

XII SEMANA CULTURAL DE MAYORES

En pasadas fechas se celebró la XII Semana cultural de mayores, que bajo el patrocinio de la Conserjería de Bienestar Social ha organizado el Consejo de Mayores de los Hogares 1 y 2, con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de C. Real, Excmo. Diputación Provincial y Centro de Salud Nº 1 de C. Real.

La primera de las conferencias nos la ofreció Don José López de la Franca, titulada «PERSONAJES DE LA MANCHA». En la que fue desgranando el talante manchego de diversos notables hombres de nuestra capital y provincia.

Durante toda la semana se han ido sucediendo los espectáculos empezando por la exhibición de gimnasia, bailes de salón y la actuación de la rondalla y grupo de baile de los centros de Ciudad Real, también el grupo teatral «Jóvenes de la Tercera Edad» nos ofrecieron dos divertidos sainetes con los que pasamos una tarde muy agradable.

El primero de ellos se titulaba «LOS ANTIPÁTICOS DEL SEGUNDO» y nos describe las relaciones de los vecinos y contó con la intervención de EMILIA RUIZ, ANTONIA FUNEZ, ROSARIO MOYA, ANTONIA MEDINA y JULIA MEDINA.

En el segundo de los sainetes, cuyo título era LA REAL GANA, fue interpretado por el cuadro de actores de la tercera edad, dirigidos por don Angel Raboso, con el siguiente reparto : RO-

SARIO MOYA, JULIA MEDINA, FELIX BARREDA, ANGEL RABOSO, PEDRO GARCÍA.

En estas obras, como es norma de sus autores LOS HERMANOS ALVAREZ QUINTERO, la gracia y la carcajada está presente en todo momento y la interpretación que hicieron nuestros actores fue muy aplaudida por el numeroso público que llenaba el teatro, que pasó una tarde muy agradable y divertida.

Actuaron en días sucesivos los grupos de las escuelas de danza de «María José Melero», de «Cristina Cañizares» y el grupo de baile flamenco «Bahía de Cádiz», Así como la gran voz de nuestro cantante local Javier Palomares que como todos sabemos sus actuaciones se cuentan por éxitos. Y la coral polifónica del Centro de Mayores de Almadén, todos actuaron con mucha ilusión y nos hicieron pasar, todos los días, muy buenas y gratas veladas.

Hemos disfrutado del espectáculo de la revista «Luna show» que dirige Rafael Luna que con su gran profesionalidad consigue con tan solo seis personas completar el cuerpo de baile. La actuación del cómico Manojó Catalino que nos hizo reír más y mejor,

dejándonos entrever su respeto hacia los mayores y la gran voz de Carmen Mora, que nos deleitó con un precioso repertorio de canciones de siempre que gustan a todos.

También la magia estuvo presente con la actuación del «Mago Michel» que con sus trucos nos hizo creer lo increíble. Y a continuación el arte flamenco de Luisita de Huelva y Perico de La Mancha, que derrochando arte estuvieron superiores, incluso cantaron juntos fandangos de picadillo y resultó una tarde completa y divertida.

El concurso de petanca se celebró en el parque de Gasset, los pescadores compitieron en el pantano del Vicario, los restantes juegos se desarrollaron en los dos centros de mayores, así como las tres interesantes conferencias que nos han ofrecido Don José López de la Franca, y los doctores Don Fernando Colado Pines que nos habló de «La Artrosis» y Don Francisco Angora Mazuecos que explicó los Trastornos Genito-Urinaris, dos temas muy interesantes.

Felicitemos a todos los que de una u otra manera, han intervenido en la puesta en marcha de estos actos, así como a las personas participantes, porque nos han hecho pasar una Semana Cultural muy entretenida. ¡Gracias!

G. Creus



APUNTES SOBRE LA ARTROSIS

Como todos sabéis, dentro de la XII Semana Cultural se dieron varias conferencias y una de ellas fue pronunciado por Don Fernando Colado Pines (Diplomado en Reumatología) que versó sobre La Artrosis.

Don Fernando nos dijo que la artritis es un proceso degenerativo que sufren las articulaciones; puede aparecer sin causa aparente a los 40 - 50 años, esta sería una artrosis primaria, O a causa de un sobreesfuerzo o por un traumatismo o golpe, esta es la artrosis secundaria. Al iniciarse la enfermedad el dolor es porque el cartílago que recubre los huesos como un amortiguador, va perdiendo sus propiedades.

Existe un amplio programa de tratamiento para frenar la enfermedad, que el médico aplicara en cada paciente y si la evolución de las lesiones esta muy avanzada, se tomaran medidas ortopédicas y quirúrgicas, para restaurar la función de las articulaciones.

Por regla general en casa podemos hacer diversos tipos de tratamientos como, ejercicios recomendados por el fisioterapeuta que haciéndolos diariamente nos servirán de

gran alivio, así como aplicarnos calor, que puede ser una bolsa de agua caliente, una manta o cojín eléctrico, que relajara nuestra musculatura. En casos especiales será necesario hacer Rehabilitación, con diversos tipos de tratamientos como pueden ser fisioterapia, masajes, hidroterapia, onda corta, etcétera. Los balnearios una o dos veces al año producen efectos muy beneficiosos.

ARTROSIS no es lo mismo que ARTRITIS, la Artrosis es una enfermedad degenerativa, es decir como un desgaste progresivo de las articulaciones. La Artritis son inflamaciones, que tienen más gravedad y sale con hinchazón, enrojecimiento de la articulación y aumento de la temperatura.

También el doctor nos infundió un poco de esperanza al comentarnos que en los últimos años las investigaciones se encaminan hacia atajar el deterioro de los cartílagos, y por lo tanto, hacia su curación.

Agradecemos al doctor Don Fernando Colado el interés que ha puesto en hacernos una exposición clara y comprensible de dicha enfermedad.

G. Creus