me llamaron desde Mostar, pero no fue tu voz la que escuché. Llevaste a San Fermín. Aunque allí dejaste su capote. Rociera de pro, morías en plena peregrinación rociera. Ahora las medallas cuelgan en tu sepultura.

Hermana, allá dónde estés, sé feliz como tu sabes haciendo favores a tus congéneres..., porque el mayor favor que se te podía hacer a ti era pedirte uno.

Ya 23 sin ti... Mercedes.

Nuria Navarro Rodríguez

Vielen danke

El otro día vi en la televisión un programa sobre cáncer infantil, trataba de mostrar la realidad de aquellas personas que lo viven. Se veía mucha fuerza y autosuperación en los más grandes, e inocencia en los más pequeños, que saben que algo pasa pero no saben el qué. Recuerdo que una chica decía que lo más duro de tener cáncer es ver mal a la familia, que quiere pero no puede hacer nada más que apoyar y, sobre todo y ante todo, ser fuerte. Después de Sanfermines hará un año desde que me diagnosticaron leucemia, y el pasado jueves 17, cinco meses desde que fui trasplantado de médula gracias a una persona que, con poco, me ha dado algo tan grande como la vida. Voy a estar eternamente agradecido de ese pequeño gesto que ha tenido, que por suerte me ha tocado a mí. Pero también voy a estar agradecido a la gente que me rodea día a día, a mi familia y amigos, todos los trabajadores/as que han convivido conmigo en algún momento y, sobre todo, a mi madre por aguantarme y a María por enseñarme y ayudarme a ser quien soy ahora mismo.

Ekaitz Jabbar

LA CARTA DEL DÍA

Proyecto del primer bosque terapéutico de Navarra

POR Iosu Cabodevilla Erasó

El pasado martes 22 de mayo se dio a conocer públicamente, en el marco de una jornada sobre *Bosques algo más*, organizada por la Asociación Forestal de Navarra (foresna), la Unión de Selvicultores del Sur de Europa y el Gobierno de Navarra, y que tuvo lugar en el Planetario de Pamplona, el proyecto de creación del primer bosque terapéutico de Navarra. Hasta ahora los bosques nos aportaban su riqueza en madera, leña, caza y últimamente en los llamados frutos del bosque (setas y hongos). También, no debemos olvidar la importancia de los ecosistemas forestales en la lucha contra el cambio climático, la contaminación, el agua...

Nadie pone en duda que la prevalencia de muchas enfermedades es atribuible a la mala calidad del aire que respiramos y a estilos de vida poco saludables de la población en general. La llamada terapia forestal o *Baños de Bosque-Oihan Bainua* se ha convertido en un reconocido método de salud y los estudios científicos van revelando interesantes datos sobre sus efectos beneficiosos. Pasar entre árboles y conectar con su entorno natural a través de nuestros cinco sentidos de manera relajada y silenciosa mejora nuestra salud física y mental. Con la necesaria prudencia se puede señalar cómo el contacto con los bosques incide en un menor estrés, con una reducción de los niveles en sangre de algunas hormonas como el cortisol, la adrenalina y la noraadrenalina, que contribuyen a la mejora de parámetros cardiovasculares (reducción del ritmo cardíaco y reducción de la presión arterial). También se van teniendo datos que apuntan a que el contacto con los bosques mejora la salud mental y produce un estado general de relajación, bienestar a nivel emocional y sensación de paz. Mencione aparte requieren los prometedoros estudios que va aportando la neurobiopsicoimmunología, y que respaldan a que el contacto con la naturaleza disminuye la actividad del córtex prefrontal y aumenta el riego en el cíngulo anterior y la insula, áreas relacionadas con la empatía y el altruismo.

A nivel del sistema inmunológico hay estudios que sugieren que las células NK, Natural Killers, o células asesinas, que son un tipo de linfocitos con capacidad de detectar tanto células infectadas por virus o bacterias como células cancerígenas y destruirlas, aumentan con los paseos por el bosque. Esta mejora del sistema inmunológico y el aumento de NK se debe a que los árboles generan

unas sustancias volátiles, llamadas fitonocidas, que inhalamos cuando estamos en un medio forestal.

Estas evidencias científicas han sido claves para que el Baño de Bosque-Oihan Bainua se despliegue en varios países y que se abran líneas de investigación, a nivel internacional, que estudian los efectos sobre nuestro organismo.

Entre 2004 y 2008 un estudio europeo: *Forests, Trees and Health and Human Well-being*, en el que participaron 19 países, analizó las oportunidades que los bosques y espacios verdes ofrecen en el ámbito de la salud, y concluyeron que el uso y disfrute de los bosques contribuye a la mejora de la salud y el bienestar de la población, ayuda a reducir los gastos públicos de las administraciones sanitarias en Europa y beneficia las economías locales.

La organización británica Fields in Trust acaba de hacer público un estudio en el que sostiene que los usuarios habituales de parques y espacios verdes tienen menos probabilidades de visitar a su médico de cabecera, y que los parques de Reino Unido ahorran a su sistema sanitario más de 111 millones de libras al año. Los pioneros de los Baños de Bosque-Oihan Bainua fueron los japoneses, que desde 1982 promueven esta actividad, a la que llamaron shinrin-yoku.

Navarra, con su enorme extensión forestal, que contiene la tercera parte de hayedos de la península ibérica, no podía quedar al margen de esta tendencia de aprovechar los efectos benéficos en la salud que nos proporcionan los bosques y en la actividad social y económica generada en torno a los mismos.

El valle pirenaico de Erro/Erroibar, con una gran parte de su superficie cubierta de bosque autóctono, hayedos y robledales bien conservados, es el lugar elegido para la ubicación y desarrollo de este proyecto de implantar el primer bosque terapéutico de Navarra. Estos montes cuentan con proximidad a la capital navarra y un alto valor paisajístico y natural, ya que parte de la zona está incluida en la Zona Especial de Conservación (ZEC) denominada Monte Alduide, y son parte de la Red Natura 2000 de Navarra. Además, la zona está catalogada como Área de Importancia para Aves (IBAS), es decir una zona crítica para la conservación de las aves y la biodiversidad. Terminó con las palabras del filósofo norteamericano Henry David Thoreau que decía: "hay momentos en que toda la ansiedad y el esfuerzo acumulados se sosiegan en la infinita indolencia y reposo de la naturaleza". ●

El autor es psicólogo clínico



"Líderes en la prestación de servicios de Internet Comunitario en Navarra"

INTERNET COMUNITARIO DE ÚLTIMA GENERACIÓN

- > Hasta 50 Mb reales
- > Desde 8,18* €/mes (IVA incl.)
- > Sin cuota de línea
- > Sin permanencia



* El precio final depende de la velocidad contratada y del número total de vecinos conectados al servicio. Alta e instalación del servicio no incluida. Consultar precios.

www.internetcomunitarioevel.com

948 104 113

¡LLAMA AHORA Y CONSULTA TU COBERTURA!