



PUESTA A PUNTO. Varias mujeres realizando ejercicio físico en un gimnasio. / LA VERDAD

Los castellano-manchegos valoran su cuerpo por encima de la media nacional, según un estudio de un portal web

¿La autoestima? Bien, gracias

OTI RODRÍGUEZ ALBACETE

Satisfechos con su cuerpo. Según una encuesta nacional de tendencias alimenticias y de cuidado personal, elaborada por el portal de Internet www.nutricion.pro, que ha investigado los hábitos más saludables de 1.890 españoles de todas las comunidades autónomas del país, los castellano manchegos valoramos nuestro cuerpo con una nota media de 6,02. Dato que se sitúa por encima de la media nacional valorada en un 5,77.

En este estudio, además de destacar esta nota media sobre el cuerpo, se pueden apreciar diferencias de autoestima según las autonomías. En este sentido, Madrid, Murcia y Canarias son las comunidades que más alto se puntúan físicamente con un 6,30, 6,29 y 6,25 sobre 10 respectivamente.

En la parte más baja de la lista se encuentran los cántabros, los asturianos y los catalanes con una media de 5,05, 5,34 y 5,44 respectivamente. Por lo que los castellano manchegos, nos encontramos en un nivel medio-alto de grado de autoestima si lo comparamos con estos datos.

Importante para ligar

La mayoría de los encuestados de nuestra comunidad reconocen que si que se fijan en el físico a la hora de elegir pareja. Además, casi la mitad de los encuestados, un 44,73%, declara que no cuida su cuerpo, mientras que un 42,1% si que mantiene una alimentación sana y hace algo de deporte, pero sólo un 13,15% hace deporte.

La dieta y el ejercicio, esenciales

O. RODRÍGUEZ ALBACETE

Por otro lado, dentro de los hábitos de vida que los manchegos utilizamos para adelgazar, un 44,73% opta por la dieta mediterránea y algo ejercicio. Un 31,57% sigue una dieta equilibrada junto a algo de actividad física. La vía de dietas como Atkins, South Beach, Montignac, disociada, o dietas exprés sólo es practicada por un 10,81% de la población frente a un 5,26% que prefiere dietas naturistas como macrobiótica, vegana, vegetariana, zen o frutívora.

Atendiendo a los cuidados del cuerpo en verano, la mayoría opta por no hacer nada especial cuando llega el calor, no obstante, si lo hacen durante las demás épocas del año, en verano lo mantienen. Sólo un 13,15% asegura cuidarse un mes antes y un 10,52% tres meses antes.

Liposucciones y abdominoplastias, operaciones estéticas más habituales en Albacete

Asimismo, un 52,63% de los castellano-manchegos sólo cuidan su salud si es preciso, frente a un 2,63% que se realizan chequeos semestrales completos. En el lado intermedio, un 28,94% de los encuestados visita al médico una vez al año para consultar como se encuentra, y un 15,78% no vigila su salud nunca.

A golpe de bisturí

Cuando se habla de salud y valoración del cuerpo, es importante conocer los hábitos alimenticios y cuidado personal, pero cada vez más se relaciona un pequeño cambio en el cuerpo con el bisturí. A nivel regional, el 47,37% de los castellano-manchegos asegura que si pudiese se realizaría una abdominoplastia enfocada a tener un abdomen plano y firme.

La segunda operación más solicitada sería un aumento, elevación o reducción de pechos, seguido de la corrección de las bolsas de los párpados, de un cambio en todo el cuerpo y operación de glúteos. Otro pequeño sector de la población opta por implantes capilares, lifting facial y rinoplastia.

En el caso de la provincia, y consultando algunas de las principales clínicas que realizan operaciones de estética, desde estos centros aseguran que la operación más solicitada en el aumento de pechos, en chicas de entre 20 y 30 años, y reconstrucciones mamarias a partir de los 30 años.

Otras de las operaciones más realizadas en la provincia son las liposucciones y abdominoplastia, es decir reducción del abdomen, junto algún retoque de nariz.

La ministra de Igualdad inaugurará las Jornadas de Cooperación al Desarrollo de la Universidad regional

LV ALBACETE

Con la finalidad de colaborar en el logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio, la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM), a través de su Fundación General, ha organizado las V Jornadas Interuniversitarias de Cooperación al Desarrollo. En esta edición estarán centradas en la igualdad, el género y el empleo.

Las jornadas tendrán lugar el próximo 15 de octubre en el Paraninfo Universitario del Campus de Albacete. En el acto de inauguración de las mismas está prevista la presencia de la ministra de Igualdad, Bibiana Aído, así como la del rector de la Universidad regional, Ernesto Martínez Ataz.

La participación en estas V Jornadas Interuniversitarias de Cooperación al Desarrollo podrá convalidarse por un crédito de libre configuración y las personas interesadas podrán inscribirse hasta el próximo 30 de septiembre.

Contenido

En cuanto al programa está previsto que a lo largo del día 15 de octubre, y tras al acto inaugural, tendrán lugar tres mesas redondas y una intervención inaugural que correrá a cargo de la miembro titular del Consejo de Administración del Instituto Europeo de Género, Enriqueta Chicano Jávega.

A partir de las doce y media, la concejal de Cooperación al Desarrollo e Inmigración, Rosa Pérez Iniesta, moderará la prime-



Bibiana Aído. / LA VERDAD

Está previsto que se celebren el 15 de octubre en el Campus de Albacete

ra mesa redonda sobre género y desarrollo. En la misma intervendrán el secretario del Patronato de Ipade, Juan Carlos Díaz; la coordinadora del Instituto de Estudios del Hambre, Carmen Lahoz; la secretaria general de Aieti, Mercedes Ruiz-Giménez; y la presidenta de la asociación Desarrollo Cultural, María Bastida.

Por la tarde el profesor de la Universidad regional, Joaquín Aparicio Tovar, moderará la segunda mesa redonda que versará sobre políticas de igualdad y agentes sociales, en la que participarán la consejera de Trabajo y Empleo, María Luz Rodríguez, y la secretaria para la Igualdad de UGT, Almudena Fontecha.

La Junta invertirá 710.000 en ayudas para fomentar la producción cinematográfica

LV ALBACETE

El Gobierno de Castilla-La Mancha destinará 711.430 euros para el fomento de la cinematografía y el audiovisual a través de diversas órdenes de ayudas para este sector. La cantidad se repartirá entre 81 proyectos diferentes, divididos en las modalidades de festivales y semanas de cine, cortometrajes y largometrajes.

El número de proyectos beneficiarios en la modalidad de largometraje es de una veintena, para los que se destinarán un total de 380.000 euros, ya sea para la producción del mismo o para el desarrollo del largometraje.

Entre las productoras beneficiarias, se encuentran Felipe Si-

món, S.L., por *Días sin sombra*; Elemental Films, con *Luna caliente*, *El reto de Juanelo* y *Leonardo Da Vinci*; Mateomateo Comunicaciones, S.L., por *La mujer sin piano* o *La Cantera Producciones*, S.L., por *Tránsitos*.

En cuanto a los cortometrajes, las ayudas concedidas se elevan a 153.580 euros, que de repartirán entre 38 proyectos diferentes. Desarrollo, producción y postproducción, son las categorías en las que se divide esta modalidad, entre cuyos beneficiarios se encuentra Daniel Sánchez Chamorro, por su proyecto *Lines*; Enrique González Gandarillas, por *Cruza-dos*; o Producciones Valdum, por su título *Un pez que va por el jardín*.