

## ENCUESTA

**ABIGAIL ARGÁIZ**  
Gasolinera (Arnedo)

Se lleva mal porque ha habido un cambio muy drástico. Hemos pasado de muy mal tiempo a mucho calor. El trabajo, sobre todo si es al aire libre, se hace mucho más duro, te cansas más. Con este calor también se duerme peor pero con el ventilador, menos ropa y bajando las persianas vamos pasando.



**DELIA HERNÁNDEZ**  
Ama de casa (Arnedo)

Es insoportable. De todas maneras, estamos a finales de junio y es normal. En casa estoy a todas horas con el abanico pero hasta la gente que tiene aire acondicionado en el trabajo lo pasa mal. Mi marido lo tiene y vuelve fatal, sobre todo por el contraste con la temperatura tan alta de la calle.



**EUGENIO MANZANO**  
Quiosquero (Arnedo)

Este calor es muy fuerte, inaguantable y como tengo que trabajar dentro del quiosco es todavía peor. Estas temperaturas tan altas me afectan bastante así que, cuando puedo, salgo fuera. El ventilador también ayuda pero de todas formas creo que ya estamos en la época de que haga calor.



**LOLI VALERO**  
Ama de casa (Arnedo)

Creo que hace demasiado calor, aunque ya no sé si es normal o no para la época en la que estamos. El tiempo está bastante raro y a lo mejor dentro de unos días hace mucho frío. En casa se lleva mejor pero con estas temperaturas tan altas la gente que trabaja en las fábricas lo pasará bastante mal.



## EN TRES MINUTOS

| **INMACULADA MARRODÁN** |  
FISIOTERAPEUTA

## «Si se sufre linfedema no hay que bañarse con el mar agitado»

La experta habló ayer sobre los cuidados que se debe tomar en el verano cuando se hinchan los pies o los brazos

A. AZCONA. LOGROÑO

Si con la llegada del verano se imponen los consejos para protegerse del sol, en el caso de las personas que sufren linfedema (es muy frecuente la inflamación de las piernas y brazos), tales precauciones han de cumplirse a rajatabla para no empeorar su situación. Invitada por la Asociación de Lucha contra el Cáncer, la fisioterapeuta Inmaculada Marrodán habló ayer sobre esta patología caracterizada por una acumulación anormal de proteína en los tejidos y que puede presentarse como una consecuencia del cáncer o su tratamiento.

—¿El paciente suele ser consciente de su situación?

—No. Hay una gran desinformación. Hay casos en los que después de operarse del pecho, luego se les engorda el brazo y piensan que esto es algo normal. Cuando la reacción inmediata de-

«Existe desinformación sobre la enfermedad, que, además, no la cubre la Seguridad Social»

be ser ir al médico y evacuarlo rápidamente. Ahora el tratamiento que se aplica es el drenaje linfático manual, junto con los vendajes.

—¿Cómo trata el sistema sanitario esta dolencia?

—En la Seguridad Social no dan este tratamiento porque es muy caro. Hay que tener en cuenta que cada vez aparecen más casos, porque cada vez preocupa más la salud.

—¿Cuál es la regla de oro que deben seguir estos pacientes?

—No se debe tomar el sol y, si se hace, debe ser con protección solar total. Se puede bañar en el mar, siempre y cuando no esté agitado y, si se viaja en avión, se debe ir verificado. El régimen alimentario debe ser permanente y equilibrado. Hay que tener cuidado con el ejercicio físico. Hay quien piensa, por ejemplo, que hacer aeróbic es bueno, pero no es así.

—¿Son todos los linfedemas iguales?

—No. Hay que distinguir entre primarios o secundarios. El primero es hereditario en cual los tanto los ganglios como los vasos linfáticos no existen o son anormales. El secundario suele presentarse cuando se corta el sistema linfático y puede ser consecuencia de un cáncer, de una infección o de tejidos cicatrizados.



FOTO: JUAN MARÍN

## TELÉFONO DEL LECTOR

**941 279105**

Para facilitar el mayor número de llamadas, rogamos sea breve, claro y conciso en su exposición. La Redacción resumirá el contenido de los mensajes. En ningún caso se publicarán llamadas con descalificaciones hacia terceras personas. La crítica política, a personas e instituciones, tiene su espacio concreto en la sección "Cartas al Director", en las páginas de opinión de Diario LA RIOJA.

### Polémica por el Mercado Medieval calceatense

■ La crítica la dejaba hace un par de días un comerciante de Santo Domingo de la Calzada. Según cuestionaba el hombre, durante el Mercado Medieval de diciembre, sólo podían acceder a él los sesenta comerciantes que participan año tras año. Además, acusaba al Ayuntamiento de la ciudad de entregar una subvención de 27.000 euros. Pues bien, hoy comenzamos el Teléfono del Lector con la respuesta de una comerciante de Lardero, que acude al Mercado Medieval calceatense desde sus inicios y que tienen que cumplir algunos requisitos: «Todos los comerciantes que vamos ahí estamos dados de alta como autónomos, registro sanitarios y demás historias», comienza a explicar la mujer. «Cuando comenzó el Mercado, nadie quería ir y era gratis porque no había subvenciones. Los primeros años, sólo éramos entre 15 y 20 los comerciantes», prosigue la señora. «Antes de hablar de la subvención que recibimos, tendríamos que decir lo que nosotros pagamos para estar en el Mercado, porque los responsables no nos pagan alimentos, viajes ni trabajo. Y nosotros, al igual que todos, trabajamos para vivir. El último tema: eso de decir que no entra nadie que no estuvo el año anterior, no es cierto. Si cuando empezamos éramos veinte, y ahora somos más de sesenta. Antes de hablar, le recomiendo al señor que se informe mejor», concluye la mujer.

### Agradecimiento a todo el pueblo de Briones

■ Y seguimos en la época medieval, aunque ahora nos referimos a las jornadas que se llevaron a cabo el fin de semana pasado en la localidad de Briones. La vecina que nos llama, quiere dar las gracias públicamente a todos los que colaboraron en la organización de estas sextas jornadas medievales. «También quiero agradecer a los miles de visitantes que se acercaron a Briones, a pesar del intenso calor que hemos tenido que sufrir todos», señala la mujer. «Estoy orgullosa de ser de este lugar y, ¡Viva Briones!», exclama con alegría la señora.

### La «mala imagen» de Camacho y sus sobacos

■ El Teléfono del Lector escucha todo tipo de sugerencias y quejas, pero la que viene es un tanto inusual. En pleno fervor mundialista, con una España ya en cuartos de final y a punto de jugar contra el local Corea, el siguiente lector quiere hacer hincapié en un detalle que todos nos hemos percatado, pero que hemos tomado con naturalidad: el sudor im-

pregnado en la camisa azul del entrenador español, José Antonio Camacho. Según nos pide Fernando, un vecino de Logroño, nosotros (desde esta sección) tendríamos que hacer algo con respecto a sus sobacos humedecidos (los de Camacho) y la imagen que ofrece el seleccionador. «Leí que hace un par de años, salió al mercado un especie de 'dodoties', que se pega al sobaco para no dar la mala imagen que está dando». Pues, hecha la sugerencia, desde aquí poco podemos hacer, salvo alentar a España para que llegue a ser Campeón del Mundo, más allá de las aureolas que se forman debajo de los brazos de Camacho.

### Extraviado un perro en Murillo del Río Leza

■ La siguiente lectora, que habla en representación de un grupo amantes de los animales, nos comenta que, entre el domingo 17 y el lunes 18 de febrero, alguien recogió en Murillo del Río Leza un perro negro y marrón claro dorado. Dentro de sus características, el animal tiene las orejas caídas y no tiene rabo. Si alguien sabe algo, por favor llamar al 941-255414.

### Quejas sobre alzheimer y discriminación

■ La siguiente lectora, quiere

aprovechar su llamada para hacer dos quejas. La primera va dirigida al Gobierno de La Rioja. Según comenta la señora, cada vez hay más enfermos de alzheimer en la región, «y las plazas existentes son escasas». «Los enfermos necesitan más ayudas desde el Gobierno de La Rioja, que gasta mucho dinero en otras cosas menos importantes», señala la mujer y pasa a la siguiente queja. En este caso es un tirón de orejas para nosotros. Para ella, hemos cometido discriminación en el certamen de 'Palabras de Mujer', comparándola con el concurso literario 'De Buena Fuente'. «Sólo se publicaron las fotos de las dos ganadoras del 'Palabras de Mujer', mientras que en el otro concurso, salió publicada una foto con todos los premiados junto al alcalde, Julio Revuelta. Para ella, esto desalienta a las jóvenes que se presentaron al concurso femenino.

### Esperando al veterinario para una autopsia

■ El siguiente lector logroñés, nos comenta que hace unos días, al ir a su trabajo, tropezó en la Calle Mayor del Casco Antiguo de la capital riojana, con un ratón muerto. «El tema es que unos metros más allá, me topé con un gato con las patas para arriba, lógicamente muerto», indica el señor. «Al cabo de un buen rato, volví a pasar por la calle Mayor y ahí estaban el felino y el roedor, más tiesos que la mojada», continúa explicando. «No sé si estaban esperando a que llegase el veterinario para realizar la autopsia, o qué. No entiendo la razón por la que no limpian la zona», agrega.

### El Ayuntamiento logroñés «sufre daltonismo»

■ Ángel, un vecino de Logroño, dice que cree que el Consistorio de la ciudad sufre daltonismo, «que según la Real Academia de la Lengua es la persona que no distingue los colores», describe el lector. Según comenta, en el cartel de las pasadas fiestas de San Bernabé, el Ayuntamiento utilizó un color en la bandera de Logroño, que no es el original. «Siempre nos quieren meter el color vino para todo, pero ese no es el de la bandera de Logroño», dice.

### Excursiones por Logroño por no girar a la izquierda

■ El conductor que nos llama, dice que desde que se ha prohibido girar a la izquierda en Jorge Vígón y Albia de Castro, hay que irse hasta la rotonda de las casas baratas para salir hacia el oeste. «¿Quién cree que va a realizar una excursión cuando no estén los guardias en esa esquina?», pregunta el hombre.

## PREGUNTA DEL DÍA

¿Cree que hay suficiente información sobre el sida?

TELÉFONO DEL SÍ

**941 279176**

TELÉFONO DEL NO

**941 279177**

www.larioja.com

## PREGUNTA ANTERIOR

¿Secundará la huelga del 20 de junio?

**SÍ 44%**

**NO 56%**