



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

DOMINGO 19 DE FEBRERO DE 2017

EL DÍA:

CC ESGRIME LA LEY DEL SUELO COMO PILAR DE SU PASO AL "BIONACIONALISMO"

Lejos de las críticas de PSC, NC y Podemos al texto, CC presenta la norma como clave en su pretendida transición de un nacionalismo "administrativo" a uno en armonía con el medio.



CC esgrime la Ley del Suelo como pilar de su paso al "bionacionalismo"
Álvaro Morales, Tenerife

Pese a que también tiene marejada interna, CC alardea de que su congreso de marzo lo marcará la transparencia y el debate sobre ideas. Por eso, presenta las 6 ponencias previstas como pilares de su estrategia a medio y largo plazo y, analizando solo la número 3, resulta palpable que hay sustancia, profundidad y perspectiva histórica y científica, por mucho que, como se sabe, del dicho al hecho haya excesivo salto demasiadas veces. Esa ponencia versa sobre la transición que quiere hacer de lo que llama un "nacionalismo administrativo" muy centrado en los logros financieros a uno que emplea términos llamativos que, seguro, crearán satisfacción, sorpresa y



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

alivio en muchos; así como críticas y hasta sonrojo en otros si se atiende a la trayectoria de CC y nuevas leyes como la del suelo.

Lejos de eso, CC quiere entrar en lo que denomina "bionacionalismo" esgrimiendo como una de las claves la nueva normativa de ordenación como herramienta para la sostenibilidad y la adaptación a estos tiempos de calentamiento global y cambio climático (que cree irrefutables), con sus múltiples riesgos ambientales.

Poco le importa que partidos como NC o Podemos presenten ese texto como un peligro precisamente para el desarrollo sostenible y que el PSOE se desmarque ahora, ya fuera del gobierno, del alcance del órgano regional que debe fiscalizar los planes locales para que estudie también los insulares. Para CC, la ley resulta imprescindible para equilibrar el Archipiélago, luchar contra el despoblamiento de ciertas Islas (sobre todo El Hierro, La Gomera y La Palma) o comarcas y reimpulsar un menguante sector agrario, lastrado, en su visión, por la maraña legislativa y los obstáculos para facilitar el uso del suelo.

Los encargados de elaborar esta ponencia, aún pendiente de las alegaciones, han sido los diputados regionales David de la Hoz (Lanzarote) y Guadalupe Taño (La Palma). Bajo el lema de "Pensando en el futuro, una Canarias sostenible", con el título de "Apostar por la sostenibilidad para un desarrollo equitativo" y con el objetivo de afrontar "el reto de hacer posible el futuro", la ponencia no tiene desperdicio. Para empezar, alude a científicos (sin dar nombres) que dan por hecho que la acción del hombre en el planeta, sobre todo en los dos últimos siglos, nos ha introducido en la era geológica del "Antropoceno". Entre otras cuestiones, se resalta que "hoy hay más árboles



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

plantados que silvestres, y más biomasa en humanos y ganado que en todos los demás grandes animales juntos. Nuestra actividad está transformando la morfología de la costa, los ciclos hidrológicos, la química de los océanos y las fluctuaciones del clima", advierten.

Por supuesto, esto afecta más a territorios insulares y CC recuerda que en el Pacífico y el Caribe se multiplican las investigaciones, entre otras cosas porque se alteran los procesos de fotosíntesis de muchas plantas y cambian los ciclos hidrológicos de evaporación y precipitación. Una situación que a CC le preocupa, sobre todo, por el peso del turismo y el desconocimiento general sobre estos riesgos aquí.

Ante esto, la ponencia recomienda pensar de forma "sistémica" y pone a Lanzarote como ejemplo de equilibrio entre lo económico, social y ambiental: un referente de eficiencia, "éxito turístico" y nuevas fuentes de empleo. Por eso, plantea hallar este esquema en cada una de las Islas, con sus particularidades, pero sin depender solo de lo que demanda el turista. Además, se avisa de que la concienciación del visitante asentará cada vez más el "turismo moral, sostenible, el ecoturismo, alternativo, comunitario, cultural...".

En un mundo "hipercomplejo" y de supuestas certezas que se diluyen, CC asume que debe "repensar el nacionalismo" y dejar atrás el de "corte administrativo, preocupado por la financiación o autogestión, la abstracción histórica y de algunas tradiciones, pero que ignora el presente contemporáneo y sus transformaciones sobre el concepto de identidad". De aquí quiere llegar al "bionacionalismo" y al reequilibrio poblacional, para lo que cree imprescindible una ley del suelo que otros la conciben como lo más



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

alejado de lo sostenible, pero que CC resalta por su "protección ambiental y de los espacios naturales", por "simplificar el uso del suelo para mejorar la calidad de vida" y evitar el éxodo rural.

Aunque seguramente otros partidos criticarán a CC por los saltos del dicho al hecho, esta ponencia tercera es valiente y subraya que este tránsito hacia la sostenibilidad va mucho más allá de lo actual, de lo urgente, de la crisis, que se presenta también como oportunidad. Por eso, subraya que "no vale el argumento de que ahora no toca, que los ciudadanos tienen otros problemas más urgentes e inmediatos. Sin duda alguna, los tienen, pero todo lo que suponga solamente parchear ahora y no solucionar determinadas causas estructurales sería una dilación inútil". De ahí que insistan en la necesidad de que, a través de la "reflexión seria y serena, haya cambios profundos, de estructuras y de ordenamiento de la convivencia que, entre otras cosas, requieren de otro anclaje de Canarias en la Constitución que atienda las especificidades. También una mayor integración en la UE y asumir un papel estelar como RUP y como el territorio más poblado de la Macaronesia. Según CC, debemos convertirnos en "locomotora y núcleo de una región natural con enorme potencial de futuro".

La sostenibilidad como marca de Canarias

Ahora que se han puesto de moda eso de las marcas (como la de España), esta ponencia de CC asegura que Canarias también la necesita y ha de fundamentarse en la sostenibilidad y, por ende, en las energías renovables "no como un fenómeno experimental, sino una necesidad que se impone en el corto y medio plazo". Además, la presenta como un valor añadido para la oferta turística. Eso sí, justo después, los ponentes sostienen que "la apuesta



Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

por una economía diversificada basada en pequeñas y medianas empresas sumamente ágiles y competitivas, con presencia en los mercados internacionales, así como una agricultura moderna y orientada a la ecoeficiencia, son las claves del éxito", pero no dan muchos detalles de cómo hacerlo. Lo que sí hacen es instar a crear "un nacionalismo de certezas, de decidir entre todos qué espacio queremos ocupar como pueblo en el contexto global".

París, la energía, el agua, residuos, el transporte...

Pese a la actual urgencia social, una tarea inaplazable

Desde luego, CC no duda del cambio climático. Es más, advierte de que, si se incumple el Acuerdo de París y, en 2100, la Tierra es de 3 a 4 grados más cálida, "las consecuencias serán dramáticas y la vida de las generaciones futuras cambiará de manera drástica, con multiplicación de incendios, sequías, huracanes y otros fenómenos climáticos extremos; deforestación, desertización y derretimiento de los polos; inseguridad en la producción alimentaria global y grandes desplazamientos de refugiados climáticos; extinción masiva de especies animales y transformación de la geografía del planeta, con islas y ciudades costeras luchando por sobrevivir a la subida del mar". Ante esto, insiste en la sostenibilidad para "replantear las relaciones de los canarios entre sí y con el territorio (...), con un desarrollo que satisfaga las necesidades de la generación presente sin comprometer las del futuro". Entre otras cosas, aluden al llamado "techo ambiental" (límite máximo en el uso de los recursos disponibles) y el "suelo social" (límite de bienestar social). Además, alertan de la desigualdad social que deja la crisis, sobre todo entre hombres y mujeres, los niños en exclusión o el empeoramiento de los



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

indicadores de igualdad y violencia de género. CC apuesta también por mejorar el transporte público y las comunicaciones (eje interinsular y por más y mejores conexiones externas); por la descarbonización, diversificación, el ahorro de la energía y por seguir ejemplos de autonomía limpia como el de El Hierro frente a las trabas estatales, así como por mayor eficiencia en la gestión y calidad del agua y del tratamiento de los residuos.

LA PROVINCIA:

MINIBOMBEROS DE LA TIERRA

Canarias importa de países como Holanda, Kenia o Israel más de 70 millones de insectos al año para erradicar las plagas de los cultivos

A. Rodríguez

EL CASERÍO DE TEMISAS REPARTE 700 LITROS DE ACEITE ENTRE LOS

OLIVICULTORES

La almazara municipal Caserío de Temisas ha repartido los 700 litros de aceite de oliva producido en la última campaña entre los 39 agricultores de la comarca del sureste que se han acogido a este servicio.



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Desde el Ayuntamiento de Agüimes se ha apostado por mantener abierta la almazara y prestar servicio durante las ocho semanas en las que se han recibido aceitunas para la elaboración de aceite, en un año que se ha caracterizado por una escasa producción a nivel insular.

Durante la campaña de elaboración de aceite de oliva se aportaron en torno a 6.000 kilos de aceituna, de los que se obtuvieron unos 700 litros de aceite de oliva virgen extra. Entre los agricultores se repartirán 550 litros y los 150 restantes se pondrán a la venta próximamente a través de la red de museos de Turismo Rural Agüimes. Destaca de esta campaña, donde la calidad no está reñida con la cantidad, que el aceite de oliva Caserío de Temisas es un aceite de oliva "virgen extra" de calidad con gran personalidad e identidad, con unos aromas frescos que recuerdan a la hierba recién cortada, y equilibrio en lo que a aroma, picor y amargor se refiere.

LA OPINIÓN DE TENERIFE:

MINIBOMBEROS DE LA TIERRA

Canarias importa de países como Holanda, Kenia o Israel más de 70 millones de insectos al año para erradicar las plagas de los cultivos

A. Rodríguez



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

EL INDEPENDIENTE DE CANARIAS:

COMO MEJORAR LA SALUD CON EL CONSUMO ABUNDANTE DE ALIMENTOS VEGETALES



Recientemente la experta nutricionista Isabel Megías, declaraba que hoy día existe suficiente consenso científico para afirmar que, si se quiere mejorar la salud con la dieta, hay que priorizar el consumo de alimentos vegetales. Esa dieta debe ser, por un lado, abundante en frutas, verduras, hortalizas, frutos secos y legumbres, y, por otro, moderada en cereales y féculas (con preferencia por los integrales), lácteos (y sin caer en los derivados ricos en grasas y azúcares) y proteínas animales (carnes, pescados y huevos). Además, habría que potenciar el uso de alimentos frescos y promover una elevada variabilidad en su consumo, a la par que evitar alimentos procesados ricos en grasas y azúcares. Tomar zumos, batidos o triturados de frutas, verduras y hortalizas es un modo de hacerlo.

Las diferentes asociaciones, organizaciones y sociedades científicas relacionadas con la alimentación recomiendan que la dieta contenga al menos cinco raciones al día de frutas, verduras u hortalizas.

Es más, la Organización Mundial de la Salud (OMS) hace hincapié en el aumento del consumo de estos dos tipos de alimentos como uno de los consejos que hay que tener en cuenta en la elaboración de políticas y directrices dietéticas nacionales, tanto para la población como para los individuos. Y es que cada vez existe mayor evidencia de que hay una ingesta insuficiente de este tipo de alimentos, lo que se relaciona con una mayor



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

incidencia de varias enfermedades. La OMS estima que en 2010 unos 6,7 millones de muertes se debieron a un consumo inadecuado de frutas y verduras.

Las frutas, verduras y hortalizas son alimentos poco calóricos, ricos en vitaminas, minerales y fibra y otras sustancias beneficiosas como los fitoesteroles, flavonoides y otros antioxidantes. El contenido calórico de las frutas que más consumimos varía entre las 30 y 50 kcal por cada 100 g, es decir, unas 70 o 100 kcal por ración de fruta, mientras que su contenido en hidratos de carbono (mezclas de fructosa, glucosa y sacarosa habitualmente) se sitúa entre 5 y 10 g por cada 100 g en la mayoría de las frutas.

El consumo variado de frutas y verduras ayuda a asegurar una ingesta adecuada de muchos de esos nutrientes esenciales. Así pues, se debería potenciar el consumo de este tipo de alimentos en su forma fresca y evitar derivados procesados que puedan contener mayor aporte calórico, menos fibra, menos vitaminas y minerales y más azúcares.

El creciente auge de la alimentación sana estimula también a la industria alimentaria para adaptar su gama de productos a estas nuevas modas. Una de las grandes modas de los últimos años han sido los zumos y las dietas "detox". En estos momentos hay un gran consenso entre los profesionales que aseguran que el organismo no necesita desintoxicarse de la dieta habitual y que más bien es preciso modificar la alimentación para adaptarla a las recomendaciones que las sociedades científicas brindan. Por tanto, como con todos los alimentos, también los zumos se deberían tomar de manera controlada.

No obstante, el hecho de que se ponga de moda la fruta y la verdura sí es positivo, si no nos dejamos engañar por falsos mensajes de salud. Consumir zumos, batidos o triturados de frutas, verduras y hortalizas (fijándonos en su contenido nutricional) puede ser una muy buena manera de empezar a incorporar este tipo de alimentos a la dieta de personas que no los toman.

La opción idónea es escoger preparados caseros en los que se conserve la fibra de estos alimentos (es decir, no quitar la pulpa, ni colar el zumo y triturar toda la fruta o verdura sin descartar parte del alimento) y no añadir azúcar u otros alimentos dulces. Lo mismo se debería hacer cuando se trate de un preparado procesado: se recomienda escoger purés más que zumos concentrados y evitar añadidos de azúcares o similares. La clave estará en observar los ingredientes y su composición nutricional antes de decidir.



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Otra de las novedades del mercado de los zumos son los llamados cold press o prensado en frío. Este tipo de preparación asegura una mayor preservación de vitaminas en el producto final. Además, incorporan, de nuevo, hortalizas y verduras como parte de los ingredientes.

Por lo general son mezclas de zumos, concentrados de zumos y triturados de frutas y verduras sin ningún otro ingrediente añadido, de manera que su contenido en fibra puede ser mayor que en los zumos. Así pues, de nuevo será el listado de ingredientes y la composición nutricional del producto lo que dará la clave para saber cuán recomendable es.

Sin duda, este tipo de bebidas son más recomendables que zumos azucarados o bebidas refrescantes azucaradas y pueden, por tanto, ayudar a mejorar el perfil de bebidas que tomamos. Sin embargo, no deberían hacer olvidar que lo aconsejable de verdad es consumir fruta y verdura y que su ingesta no equivale al de estos alimentos. Además, cabe destacar que algunas de las alusiones de salud que se utilizan ("detox", "forever young", "the green medicine") están por completo fuera de lugar y para nada justificadas.

Maria Elda Cabrera. ASSOPRESS