

Reforma del copago farmacéutico

El Consejo de Ministros ha dado luz verde a un nuevo **real decreto-ley**, por el que se **modifica el sistema de aportación de los usuarios en la prestación farmacéutica ambulatoria**. El objetivo es reforzar la **equidad en el acceso a los medicamentos** y garantizar que la situación económica no sea una barrera para la **continuidad de los tratamientos**.

La reforma nace de un contexto en el que se había detectado una carga económica elevada en **pacientes con rentas bajas y medias**, derivada de tratamientos prolongados o de alta necesidad terapéutica. Diversos análisis técnicos elaborados por el Comité Asesor de la Prestación Farmacéutica han puesto de manifiesto que determinados niveles de aportación pueden afectar negativamente a la adherencia terapéutica y favorecer interrupciones o reducciones de los tratamientos por motivos económicos,

En el caso de los **pensionistas**, se introduce una revisión de los tramos de aportación y límites máximos mensuales. Además, se establece la exención para aquellos perceptores de complementos por mínimos y se mantienen las **exenciones** existentes.



Derecho de desistimiento

El **derecho de desistimiento de la Unión Europea** establece que, si compras un producto o servicio online, por teléfono o a un vendedor a domicilio (lo que sería un contrato celebrado fuera del establecimiento), tienes derecho a desistir en un **plazo de 14 días**.

Esto quiere decir que puedes rescindir el contrato en dicho plazo sin tener que dar ninguna justificación, es un **periodo de reflexión**.

Si el plazo de reflexión finaliza un día no laborable, se amplía hasta el siguiente día laborable. Además, **algunos países de la Unión Europea conceden 30 días** para ventas a domicilio no solicitadas o durante excursiones comerciales.

Los únicos **gastos** que corresponden a la persona consumidora, son los de **embalaje y envío**, a excepción de aquellos casos en los que el vendedor se ofrezca a pagar o no informe de esos costes antes de la compra. Algunos casos en los que el plazo de reflexión no

se aplica, excepto en algunos Estados miembros, son los billetes, entradas, reservas, productos perecederos o personalizados, contenidos digitales online, etc.



Huertos urbanos sociales para analizar la contaminación

Investigadores del Centro de Investigación Ecológica y Aplicaciones Forestales (CREAF), en colaboración con la Fundación Ferrer Green for Good, han puesto en marcha el proyecto **HealthyCities4All**, que utiliza huertos urbanos sociales para analizar la contaminación presente en el entorno urbano.

El estudio se desarrolla en dos huertos ubicados en zonas vulnerables del área metropolitana de **Barcelona**: uno en el Instituto Escuela La Mina, en Sant Adrià de Besòs, y otro en el barrio de La Florida, en L'Hospitalet de Llobregat. Ambos espacios han sido transformados en entornos verdes y comunitarios que **promueven la participación vecinal y el bienestar social**, generando beneficios sociales, favoreciendo la cohesión vecinal y ayudando a combatir la soledad.

Para llevar a cabo la investigación, los científicos analizan acelgas cultivadas en estos huertos, ya que esta hortaliza actúa como un excelente indicador de la calidad ambiental. A través de sus hojas **pueden detectarse contaminantes presentes en el aire y en el suelo**.



ECOVIVIENDO

España: perfil de salud 2025

Según el **perfil sanitario nacional 2025 de España** - impulsado por el Observatorio Europeo de Sistemas y Políticas de Salud y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE)-, España sigue siendo uno de los países más saludables de Europa, pero el sistema sanitario muestra algunos signos de desgaste.

Destaca los buenos resultados del Sistema Nacional de Salud en términos de esperanza de vida y cobertura universal, aunque advierte de desafíos relacionados con la falta de

profesionales, las listas de espera y la financiación.

El **informe** sitúa la media de la esperanza de vida en España en 84 años, más de dos años por encima de la media europea. También destaca las **bajas tasas de mortalidad prevenible y tratable**, así como la **cobertura sanitaria prácticamente universal** y el **bajo nivel de necesidades médicas no atendidas**. Sin embargo, entre los problemas crecientes de acceso a la atención sanitaria menciona las **listas de espera** y las necesidades no cubiertas en **salud mental**. Otro reto identificado es la **situación del personal sanitario**



State of Health
ESPAÑA
Perfil sanitario

“Cine Vecino” lleva el cine independiente a las zonas rurales

El Ministerio de Cultura ha presentado la primera edición del programa **“Cine Vecino”**, cuyo objetivo es facilitar la exhibición de películas independientes en pequeños municipios de zonas rurales o despobladas, sin coste para los espectadores. Se enmarca en el Plan de Derechos Culturales.

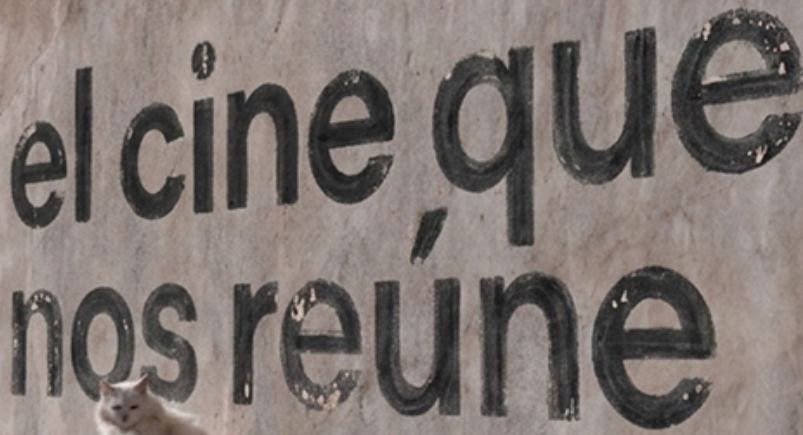
Se financiará con más de 747.000 durante dos años.

La iniciativa se dirige a ayuntamientos, asociaciones y agrupaciones situadas en municipios con menos de 10.000 habitantes que no cuenten con una sala de exhibición cinematográfica en un radio de hasta 25 kilómetros y podrán resultar beneficiarias hasta 200 entidades, que tendrán acceso a un catálogo de 100 películas españolas y europeas al semestre mediante la plataforma digital pública PLATFO.

Película: “Incontrolable”

Sobre la historia real de John Davidson, diagnosticado con el **síndrome de Tourette** a los 15 años. Dos de sus principales síntomas eran sus espasmos y su incontinencia con los insultos, por lo que era señalado como loco por sus compañeros. John luchó con una condición que pocos conocían y, ya de adulto, hizo **campaña en favor de las personas que sufren este síndrome**.

Se trata de una película de Reino Unido de 2025, dirigida por Kirk Jones y cuyo reparto está compuesto por Robert Aramayo, Maxine Peake, Shirley Henderson, Scott Ellis Watson y Peter Mullan, entre otros.



Libro: “Hablemos de menopausia”

Autor: Miriam Al Adib Mendiri.
Editorial: Oberon.
ISBN: 978-84-415-4848-0.
Páginas: 200.

Este libro pretende que la menopausia no coja por sorpresa. Con su característico enfoque biopsicosocial y humanista, la Dra. Al Adib Mendiri desmitifica la menopausia y empodera a las mujeres para tomar **decisiones conscientes e informadas** con respecto a su salud y bienestar.

A lo largo de sus páginas, las lectoras pueden aprender a escuchar y comprender tu cuerpo, a redescubrirse y cuidarse, y a enfrentar este ciclo vital con entusiasmo y serenidad.



Exposición: Chez Matisse

Fecha: Hasta el 16 de agosto de 2026.
Ubicación: CaixaForum Barcelona.

El arte de **Henri Matisse** refleja su **concepción innovadora del color**, su reformulación crítica del cuadro como pura superficie pictórica y su manera de expresar la **ruptura con las normas establecidas** y la búsqueda de una nueva forma de ver y representar el mundo.

La exposición, dividida en ocho ámbitos que muestran su trayectoria y evolución desde el movimiento del fovismo, aborda desde su primer autorretrato hasta la libertad artística de sus últimas obras. Es una selección que procede en su mayoría del Centro Pompidou.

Biblioteca de lectura fácil

La comprensión lectora sigue siendo una barrera invisible para miles de personas, lo que dificulta el acceso a información básica, literatura o contenidos culturales. En este contexto, la **biblioteca de lectura fácil de Plena Inclusión** cuenta con centenares de **libros y publicaciones accesibles** para personas con dificultades de comprensión.

La **lectura fácil** es una forma de hacer documentos que son más fáciles de entender.

Permite entender una receta médica, acceder a información administrativa, seguir instrucciones o disfrutar de una novela.

La **biblioteca** reúne **diversos formatos y temas** que se pueden visualizar y descargar desde una única plataforma: novelas, poemas, manuales, diccionarios, guías de salud con consejos sobre enfermedades, materiales de turismo, mapas de ciudades y pueblos, así como temarios de oposiciones.



Biblioteca de lectura fácil

Descarga libros y publicaciones

Buscar publicación

Buscar por tema

🔍 Buscar título, temas ...

Todos los temas



El poder de las personas. Manual de bienvenida para líderes y representantes

Cuidado de personas con discapacidad. Dimensiones de la lectura

Zaragoza, Ciudad Accesible 2026

Zaragoza se ha hecho con el título de **Ciudad Accesible 2026**, otorgado por la Comisión Europea, por sus iniciativas para convertirse en una ciudad accesible para las **personas con discapacidad**. Cuenta con normas municipales en este ámbito, un plan estratégico y una gobernanza sólida, además de **transporte, espacios y servicios digitales públicos accesibles**.

La ciudad española dispone de instrumentos de gobernanza como una Oficina de Accesibilidad y un Consejo de Accesibilidad. Para garantizar la plena participación de las personas con discapacidad en la sociedad, pone a su disposición

una red de tranvía accesible, amplias calles peatonales sin barreras arquitectónicas, iniciativas bancarias y comerciales inclusivas, y sitios web y aplicaciones accesibles.

Una de sus fortalezas en este sentido es la **vivienda**, con iniciativas como el proyecto Flumen, que proporciona viviendas inclusivas y accesibles que promueven la vida independiente y la inclusión social.

En el marco de los **Premios Ciudad Accesible 2026**, **Valencia ha quedado en segundo lugar** por su enfoque de la accesibilidad global basado en datos. Por su parte, **Rennes (Francia) se ha llevado el tercer premio**, por sus avances en materia de accesibilidad.

VOCES LONGEVAS

“

Hasta el cuarenta de mayo, no te quites el sayo

Significa que no debes guardar la ropa de abrigo en el armario hasta que no pase aproximadamente el día 10 de junio, tras un mes de tiempo inestable.



EN NOMBRE PROPIO

Acercar el pensamiento filosófico al debate público

La obra de **Adela Cortina**, nacida en 1947 en Valencia, ha convertido la ética en una herramienta útil para comprender los grandes desafíos de nuestro tiempo. Es una de las pensadoras españolas más influyentes de las últimas décadas y una referencia internacional en **filosofía moral, democracia y justicia social**.

Catedrática de **Ética y Filosofía Política** en la Universidad de Valencia, ha defendido siempre que la ética debe estar presente en la política, la vida cotidiana, la economía y las relaciones humanas. A lo largo de su carrera, ha publicado numerosos ensayos divulgativos y académicos sobre ciudadanía, democracia, educación ética y convivencia, explicando ideas complejas con claridad.

Fue la primera en acuñar el término "**aporofobia**", definido como el rechazo o miedo hacia las personas pobres. La palabra, incorporada posteriormente al diccionario de la Real Academia Española, visibiliza una idea: no se rechaza al extranjero por ser extranjero, sino muchas veces por ser pobre.



El piloto que se convirtió en leyenda

Nacido en Madrid en 1962 y conocido internacionalmente como "El Matador", Carlos Sainz comenzó su carrera en el motocross pero finalmente se convirtió en **piloto de rally** de referencia que ha sido dos veces **campeón de España** de rally en 1987 y 1988, y dos veces **campeón del mundo de rally** en 1990 y 1992.

También ha ganado cinco títulos de constructores, cuatro subcampeonatos, cinco terceros

puestos y la Carrera de Campeones en 1997. Ha disputado diecinueve ediciones del **Rally Dakar**, siendo ganador en 2010, 2018, 2020 y 2024, y tercero en 2011 y en 2021, siendo el vencedor más veterano en la historia de la carrera. Además, está condecorado con la Gran Cruz de la Real Orden del Mérito Deportivo 2001 y galardonado como Premio Princesa de Asturias de los Deportes 2020.

Más allá de los títulos, Sainz ha sido una figura clave en la popularización del motor en España, demostrando que en este deporte la **experiencia** es clave.



Mi pueblo sin basuraleza

Mi pueblo sin basuraleza es una red colaborativa gratuita del proyecto Libera compuesta por cerca de 1.000 **entidades locales de España** que quieren hacer frente al problema de la basuraleza (**residuos arrojados en entornos naturales**) a través de acciones de conocimiento, educación, sensibilización y movilización ciudadana.

Esta iniciativa proporciona **materiales útiles para la recogida de basura** en la naturaleza y para visibilizar que el municipio está comprometido con esta labor, así como **contenedores ligeros** para facilitar el reciclaje durante fiestas populares y eventos.

Además, los participantes pueden acceder a **formaciones**, reciben todos los materiales de las **campañas** activadas a lo largo del año y tienen la oportunidad de ser **portavoces** de su pueblo para participar en eventos o entrevistas y dar mayor publicidad a los municipios.



11 de abril Día Mundial del Párkinson

RESPUESTAS REALES A SÍNTOMAS REALES

"Si me lo cuentas, lo aprendo"

¿Qué es el Párkinson?

Es una enfermedad neurodegenerativa que se produce cuando las neuronas dejan de producir **dopamina**, afectando al movimiento, la coordinación y el estado de ánimo.

El tulipán rojo es el símbolo del Párkinson. Representa esperanza, vida, crecimiento, fragilidad y fortaleza.

¿Se puede prevenir?

No completamente, pero **si se puede reducir el riesgo y retrasar su aparición con:**

- Ejercicio físico regular
- Estimulación cognitiva
- Vida social activa
- Hábitos saludables
- Buen descanso

Párkinson: respuestas reales a síntomas reales

El párkinson afecta a más de 160.000 personas en España y a unas 30.000 que no cuentan con diagnóstico. Bajo el lema "**Respuestas reales a síntomas reales**", el programa **Tu cerebro eres tú** pone el foco en la necesidad de escuchar, comprender y actuar ante las múltiples manifestaciones de la enfermedad, desde el temblor o la rigidez hasta los trastornos del sueño, el ánimo o la comunicación. El párkinson no se puede prevenir al completo,

pero sí se puede reducir el riesgo y retrasar su aparición con ejercicio físico regular, estimulación cognitiva, vida social activa, hábitos saludables y un buen descanso. Los síntomas tempranos suelen ser temblor en reposo, lentitud de movimientos, rigidez o cambios en la marcha. Algunos síntomas menos conocidos son los problemas de sueño, la fatiga, los cambios cognitivos, la depresión y la ansiedad.

El ejercicio mejora el equilibrio, la movilidad, la autonomía y la calidad, mientras que la detección precoz ayuda a iniciar cuanto antes el tratamiento

Convocatoria 2026 de subvenciones de turismo y termalismo para personas con discapacidad

El Boletín Oficial del Estado (BOE) ha publicado la [convocatoria](#) del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso) de **subvenciones para las actuaciones de turismo y termalismo dirigidas a personas con discapacidad** durante el año 2026. El presupuesto asignado es de 3.514.830€.

El objetivo es conceder ayudas a organizaciones no gubernamentales del sector de discapacidad, dirigidas a la ejecución de viajes de turismo y termalismo para personas con discapacidad. Las entidades pueden enviar sus solicitudes hasta el próximo 26 de junio.



Marie Curie, pionera de la ciencia moderna

Nacida en Varsovia (Polonia) en 1867, Maria Skłodowska (**Marie Curie**) mostró desde muy joven una inteligencia extraordinaria y una profunda pasión por el conocimiento, en una época difícil para las mujeres. Fue pionera en el campo de la **radioactividad**.

Con apenas 24 años se trasladó a París para estudiar en la Universidad de la Sorbona, donde se formó en Física y Matemáticas. Su talento llamó pronto la atención de la comunidad científica y del físico

Pierre Curie, con quien compartió vida y laboratorio. Juntos iniciaron investigaciones sobre unos misteriosos fenómenos descubiertos por Henri Becquerel, a los que Marie Curie bautizó como "radiactividad".

En 1898, el matrimonio Curie anunció el descubrimiento de dos nuevos elementos químicos: **el polonio y el radio**. En 1903, Marie Curie se convirtió en la primera mujer en recibir un Premio Nobel, el de Física, compartido con Pierre Curie y Becquerel. Años después lograría un segundo Nobel, esta vez de Química. Fue la primera persona en ganar **dos premios Nobel** en distintas disciplinas.



ENTREVISTA

María Blasco, científica española que lidera el grupo de investigación de Telómeros y Telomerasa en el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas (CNIO). [Leer entrevista.](#)