

Reconocimiento a la fidelidad y permanencia



HOMBRES Y MUJERES CON VARIOS AÑOS DE LABOR, SERÁN ESTIMULADOS EN OCASIÓN DEL DÍA DEL TRABAJADOR DEL PARTIDO

Por **ORLANDO FOMBELLIDA CLARO**
Fotos **RAFAEL MARTÍNEZ ARIAS**

A todos los entrevistados, cuyas fotos y declaraciones aparecen en esta página, los conozco desde hace varios años, no de vista, sino de relacionarme con ellos, tanto por cuestiones de trabajo como personales, por lo que doy fe de su dedicación al trabajo, solidaridad, sencillez y modestia.

APEGADO A LA VERDAD Y ÉTICA PROFESIONAL



Juan Enrique Farrell Villa, manzanillero de pura cepa aunque vive en Bayamo hace más de dos décadas, es encarnación de amor al Periodismo desde que comenzó a ejercerlo, en 1972, hasta el presente, en el que puede colgar los guantes, digo, la agenda, lapicero y grabadora, y acogerse al retiro.

Sin embargo, continúa construyendo contenidos periodísticos sobre la agricultura, la agroindustria azucarera, o cualquier hecho noticiable. En sus 45 años de desempeño profesional, Farrell Villa siempre se ha propuesto, asegura: “asumir el ejercicio del Periodismo revolucionario con modestia, sencillez y riguroso apego a la verdad, la ética y respeto a las fuentes y lectores”.

PLUMA Y AGENDA POR ESTETOSCOPIO Y ESFIGMO



Con 22 años de edad, María Antonia Valerino San Pedro traspasó, en marzo de 1982, el umbral del diario *La Demajagua* y ocupó la plaza de asistente de redacción, luego fue correctora, y estudió Licenciatura en Periodismo en la Universidad de Oriente, mediante la modalidad de cursos por encuentros para trabajadores.

Sus colegas le decimos doctora, pues quiso estudiar Medicina, y hace bastante tiempo está especializada en el tratamiento periodístico de temas de salud.

“Para mí, todos estos años como trabajadora del Partido han devenido escuela, porque en su rigor, disciplina, puntualidad y seriedad, me he formado como profesional”, afirma.

“No me concibo desempeñándome en otro sector, en él maduré mi carácter, sumé a mi vida compañeros, amigos, familiares, alegrías, también tristezas... en fin, lo que soy hoy, con 57 años de edad”.

RAMÓN CORONADO, PINTOR MURALISTA



“Toda mi trayectoria laboral ha transcurrido aquí”, dice Ramón Adolfo Coronado Vázquez, sentado ante una gran mesa del taller de vallas, en la Unidad de Propaganda del Partido en Granma.

Cuarenta años atrás comenzó de impresor por serigrafía, pero dadas sus dotes para plasmar imágenes en papel, lienzo o madera, devino muralista autodidacto y deja su sello en imágenes de patriotas, lugares y hechos históricos, colocadas en las carreteras granmenses.

Mongui, como le dicen los familiares, amigos y compañeros, resume en pocas palabras sus cuatro décadas de faenas en horario diurno, también nocturno y sábados y domingos, si es necesario: “Mucho sacrificio y entrega para poder cumplir las tareas asignadas, pues en ocasiones no damos abasto.

“En los tres talleres en que he trabajado (de impresión screen, de diseño y el de vallas) me he sentido bien y me ha gustado lo que hacía y lo que hago”.

HASTA QUE LLEGUE LA JUBILACIÓN



Salvo un corto lapso que trabajó en los Comités de Defensa de la Revolución, la vida laboral de Maira Araújo Yero ha transcurrido en el Partido, primero en el Comité municipal de Bayamo, como especialista de Opinión del Pueblo, y después, hasta la actualidad, en el Comité provincial.

En la última estructura mencionada fue oficinista de la actividad de revisión y control, luego del equipo de mecanografía del Comité provincial, en el cual “hacíamos lo referente a lo mecanográfico de todas las oficinas, de manera muy unida”.

Maira es en el presente secretaria A del Departamento Ideológico, integrado por cinco personas, a quienes agradece la confianza que en ella tienen: “En el Partido he trabajado toda mi vida, esforzándome por hacerlo bien; he tenido muy buenos compañeros y jefes. Aquí pienso jubilarme”.

BETICO, EL PESCADOR



Dos meses, nada más, disfrutó del descanso el chofer Alberto Enrique Hernández Ramírez (Betico), al jubilarse, en 2005, pues Lázaro Expósito Canto, en esa fecha primer secretario del Partido en esta provincia, le pidió retornar como contratado.

Es graduado de Técnico Agrícola, fue profesor de operadores de los primeros tractores soviéticos que entraron a Cuba, colaborador civil en la construcción de una secundaria básica donada por Cuba a Jamaica, y combatiente internacionalista en Angola.

Era chofer del delegado en Oriente del Instituto Nacional de Reforma Agraria (Inra), Emilio Loo Hernández, al ser este elegido primer secretario del Partido de Granma, en 1976.

Ahí comenzó su estancia en el organismo político. Fue chofer, también, de Roberto Damián Alfonso González, quien sustituyó a Loo Hernández; de protocolo y de una guagua. Ahora conduce un auto ligero.

Para Betico, más que aficionado, adicto a la pesca con cordel, las mayores satisfacciones en su ocupación ante el timón son: “Estar cerca de Fidel y Raúl Castro Ruz, de Juan Almeida y otros altos dirigentes cubanos, y darles la mano varias veces, en particular al Comandante en Jefe”.

Juan Farrell, María Valerino, Ramón Coronado, Maira Araújo y Alberto Hernández recibirán, este sábado, certificados de reconocimiento a sus años de labor, en el acto central de Granma para festejar el Día del trabajador del Partido, el 16 de abril.

Asimismo, lo hará otro numeroso grupo de cuadros, funcionarios y trabajadores, por acumular uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis y más lustros de labor en el organismo político; a todos, sinceras felicitaciones.



Vida y salud

Por **MARÍA VALERINO SAN PEDRO**
mariaval@enet.cu

¿Cómo enfrentar la depresión?

A tono con el Día mundial de la salud, celebrado el pasado 7 de abril, y cuyo lema fue depresión, conversamos hoy sobre esta enfermedad mental con el doctor Ismael Santos Cabrera, especialista en Psiquiatría, psicoterapeuta y profesor consultante de la Filial de Ciencias Médicas Efraín Benítez Popa, de Bayamo.

“La depresión afecta por lo menos a 350 millones de individuos en el mundo (morbilidad) -explica- y es el trastorno mental más frecuente después de los de ansiedad. Constituye la principal causa de discapacidad, perjudica más a la mujer que al hombre y es más frecuente en las personas obesas.

“En sus formas moderadas a severas contribuye al suicidio, fenómeno que está presente entre las 10 primeras causas de muerte en Cuba.

“La depresión es distinta a la variación del estado de ánimo o del humor, pues es un trastorno cualitativo del psiquismo, caracterizado por tristeza, falta de energía, incapacidad para sentir placer, disminución o pérdida del interés, y en esto se diferencia de los trastornos de ansiedad, que pueden tener como síntoma un estado de ánimo abatido.

“Esta patología, además, se acompaña de reducción del deseo sexual, insomnio, disminución del apetito, pérdida de peso, desesperanza, ideas de autorreproche y suicidas, sentimientos de culpa, pesimismo y actos suicidas que llevan a cabo sin verbalizarlo.

“La afeción no solo es bastante usual, sino que muchas veces es mal diagnosticada por médicos inexpertos; por lo cual más de la mitad de los pacientes no son tratados.

“Es el resultado de interacciones complejas de factores biológicos, psicológicos y sociales que responden adecuadamente si se adopta un tratamiento integral y sistémico, basado en un programa de estrategias comunitarias eficaces que contribuyen a su prevención.

“Lleva dieta adecuada, práctica de ejercicios que puede ser en forma de bailoterapia, corregir los pensamientos negativos transformándolos en positivos, mediante la psicoterapia y de la orientación psicológica, activación de los procesos psicológicos, desarrollar la asertividad y la resiliencia que favorecen la autoestima.

“También afrontamiento de las situaciones desagradables, incluso, a veces, posponiendo su resolución hasta tanto no mejore la autoestima, y otras técnicas psicológicas y relajación. Es preciso, en depresiones severas, un tratamiento farmacológico con antidepresivos y ansiolíticos por el médico general o el psiquiatra”, expresa.

El doctor Santos Cabrera agrega que esta es una afeción prioritaria en nuestro Sistema de Salud para tener una óptima calidad de vida y, asegura, puede revertirse en tres meses con un tratamiento correcto.

“Los niños y adolescentes que hacen ejercicios son menos propensos al padecimiento que constituye un fenómeno en aumento por diversas causas, como envejecimiento poblacional, necesidades insatisfechas, pobreza, marginación, migraciones, violencia, aumento del terrorismo y de las enfermedades crónicas no transmisibles y uso de fármacos que la provocan.

“Contribuyamos todos a disminuir en nuestra provincia los casos de depresión, haciendo cada cual, profesionales de la Salud de un lado y pacientes de otro, lo que nos corresponde”.