



La DANA trajo agua, barro, incertidumbre y desolación, pero también solidaridad y esperanza. La ilustradora valenciana Luna Pan ilustra la respuesta de Cruz Roja, un plan a tres años, a través de escenas llenas de Humanidad. Porque Cruz Roja estuvo, está y estará.



LA
GUERRA
DE ROSA

ES LA
FALTA DE
RECURSOS

Estamos en las
grandes catástrofes.
Y en las del **día a día.**

CATASTROFES
DEL DÍA A DÍA
ES



En el último año en España, **hemos ayudado a 450.948 personas a paliar su falta de recursos.**

 **Cruz Roja Española**



Coordinación:
Lobo Agencia Digital

Comité editorial:
María Trénor, Cristina Ortuño, Mamen Jiménez, Krysta Hanson; **Andalucía:** Miguel Domingo García, Pilar Solís, Francisco Lendínez, Miguel Ángel Rodríguez, José Luis Hitos, Clara-Luz Carbonell, Carlos Marín, Miguel Pradas, Mari Valle Rodríguez; **Aragón:** Alicia Pilar Giménez; **Baleares:** Xavier Pozo; **Canarias:** Alejandro Martínez y Eva Alfonso; **Cantabria:** Lorena Pérez; **Castilla La-Mancha:** Ana Cano, Silvia Bellomo, Celia Naharro, Cristina Plaza; **Castilla y León:** Fátima Román, Manu Alameda, Cynthia Alonso, Alba Herrero, Marta Herrero, Beatriz Martín, Irene Sanz, Natalia Viloria, Sara Zumel; **Cataluña:** Óscar Velasco, Carles Sureda, Alexandra Ferrero, Elena Ferrer, Luci Vega; **Ceuta:** Isabel Braseró; **Comunidad Valenciana:** Arturo Valoria, Lorena Berzosa, Ana Gómez, Carla Vera; **Comunidad Foral de Navarra:** Sandra Parra; **Comunidad de Madrid:** Javier Cortecero; **Galicia:** Lorena Freije, Irma Domínguez, Aida Mosquera, Manuel María López, Ángela Ramallo; **País Vasco:** Leticia de la Torre, Maider Jiménez, Libe Romaña, Yarub Rofa; **Principado de Asturias:** Daniel Fidalgo; **Melilla:** Pilar López; **Región de Murcia:** Enrique Santo.

Dirección:
Avenida Reina Victoria, 26.
28003 Madrid.
Teléfono: 900 22 11 22
www.cruzroja.es/ahora

Edita: Lobo Agencia Digital SL.
C/ Travessía s/n
La Marina, 46024 Valencia.
www.loboagenciadigital.com

Impresión: Rotocobrhi
Tirada: 610.000 ejemplares
ISSN: 2792-6923
Depósito legal: V-3457-2023



Para cualquier reclamación respecto a la distribución de la revista, póngase en contacto con su Comité Provincial. **AHORA** es una publicación plural, respetuosa con las opiniones de sus colaboradores y articulistas aunque no las comparta necesariamente.

www.cruzroja.es

Llámanos al
900 22 11 22



AHORA

La actualidad de Cruz Roja · NÚM. 05 · Año 2025



NUESTRA PORTADA

Luna Pan @_lunapan

Luna Pan es una ilustradora afincada en Valencia. Trabaja a nivel nacional e internacional en prensa, editorial y cartelería, y se caracteriza por un estilo ameno, dinámico y expresivo. En la portada retrata la respuesta de Cruz Roja ante la DANA.

- 04 DANA**
Frente al agua y el barro, Humanidad
- 20 MEDIO AMBIENTE**
Incendios forestales cada vez más devastadores
- 22 EMERGENCIAS**
La respuesta inmediata de Cruz Roja frente al apagón
- 30 COOPERACIÓN INTERNACIONAL**
Gaza, epicentro de la crisis humanitaria en Oriente Medio
- 40 EMPLEO**
25 años abriendo oportunidades a través del Empleo
- 44 EDUCACIÓN**
Formarse en las profesiones más demandadas
- 50 SALUD**
Cinco años ofreciendo atención y apoyo emocional
- 54 INCLUSIÓN SOCIAL**
La dura realidad de no tener un hogar
- 60 FUNDACIÓN CRUZ ROJA ESPAÑOLA**
Conversaciones humanitarias para un pensamiento crítico
- 63 CRUZ ROJA JUVENTUD**
Infancia hospitalizada: cuando la risa es el mejor medicamento
- 66 VOLUNTARIADO**
Voluntariado: cuando recibes más de lo que das

Trabajar para que la Humanidad prevalezca



María del Mar Pageo Giménez,
presidenta de Cruz Roja Española

Nos acercamos al final de un año que, una vez más, nos ha puesto a prueba como Organización, pero también como sociedad.

Un año que ha estado marcado por las consecuencias de la DANA de 2024 y por esa recuperación por la que seguimos –y seguiremos– trabajando. Doce meses después de la catástrofe, no nos hemos ido de las comunidades afectadas. Continuamos al lado de todas aquellas personas que perdieron su hogar o su sustento, apoyándolas en la recuperación y en la reconstrucción de esas vidas que quedaron pausadas el 29 de octubre. Casi 7.000 personas de Cruz Roja se han movilizado durante este año para atender a más de 142.000 personas. Todo gracias a las aportaciones de miles de voluntarios y voluntarias, de empresas y de personas anónimas que demostraron una vez más que la fuerza de la solidaridad no tiene límites. vuestra ayuda ha permitido que la esperanza brote allí donde las pérdidas humanas y materiales fueron enormes.

El cambio climático sigue marcando nuestra realidad cotidiana. El pasado verano, los incendios forestales –los más devastadores del siglo XXI– y las olas de calor pusieron de manifiesto la urgencia de prepararnos ante emergencias que se hacen cada vez más frecuentes. Por ello, reforzamos nuestro trabajo con las comunidades, impulsando la prevención, la adaptación y la preparación frente a desastres que afectan a nuestra salud, a nuestros entornos y a nuestro bienestar.

Un bienestar que de nuevo está amenazado por otra plaga silenciosa que cada vez alcanza a más personas: hablamos de la soledad no deseada, otro de los grandes retos a los que se enfrenta nuestra sociedad. Sabemos que no solo afecta a las personas mayores, sino también a jóvenes y a otros grupos de población con los que trabajamos día a día. Frente a ello, impulsamos iniciativas de compañía, escucha y participación social que ayudan a tejer redes de apoyo y a devolver la confianza en el vínculo con los demás.

Continuamos prestando atención a la salud mental, un ámbito de trabajo que cuenta, desde hace cinco años, con el servicio *Cruz Roja Te Escucha*, puesto en marcha en lo peor de la pandemia. Este proyecto se ha convertido en un espacio de acompañamiento emocional fundamental, especialmente en un tiempo donde la ansiedad, la incertidumbre y la soledad pesan cada vez más.

En el plano internacional, numerosos conflictos siguen planteando enormes desafíos. Este año, la crisis en Oriente Medio nos recuerda, con dolor, la importancia de difundir el respeto

«TODO LO QUE HEMOS CONSEGUIDO LLEVA IMPLÍCITO VUESTRA GENEROSIDAD Y COMPROMISO»

al Derecho Internacional Humanitario para que la Humanidad prevalezca aún en medio de la violencia. Desde Cruz Roja Española hemos reforzado la acción humanitaria y la cooperación, siempre con la mirada puesta en proteger la vida y la dignidad de las personas más vulnerables.

También hemos celebrado un hito importante: los 25 años del Plan de Empleo de Cruz Roja. Un cuarto de siglo acompañando a miles de personas en su camino hacia la inserción laboral, la formación y la igualdad de oportunidades. Este aniversario nos anima a seguir innovando en un terreno clave para la dignidad y el futuro de tantas y tantas personas.

Todo esto lo hemos podido llevar a cabo gracias a la labor de los miles de voluntarios y voluntarias que cada día hacen posible que trabajemos por un mundo mejor, guiado siempre por los Principios Fundamentales que son nuestro faro y nuestra razón de ser y que este año cumplen el 60 aniversario de su promulgación.

Todo lo conseguido este 2025 ha sido posible también gracias a vuestra colaboración. Cada llamada atendida, cada vivienda reconstruida, cada empleo conseguido, cada incendio en el que hemos estado, cada persona que vuelve a sonreír al sentirse acompañada... lleva implícita vuestra generosidad y vuestro compromiso.

Sigamos juntos, porque con vuestra ayuda podemos continuar construyendo una sociedad más justa, más humana y más solidaria. ●

EN CIFRAS

11.687.497

personas han recibido ayuda de Cruz Roja Española

15.589

personas
trabajan en
Cruz Roja
Española

231.236

personas
voluntarias
en Cruz Roja
Española

1.285.834

personas socias
y empresas
nos apoyan

Datos 2024

Leer Memoria
completa



DANA



FOTO: GUSTAVO LÓPEZ

FRENTE AL AGUA Y EL BARRO, HUMANIDAD

Nunca olvidaremos lo que pasó el 29 de octubre de 2024.
La DANA golpeó con una violencia y dureza inesperada
nuestro país, en especial la Comunidad Valenciana.
Una tragedia sin precedentes que, pese a todo, nos
demostró el imparable poder de la solidaridad.

El 29 de octubre de 2024 España vivió uno de los episodios de lluvias torrenciales más extremos de nuestra historia; un suceso que quedará en la retina y en la memoria colectiva para siempre. Las violentas lluvias afectaron a distintos territorios de nuestro país, en especial la Comunidad Valenciana y zonas de Castilla La-Mancha y Andalucía. En cuestión de horas, el agua y el barro anegaron calles, arrastraron vehículos y convirtieron el día en una larga noche llena de incertidumbre.

Aquella jornada de lluvias torrenciales no solo arrasó infraestructuras y hogares y dejó a su paso daños incalculables: también sacudió la vida cotidiana de miles de personas desbordadas por la emergencia. Calles convertidas en ríos. Carreteras colapsadas. Campos arrasados. Negocios llenos de barro. Viviendas inundadas. Familias incomunicadas. Barrios enteros aislados. Una emergencia sin descanso. La vida en pausa.

Un despliegue sin precedentes

En Cruz Roja nos movilizamos desde el inicio de la emergencia y activamos un despliegue sin precedentes, brindando apoyo y asistencia a las personas y comunidades afectadas y ofreciendo una respuesta inmediata. En los primeros días habilitamos 11 albergues y ofrecimos refugio y manutención a más de 3.660 personas. Además, realizamos llamadas para comprobar el estado de las personas en situación de vulnerabilidad y entregamos productos básicos de alimentación, medicamentos, kits de higiene y limpieza y ropa de abrigo a las familias afectadas. También distribuimos deshumidificadores, radiadores y otros bienes esenciales. De manera paralela, brindamos apoyo psicosocial tanto a las personas damnificadas como a los equipos que participaban en la emergencia. Una labor que no fue fácil, sobre todo en los primeros momentos. “La extensión de la catástrofe y el acceso a las poblaciones afectadas fueron nuestras primeras dificultades. Cuando comenzaron las lluvias en el interior de la provincia ya tuvimos problemas para acceder a esas zonas por los daños en las infraestructuras y el agua, el barro, los coches y el mobiliario urbano que bloqueaban las calles”, recuerda el director de Emergencias de Cruz Roja, Íñigo Vila.

En medio de este contexto devastador, también brotó la solidaridad, una luz que plantó cara al caos, la frustración y el desasosiego. Vecinos y vecinas que ofrecieron sus casas, manos que ayudaron a limpiar, voluntarios y voluntarias que recorrieron kilómetros a pie para ayudar. Gente que se acercó a Cruz Roja dispuesta a colaborar y después decidió unirse como voluntaria de forma indefinida. Las donaciones de particulares, empresas y administraciones a Cruz Roja para ayudar a las personas afectadas superaron los 115 millones de euros. Es la mayor cantidad recaudada en la historia de la Organización. En noviembre, anunciamos la puesta



La cifra

—
115M €

Millones de euros
recaudados por Cruz
Roja para ayudar a las
personas afectadas

en marcha del Plan de Respuesta ante la DANA, una iniciativa a tres años en la que se contemplan acciones para el apoyo en la recuperación, fortalecimiento y resiliencia de las comunidades a medio y largo plazo. Lo hicimos con una certeza: estuvimos, estamos y continuaremos estando al lado de las personas que más lo necesitan.

Más de un año después, nuestro empeño también se dirige a preparar a la población para que sepan actuar ante otras posibles emergencias. “Estamos muy centrados en todas aquellas actividades relacionadas con la preparación de la comunidad ante los desastres; formaciones, sensibilización, trabajo con diferentes colectivos, entrega de materiales que permitan a la población tener una mayor capacidad de resiliencia en situación complejas y especialmente medidas de autoprotección ante los diferentes riesgos y no solo ante inundaciones”, señala Íñigo Vila.

La DANA ha dejado tras de sí muchas lecciones; una de las más valiosas, la importancia del compromiso, la solidaridad y la Humanidad. A lo largo de las siguientes páginas, recordamos todo lo sucedido desde aquel 29 de octubre. ●





La movilización de Cruz Roja ante la DANA

Desde el inicio de la emergencia se ha movilizado a personas voluntarias y personal laboral de todos los puntos del territorio nacional.

Cuando las lluvias torrenciales y las inundaciones golpearon Valencia, en Cruz Roja activamos de inmediato todas nuestras redes y equipos de emergencia para ayudar en la catástrofe. Las personas voluntarias fueron de las primeras que, movidas por su afán de ayudar, llegaron a las zonas afectadas con energía, dispuestas a aportar. Limpieza de viviendas; rescate y evacuación de familias atrapadas; reparto de alimentos, mantas y kits de higiene; o apoyo psicosocial. En Cruz Roja hemos estado al lado de las personas desde el primer momento.

“Aunque ha habido otras, como en el caso de la COVID o en La Palma, la movilización de personas voluntarias de Cruz Roja ante la DANA ha sido una de las más impresionantes y fundamentales que recuerdo. Una movilización



(Datos hasta octubre de 2025)

extraordinaria con un objetivo básico: facilitar asistencia a las personas afectadas por ese evento catastrófico”, recalca Ferrán Cobertera, director de Voluntariado de la Organización.

Desde el inicio de la emergencia, hemos realizado más de 485.970 asistencias gracias a la movilización de 6.962 personas de las asambleas locales de pueblos afectados, personal laboral y voluntariado. También hemos activado 338 equipos de respuesta en emergencias. “El elemento diferencial que aportan las personas voluntarias de Cruz Roja se centra en que han estado allí en la fase de respuesta inmediata, aún hoy se esfuerzan para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas en la fase de recuperación, y seguirán allí en el futuro”, agrega.

“La movilización de Cruz Roja ante la DANA es un claro ejemplo de cómo la solidaridad y la organización de la acción voluntaria pueden marcar la diferencia en momentos de crisis. La labor incansable de los voluntarios y voluntarias no solo ha proporcionado ayuda inmediata, sino que también siembra fortaleza y resiliencia en las comunidades afectadas”, remarca Ferrán Cobertera, que es contundente al señalar que todo lo que ha llevado a cabo la Organización “sin personas voluntarias, no habría sido posible”. ●



Alimentos, abrigo y electrodomésticos para recuperar la normalidad

A lo largo del último año hemos entregado bienes que han abarcado desde alimentos y kits de higiene o limpieza hasta electrodomésticos.

Las necesidades de las personas afectadas por la DANA han ido evolucionando a lo largo de los meses. Si durante los primeros días, lo esencial fue hacer llegar a las personas afectadas alimentos, agua y medicamentos, una vez pasada esa primera fase de emergencia, nuestra atención se centró en dar respuesta a otro tipo de necesidades materiales que requería la población.

Mientras el barro se iba retirando y comenzaban los trabajos de reconstrucción en los municipios afectados, las temperaturas se fueron volviendo cada vez más frías. Por eso, una de las primeras entregas que realizamos en coordinación con la Diputación de Valencia fue de camas inflables, mantas y neceseres con productos de aseo. En total se repartieron 1.800 cajas que dieron cobertura a 9.000 personas de ocho localidades valencianas. Eran kits con materiales estandarizados de Protección Civil que incluían

elementos esenciales para el descanso y la higiene (camas inflables, mantas acrílicas polares, una bomba de inflado manual y neceseres con productos de aseo, toalla y una sábana saco desechable).

Conforme fueron pasando los meses, desde Cruz Roja fuimos identificando nuevas necesidades y entregando otros bienes: desde colchones, somieres y ropa de cama, pasando por pequeños electrodomésticos que quedaron inservibles tras las inundaciones, como estufas o deshumificadores, hasta otros de mayor volumen, como neveras, hornos o lavadoras. Muchos de ellos, adquiridos en comercios locales con el fin de apoyar la reactivación de empresas afectadas. Un año después, hemos hecho entrega de más de 119.095 bienes esenciales. De estos, más de 56.000 han sido kits de alimentación, casi 41.000 kits de higiene y 4.134 kits de descanso y abrigo. Además, se han entregado 3.277 electrodomésticos.

Un año después de la DANA, el balance no son solo las cifras, sino la certeza de que cada manta, cada electrodoméstico y cada kit de alimentos han supuesto un paso más en la recuperación de miles de familias. ●

Las cifras

119.095 3.277

entrega bienes esenciales

electrodomésticos

(Datos hasta octubre de 2025)





EL APOYO EMOCIONAL, UNA LABOR ESENCIAL EN MEDIO DE LA TRAGEDIA

Hemos prestado atención psicosocial a la población afectada desde el inicio de la emergencia, tanto en los albergues como en los propios domicilios. Un apoyo que también llega a las personas intervinientes. Ayudarles a combatir el miedo, la incertidumbre o la tristeza es parte de nuestro trabajo.

Rocío y su compañera, psicólogas de Cruz Roja, recorren las calles embarradas de Paiporta para visitar a Magdalena, que no pudo volver a su casa tras la DANA y ahora vive con su hija. Aunque estaba bien físicamente, se sentía decaída. Desde la primera tarde después de la tragedia, recibió apoyo psicosocial por parte de Cruz Roja. “Esta labor es esencial”, señala Rocío, “el estado de ánimo está bajando mucho”. Para Magdalena, esas visitas han sido un gran alivio: “Te llena, te ayuda y te da consuelo”.

Es solo uno de los ejemplos de la labor de intervención psicosocial que hemos llevado a cabo desde el inicio de la emergencia y que se ha dividido en varias fases. En la primera, proporcionamos un tipo de intervención inmediata en la que “los equipos nos encargamos de atender las necesidades de esos primeros momentos donde la incertidumbre y el miedo de qué iba a pasar o dónde iban a ir las personas afec-



Continuamos ofreciendo apoyo psicosocial a la población para borrar las huellas de la tragedia

La cifra

7.535

Actuaciones de acompañamiento para mejorar el bienestar emocional de las personas (hasta octubre de 2025)



tadas era lo predominante”, explica Conchi Navarro, psicóloga del Equipo de Respuesta Inmediata en Emergencias (ERIE) de Intervención Psicosocial de Alicante desplazada a Valencia. Esa atención se dio sobre todo en los diferentes albergues donde se alojó a la población afectada y allí se atendieron todas esas necesidades que iban surgiendo en el momento.

En la segunda parte acompañamos a la Unidad de Salud Mental del hospital Dr. Peset de Valencia, que tenía dificultad para acceder a localidades como Paiporta o Sedaví. “Apoyamos a esta unidad en sus visitas en estas localidades, hablamos con familiares y personas que dependen de este centro”, cuenta la técnica de Cruz Roja. También se ha realizado ese apoyo psicosocial desde uno de los centros establecidos en Paiporta para ayudar a la población. “Nuestra labor es informar, además de normalizar las reacciones que subyacen de un evento tan extraordinario y ofrecer los recursos que tienen a su alcance”, señala Conchi. Por otra parte, los ERIE de Psicosocial también están a disposición de las personas que demandan el servicio para atenderlas en los propios domicilios, como en el caso de Magdalena.

Conchi Navarro relata las reacciones que los equipos se encontraron durante las primeras semanas: “Nerviosismo, mucha intranquilidad. También enfado por haberse sentido solos, miedo, sentimiento de vulnerabilidad y mucha tristeza por todo lo que han vivido y lo que han perdido. Incluso para las personas que no han perdido a ningún ser querido, existe un duelo por haber perdido sus bienes materiales, todos sus recuerdos, sus casas o sus negocios. Sienten que se les ha desestructurado la vida”. Pero, como cuenta Conchi, también asistieron a otro tipo de reacciones como la resiliencia de muchas de las personas atendidas.

Esa atención psicosocial no se dirige solo a la población afectada directamente por las inundaciones. Desde Cruz Roja, además, hemos ofrecido apoyo emocional a las personas que han intervenido en la catástrofe: personal o voluntariado de la propia Cruz Roja, pero también policías, bomberos o guardia civil, que en algún momento han necesitado esa ayuda psicosocial un poco más especializada.

Este tipo de equipos de psicosocial están formados por una persona psicóloga, una trabajadora social y un socorrista de acompañamiento. Conchi se desplazó desde Cruz Roja en Alicante, pero son decenas las personas que llegaron de todos los rincones del país para apoyar esta labor. En Cruz Roja somos conscientes de que una tragedia como esta va a dejar huella durante mucho tiempo. Por eso, un año después, nuestro personal laboral y voluntario, formado en primeros auxilios psicológicos, sigue trabajando para detectar las necesidades que existen y poder ofrecer una respuesta que perdure en el tiempo. ●

Negocios asolados por el barro

Se estima que cerca de 48.722 empresas se han visto afectadas por la DANA. Cruz Roja ha apoyado a más de 2.470 de ellas y ha destinado más de 12 millones de euros para que puedan volver a poner en marcha sus proyectos de vida.



La cifra

+ 12 M€

Millones de euros ejecutados que alcanzarán
3.200 negocios afectados

(Datos hasta octubre de 2025)



Sorpresa, impotencia, caos, sufrimiento, solidaridad. Las palabras se repiten entre quienes vieron cómo el barro inundaba sus negocios. Uno de ellos es José Miguel, agricultor de una pedanía cercana a Utiel y uno de los socios de Agricultura La Torre. Gracias a su rápida actuación y a la presencia de Cruz Roja (“fueron los primeros en llegar”, apostilla), han podido recuperar alrededor de un 70% de sus cultivos. “El campo es nuestra vida, va más allá de lo económico”, explica conmovido.

A Amparo Peiró, vecina de Algemés y dueña de un negocio de indumentaria fallera, le costó un par de días volver a su establecimiento. Cuando lo hizo no estuvo sola: “Centenares de voluntarios entraron en la tienda y se pusieron a sacar barro igual o más que nosotros”, cuenta. Ella ya ha podido levantar la persiana, pero sabe que nunca olvidará lo sucedido y afirma que siempre estará “agradecida a Cruz Roja”.

El horno Giner, un establecimiento familiar de Catarroja nacido en 1969, fue otro de los locales destrozados por la DANA. “Una guerra sin bombas; fue desolador”, dice Juan, uno de los propietarios. El agua reventó el cierre e inundó el espacio, empujando todo lo que encontró por delante al fondo del local. Juan y otro empleado salieron a tiempo y pudieron rescatar a una mujer que se había quedado atrapada en un coche. “Si no, no me lo hubiera perdonado en la vida”, recuerda. Desde Córdoba les ofrecieron maquinaria y mobiliario de una confitería que iba a cerrar. “La ayuda se da, no se pide”, reflexiona.

El taller artesano de varillas para abanicos de José Ramón Martínez, en Aldaia, era más que un emplazamiento físico: estaba lleno de recuerdos y vivencias. “Lo único que pude salvar es lo que estaba por encima del metro ochenta”, lamenta. Ahora, trasladado a un nuevo local, sigue con este oficio artesano que espera que no se pierda. Y lo hace sin olvidarse del apoyo de la Organización: “Aquí hay un trocito de Cruz Roja”, concluye. ●



Apoyo y dignidad a través de más de 22.500 tarjetas monedero

Las entregas económicas en forma de tarjetas monedero aportan dignidad y flexibilidad a las personas afectadas por la DANA. Son, además, una manera de reactivar la economía local.

Había pasado solo un mes de aquel fatídico 29 de octubre cuando Cruz Roja comenzó a entregar las ayudas económicas a más de 22.500 familias damnificadas por la DANA en Valencia. En concreto, han sido 22.580 tarjetas monedero por valor de más de 30 millones de euros las que se han repartido hasta octubre de 2025 y han permitido llevar ayuda a unas 60.000 personas. Estas ayudas han estado sujetas a unos criterios de vulnerabilidad determinados y se han distribuido en coordinación con los municipios afectados y los servicios sociales de las poblaciones.

Este tipo de ayudas económicas permite agilizar la respuesta y facilitar una recuperación más eficiente, más allá de las ayudas materiales, contribuyendo a fortalecer y estimular la economía mediante el mercado local. Asimismo, esta modalidad reduce costes logísticos y se adapta mejor a las necesidades de la población. Son una herramienta eficiente y complementaria a las entregas de material como electrodomésticos u otro tipo de bienes. Al mismo tiempo que se hace entrega de las tarjetas, nuestros equipos ofrecen orientación sobre las ayudas impulsadas por las distintas administraciones públicas y acompañamiento a quienes lo soliciten para mejorar el acceso a sus derechos.

La identificación y derivación de las personas beneficiarias en las zonas afectadas por la DANA ha sido lleva-

La cifra

—
30 M €

Distribuidos en tarjetas monedero

da a cabo por los propios municipios a través de servicios sociales, encargados de realizar una valoración previa de la situación de vulnerabilidad de cada una de ellas, teniendo en cuenta criterios tales como la vivienda afectada, la pérdida de bienes, propiedades y su medio de vida. Por otra parte, se han priorizado los perfiles identificados en el Plan de Respuesta a tres años elaborado por Cruz Roja; es decir, personas mayores, personas con alguna discapacidad, familias con menores a su cargo, personas en situación de extrema vulnerabilidad, mujeres en situación de dificultad social, personas migrantes y personas con problemas de salud, entre otras.

Desde que comenzó el reparto de las ayudas, en Cruz Roja hemos realizado un seguimiento de las personas beneficiarias y de las nuevas necesidades y respuestas que puedan ser atendidas por la Organización, así como el acompañamiento en el acceso a diversos recursos y servicios facilitados por otras entidades sociales y por las administraciones públicas. ●



CUANDO BAJAR DE CASA O IR AL CENTRO DE SALUD ES **UNA ODISEA**

Una de las intervenciones destacadas de este último año se ha centrado en facilitar la movilidad a personas que no podían salir de su domicilio o acudir a sus citas médicas.

Y por fin Gabi volvió al colegio

Casi tres meses después de la tragedia, todavía quedaban 6.000 ascensores sin funcionar, lo que impedía salir a la calle a muchas personas con movilidad reducida.

El agua dejó impracticable el ascensor de la finca donde vive Merche con su hijo Gabi, de 13 años, en Catarroja. Más de dos meses y medio después de la DANA, el chico, con movilidad reducida y parálisis cerebral, pudo bajar a la calle por primera vez y volver al colegio. Fue gracias a la conocida como silla oruga, un dispositivo a través del que se facilita el acceso al exterior a quienes no pueden hacerlo por sí mismos.

En Cruz Roja en Valencia contamos actualmente con 16 de estas sillas para las poblaciones afectadas, un número que se ha incrementado a raíz de las inundaciones y con las que cada semana hemos podido atender a entre 10 y 15 personas que lo necesitaban. Es la única forma que tienen para poder acudir a centros de días, colegios o citas médicas. Lo mismo sucede con “personas mayores o con movilidad reducida que quieren dar un paseo o realizar acciones cotidianas del día, compras, etc.”, explica Mario Saiz, técnico de Socorros de Cruz Roja en Valencia. ●



5.675

La cifra

—
movilizaciones
con sillas oruga
hasta octubre de 2025



Concepción y su marido continúan yendo a su centro médico en Valencia

Los traslados de personas que no pueden acudir a sus hospitales o citas médicas es una de las labores que Cruz Roja continúa llevando a cabo un año después.

Concepción y su marido, de 89 y 88 años, perdieron su hogar en Paiporta, además de su coche, a causa de la DANA. Casi con el agua al cuello consiguieron salir de aquella pesadilla y resguardarse en casa de la hermana de Concepción. Su vivienda quedó destruida, y mientras se realizan los trabajos de acondicionamiento para volver a su hogar se mudaron a otra casa familiar que el matrimonio tiene en El Peral (Cuenca).

Un paréntesis en sus vidas que sin embargo no ha afectado a las visitas médicas que ambos siguen teniendo en sus centros de referencia en Valencia. El marido de Concepción todavía arrastra las huellas de una herida tras una caída debido al barro acumulado aquel 29 de octubre. En los días posteriores tuvo que acudir varias veces al hospital para vigilar la herida y para que le practicaran varios lavados de estómago por todo el barro que había tragado. Cruz Roja estuvo allí para acompañarles y trasladarles en todos esos momentos, pero también ha estado a su lado cuando se mudaron a Cuenca.

“Mi hija habló con Cruz Roja en Mollat del Palancar y son ellos quienes nos llevan al hospital. Perdimos los coches y por la edad que tenemos preferimos evitar riesgos. Estamos muy agradecidos con el trato y con las facilidades que nos están dando”, explica Concepción, que poco a poco va recuperándose de todo lo vivido mientras agradece infinitamente la labor de la Organización. “También nos están ayudando con la casa, hay muchas personas de Cruz Roja poniendo todos sus esfuerzos. Solo tengo palabras de agradecimiento por toda la ayuda recibida”, se despide. ●



Espacios de diversión y calma en medio de la tempestad

A raíz de la DANA, colegios y viviendas se vieron gravemente afectados y con ello, el día a día de muchos niños, niñas y jóvenes. Para ofrecerles espacios seguros donde expresarse, jugar y sentirse a salvo, Cruz Roja Juventud (CRJ) activó sus equipos para estar al lado de las y los más pequeños.

Ante una catástrofe o emergencia, la infancia y la juventud conforman uno de los grupos más vulnerables. La falta de herramientas para gestionar lo ocurrido o la necesidad de encontrar espacios en los que volver a ser niños y niñas son esenciales en estos casos. “Cuando se iniciaron las alarmas, nos empezamos a movilizar para activar nuestros equipos cuanto antes. En situaciones como esta, la infancia necesita un respiro”, cuenta José Luis García, referente autonómico de los Equipos de Sensibilización e Información ante Emergencias (ESIE) en la Comunidad Valenciana.

Estos equipos aparecen cuando más se les necesita. Están compuestos por personal voluntario de Cruz Roja Juventud (CRJ) formado específicamente (primeros auxilios, manejo de emociones, actividades de ocio, protocolos de actuación...) para atender a los niños, niñas y jóvenes en situaciones de crisis. En circunstancias adversas tratan de cubrir las necesidades de las y los más pequeños ofreciéndoles espacios de desahogo, incluso de diversión en medio de la tempestad.

Desde los inicios de la emergencia se activaron varios equipos de Cruz Roja Juventud en las localidades de Torrent, Burjassot, Algemesí y Benicalap, interviniendo en los propios albergues habilitados para las familias afectadas e incluso poniendo en marcha una ludoteca para que los niños y niñas pudieran distraerse, mientras sus familias se encargaban de realizar gestiones administrativas o hacer labores de limpieza en sus viviendas.

Una vez superada la primera fase de la emergencia, los equipos de CRJ han trabajado en la detección de necesidades en centros escolares de Aldaia y Alfafar para comprobar el estado de niños y niñas e interesarse por sus necesidades. “Los niños y niñas lo agradecen mucho, algunos se abren y te cuentan cómo se sienten, otros simplemente se divierten, no tratamos de forzarles a contar nada, simplemente les acompañamos en lo que necesiten y si detectamos que hay un caso más complejo lo derivamos a nuestro equipo de atención psicosocial”, indica José Luis García. ●

Recuperar los espacios naturales afectados

Espacios cargados de riqueza, como el Parque Natural de la Albufera, también sufrieron el impacto de aquel 29 de octubre.

Desde hace más de 35 años, el Parque Natural de la Albufera es uno de los espacios verdes más importantes del territorio valenciano. Rico en flora y fauna, es un lugar protegido con un alto valor ecológico y paisajístico.

Grandes cantidades de residuos han llegado a este paisaje natural tras la catástrofe del 29 de octubre, causando daños difíciles de reparar. Desde Cruz Roja desplegamos equipos de limpieza para atajar el impacto cuanto antes. “Cuando comenzamos las limpiezas el paisaje era desolador; nada tenía que ver con las imágenes idílicas que conocíamos de estas zonas. Te podías encontrar allí todo tipo de residuos: desde trozos de coches (ruedas, matrículas, puertas) hasta extintores, ropa, bolsos, medicaciones, materiales plásticos... Absolutamente de todo”, explica Elena Cruz Sánchez, técnica de Medio Ambiente de la asamblea local de Cruz Roja en Valencia.

Las limpiezas de estos espacios comenzaron en el mes de diciembre y continúan hasta el día de hoy. La actividad de Cruz Roja consiste en recoger los residuos que ha ido dejando la DANA y acumularlos en una zona de fácil acceso para que, más tarde, la oficina técnica del Parque Na-

tural se encargue de gestionar su retirada. “En 2 o 3 horas de actividad logramos retirar entre 600 y 1.000 kg de residuos, en su mayoría residuos voluminosos, materiales y productos plásticos”, detalla la técnica de Medio Ambiente.

Muchos de los residuos son de gran envergadura, lo que dificulta su recogida, y otros –comenta Elena Cruz– han sido “absorbidos” por el suelo y son complejos de sacar. Estas complicaciones en la retirada afectan gravemente la recuperación de estos espacios, que constituyen uno de los pulmones del territorio valenciano. ●

La cifra

—
600 - 1.000 Kg

**Residuos se retiran en una
jornada de 3 horas**



MEDIO AMBIENTE

LA HUMANIDAD FRENTE AL RETO CLIMÁTICO



El cambio climático amenaza el futuro del planeta y genera crisis humanitarias en todo el mundo. Para el Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja es un asunto de máxima prioridad.



La frecuencia y gravedad de los fenómenos meteorológicos extremos ha aumentado y seguirá haciéndolo en los próximos años. Inundaciones, olas de calor cada vez más extremas o virulentos incendios son episodios cada día más habituales. Ningún país escapa a estas embestidas. La crisis climática es una de las mayores amenazas humanitarias a las que se enfrentan actualmente las comunidades de todo el mundo.

El clima y los fenómenos meteorológicos extremos están provocando cada vez más desplazamientos en todas partes del mundo. Los impactos y riesgos climáticos agravan las vulnerabilidades y las desigualdades sociales y económicas. Estas, a su vez, aumentan los graves problemas de desarrollo que ya tienen algunas regiones.

Desde Cruz Roja sabemos que el cambio climático impacta de diferentes maneras y está afectando a la vida y los medios de vida de las generaciones actuales y venideras. Por eso, desde la Organización actuamos para dar respuesta a las distintas situaciones de vulnerabilidad que están generando nuevas crisis humanitarias, como son la pobreza energética, las inundaciones, los desplazamientos migratorios provocados por cuestiones climáticas y la pérdida de vidas que amenazan a las poblaciones de todo el mundo.

Involucrar a todos los agentes, especialmente a comunidades e individuos a nivel local, para que sean capaces de gestionar sus propios riesgos es esencial, y en ese sentido trabajamos para que las personas puedan desarrollar soluciones sostenibles que permitan tanto adelantarse a un potencial desastre climático como adaptarse a esta nueva realidad. ●

EL IMPACTO DESIGUAL DE LAS OLAS DE CALOR



Las condiciones socioeconómicas, la calidad de la vivienda, la situación laboral, el estado de salud y otros determinantes sociales condicionan de forma crítica la capacidad de protección y adaptación de las personas frente al calor extremo.

Las olas de calor son fenómenos meteorológicos extremos que, debido al avance del cambio climático, se están volviendo más frecuentes, intensos y prolongados. Aunque su alcance es generalizado, sus consecuencias sobre la salud no afectan por igual a toda la población. El verano de 2025 ha sido extremadamente mortífero en España debido al calor, con más de 3.600 muertes atribuidas a las altas temperaturas hasta finales de agosto, según datos de del Sistema de Monitorización de la Mortalidad (MoMo).

La capacidad para afrontar estos episodios climáticos extremos no depende exclusivamente de la voluntad individual, sino que está profundamente condicionada por factores estructurales, condiciones que explican por qué ciertas personas y comunidades sufren con mayor intensidad los efectos del calor extremo.

En Cruz Roja situamos la protección de la salud frente a las olas de calor como una cuestión de derechos y de justicia social. A través de la campaña *En guardia contra el calor*, impulsamos una estrategia integral basada en la anticipación, la respuesta directa y la activación comunitaria, con especial atención a las personas en situación de mayor vulnerabilidad.

Cuando el hogar se convierte en un riesgo. Las condiciones físicas de las viviendas influyen directamente en la exposición al calor. Muchas viviendas carecen de un aislamiento adecuado, acumulan calor durante el día y lo liberan lentamente por la noche, incrementando el riesgo para la salud. La situación es aún más crítica para quienes habitan infraviviendas, asentamientos informales o alojamientos temporales, como ocurre en algunos núcleos de población migrante temporal.

Desde Cruz Roja actuamos mediante intervenciones de rehabilitación energética, apoyo a la adaptación térmica de viviendas, gestión de ayudas para mejoras estructurales y promoción de refugios climáticos accesibles.

Pobreza energética: decisiones imposibles en verano.

La pobreza energética es uno de los factores que más condicionan la capacidad de respuesta frente al calor. Implica no poder mantener una temperatura adecuada en el hogar, ya sea por falta de recursos para costear la energía o por la ineficiencia de los equipos disponibles. Para más de 16 millones de personas en España, cada ola de calor plantea elecciones imposibles: encender el ventilador o pagar el alquiler, comprar agua o medicarse.

En Cruz Roja impulsamos medidas como ayudas directas, distribución de kits de ventilación e hidratación, y el refuerzo de políticas públicas que aseguren el acceso universal a recursos esenciales durante los episodios de calor extremo.

Envejecimiento, enfermedad crónica y soledad no deseada.

Las personas mayores y quienes viven con enfermedades crónicas son especialmente vulnerables al calor extremo, sobre todo cuando enfrentan situaciones de soledad, dependencia o baja movilidad. Ante esta realidad, en Cruz Roja desplegamos protocolos de seguimiento telefónico proactivo, coordinación con servicios sociales, intervención domiciliaria, formación a personas cuidadoras y sensibilización del personal sociosanitario.

Trabajo al aire libre y vulnerabilidad climática. La exposición sostenida al calor incrementa el riesgo de golpes de calor, accidentes laborales y enfermedades derivadas del estrés térmico especialmente entre quienes trabajan al aire libre en condiciones de alta exigencia física. La precariedad laboral, la informalidad y la falta de medidas preventivas



adecuadas agravan esta situación. Por ello, colaboramos con empresas y administraciones en la formación sobre riesgos térmicos y la implementación de protocolos que incluyan pausas, hidratación y adaptación de horarios laborales.

Brechas digitales, lingüísticas y socioculturales. El acceso a información precisa y comprensible es esencial durante una ola de calor, pero no está garantizado para todos. Las personas migrantes, solicitantes de protección internacional o con baja alfabetización digital pueden no recibir o no comprender adecuadamente las alertas y recomendaciones. A menudo, los mensajes no están traducidos ni adaptados culturalmente, lo que dificulta su aplicación.

Desde Cruz Roja trabajamos en la producción multilingüe y accesible de materiales, la formación de mediadores socioculturales y el despliegue de dispositivos móviles de salud comunitaria en zonas rurales y barrios con alta diversidad cultural.

Aislamiento social: cuando nadie puede ayudarte. El aislamiento social agrava los efectos del calor extremo. Las personas que carecen de redes de apoyo —personas mayores que viven solas, víctimas de violencia, jóvenes ex-tutelados, personas con discapacidad...— tienen mayores dificultades para identificar síntomas, pedir ayuda o recibir seguimiento.

En este ámbito, el tejido comunitario y el voluntariado son fundamentales. En Cruz Roja desarrollamos mapeos de soledad no deseada, promovemos nodos de vigilancia comunitaria, reforzamos las redes vecinales y fomentamos el voluntariado climático.

Las olas de calor no son únicamente una cuestión meteorológica: representan un desafío complejo de salud pública, justicia social y derechos humanos. Nuestra experiencia demuestra que es posible avanzar hacia estrategias de intervención más equitativas, que combinen la anticipación con el acompañamiento, la sensibilización con el apoyo directo, y la respuesta técnica con la movilización comunitaria. Solo así será posible garantizar que todas las personas tengan las mismas oportunidades para protegerse y adaptarse a los efectos del cambio climático. ●



INCENDIOS FORESTALES CADA VEZ MÁS DEVASTADORES

Los llamados incendios de sexta generación o megaincendios marcan una nueva era en la lucha contra el fuego. Una era más extrema, más destructiva y más difícil de combatir, favorecida por las consecuencias del cambio climático.

El verano de 2025 ha marcado un hito trágico en la historia reciente de España en cuanto a incendios forestales. Cerca de 400.000 hectáreas han ardi- do este año solo durante el periodo estival, regis- trándose 6 de los 10 mayores incendios foresta- les del siglo XXI. Castilla y León, Galicia y Extre- madura han sido las comunidades más afectadas.

En España se producen cada vez menos incen- dios y la superficie quemada también se ha redu- cido. Sin embargo, crece la proporción de incendios en los que arden más de 500 hectáreas. Desde hace unos años se habla de los incendios de sexta generación o megaincen- dios. “Aunque un fuego es un fenómeno muy complejo y en el que influyen muchos factores, los megaincendios son aquellos que, por su intensidad, quedan fuera de control de la capacidad actual de los sistemas de extinción” expli- ca Cristina Montiel, catedrática de análisis geográfico y experta en gestión forestal en la Complutense de Madrid.



**Este verano se han registrado 6 de los 10
mayores incendios**

Por qué se producen cada vez más megaincendios

El aumento de los incendios extremos se debe a un cóctel que combina las consecuencias de la crisis climática con el abandono de las zonas rurales y una mala gestión forestal.

“La crisis climática es un factor importante en la aparición de los diferentes tipos de incendios”, explica Montiel. El pasado junio se registró una temperatura 2,81 °C por encima de la media de la registrada ese mes en el periodo 1991-2020, según datos del sistema Copernicus. El calor seguía siendo extremo el 1 de julio, cuando se originó el incendio de la provincia de Lleida que acabó con la vida de dos personas y cuyo comportamiento fue extremo. Según Cristina Montiel, el cambio climático “es el principal vector que está influyendo, no determinando, sino condicionando el comportamiento diferente de estos megaincendios”.

La acumulación de biomasa es otro de los factores que influyen en la propagación de este tipo de incendios. La despoblación también tiene mucho que ver. El abandono del sector primario, que durante siglos ha actuado como cortafuegos natural se traduce en una vegetación cada vez mayor, que se convierte en el combustible perfecto para este tipo de desastres.

Prevenir estos megaincendios

Los incendios extremos son el síntoma de una crisis ecológica, climática y territorial que nos aboca a un desafío colectivo en el que entran en juego el uso del territorio, la planificación rural y la emergencia climática. Sin medidas estructurales, estos incendios serán cada vez más frecuentes, intensos e incontrolables.

Una gestión del territorio donde se impulsen políticas de desarrollo rural para evitar el abandono del campo, se fomente la ganadería extensiva y la agricultura tradicional y se recuperen los usos tradicionales del monte que reducen el combustible ayudaría a prevenir los incendios. La creación de paisajes resistentes al fuego donde se intercalen cultivos, zonas despejadas y masas forestales; la eliminación de monocultivos de alto riesgo; y la plantación de especies autóctonas más resilientes y con menor capacidad de arder es otro de los puntos que podrían combatir estos grandes incendios. La coordinación comunitaria en emergencias (formación de brigadas vecinales, mejora de planes de evacuación en núcleos rurales, colaboración entre administraciones locales y servicios de emergencias) es también clave, así como la educación y la sensibilización ciudadana.

Cruz Roja frente al fuego

Cruz Roja cuenta con Equipos de Respuesta Inmediata en Emergencias (ERIE), compuestos por personal voluntario entrenado para dar la mejor atención a personas damnificadas durante las emergencias, muchas de ellas incendios. El personal voluntario de Cruz Roja informa cada verano en los denominados “puntos calientes” a los senderistas de las posibles señales e indicios de incendios que deben tener en consideración. Junto a esta labor de sensibilización, en Cruz Roja también promovemos las buenas prácticas medioambientales para los y las más jóvenes.

En la Organización contamos con el Plan +CO(mpenso)2, una estrategia ambiental cuyo objetivo es medir, reducir y compensar las emisiones de gases de efecto invernadero que genera la propia Cruz Roja, avanzando así hacia la neutralidad climática. Para compensar parte de esas emisiones, impulsamos la recuperación de espacios naturales a través de reforestaciones y soluciones basadas en la naturaleza. Desde 2021, hemos reforestado 250 hectáreas y hemos plantado más de 234.000 árboles con los que hemos absorbido casi 85.000 toneladas de CO₂.

Los incendios de sexta generación son el síntoma de un modelo territorial y climático que ha llegado al límite. Se trata de construir otro más resiliente desde lo local, en el que la naturaleza vuelva a tener un papel fundamental, con una población rural activa y unos ecosistemas sanos. Cuidar nuestro entorno es un desafío común. ●



LA RESPUESTA INMEDIATA DE CRUZ ROJA ANTE EL APAGÓN

El mediodía del 28 de abril de 2025 quedó grabado en nuestra memoria colectiva: a las 12:33 horas la península sufrió un apagón masivo que dejó sin suministro eléctrico a 50 millones de personas desatando una ola de incidencias por todo el territorio nacional.

Trenes y metros parados, semáforos sin funcionar y miles de personas atrapadas sin poder llegar a casa. El apagón del 28 de abril dejó al país en una situación sin precedentes en cuestión de segundos. Frente a este escenario, en Cruz Roja activamos rápidamente nuestros recursos de emergencia para asistir a la población, coordinar albergues y garantizar atención sanitaria y suministros básicos para las personas afectadas.

Cruz Roja forma parte del sistema de Protección Civil, y desde el primer momento nos pusimos a disposición de las autoridades locales para actuar donde se necesitase. Durante las horas en que el suministro eléctrico estuvo interrumpido, Cruz Roja atendió a más de 13.900 personas gracias a la movilización de 1.348 voluntarios y voluntarias. En la respuesta participaron 380 vehículos, se desplegaron 12 albergues y se intervino en 21 estaciones de tren de toda España con avituallamiento y reparto de artículos de abrigo para los pasajeros –2.700 mantas entregadas y alrededor de 25.000 botellas de agua–.

En varios territorios Cruz Roja habilitó generadores para puntos sanitarios y residencias, organizó transporte sanita-

Foto principal: Cruz Roja atendió a más de 2.650 personas en Castilla y León
Derecha: Cruz Roja prestó asistencia y repartió casi 800 botellas de litro y medio de agua entre los pasajeros de un tren que quedó inmovilizado en Andalucía



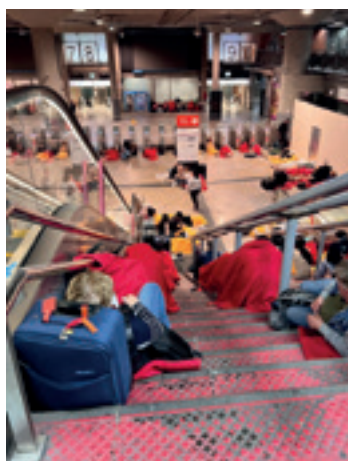
rio para traslados imprescindibles y estableció centros de carga para ambulancias y equipos médicos. Estas acciones redujeron el riesgo para las personas más vulnerables y permitieron mantener servicios críticos hasta la recuperación del suministro.

Los retos operativos de un día que nadie olvidará

Debido a que el tiempo en el que el suministro eléctrico estuvo interrumpido fue diferente en cada zona, nuestra respuesta fue asimétrica a nivel territorial. “En algunos sitios, tuvimos que prestar asistencias para movilizar a personas con movilidad reducida desde sus casas y apoyar con respiradores a pacientes ambulatorios. Otras ciudades, aunque no se vieron gravemente afectadas, cuentan con importantes nodos ferroviarios y brindamos ayuda a las personas atrapadas o en trenes detenidos entre estaciones. En las oficinas de lugares con menor impacto dimos apoyo a otros territorios más afectados”, apuntan desde el área de Emergencias de Cruz Roja.

Las comunicaciones son un componente intrínseco a la coordinación en cualquier emergencia. Ese día, el corte de la luz provocó que muchas de las comunicaciones de todo el país se vieran gravemente comprometidas. Sin embargo, “los sistemas de respaldo con los que cuentan todos nuestro centros de operaciones territoriales permitieron mantener la conectividad gracias a la comunicación vía internet entre los centros de Cruz Roja. También mediante la red de radio entre los equipos móviles de intervención en terreno con que contamos”, señalan los responsables. Cruz Roja, al mantener una red propia de comunicaciones híbrida (digital y analógica), pudo mantener la mayoría de sus comunicaciones en el tiempo que duró esta situación.

La intervención de Cruz Roja –además de otros actores de las administraciones públicas– fue clave para no empeorar la situación tanto a nivel sanitario o como a nivel psico-



Izquierda: Durante el apagón repartimos 2.700 mantas a las personas que quedaron atrapadas en las estaciones de tren


Derecha: En La Rioja se realizaron actuaciones para ayudar a personas con movilidad reducida a salir de casa



social. Nuestra actuación minimizó la incertidumbre general que se produjo y la dificultad de poder comunicarse de una manera normalizada con las personas.

En el caso de las intervenciones individuales, el impacto de esta emergencia se vio significativamente reducido. Por ejemplo, las personas que lo necesitaron pudieron acudir a las citas o seguimientos médicos establecidos para ese día y pudieron mantener sus tratamientos domiciliarios (oxigenoterapia, etc.) a través del uso del equipamiento de las unidades móviles de Cruz Roja en sus propias casas.

Esta respuesta se dio gracias al funcionamiento de toda la estructura de Cruz Roja como un sistema y con respuestas con un alto grado de armonización y estandarización. En medio de la oscuridad, esa red humana trajo un poco de luz en las horas más duras del apagón. ●



ANTE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA, PREPÁRATE

Prepararse ante un desastre es fundamental para hacerle frente. Cruz Roja es consciente de esta realidad y lleva años capacitando a la población con el objetivo de reducir riesgos para minimizar los daños y mitigar las consecuencias de cualquier emergencia.

Hoy en día, los desastres y emergencias (ya sean de origen natural, tecnológico o antrópico) ocurren con una frecuencia e intensidad cada vez mayores. La pandemia, los incendios forestales, las DANAS e inundaciones, la erupción del volcán en La Palma o incluso el reciente apagón masivo nos recuerdan lo vulnerables que podemos ser. A todo ello se suman los efectos cada vez más evidentes y devastadores del cambio climático.

En este contexto, la preparación y prevención no son opcionales: se han convertido en una necesidad urgente. Permiten que las comunidades se protejan mientras llegan los equipos de emergencia y, al mismo tiempo, reducen riesgos y daños y contribuyen a salvaguardar el bienestar de los colectivos más vulnerables, como infancia, personas mayores, personas con movilidad reducida e incluso mascotas, que ya está presentes en más del 40% de los hogares.

En Cruz Roja somos plenamente conscientes de esta realidad y desde hace años estamos adaptando nuestras actuaciones para dar respuesta a las nuevas necesidades con la agilidad, eficacia y, sobre todo, Humanidad que nos define. Tenemos la certeza de que la autoprotección y la capacitación de la población resulta fundamental ahora más que nunca; por eso brindar información clara, accesible y veraz es imprescindible para que todas las personas sepan cómo actuar ante una emergencia.

Con este objetivo, hemos creado una página web específica que ofrece una guía completa sobre cómo responder frente a un desastre, que podrás descargar para

tener siempre a mano. En la web se orienta a la población acerca de los tres pasos clave que se deben seguir ante una emergencia:

1. Diseñar un plan
2. Preparar el kit
3. Mantenerse conectado

Desde la página web podrás descargar un listado con todo lo que debe incluir un kit de emergencias, así como un documento que te ayudará a tu diseñar tu plan, además de acceder a enlaces de organismos oficiales para mantenerse informado sin caer en bulos o desinformación, algo habitual cuando se produce una situación de este tipo. También ofrecemos consejos orientados a los grupos de población para ayudarte a no dejar a nadie atrás. Saber con antelación suficiente qué hacer y cómo proceder es la mejor manera de mantener la calma y protegerse cuando se desata una situación que nos sobrepasa.

“Hasta que lleguen los equipos de emergencia, está en nuestro mano poner en práctica nuestro plan de autoprotección personal o familiar”, expone Víctor Segura, técnico de Emergencias de Cruz Roja. “En Latinoamérica o Asia tienen muy claro cómo actuar ante las emergencias, y es habitual tener en el recibidor de casa un pequeño kit de 72 horas que van sustituyendo y reponiendo para tenerlo listo en cualquier momento. La Humanidad, a lo largo de la historia y una vez más, aprende a base de duros golpes; la tragedia reciente de la DANA del 2024 nos ha vuelto a demostrar que el fomento de la cultura de la prevención y la preparación en emergencias es clave para salvar vidas”, asegura.

Comunidades más fuertes frente a las emergencias climáticas

Cruz Roja Española, junto a la Federación Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja y la Fundación Zurich, ha impulsado un proyecto para reforzar la preparación ante los fenómenos climatológicos que más emergencias producen cada año: inundaciones y olas de calor extremas. Con una duración de tres años, la iniciativa busca mejorar la respuesta ante desastres y reducir sus consecuencias. Ya se han realizado intervenciones piloto en barrios especialmente vulnerables de Valencia y Madrid, lo que ha permitido identificar fortalezas y carencias con el objetivo de construir comunidades más resilientes frente a las emergencias climáticas. ●



Recuerda que debes adaptar el kit a tus circunstancias personales o familiares



Aquí tienes tu guía con información útil para prepararte ante una emergencia.

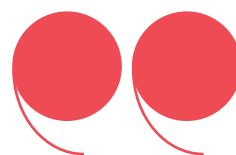




ALMUDENA ARIZA

«Contar lo que otros
quieren ocultar es
un acto de defensa
de los derechos
humanos»

Es una de las profesionales más destacadas y reconocidas de nuestro país. Con una trayectoria de más de tres décadas en RTVE, Almudena Ariza ha sido corresponsal en Asia, Estados Unidos, Francia u Oriente Medio. Su enfoque cercano y humano, su compromiso con los derechos humanos y su defensa de un periodismo que dé voz a quienes más lo necesitan la han convertido en un referente ético y profesional.



— **La situación en Gaza es insostenible. ¿Cómo lo viviste tú como corresponsal en Jerusalén?**

— Con una mezcla de rabia, impotencia y tristeza profunda. Porque lo que ocurre en Gaza ya no puede llamarse conflicto: es una masacre sostenida. Y desde Jerusalén se vive con la frustración de no poder estar dentro, con las restricciones informativas, la presión, el ruido político... y la angustia constante de contar muertes que no deberían estar ocurriendo.

— **¿Qué papel juega el periodismo en la defensa de los derechos humanos y en la visibilización de las crisis humanitarias silenciadas?**

— Un papel crucial. En contextos donde se intenta controlar el relato, el periodismo es resistencia. No solo sirve para informar, sino también para incomodar, para exigir responsabilidad, para que las víctimas no queden en el olvido. Contar lo que otros quieren ocultar es, en sí mismo, un acto de defensa de los derechos humanos.

— **Has dedicado buena parte de tu vida a contar historias desde los peores escenarios, ¿hay alguna que te haya marcado especialmente por su Humanidad en medio del caos?**

— No podría elegir una sola. Pero diría que, incluso en los contextos más duros —en medio de guerras, catástrofes o crisis olvidadas— siempre he visto aparecer lo mejor del ser humano. Siempre hay alguien que se queda a ayudar, que protege, que cuida, que muestra compasión. Gente que arriesga su vida por otros. En las peores circunstancias, también brilla la dignidad, la generosidad, la bondad. Y si algo he aprendido con los años, es que siempre, siem-

«EL PERIODISMO RIGUROSO ES MÁS NECESARIO QUE NUNCA»

pre, siempre me he encontrado más gente buena que mala. Eso también merece ser contado.

— **En tu trabajo, ¿cómo equilibras el deber de informar con el respeto hacia el sufrimiento de las personas a las que das voz?**

— Ese equilibrio es sagrado. No se trata solo de contar lo que ocurre, sino de cómo lo cuentas. Yo intento escuchar más que preguntar, no robar la historia a quien la vive, y cuidar cada imagen, cada palabra, cada silencio. Porque detrás de cada dato hay alguien que sufre, y nunca hay que olvidarlo.

La periodista ha sido reconocida con una de las **Medallas de Oro de Cruz Roja** en 2025





Almudena Ariza,
una de las profesionales
más destacadas de
nuestro país



— **¿Cómo se construye una pieza periodística que conecte con las emociones y llegue a las personas sin caer en el sensacionalismo?**

— Escuchando de verdad. Dejando que la historia respire. No hace falta adornar el horror: la realidad, contada con honestidad y con respeto, ya conmueve por sí sola. Y siendo conscientes de que no hablamos de cifras, sino de vidas.

— **¿Crees que los y las periodistas tienen hoy más responsabilidad que nunca frente a la desinformación y los discursos polarizados?**

— Absolutamente. En un mundo donde las mentiras circulan a toda velocidad y donde todo se simplifica o se manipula, el periodismo riguroso es más necesario que nunca. Tenemos que ser contrapeso, contextualizar, explicar... aunque eso suponga ir a contracorriente.

— **¿Cómo se gestiona el impacto emocional de cubrir guerras, desastres y crisis humanitarias sin perder la sensibilidad?**

— No siempre se gestiona bien. A veces te rompe por dentro. Otras, te deja insensible sin darte cuenta. Pero intento

recordar siempre por qué estoy ahí y para quién cuento lo que cuento. Y también me obligo a parar, a hablar, a escribir, a correr... porque si pierdes la sensibilidad, ya no puedes contar bien la verdad.

— **En tus coberturas, ¿qué papel han jugado organizaciones humanitarias como Cruz Roja? ¿Qué has aprendido de su labor?**

— Un papel imprescindible. Son quienes llegan donde nadie más llega, quienes se quedan cuando todos se van. He visto a trabajadores de Cruz Roja arriesgar la vida por salvar la de otros, con una humanidad que te desarma. Su presencia es, muchas veces, lo único que separa la vida de la muerte.

— **¿Cómo ha sido recibir una de las Medallas de Oro de Cruz Roja?**

— Un honor inmenso y una responsabilidad. Porque siento que ese reconocimiento no es solo para mí, sino para todas las personas que creemos en el periodismo como servicio público. Lo recibí con emoción, y también con la certeza de que hay que seguir. Aunque duela. Aunque cueste. Porque hay historias que necesitan ser contadas. ●



MIGRACIONES Y FAMILIAS

¿Qué papel juegan las familias en las decisiones y procesos migratorios? Un estudio de Cruz Roja revela los obstáculos y desafíos a los que se enfrentan.



Lee el informe completo

La inmigración internacional es uno de los principales determinantes de la evolución de la población en el siglo XXI. España es hoy una sociedad multicultural en la que se ha avanzado en políticas que trabajan por los derechos de las personas migrantes, pero todavía queda mucho por hacer.

Del estudio *Vulnerabilidad conectada a los procesos familiares a través de las fronteras* se desprende que existen nuevos retos y necesidades para romper las barreras y situaciones de discriminación de las familias transfronterizas. La investigación recoge el relato detallado de sus protagonistas sobre los impactos de las fronteras legales, sociales, culturales y administrativas en sus vidas. Al atravesar una frontera, los marcos estructurales previos se alteran, redefiniendo nuevas posibilidades y roles en los sistemas familiares.

El estudio pone de manifiesto cómo operan las disposiciones normativas de extranjería, los mecanismos de segregación laboral, discriminación en el acceso a la vivienda, barreras educativas, etc. condicionando el bienestar, el clima familiar, las relaciones de parentesco y las pautas de crianza. La fuerza de esta investigación está en haber puesto el foco en el papel que juegan las familias en las decisiones y procesos migratorios. ●

Las familias están presentes en las decisiones migratorias, incluso cuando se toman en la emergencia. La migración suele ser una estrategia familiar de supervivencia, sostenibilidad, movilidad social ascendente, promoción o incremento del capital social y económico.



GAZA, EPICENTRO DE LA CRISIS HUMANITARIA EN ORIENTE MEDIO

En Oriente Medio y, especialmente en Gaza, la población civil sufre las consecuencias más devastadoras del conflicto, mientras la asistencia humanitaria intenta abrirse paso entre enormes desafíos de seguridad, acceso y protección. El propósito es claro: preservar la vida, la dignidad y la esperanza, incluso en medio de la adversidad.

La crisis humanitaria en Oriente Medio y, en particular en Gaza, continúa siendo una de las más graves y prolongadas del mundo. El sufrimiento de la población civil, atrapada en un contexto de violencia, desplazamientos forzados y falta de acceso a servicios básicos, recuerda la urgente necesidad de proteger a las personas más vulnerables. Ante esta realidad, el Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja reafirma el compromiso que ha guiado toda su labor: aliviar el sufrimiento humano, garantizar asistencia humanitaria y defender la dignidad de todas las personas.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha declarado la hambruna en Gaza, un hito devastador y sin precedentes en la región. Más de 640.000 personas, agotadas y hacinadas, sobreviven en condiciones de inseguridad alimentaria catastrófica. La desnutrición infantil crece de forma vertiginosa y solo en julio se detectaron más de 12.000 casos de malnutrición aguda en niños y niñas, la cifra mensual más alta registrada hasta ahora. Son ya 64.656 las personas fallecidas (en su mayoría niños, niñas o menores, mujeres y personas mayores) y 163.503 las personas heridas en estos dos años de conflicto. Una situación que, en palabras de la presidenta del Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), Mirjana Spoljaric, supone “el fracaso de la Humanidad”.

Martí Amor, delegado de Cruz Roja Española en Palestina, conoce de primera mano los horrores que está sufriendo la población civil en Gaza, “con decenas de muertos y centenares de heridos a diario”, cuenta. “Los hospitales y el personal médico están desbordados, operando por encima de su capacidad, con tasas de ocupación que suben hasta el 300%. La mayoría de pacientes admitidos en los hospitales de la Media Luna Roja Palestina en las últimas semanas son personas que fueron heridas mientras esperaban en zonas de distribución de alimentos. Uno de ellos me dijo que, en cuanto se recuperara, volvería a la cola para recibir una caja de comida”, lamenta.

Desde el terreno, Martí Amor indica que la escasez de alimentos golpea con especial dureza a los colectivos más vulnerables, entre ellos personas mayores, heridas, jóvenes y sobre todo, niños y niñas. “Nuestro personal nos cuenta que se encuentran continuamente con menores visiblemente cansados, que piden una simple bolsa de harina”, explica.

El bloqueo continuado de la asistencia humanitaria tiene consecuencias catastróficas, especialmente porque existen recursos suficientes para asegurar una asistencia humanitaria digna y evitar muertes y situaciones de hambruna. Así lo confirma Martí Amor al declarar que, aunque los almacenes humanitarios en Cisjordania, Jordania y Egipto están abastecidos con suministros, listos para ser distribuidos de manera continua y coordinada, la ayuda “entra a cuentagotas”. Ante esta realidad, resulta imprescindible

una respuesta multisectorial masiva que asegure un acceso coordinado a alimentos, suministros médicos, combustible, agua, saneamiento e higiene para la población de Gaza.

La firma del alto el fuego en Gaza el 13 de octubre ofrece una oportunidad vital para orientar todos los esfuerzos a la respuesta humanitaria inmediata, salvar vidas y aliviar el sufrimiento de una población devastada. Cruz Roja Española intensificará su apoyo a la Media Luna Roja Palestina en su respuesta inmediata.

Otros territorios de Oriente Medio también sufren las consecuencias del conflicto. Es el caso de Líbano, convertido en uno de los nuevos escenarios de esta crisis debido a su ubicación geográfica, que limita al sur con Israel, y a factores geopolíticos. El país atraviesa su momento más crítico desde la guerra del Líbano de 2006. Más de 4.000 personas han perdido la vida, más de 17.200 han resultado heridas y alrededor de 1,3 millones se han visto afectadas en un contexto marcado por desplazamientos masivos. A pesar del cese temporal de la violencia en el sur del Líbano, las hostilidades continúan en zonas rurales y fronterizas y dificultan el acceso humanitario y el retorno de personas desplazadas.

Cuando la asistencia humanitaria se convierte en objetivo

Esta emergencia humanitaria en Oriente Medio no solo golpea con dureza a la población civil, sino también a quienes intentan asistirlos. Desde el inicio de la crisis, 543 trabajadores humanitarios han sido asesinados. Solo en 2024, los Territo-

64.656

Personas fallecidas
en Gaza

163.503

Personas heridas
en Gaza

543

Trabajadores
humanitarios asesinados
en Oriente Medio

210 M

Millones de personas viven en
zonas bajo el control total o
disputado de grupos armados
en todo el mundo



rios Palestinos Ocupados registraron el mayor número de incidentes de seguridad contra personal humanitario, con más de 270 ataques documentados. Entre las víctimas se cuentan 54 miembros de la Media Luna Roja Palestina, lo que refleja el alto precio que paga el personal humanitario por cumplir con su labor de salvar vidas.

“A principios de agosto, las oficinas de la Media Luna Roja de Khan Younis, en Gaza, fueron repentinamente bombardeadas. Uno de nuestros compañeros, Omar Mansour murió, y otros tres resultaron heridos”, relata Martí Amor. También subraya que las personas voluntarias de la Organización no están exentas de las trágicas consecuencias del conflicto: “Hace poco, Abdel Majeed, voluntario de la Media Luna Roja, fue asesinado mientras hacía fila para recibir comida, en un momento en que no estaba prestando servicio”.

Un mundo atravesado por los conflictos

Según el Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), en 2024 se han producido cerca de 130 conflictos armados en el mundo, con la participación de más de 60 Estados y 130 grupos armados no estatales, el mayor número de conflictos activos desde la Segunda Guerra Mundial. Esta evolución evidencia una preocupante deriva geopolítica: fragmentación del orden internacional, aumento de tensiones regionales, competencia por los recursos, así como una alarmante erosión del respeto al Derecho Internacional Humanitario. El CICR estima que 210 millones de personas viven bajo control de grupos armados, y, según ACNUR, en el último año más de 162.000 personas han perdido la vida y más de 123 millones se han visto obligadas a abandonar sus hogares. Además, operar en estos contextos es cada vez más peligroso: en 2024 murieron 38 miembros del Movimiento Internacional, 29 en conflictos armados. ●

¿QUÉ PODEMOS HACER?

La comunidad internacional debe reforzar sus esfuerzos para atender esta crisis. La coordinación y el compromiso sostenido son condiciones esenciales para garantizar asistencia inmediata y, al mismo tiempo, sentar las bases de una recuperación duradera. La vida de millones de personas depende de una respuesta eficaz, solidaria y a la altura de esta tragedia humana.

El compromiso y la solidaridad de la sociedad civil son también fundamentales para fortalecer la respuesta humanitaria y mejorar las condiciones de vida de las personas afectadas en la región. Existen diversas formas de contribuir a esta labor, apoyando así el trabajo que desarrolla Cruz Roja Española junto a sus socios en el terreno.

- **Donaciones económicas:** las aportaciones a Cruz Roja Española permiten financiar ayuda humanitaria esencial, como asistencia médica, alimentos y refugio.
- **Divulgación y concienciación:** compartir información sobre la crisis humanitaria y la labor de Cruz Roja para aumentar el apoyo social también supone una buena manera de ayudar, así como participar en actividades de sensibilización.
- **Colaboración empresarial:** empresas y organizaciones pueden contribuir con donaciones, alianzas estratégicas o apoyo logístico.
- **Movilización social:** impulsar iniciativas solidarias y eventos de recaudación de fondos en comunidades locales es otro punto a tener en cuenta.

Mirar lejos, actuar cerca: educación para una ciudadanía global

Valores como la equidad, la justicia o la paz se convierten en herramientas indispensables para cambiar nuestro presente y futuro. Es lo que persigue, precisamente, la Educación para la Ciudadanía Global.

En un mundo interconectado y cada vez más complejo, la Educación para la Ciudadanía Global (EGC) se ha convertido en una herramienta clave para promover valores tan importantes como la interculturalidad, la equidad, la justicia, la paz, la igualdad de género o la conciencia ambiental. Para Cruz Roja Española es también una forma de difundir sus Principios Fundamentales y sensibilizar sobre la defensa de los derechos de las personas más vulnerables.

El objetivo es claro: ayudar a que la sociedad desarrolle conciencia crítica y compromiso activo para construir un mundo más justo y sostenible. La EGC conecta lo local con lo global, fomenta la participación y anima a reflexionar sobre las causas de los grandes problemas de nuestro tiempo, desde la desinformación y la polarización social hasta las crisis humanitarias o el impacto del cambio climático.

Aunque sus acciones se dirigen especialmente a infancia y juventud (por ser agentes de cambio y futuros líderes), el alcance va más allá de las aulas. A través de alianzas con instituciones, empresas, redes sociales y asociaciones, Cruz Roja busca extender estos valores a toda la población.

El voluntariado juega en este contexto un papel fundamental: cada persona es, en sí misma, un ejemplo de ciudadanía global. Al comprometerse de forma activa y solidaria, los voluntarios y voluntarias no solo mejoran la realidad de quienes más lo necesitan, sino que contribuyen a transformar mentalidades y promover empatía. Y cuando este com-



promiso se enmarca en un Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, el impacto se multiplica.

Las iniciativas que se han puesto en marcha, diversas y creativas, dan buena cuenta de ello. Campañas como *Mujeres del mundo*, centrada en la igualdad de género y el empoderamiento femenino; *Mujeres ante la guerra*, en torno a la vulneración de derechos a la que se enfrentan las mujeres y las niñas en el marco de los conflictos armados; o los clicks de Playmobil, que sirven para ilustrar cómo actúa el Movimiento en emergencias, conflictos o crisis alimentarias.

Por todo ello, la Educación para la Ciudadanía Global no es solo un proyecto: es una invitación a implicarse, a comprender y a actuar para que la convivencia, la equidad y la dignidad sean una realidad compartida. ●





Cruz Roja Española apoya a la Media Luna Roja Palestina (MLRP) y la Cruz Roja Libanesa (CRL) en el marco de sus Planes de Respuesta a las crisis humanitarias en Oriente Medio y, en particular, en Gaza.
Fotografía: ©Ahmed Al Waheidi/ICRC





CICR: MÁS DE 160 AÑOS PROTEGIENDO VIDAS EN MEDIO DEL CAOS



El Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR) ha estado presente en los momentos más difíciles de la historia de la Humanidad. Ha sido un actor neutral, imparcial e independiente cuyo cometido no ha cambiado en los últimos 160 años: ayudar a personas afectadas por conflictos armados y por otras situaciones de violencia en todo el mundo, haciendo lo posible por proteger su vida y su dignidad, y aliviar su sufrimiento.

**El CICR actúa como
intermediario neutral
en conflictos armados
internacionales, no
internacionales y otras
situaciones de violencia**

Si se hace un repaso por los conflictos armados que han golpeado a la Humanidad desde 1863, el CICR ha estado allí, protegiendo y asistiendo a las víctimas sin importar a qué bando perteneciesen. Desde las dos Guerras Mundiales, pasando por el conflicto entre Israel y Palestina o el enfrentamiento entre el Estado colombiano y las FARC, hasta los conflictos más recientes en Sudán, Siria, Haití, Irak, Rusia y Ucrania, el CICR desarrolla su trabajo en múltiples escenarios.

En cada rincón del mundo en el que ha participado el CICR, la Organización cumple una misión que resulta esencial para aliviar el sufrimiento de las partes más desprotegidas. Pero el Comité también cumple un papel primordial promoviendo el cumplimiento del Derecho Internacional Humanitario (DIH), además de vigilar para que se respeten los derechos de las víctimas de la guerra. El CICR es el principal promotor, junto con las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, del Derecho Internacional Humanitario. El DIH, también conocido como el “derecho de la guerra”, es el conjunto de normas jurídicas que regulan la conducción de las hostilidades en los conflictos y protegen a las personas que no participan directamente en ellos: civiles, heridos, prisioneros de guerra y personal sanitario y humanitario.

El conocimiento de estas normas favorece el cumplimiento, por ello, su enseñanza y difusión, además de ser una obligación jurídica de los Estados, es un compromiso para el Movimiento de la Cruz Roja y Media Luna Roja. En Cruz Roja Española esta importante tarea se desarrolla desde el Centro de Estudios de Derecho Internacional Humanitario (CEDIH).

Ese interés por conocer esta rama del derecho y comprender cómo interactúan los diferentes actores de la comunidad internacional es lo que motivó a Guillem Puri a enfocar sus estudios hacia el Derecho Internacional Humanitario. “Me pareció un cometido noble y en el que me gustaría trabajar. Después de algunas experiencias profesionales, por ejemplo como asesor jurídico en Cruz Roja Española, y de estudiar un máster enfocado en el DIH en Ginebra, terminé trabajando en el CICR en 2018”, relata desde la sede de

EL CICR PROMUEVE EL CUMPLIMIENTO DEL DERECHO INTERNACIONAL HUMANITARIO

Ginebra del CICR. Antes de entrar en el comité, Guillem Puri también fue voluntario tanto de Cooperación Internacional como en el área de Derechos Humanos de Cruz Roja en Lleida.

El CICR tiene un mandato legal explícito para actuar en base a los Convenios de Ginebra de 1949 –ratificados universalmente– y sus Protocolos Adicionales. Estos últimos son uno de los pocos tratados internacionales que han sido ratificados universalmente. “El DIH parte de la premisa de que en toda guerra hay muerte y destrucción. A su vez, el DIH prescribe límites en la manera de hacer la guerra, así como la obligación de tratar con Humanidad a las personas que han pasado a estar bajo el control del enemigo. Es, en parte, una última capa de Humanidad en una situación tan inhumana como una guerra”, añade el asesor jurídico del CICR. A pesar de estas normas, seguimos viendo cada día imágenes que no respetan el derecho de la guerra: hospitales destruidos, civiles atacados o trabas a la ayuda humanitaria. Por eso, el CICR tiene otro cometido esencial, que es el de realizar una labor de difusión y desarrollo del Derecho Internacional Humanitario, colaborando con universidades, gobiernos y fuerzas armadas para fortalecer su implementación y adaptación a los desafíos actuales. “Es esencial que los Estados respeten las reglas mínimas que ellos mismos se dieron y que hoy conforman el DIH. El respeto del DIH no lleva necesariamente a la paz, pero sí a que no se deshumanice al adversario. Preservar la Humanidad durante la guerra salva muchas vidas e incluso puede facilitar que, algún día, las partes puedan sentarse de nuevo en una mesa de negociación y encontrar una solución dialogada al conflicto”, expone Puri.

La diplomacia silenciosa

Gracias a ese mandato específico otorgado por los Convenios de Ginebra, el CICR puede actuar como intermediario neutral en conflictos armados internacionales y no interna-





La Neutralidad es
uno de los Principios
Fundamentales que guía
la acción del CICR

cionales. Su fuerza radica en su diplomacia silenciosa: negociaciones discretas con gobiernos, ejércitos y grupos armados para garantizar el acceso humanitario, sin entrar en debates políticos. Esta neutralidad es clave para su aceptación en los contextos más hostiles. Un principio que no siempre es entendido por las partes. “Muchas personas cuestionan la Neutralidad que el CICR adopta como uno de los principios que guían su acción. Es natural, humano, tomar partido cuando las personas viven o presencian un conflicto. Sin embargo, ahora más que nunca es esencial tener actores humanitarios como el CICR que mantengan su neutralidad. La Neutralidad nos permite poder dialogar con todas las partes implicadas y encontrar soluciones que ayuden a mejorar la suerte de las personas afectadas por los conflictos. Neutralidad no es sinónimo de pasividad ni indiferencia, sino que es una herramienta que nos permite ejecutar nuestro mandato de proteger y brindar asistencia a personas afectadas por los conflictos”, explica Guillem Puri.

Muchas veces los logros del CICR pasan desapercibidos pero es evidente que el comité es un actor fundamental en el tablero internacional que reduce el sufrimiento de millones de personas. A lo largo de las últimas décadas, el CICR ha participado en complejas operaciones de repatriación de prisioneros de guerra en diversos conflictos, así como de observador en operaciones de repatriación de personas fallecidas, para que las familias puedan enterrarlas con dignidad y respeto a sus tradiciones. El CICR también juega un rol esencial en la búsqueda de personas desaparecidas.

En un mundo en el que los conflictos armados se prolongan y las víctimas civiles se multiplican, la labor del CICR se vuelve cada vez más compleja y crucial. Desde los campos de batalla hasta las mesas de negociación, la Organización sigue siendo un faro de esperanza en medio de la oscuridad. Mientras haya guerras, el CICR seguirá ahí recordándonos que incluso en tiempos de barbarie, la Humanidad no está perdida. ●



El CEDIH de Cruz Roja Española
promueve el estudio, la investigación
y la difusión del Derecho
Internacional Humanitario.



25 AÑOS ABRIENDO OPORTUNIDADES A TRAVÉS DEL EMPLEO

El Plan de Empleo de Cruz Roja lleva 25 años acercando el empleo a las personas. Desde el año 2000 hasta ahora se ha convertido en una herramienta imprescindible para ayudar a colectivos vulnerables en su camino hacia un trabajo digno.



Las cifras

+1.500.000

Personas se han apoyado
en el Plan de empleo de Cruz Roja
en estos 25 años

113.000

Empresas y Administraciones
Públicas han colaborado con
el Plan de Empleo

Un cuarto de siglo da para mucho. Es el recorrido que alcanza ahora el Plan de Empleo de Cruz Roja, una valiosa estrategia que, durante más de dos décadas, ha supuesto una puerta de entrada al mercado laboral para quienes más lo necesitaban. A lo largo de este tiempo, miles y miles de personas han encontrado acompañamiento, orientación, formación, oportunidades y, sobre todo, confianza de la mano de la Organización.

En palabras de Maika Sánchez, responsable del área de Empleo de Cruz Roja, el balance de estos 25 años es “muy positivo”. No solo se ha consolidado una red territorial sólida, con gran experiencia acumulada y capaz de dar respuesta en contextos muy complejos (desde la crisis del 2008 hasta la pandemia de la COVID), sino que el trabajo conjunto de personal laboral y voluntario, junto con las herramientas y sistemas desarrollados, han permitido atender con eficacia a más de 1.500.000 personas, generando un “impacto real en sus vidas”.

Cruz Roja se erige, por tanto, como un actor clave “para que las personas más frágiles puedan acceder a servicios específicos que mejoren su empleabilidad”, agrega. Un compromiso en el que, puntualiza Sánchez, ha resultado igualmente indispensable la colaboración de empresas y

administraciones con especial mención a la aportación del Fondo Social Europeo.

Los éxitos del Plan de Empleo hablan por sí solos y demuestran su enorme alcance y repercusión. La capacidad de adaptación y de ofrecer respuestas según las necesidades de cada persona queda patente “gracias a la proximidad de Cruz Roja Española y el conocimiento que tiene de la realidad” declara la responsable de Empleo, que también recalca la experiencia y especialización a la hora de impulsar medidas dedicadas a los colectivos con más dificultades.

Hoy celebramos los 25 años del Plan de Empleo poniendo en valor los hitos alcanzados, las alianzas tejidas y, sobre todo, los logros de quienes han demostrado que el empleo, en efecto, contribuye a cambiar vidas.

Primer hito: así arranca el camino

En el 2000 comenzamos a colaborar con el Fondo Social Europeo para ayudar a las personas a acceder al empleo. En 2001, un año después, se produjeron las primeras acciones en 33 asambleas territoriales que permitieron atender a 7.720 personas migrantes a través de la constitución de la Red Interlabora. Gracias a estas acciones, 3.208 personas accedieron a un empleo y 569 empresas se sumaron a la iniciativa.

En 2003 pusimos en marcha el proyecto *Impulsa*, una iniciativa para fomentar el autoempleo. Más tarde, en 2008, renovamos la colaboración con el Fondo Social Europeo, lo que nos permitió ampliar el perfil de personas beneficiarias atendiendo de manera específica a mujeres alejadas del mercado laboral, personas en situación de alta vulnerabilidad social y jóvenes con baja cualificación. También llevamos a cabo campañas como *El tablero de las oportunidades*.

Segundo hito: la crisis económica de 2008

El año 2008 estuvo marcado por la crisis. Sus efectos impactaron en nuestra actividad y nos llevaron a ampliar la intervención a personas mayores de 45 años en situación de paro de larga duración. Coincidió con la renovación de la colaboración con el Fondo Social Europeo, que hizo posible extender el perfil de personas beneficiarias. El número de participantes se incrementó en un 38% y se pusieron en marcha campañas para promover la diversidad cultural, la conciliación laboral, y combatir el desempleo juvenil.

En 2011, impulsamos estrategias como *En realidad no tiene gracia*, que promovió una visión positiva de la diversidad cultural, principalmente en el ámbito laboral, y otras como *Te corresponde - nos corresponde*. También pusimos el foco en las personas jóvenes, que se convirtieron en protagonistas del proyecto *Itinerarios horizontales para jóvenes en la empresa*.



Tercer hito: una juventud y familias enteras desorientadas

En 2013 constatamos que muchos y muchas jóvenes tenían serias dificultades para acceder a un empleo, por lo que pusimos en marcha programas específicos de formación y orientación laboral. Un año más tarde, ante las altas tasas de desempleo juvenil y familias enteras sin empleo, lanzamos proyectos como *Aprender Trabajando* o *Itinerarios laborales para familias con todos sus miembros en paro*. Campañas como *El bolígrafo que escribe el futuro* se difundieron también en esta época.

En 2015 el mundo digital comenzó a cobrar mayor fuerza, y por eso desarrollamos una herramienta online para fortalecer competencias laborales, además de proyectos para reducir la brecha tecnológica en mujeres. En 2016, renovamos la colaboración con el Fondo Social Europeo a través del nuevo Programa Operativo de Empleo Juvenil (POEJ) dirigido a jóvenes inscritos en la Garantía Juvenil. Más de 49.156 jóvenes mejoraron su empleabilidad, 24.900 accedieron a un empleo y se establecieron alianzas con 5.265 empresas.

Los ecos de la revolución digital se hicieron aún más evidentes en 2017, con el inicio de la adaptación del Plan de Empleo a la transformación digital a través del proyecto *Empleando digital* (premiado en 2019 por la Comisión Europea). También promovimos campañas de sensibilización como *Mi cara no es mi CV*, *Mi otro selfie* o *Desafío +45*. En 2019 lanzamos el servicio multicanal de orientación laboral, que permitió atender online a más de 20.000 personas. La campaña *El balance más positivo* invitó, por otro lado, a reflexionar sobre la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres en el mercado laboral.

Cuarto hito: y llegó la pandemia

El 2020 siempre estará asociado a la pandemia de la COVID, un acontecimiento que tambaleó nuestras vidas y al que respondimos de inmediato. Adaptamos todas nuestras intervenciones a formatos online y telefónicos y atendimos a más de 100.000 participantes para garantizar que nadie se quedara sin apoyo. Bajo el marco del Plan RESPONDE, el Plan de Empleo recibió las consultas de 95.500 personas sobre la situación del mercado laboral. También surgieron los *Directos hacia el empleo* para reforzar el servicio multicanal e iniciamos el proyecto *Acércate* para mujeres víctimas de violencia de género.

Quinto hito: nuevos tiempos, nuevas herramientas

Las nuevas herramientas digitales nos han permitido entender mejor las necesidades de cada persona y acompañarlas de forma eficaz en su camino hacia el empleo. Con esta voluntad, en 2021 lanzamos la campaña SOMOS GO, enfocada en las capacidades profesionales de la juventud. El edadismo laboral también ha sido una de nuestras prioridades, y lo hemos abordado a través de iniciativas como *Ahora somos +*. En esta época también impulsamos proyectos como *Conectadas*, dedicado al aprendizaje de competencias digitales para mujeres, y *Tips de orientación laboral*, un autoservicio de consejos prácticos.

Un año más tarde pusimos en marcha el proyecto *Tándem*, que combina formación y empleo para jóvenes en la propia Organización, además de lanzar *Mi currículum en 3 pasos*. Cerramos el 2022 con más de 274.000 personas atendidas y una tasa de inserción del 47% en iniciativas integrales.

En 2023 renovamos la colaboración con el Fondo Social Europeo para el periodo 2023-2029 a través del Programa de Empleo Juvenil y del Programa de Inclusión Social, la garantía infantil y la lucha contra la pobreza, consolidando respuestas integrales para distintos colectivos y personas. Paralelamente, surgieron servicios online y experiencias piloto, además de campañas como *Ahora soy + contra el edadismo laboral*, *Contrata sin* o *Aceleradores GO Vamos contigo*, orientada a jóvenes.

La innovación forma parte (y seguirá formando parte) del ADN del Plan de Empleo de Cruz Roja. Y es que “ha permitido abordar soluciones personalizadas para responder a necesidades específicas de las personas vulnerables, mejorar las respuestas con eficiencia, reducir costes y aumentar coberturas, llegando a más personas y reduciendo las barreras geográficas y sociales”, señala Maika Sánchez.

Y así llegamos hasta hoy. En la actualidad, el Plan de Empleo de Cruz Roja tiene en marcha 46 tipos distintos de respuestas y proyectos en 660 localidades de 50 provincias en España, y ofrece servicio a personas desempleadas de larga duración, mujeres alejadas del mercado laboral, jóvenes sin experiencia, personas inmigrantes, mayores de 45 años, personas refugiadas, mujeres víctimas de violencia de género, personas en proceso de recualificación, y en definitiva, a todas aquellas que necesiten acompañamiento hacia el empleo.

A por otros 25 años más. ●

De dormir en un coche a dirigir una empresa con 30 empleados

La vida de Claudio es una de esas historias que parecen haber sido escritas por un guionista. Este argentino estuvo durante un tiempo en situación irregular y llegó a dormir en la calle antes de montar su propia empresa.

Claudio Mogilner llegó a España en 2001 con 3.000 euros en el bolsillo y sin conocer a nadie. Había salido de Argentina tras el “corralito” en busca de un futuro más esperanzador. Expirado su visado de turista y sin permiso de trabajo, pasó dos años muy complicados en los que se vio obligado a dormir en el coche. De Madrid se mudó a Salamanca. Allí recurrió a Cruz Roja, una Organización que no le era ajena ya que en su país había sido voluntario.

Desde Cruz Roja le ayudamos a cubrir sus necesidades básicas, pero además le ofrecimos otro tipo de apoyo que



resultó determinante para salir de la situación en la que se encontraba. “Desde Cruz Roja me guiaron en la creación de mi sociedad laboral. Me proporcionaron información y asesoramiento, que era lo que yo necesitaba en ese momento”, explica Claudio desde Salamanca.

Desde la Red Interlabora de Plan de Empleo, que en aquel momento acababa de dar sus primeros pasos, le acompañaron en todos los trámites. Gracias a su esfuerzo, Claudio abrió su propia empresa, International Web, enfocada al diseño de páginas web y al marketing digital. Una compañía que hoy cuenta con 30 trabajadores, ha desarrollado 1.500 proyectos digitales y ha trabajado para grandes marcas como Coca-Cola o el Real Madrid.

Cuando su situación cambió quiso incorporarse como voluntario en el área de Empleo de Cruz Roja para acompañar a otras personas que estuvieran pasando por lo mismo por lo que él pasó. ●



Muchas personas en situación de vulnerabilidad —especialmente mujeres, jóvenes, migrantes o quienes viven en zonas rurales— corren el riesgo de quedarse atrás en un mercado cada vez más automatizado.

La inteligencia artificial, una oportunidad para el empleo

■ Frente a este desafío, nace *Empleando Digital Sinergia*, un proyecto de innovación social que busca convertir la inteligencia artificial en una oportunidad de inclusión y no en una barrera. Este innovador proyecto, impulsado por Cruz Roja Española y la Fundación Secretariado Gitano con la cofinanciación de la Fundación Accenture y el Fondo Social Europeo Plus (FSE+) apuesta por poner la tecnología al servicio de las personas, especialmente de quienes más lo necesitan. Una iniciativa que se desarrollará entre 2025 y 2029 con un propósito claro: transformar la inserción laboral mediante el uso ético, estratégico e inclusivo de la inteligencia artificial, asegurando que nadie se quede atrás.



FORMARSE EN LAS PROFESIONES MÁS DEMANDADAS

Cruz Roja cuenta con centros de formación profesional repartidos por todo el territorio nacional en los que el alumnado puede crecer tanto personal como profesionalmente.



De nada sirve la teoría sin la práctica y la práctica sin la teoría. Ambas facetas conforman un todo y resultan claves cuando hablamos sobre formación. Porque aprender es uno de los caminos más apasionantes que todos y todas recorreremos, y en los que la enseñanza (la forma de impartir conocimientos) marca la diferencia. “Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”, decía el célebre inventor Benjamin Franklin.

Para que los y las estudiantes aprendan (de verdad) hace falta una enseñanza sólida que se asiente en una metodología realista y de calidad. Es lo que hacemos en Cruz Roja a través de nuestros centros de formación profesional. Su principal misión es formar al alumnado en materias como el Grado Medio de Auxiliar de Enfermería, el Grado Medio de Emergencias Sanitarias o el Grado Superior de Integración Social, entre muchos otros. Casi todos relacionados con el sector socio-sanitario, pero no exclusivamente. Los centros en los que Cruz Roja imparte formación profesional, por otro lado, se encuentran en nueve provincias: A Coruña, Alicante, Baleares, Córdoba, Granada, Málaga, Madrid, Tenerife y Bizkaia.

Desde la Organización llevamos décadas formando al alumnado en materias donde somos referentes, con un profesorado que atesora sólidos conocimientos y una vasta trayectoria en sus áreas, y que se ha convertido en uno de nuestros principales puntos diferenciales. “La larga experiencia que tenemos como Organización en todas estas áreas nos eleva y marca la diferencia a la hora de abordar un grado”, defiende Sandra Núñez, técnica del área de Educación de Cruz Roja. Y esto no es todo, ya que los valores cargados de Humanidad que se transmiten durante el periodo formativo resultan también esenciales en un momento de preparación hacia el mundo laboral.

Las oportunidades que brinda la formación profesional no dejan de crecer, y no solo por su claro enfoque práctico. De hecho, en 3 de los 9 centros de Cruz Roja donde impartimos estos grados ya se ofrece la posibilidad de ampliar la formación con una beca Erasmus+, lo que abre aún más puertas a la experiencia internacional del alumnado. “La

realidad es que salen muy preparados en todos los aspectos. Les enseñamos a encarar una entrevista de trabajo y les damos las herramientas necesarias para enfrentarse a ella con seguridad. En algunas titulaciones las tasas de empleabilidad son muy elevadas puesto que estos empleos están altamente demandados, aunque es cierto que, dependiendo de los territorios, las necesidades son unas u otras”, asegura la técnica.

Certificado de profesionalidad, una ventana al mundo laboral

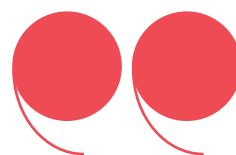
De un tiempo a esta parte, los certificados de profesionalidad, que Cruz Roja ofrece en gran parte del territorio, son una vía accesible para formarse en una labor específica y conseguir un puesto de trabajo. Actualmente, esta ventana al empleo, conocida como certificado de profesionalidad, se ha ampliado aún más, hasta el punto de poder escalar formativamente y convalidarse, en algunos casos, como ciclos formativos. “En muchas ocasiones, si el alumnado cursa una o dos asignaturas de algún grado alineado con su formación obtenida con el certificado profesional puede convalidarlo y contar con un grado de formación profesional. Si pensamos en los colectivos vulnerables que atendemos en Cruz Roja, este salto cualitativo les ofrece no solo la oportunidad de ampliar sus conocimientos, sino un mayor acceso al empleo y a ofertas de mayor cualificación”, apunta Sandra Núñez.

Ya sea a través de grados formativos o certificados de profesionalidad, nuestro objetivo como Organización es siempre el mismo: ofrecer conocimiento desde la práctica para que, en el futuro, los alumnos y alumnas se conviertan en personas profesionales, comprometidas y humanas. ●

1 DE CADA 4

Empleos que se creen en España hasta 2030
requerirán perfiles de formación profesional





MARÍA NEIRA

«La salud empieza
mucho antes de
los hospitales»

María Neira es directora del Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de la Organización Mundial de la Salud. Reconocida por su labor en la lucha contra el cambio climático y sus efectos en la salud, es una de las voces más influyentes en salud pública a nivel global.

— **¿Cuáles consideras que son los principales retos para la salud pública a nivel mundial en los próximos 5 a 10 años?**

— Para definir cuáles son las prioridades en salud pública se pueden llevar a cabo diferentes actuaciones. Una es mirar cuáles son los factores de riesgo más importantes. Cada año sale un informe global sobre los indicadores de salud. Ahí vemos que, en la actualidad, los riesgos más importantes para la salud son la hipertensión, el tabaco y, muy importante, la polución del aire. Esa ya sería una razón para dirigir y elegir prioridades de salud pública.

También hay que valorar a cuánta población afecta, cuáles son las intervenciones que puedes poner en marcha para combatir esta situación y definir, a partir de ahí, los objetivos. Ahora mismo, todos esos factores de riesgo ambientales, el cambio climático y todo lo relacionado con el acceso al agua potable y al aire limpio (evitando estas sustancias cancerígenas que nos rodean) también son temas clave.

Otro punto fundamental tiene que ver con nuestro estilo de vida, algo que se relaciona con la obesidad y el sedentarismo. Son estas enfermedades no transmisibles, o crónicas, las que nos están, literalmente, matando; y están ahí las demostraciones de cuáles son las enfermedades más comunes.

Por otro lado, una tercera prioridad es, claramente, todo el sistema sanitario. Para responder a todos estos factores de riesgo determinantes para nuestra salud los sistemas sanitarios tienen que funcionar bien. Una cobertura sanitaria universal sería el sueño. Después hay que abarcar desde la prevención hasta la rehabilitación incluyendo, obviamente, la respuesta a emergencias, epidemias, brotes... lo que sea. La salud mental también se está volviendo una cuestión esencial.

Hay que entender que la salud pública no es luchar contra la enfermedad. Eso es el aspecto sanitario o curativo. Salud pública significa prevenir y actuar allí donde se pueda tener un impacto para proteger y prevenir la enfermedad.

— **La pandemia de la COVID nos ha enseñado la importancia de la colaboración global en salud. ¿Cómo está trabajando la OMS para fortalecer las alianzas internacionales y asegurar una respuesta coordinada ante futuras emergencias sanitarias?**

— La pandemia dio lugar a la colaboración entre distintos organismos debido al reglamento: el reglamento sanitario internacional. Existe una obligación de colaboración por mandato legal entre países para prevenir ciertas sustancias infecciosas. Además, en el reglamento sanitario internacional no se incluyen solo los agentes biológicos, sino también las sustancias químicas y nucleares. Es una colaboración muy intensa porque implica que todo el mundo está en riesgo.

«PROMOVIENDO ACCIONES PARA LUCHAR CONTRA EL CAMBIO CLIMÁTICO HAY ENORMES BENEFICIOS PARA LA SALUD»

Y es un mecanismo muy fuerte, quizá el más fuerte que tenemos por ser un instrumento legal, pero también trabajamos codo con codo con ministros de energía, de transición ecológica, de transporte, de agricultura... con todo lo que pueda tener un impacto en nuestra salud antes de llegar al hospital. Siempre recalcamos que no somos la Organización Mundial de la Enfermedad, sino la Organización Mundial de la Salud. Y la salud empieza mucho antes de los hospitales.

— La salud mental ha cobrado gran relevancia en los últimos años. ¿Qué pasos está dando la OMS para abordar la creciente carga de enfermedades mentales a nivel global?

— Está ganando mucha relevancia el tema de la salud mental, pero definitivamente no la que sería necesaria. Hay varios aspectos en los que tenemos que trabajar. Primero, obviamente, necesitamos un sistema de salud que pueda responder a estas enfermedades ya diagnosticadas e identificadas. Es una parte muy difícil y muy costosa.

Desde la OMS también actuamos en el otro extremo: ver qué tipo de factores de riesgo pueden tener un impacto en la salud mental. Sabemos, por ejemplo, que la demencia se relaciona con la contaminación del aire. La exposición a material particulado puede provocar procesos inflamatorios en el organismo, que a su vez aumentan el riesgo de enfermedades degenerativas y neurológicas. La parte de prevención sería fundamental.

El abuso de sustancias, como las drogas, puede acelerar este proceso. Todo tiene que ver también con la comunicación, el *raising awareness*; sensibilizar e influenciar a los gobiernos para que se tomen con más seriedad este problema de salud mental y promover una serie de medidas basadas en un estilo de vida más saludable que puedan ayudar también a prevenir enfermedades mentales como la depresión.

— A medida que la población mundial envejece, ¿qué medidas está impulsando la OMS para asegurar que

los sistemas de salud estén preparados para enfrentar los desafíos relacionados con el envejecimiento de la población?

— La sostenibilidad del sistema sanitario juega un papel fundamental en este aspecto. Tenemos que pensar en un sistema sanitario que no cubra a personas que van a vivir 70 ó 80 años, sino a personas que van a tener una esperanza de vida mucho más larga. Además, en esos últimos 10 años de vida van a requerir una asistencia sanitaria muy intensa, costosa y probablemente aun así difícil de asegurar. Todo esto se tiene que tratar en esa discusión general sobre sistemas sanitarios, e identificar como prioridad ese coste.

Existe un desafío muy importante porque que la mayor parte de los países todavía no hemos sabido adaptarnos al hecho de que la esperanza de vida se alarga. La curva demográfica tiene que estar perfectamente dentro de esa discusión sobre el sistema sanitario, la financiación y la sostenibilidad. Y todavía no es así.

— La sostenibilidad y el cambio climático son temas que impactan directamente en la salud pública. ¿Qué acciones está promoviendo la OMS para enfrentar los efectos del cambio climático en la salud de las poblaciones más vulnerables?

— Hoy es un tema que resulta evidente por sí mismo. Antes teníamos que emplear mucha pedagogía y narrativa para hacer comprensible el cambio climático y su relación con la salud... ahora son los países los que nos lo cuentan a nosotros. Costa de Marfil, por ejemplo, sabe perfectamente el impacto que tiene el cambio climático en su salud porque sus terrenos antes eran cultivables y ahora son áridos, secos. Saben que ha habido lluvias donde antes no las había y por tanto ahí hay una transmisión de enfermedades más importantes que antes. En Kenia, en el Kilimanjaro... no tenían mosquitos y ahora sí y por tanto hay malaria.



El cambio climático impacta directamente sobre la salud pública

También se encuentra la parte de nutrición. Si no puedes cultivar, no tienes alimentos; si falta agua, las tierras se secan; y cuando el agua escasea o se contamina, aparecen enfermedades como el cólera o las diarreas. Se está volviendo atrás. Numerosos países describen con claridad qué significa el cambio climático para ellos. Algunos lo relacionan directamente con la contaminación del aire, como ocurre en los países más ricos, donde las mismas causas que provocan el cambio climático —la quema de combustibles fósiles— son también las responsables de la polución. A medida que avancemos hacia energías más limpias, el primer beneficiado será nuestro sistema respiratorio: mejorará la calidad del aire y, con ello, se reducirán muchas enfermedades.

— **¿Cómo está evolucionando la estrategia de la OMS para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades a nivel global, y qué papel juegan la educación y la sensibilización en este enfoque?**

— Usamos todos los medios que tenemos a nuestro alcance. Todos. Lo que pasa es que las cuestiones de salud son tantas y tan variadas que tampoco podemos estar alertando de forma permanente. Usamos las redes sociales, las conferencias de prensa; informamos a los gobiernos... trabajamos

muchísimo con el sector académico, con las ONG, con las instituciones.

Todos nuestros mensajes están ahí para que se utilicen. La cuestión está en transmitirlo también en positivo. Obviamente no podemos decirle a la gente todo el tiempo que “va a producirse una catástrofe”. Lo que tenemos que comunicar es que a todos nos conviene trabajar en acelerar la transición a energías limpias.

¿Qué tiene que ver una médica, como yo, con todo esto? Mucho.

La contaminación del aire es un problema gravísimo: si no la combatimos, seguiremos llenando los hospitales de personas con enfermedades respiratorias crónicas. Y eso tiene un coste enorme, humano y económico. Hablamos de cáncer de pulmón, de muertes evitables... No es ninguna broma. Hay que recordar que la mejor motivación para luchar contra el cambio climático es la salud. Es el argumento más poderoso.

¿Qué le dices a una persona con diabetes tipo 2 asociada al sedentarismo? Que necesitamos ciudades con calles donde poder caminar, y para eso hay que reducir el tráfico y repensar la movilidad. Por tanto, ¿qué tiene que ver una médica...? Todo. Porque en ello nos va la salud. ●

CINCO AÑOS OFRECIENDO ATENCIÓN Y APOYO EMOCIONAL



Lo que surgió como un recurso para responder dudas y aliviar el sufrimiento emocional provocado por la irrupción de la COVID, ha evolucionado hacia nuevas demandas.

El 13 de abril de 2020 nacía, como respuesta a la situación de pandemia mundial y dentro del Plan Cruz Roja RESPONDE frente a la COVID, un servicio de escucha activa para aliviar el sufrimiento emocional provocado por el virus. La incertidumbre, la ansiedad del confinamiento o la gestión de los fallecimientos de familiares provocó un aluvión de necesidades de apoyo psicológico y emocional que se comenzaron a atender desde este servicio, denominado Cruz Roja Te Escucha, y que en su primer año de vida realizó más de 6.200 atenciones telefónicas.

Cinco años después, lejos de desaparecer, este servicio ha evolucionado atendiendo otro tipo de inquietudes, normalizando así la atención y/o acompañamiento psicológico. En este periodo, y gracias a la colaboración de 115 personas voluntarias, se han podido atender cerca de 35.000 llamadas, ofreciendo apoyo y consuelo a las personas que padecen sufrimiento emocional, dotándoles de pautas y herramientas necesarias para mejorar la gestión de los conflictos del día a día y favoreciendo, en todo momento, su bienestar.



Cruz Roja Te Escucha está atendido en un primer nivel de orientación por personas trabajadoras y voluntarias de Cruz Roja, especialistas en apoyo y acompañamiento psicosocial. Paralelamente, se cuenta con dos niveles más especializados a los cuales se derivan los casos o situaciones más complejas. A uno de ellos, el nivel de asistencia, atendido por psicólogos y psicólogas especialistas en la atención psicológica clínica y sanitaria, se remiten los casos que requieren una atención más especializada. En el otro nivel, de acompañamiento, compuesto por voluntariado de acompañamiento y profesionales de la psicología, se atienden los casos que concurren soledad no deseada o que precisan unas pautas básicas de psicoeducación.

Cada vez llaman más personas jóvenes

El tipo de demanda ha evolucionado en estos cinco años, adaptándose la atención a las necesidades de la población. Así, las llamadas que requieren contención o ventilación emocional representan actualmente el 80% frente al 30% que suponían en 2020, año en el que las principales preocupaciones estaban relacionadas con consultas sobre re-

curso de Cruz Roja o información ante necesidades de algún familiar en entorno COVID.

El recorrido histórico de Cruz Roja Te Escucha está ligado a situaciones de emergencias de gran magnitud y diferente naturaleza. La pandemia fue solo el arranque de este servicio, pero en estos cinco años, la erupción del volcán de La Palma, el estallido de la guerra en Ucrania o las consecuencias de la DANA han sido contextos que han favorecido las necesidades de apoyo emocional en muchas personas.

Respecto al perfil de las personas que contactan con el servicio, estas son principalmente mujeres (58,44%), con edades comprendidas entre 40 y 64 años (53,39%). Los adolescentes empiezan a usar este servicio de forma paulatina, representando el 9 % del total de contactos. También es reseñable el elevado número de consultas procedentes de personas jóvenes menores de 30 años, que ya constituyen casi el 18 % del total.

Las llamadas al 900 107 917 son gratuitas, de lunes a jueves de 10h a 14h y de 16h a 20h y los viernes de 10h a 14h (una hora menos en Canarias). ●



La información puede ser tan poderosa como un tratamiento: bien usada, previene, protege y salva vidas. Es lo que lleva haciendo desde hace 20 años Info Prevención, un servicio de información y prevención de Cruz Roja que atiende consultas relacionadas con el VIH, las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), las hepatitis virales y la tuberculosis de forma confidencial y gratuita. Funciona como un canal múltiple (teléfono, chat, redes sociales, email y web) que resuelve dudas sobre síntomas, riesgos, pruebas diagnósticas o tratamientos, y también difunde información clave sobre el impacto de las ITS; cómo prevenirlas, detectarlas precozmente y tratarlas.

Este espacio nace del compromiso de Cruz Roja y el Ministerio de Sanidad por acercar el conocimiento sobre la salud sexual a la población, especialmente a quienes pueden encontrar barreras (geográficas, culturales o de acceso) y facilitar atención individualizada en un entorno de apoyo riguroso y seguro. Además, el servicio desarrolla campañas informativas centradas en la prevención y detección temprana de ITS, abordando también el estigma y la discriminación asociadas a las mismas.

En estos 20 años, el servicio ha atendido en torno a medio millón de consultas y ha ido evolucionando y ampliando canales y contenidos con un objetivo: que nadie se quede atrás. Porque la salud sexual es un derecho que debe estar al alcance de todas las personas. ●

Info Prevención: 20 años poniendo la salud sexual en el centro

Desde Cruz Roja ofrecemos información confidencial y gratuita sobre VIH, Infecciones de Transmisión Sexual, hepatitis y tuberculosis para prevenir, orientar y desmontar mitos.



Puedes contactarnos en el: **900 111 000**
Por mail: infoprevencion@cruzroja.es
O por el chat de la web

LOS DESAFÍOS DE SER FAMILIA MONOPARENTAL



Lee el informe
completo

Vivir la crianza en soledad supone afrontar un camino lleno de obstáculos. Para muchas familias monoparentales, la precariedad laboral, la privación material severa y el desgaste emocional son parte de su día a día. A estas dificultades se suman desigualdades territoriales y jurídicas que limitan el acceso a derechos básicos, junto con prejuicios que pesan en la búsqueda de vivienda, en el entorno laboral o incluso en el trato con las instituciones.

Coincidiendo con el debate legislativo sobre el Proyecto de Ley de Familias, el estudio *Los retos de las familias monoparentales atendidas por Cruz Roja Española*, con enfoque de género e interseccional, revela cómo estas cargas afectan no solo a las madres o padres que sostienen el hogar, sino también al bienestar y desarrollo de sus hijos e hijas. Entre los impactos más destacados se encuentran la presión sobre los vínculos afectivos y la dificultad para mantener una vida escolar estable.

El trabajo concluye con recomendaciones dirigidas a los actores implicados en la protección social de esta tipología de familia. ●

Más de la mitad de las personas encuestadas reconocen haber fortalecido su resiliencia, autonomía y gestión de recursos gracias a Cruz Roja, Organización que les ha resultado clave al proveer a las familias no solo de recursos, sino también de información y acompañamiento.



INCLUSIÓN SOCIAL





LA DURA REALIDAD DE NO TENER UN HOGAR

El sinhogarismo es un fenómeno social que crece a un ritmo preocupante en nuestro país. Para combatirlo, en Cruz Roja atendemos a miles de personas sin hogar.

El número de personas que viven en la calle crece de forma alarmante en España. Según el INE, durante 2024 una media de 33.758 personas se alojó cada día en centros de atención a personas sin hogar, lo que supone un 55,7% más que en 2022. Los comedores sociales también registraron un fuerte incremento: 70.343 servicios diarios de comida, un 36,9% más que hace tres años.

Cualquier persona puede acabar viviendo en la calle. La pérdida de empleo, la falta de apoyo familiar o social, problemas de salud, rupturas afectivas o violencia, junto a las dificultades de acceder a una vivienda digna por el alto coste del alquiler, hacen que muchas personas no tengan otra alternativa que enfrentarse a esta dura y compleja situación. La falta de información, las barreras burocráticas y la digitalización de muchos servicios públicos dificultan aún más su acceso a ayudas esenciales, aumentando la incertidumbre y la vulnerabilidad día a día.



Desde Cruz Roja ofrecemos atención a las personas sin hogar para reducir los factores que las empujan a la exclusión social extrema. Cada año atendemos a más de 23.000 personas gracias a una red que incluye 91 unidades móviles de emergencia social, 735 plazas de alojamiento temporal y 32 centros con servicios básicos como comedor, duchas o lavanderías. Más de 6.000 personas voluntarias colaboran y desempeñan una imprescindible labor con las personas sin hogar.

Lo hacemos sin olvidar que el sinhogarismo acelera el envejecimiento: quienes viven en la calle sufren un deterioro prematuro de al menos diez años, con problemas de movilidad, salud física y cognitiva asociados. Algunos de

nuestros estudios evidencian, además, que la percepción de salud entre las personas sin hogar es significativamente peor que la del resto de la población y declaran más problemas emocionales, destacando especialmente el sentimiento de soledad, la depresión y la tristeza.

La calle, la indiferencia de los ojos ajenos y los pensamientos más destructivos se entrelazan y provocan que la soledad sea más profunda y el aislamiento muy difícil de soportar. Tanto es así que muchas personas en esta situación manifiestan que sienten que no pueden contar con la ayuda de nadie. La ausencia de compañía, de gestos de afecto o de palabras comprensivas intensifica la sensación de invisibilidad, incrementa la angustia día tras día y desgasta la esperanza de lograr salir de la calle en algún momento.

También tenemos presente que muchas personas en esta situación cuentan con un animal de compañía, su principal apoyo afectivo; por eso nuestra intervención incluye recursos adaptados para facilitar plazas con mascotas y apoyo en necesidades básicas como alimentación o atención veterinaria. En uno de nuestros centros, en Alicante, facilitamos que se queden en nuestras instalaciones para que las personas usuarias puedan realizar los trámites que requieran o acudir a citas médicas donde la presencia del animal no es posible. Sabemos que el vínculo con una mascota es un refugio elegido, incluso que en muchos casos estas se erigen como el puente que les conecta con un entorno social que a menudo les da la espalda.

Porque nadie merece quedarse atrás, Cruz Roja siempre está al lado de las personas. ●





El maltrato a personas mayores, una realidad invisible

La Organización de las Naciones Unidas estima que 1 de cada 6 personas mayores de 65 años en el mundo sufre algún tipo de maltrato o abuso.

El maltrato a las personas mayores es tan invisible que muchas veces pasa desapercibido. En 2024, Cruz Roja atendió a 2.232 personas mayores en situación de maltrato, de las que el 85% eran mujeres. Gestos aparentemente inofensivos pero dañinos como infantilizar a las personas mayores, creer que sus capacidades están deterioradas o que no pueden tomar sus propias decisiones son el detonante del edadismo, la tercera causa de discriminación en el mundo después del racismo y el sexismo. De los casos atendidos por Cruz Roja el pasado año, el

maltrato psicológico fue el más frecuente, seguido por el abandono, el abuso económico y la negligencia. “Formar y empoderar a las propias personas mayores para que puedan identificar y denunciar situaciones de abuso, muchas veces normalizadas en nuestra sociedad, es clave”, expresa Ramón Jané, director de Inclusión Social de Cruz Roja. Para evitar actitudes edadistas, resulta fundamental respetar la independencia, preferencias y dignidad de las personas mayores, así como valorar sus capacidades y, en definitiva, respetar sus derechos. ●

Rompiendo barreras en el mundo del fútbol

■ Disfrutar de un partido de fútbol en un estadio puede ser una experiencia incomparable, pero hay barreras que aún limitan esta posibilidad para muchas personas. *T'Acompanyem (Te Acompañamos)* es un proyecto de Cruz Roja y el FC Barcelona que lo hace posible ayudando a las personas con discapacidad o movilidad reducida a acceder al estadio y vivir un momento inolvidable. “Yo no puedo subir ni bajar escaleras, así que, si no fuera por Cruz Roja, no podría venir”, cuenta Mercè, usuaria del proyecto y aficionada del Barça.



CONECTADAS, PERO CONSCIENTES: HACIA UNA RELACIÓN SANA CON LAS PANTALLAS



Por BEATRIZ MARTÍN PADURA

Beatriz Martín Padura es directora general de la Fundación Fad Juventud desde 2018. La Fundación Fad Juventud se dedica a mejorar el bienestar y la calidad de vida de adolescentes y jóvenes y está centrada en la investigación sociológica de la juventud, en campañas de sensibilización y en programas de prevención (consumos, adicciones, violencias y otros riesgos psicosociales); formación para la ciudadanía digital y el empleo; y desarrollo de competencias de vida, tanto en España como en América Latina.

En un mundo hiperconectado, el consumo de pantallas se ha convertido en parte inherente de nuestra vida diaria, especialmente para la juventud. Smartphones, tablets, videojuegos y redes sociales forman un ecosistema digital que, si bien ofrece innumerables posibilidades, también plantea riesgos significativos.

¿Cómo podemos abordar los desafíos asociados al entorno digital sin caer en la demonización? Y, lo más importante, ¿qué soluciones podemos implementar para garantizar un equilibrio saludable?

Entre beneficios y riesgos: el reto del mundo digital

En términos generales, jóvenes y adolescentes destacan las ventajas que la tecnología ha traído a sus vidas, identificando espacios digitales donde no solo se expresan y comparten preocupaciones, sino también gestionan su intimidad con madurez¹. Sin embargo, y aunque predomine esta visión positiva, también existen desigualdades de acceso y patrones de uso que pueden generar riesgos significativos.

Casi la mitad de jóvenes en España de 15 a 29 años tiene la sensación de que pasa demasiado tiempo en internet (48%) y las redes sociales (48,6%)². La gran mayoría reconoce que vive con cierto descontrol y dependencia ese uso de las redes sociales: el 70,8% reconoce no ser consciente de todo el tiempo que pasa en ellas y el 64,3% quiere ver esas redes sociales en todo momento.

El impacto de ese uso excesivo es evidente en varios aspectos de la vida diaria: por todo ese tiempo invertido en internet y las redes, tienen la sensación de que desatienden otras actividades importantes, como dormir (42,5%) y estudiar (40,5%), y, en menor medida hacer deporte (30,1%), leer (29,5%) y estar con amigos y amigas (22,6%).

Además, la mayoría de jóvenes reconoce que, en el último año, alguna vez ha sentido saturación o hartazgo por el uso de internet o redes sociales hasta el punto de necesitar “desconectarse”: un 30,1% con bastante o mucha frecuencia y un 35,4% a veces. Prácticamente un tercio de la muestra no ha sentido tal cosa casi nunca o nunca.

¿Qué está en juego?

El desafío que plantea el mundo digital no radica únicamente en identificar sus beneficios y riesgos, sino en cómo estos se integran en las dinámicas diarias de la juventud. La tecnología ya no es solo una herramienta, sino una extensión de su identidad y de su forma de relacionarse con el mundo. Desde la búsqueda de apoyo emocional hasta el entretenimiento, su presencia impacta todos los aspectos de su vida.

Sin embargo, este ecosistema digital plantea dilemas importantes. Por un lado, encontramos oportunidades únicas para aprender, crear y conectar. Por otro, la dependencia tecnológica y los hábitos poco saludables generan un des-



gaste mental y físico que afecta desde la calidad del sueño hasta el rendimiento académico. Estas tensiones exigen una reflexión profunda sobre el equilibrio necesario entre el tiempo en entornos digitales y analógicos.

Prevención y acompañamiento: claves para un uso equilibrado

El reto de abordar el uso compulsivo de dispositivos o redes sociales requiere un enfoque que ponga en el centro la gestión consciente del uso tecnológico. Para lograrlo, es fundamental que todos los agentes sociales asuman su papel en la construcción de un entorno digital más seguro y equilibrado, objetivo al que nos comprometemos desde Fad Juventud.

Las plataformas digitales tienen un rol clave en este proceso. Es necesario que promuevan herramientas de control parental efectivas, aseguren que los contenidos accesibles sean apropiados para adolescentes y jóvenes, y ofrezcan recursos educativos sobre cómo navegar de manera segura y responsable. También es crucial que cumplan con normativas claras sobre privacidad y seguridad, fomentando prácticas responsables en su diseño y funcionamiento.

El ámbito legislativo tiene la responsabilidad de reforzar las leyes de protección a menores y supervisar su cumplimiento. Esto incluye exigir mayor transparencia a las plataformas sobre cómo operan sus algoritmos y recopilan datos. Las familias también desempeñan un papel esencial. Establecer límites claros sobre el uso de dispositivos, mantener un diálogo constante con adolescentes sobre riesgos y beneficios, y ser modelos de comportamiento equilibrado en el uso de la tecnología, son medidas imprescindibles. Por su parte, las y los educadores tienen la oportunidad de integrar la alfabetización digital en el aula, formando a las nuevas generaciones en competencias críticas y éticas.

Creadores de contenido y figuras influyentes tienen la capacidad de modelar comportamientos positivos, generando contenido responsable y promoviendo prácticas digitales seguras. Finalmente, adolescentes y jóvenes deben formar parte activa de este proceso. Aprender a gestionar su tiempo

po en línea, apoyarse mutuamente en prácticas seguras y adquirir conocimiento sobre sus derechos y responsabilidades digitales son pasos clave para afrontar los desafíos de un mundo hiperconectado.

Un uso seguro, respetuoso y saludable del entorno digital no puede recaer en un solo actor: requiere un esfuerzo colectivo y comprometido. Solo con la colaboración de todos estos actores podremos maximizar los beneficios de la tecnología mientras minimizamos sus riesgos.

Reimaginando nuestra relación con la tecnología

El desafío del uso adecuado de la tecnología no es solo limitar el tiempo frente a las pantallas, sino replantear nuestra interacción con ellas. Para ello, debemos apostar por un uso consciente y equilibrado, en el que las pantallas sean herramientas para el desarrollo personal, y no barreras para la convivencia y el bienestar. Fomentar un buen uso que contribuya al bienestar de la juventud, en lugar de provocar brechas, desarrollar herramientas para reducir los efectos nocivos de los riesgos, requiere un compromiso real, más allá del alarmismo. No funcionarán medidas aisladas, es necesario un cambio que priorice la educación digital y la prevención, con una clara apuesta por la protección desde un diseño ético y responsable.

Este desafío no admite demoras: la tecnología debe convertirse en un puente hacia el desarrollo personal y colectivo, no en un obstáculo que socave el bienestar de las generaciones futuras. Solo actuando de manera conjunta, podremos transformar esta realidad en una oportunidad para avanzar hacia un equilibrio digital verdaderamente sostenible. ●

1 El valor de la amistad en la adolescencia y la juventud 2023, Centro Reina Sofía de Fad Juventud y Fundación SM.

2 Desde el lado oscuro de los hábitos tecnológicos: riesgos asociados a los usos juveniles de las TIC, Centro Reina Sofía de Fad Juventud gracias al apoyo de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.



CONVERSACIONES HUMANITARIAS PARA UN PENSAMIENTO CRÍTICO

La Fundación Cruz Roja Española ha puesto en marcha una nueva edición de sus #ConversacionesHumanitarias generadoras de talento, que este año centra su mirada en el bienestar emocional y la vulnerabilidad.



Summit
#Conversaciones
Humanitarias:
Tecnología y
Vulnerabilidad
celebrado el 20 de
febrero de 2025

mpulsar en la sociedad un pensamiento crítico y humanitario que contribuya a cambiar mentalidades y realizar transformaciones siempre en beneficio de las personas. Este es el propósito que persiguen los encuentros celebrados en el marco de estas conversaciones en las que participan personas de referencia en distintos ámbitos del conocimiento.

Este 2025, desde la Fundación Cruz Roja Española hemos decidido poner el foco en el bienestar emocional y la vulnerabilidad, abordando problemáticas como la soledad no deseada, las migraciones, el acceso al empleo o la salud mental.

La primera de las #ConversacionesHumanitarias abordó la necesidad de cuidar nuestra salud física y cognitiva. El encuentro, titulado *Impacto de la salud física y cognitiva en el bienestar emocional: un enfoque comunitario*, fue conducido por el comunicador Molo Cebrán y contó con la participación de voces expertas como Carlos Spuch, neurocientífico del Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur,

y Nuria Mendoza, decana de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Francisco de Vitoria.

Los participantes reflexionaron sobre cómo el equilibrio entre cuerpo, mente y emociones es clave para vivir mejor, relacionarnos de forma más sana y fortalecer el sentimiento humanitario. Durante la conversación se quiso remarcar que el bienestar emocional no depende únicamente de decisiones individuales, sino que es una responsabilidad compartida que requiere de espacios seguros y de una visión más humana y colectiva.

La necesidad de un pensamiento crítico digital

En un entorno digital saturado, las redes sociales se han convertido en un arma de doble filo en materia de salud mental, sobre todo, entre la juventud. Esta fue la derivada que se quiso abordar en otra de las #ConversacionesHumanitarias celebradas este año.

En este encuentro, esta vez titulado *Mitos virales y desinformación emocional*, la psicóloga María Gómez y la presidenta del Consejo de la Juventud de España, Andrea González Henry, analizaron cómo las redes sociales, aunque inicialmente ayudaron a visibilizar la salud mental, hoy pueden generar un enfoque superficial de problemas complejos y propagar desinformación.

Soledad no deseada, una realidad silenciosa

La soledad no deseada fue otro de los asuntos clave de este ciclo de #ConversacionesHumanitarias.

En uno de los encuentros, titulado *La cara emocional de la soledad: cuidar vínculos, cuidar salud*, participaron Matilde Fernández, presidenta del Observatorio de Soledad No Deseada (SoledadES); Sacramento Pinazo Hernández, doctora en psicología social, directora del Grupo de Investigación BestAGING de la Universidad de Valencia y presidenta de la Sociedad Valenciana de Geriátrica y Gerontología; y Laura Hijón, periodista y autora del programa *Hablemos de salud mental* en Radio 5.

Durante la charla, las ponentes coincidieron en que la soledad no deseada no es un malestar individual, sino un reto colectivo que demanda políticas públicas, sensibilización social y nuevas formas de comunidad. Además, se subrayó que es urgente romper con el mito de que se trata de un problema exclusivo de personas mayores y se remarcó que factores como el desempleo, la discapacidad, la salud mental o la migración agravan la vivencia de soledad.

Por último, la gerente de la Fundación Cruz Roja Española, Mari Satur Torre, cerró la charla invitando a toda la ciudadanía a continuar estas conversaciones en sus entornos y a poner en valor “el poder de estar presentes para los demás”.

Otra de las charlas más destacables de estos encuentros celebrados este año giró en torno a la prevención del suicidio como reto colectivo. La conversación subrayó la importancia de que diferentes sectores de la sociedad, como los medios de comunicación y la educación, así como la comunidad, se impliquen. Tanto la psicóloga Meri Gómez como Dolors López, autora del libro *Te nombro*, coincidieron en la idea de que romper el silencio y los mitos que rodean al suicidio resulta esencial porque “hablar con rigor y adecuadamente salva vidas” y, sobre todo, permite comprender el suicidio como “una respuesta permanente a un sufrimiento temporal”, lo que abre la puerta a la prevención.

Durante todo el año, este ciclo de #ConversacionesHumanitarias no ha dejado de abordar problemáticas actuales que afectan al bienestar emocional de las personas con el objetivo final de acercar el conocimiento a la ciudadanía, promoviendo el pensamiento humanitario y el cambio de mentalidades frente a los grandes desafíos sociales. ●



Según el **Análisis de tendencias sobre Bienestar Emocional y Vulnerabilidad de Fundación Cruz Roja Española**

48,6%

De la población experimenta algún tipo de aislamiento social

#ConversacionesHumanitarias Tecnología y Vulnerabilidad

El 20 de febrero la Fundación Cruz Roja Española celebró la II Edición de su Summit #ConversacionesHumanitarias y dedicado al tema *Tecnología y Vulnerabilidad* como cierre al trabajo realizado en 2024. Se contó con 12 personas expertas y referentes de distintos ámbitos del conocimiento reflexionaron sobre las oportunidades y desafíos que nos plantean los desarrollos tecnológicos en relación con su impacto en las personas. Profesionales de la salud, la educación o los derechos humanos, como Miguel Luengo-Oroz, Laura Cuesta Cano o Senén Barro, ayudaron a identificar y compartir las claves para un desarrollo y uso responsable y consciente de la tecnología. ●



■ Puedes ver las intervenciones de #ConversacionesHumanitarias: *Tecnología y Vulnerabilidad* desde aquí

Síguenos en Instagram: @fundacioncruzrojaesp



Infancia hospitalizada: cuando la risa es el mejor medicamento

Cada día, miles de niños, niñas y adolescentes en España ven interrumpida sus vidas debido a un ingreso hospitalario.

Esta realidad, que supone una ruptura con su entorno e impacta en su vida social, familiar, emocional y educativa, es más frecuente de lo que pensamos. Frente a ello, Cruz Roja Juventud desarrolla desde hace más de tres décadas el proyecto *Infancia Hospitalizada*, una iniciativa que busca llevar alegría, acompañamiento y normalidad a los niños, niñas y adolescentes ingresados y a sus familias.

El programa está presente en más de 60 hospitales de toda España y el pasado año contó con la participación de más de 1.500 personas jóvenes voluntarias que dedican parte de su tiempo libre a crear espacios donde el juego y la risa también tienen cabida, aunque sea en el entorno hospitalario. A través de talleres, actividades lúdicas, cuentacuentos, apoyo escolar o celebraciones especiales —como cumpleaños u otras celebraciones—, las personas voluntarias tratan de hacer más llevadera la estancia de los pequeños y las pequeñas. Durante 2024, esta iniciativa llegó a 38.562 niños, niñas, adolescentes y familias.

“El juego es una herramienta terapéutica: reduce la ansiedad, mejora el estado de ánimo y favorece la recuperación”, explican desde Cruz Roja Juventud. Además, su labor no se limita a la infancia y juventud: las familias también encuentran en el proyecto un apoyo emocional y un respiro en medio de la rutina hospitalaria. El voluntariado de Cruz Roja Juventud también realiza actividades de acompañamiento educativo en hospitales. Este año han sido 499 acompañamientos de refuerzo so-



lo hasta el mes septiembre. Una labor importante para que cuando recuperen la normalidad y vuelvan al colegio puedan seguir las clases con normalidad.

El compromiso de CRJ con la infancia

Este año, Cruz Roja Juventud ha lanzado una guía con información clave dirigida a mejorar la capacitación de las personas que intervienen en hospitales con infancia y juventud. También ha reforzado la intervención en determinados espacios pediátricos mediante la adecuación y dotación de materiales lúdicos (juegos y cuentos), adaptados a las distintas etapas evolutivas y necesidades específicas de niños, niñas y adolescentes hospitalizados. Además, la sección juvenil de Cruz Roja ha organizado una formación presencial dirigida a las personas referentes, tanto a nivel técnico como de voluntariado del proyecto, con el objetivo de fortalecer la coordinación, compartir buenas prácticas y establecer propuestas de mejora para futuras intervenciones.

El proyecto *Infancia Hospitalizada* demuestra que el acompañamiento puede ser tan importante como un tratamiento médico. ●

RAFAEL YUSTE

«La actividad mental define nuestra esencia, por eso tiene que ser protegida como un derecho humano básico»

Es uno de los neurocientíficos más prestigiosos del panorama mundial.

Conocido por sus investigaciones pioneras y por su defensa de los llamados "neuroderechos", Yuste plantea un debate urgente sobre los límites éticos de la neurotecnología y el futuro de la mente humana.

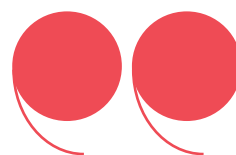


— **¿Por qué el cerebro es un órgano tan especial, complejo y distinto al resto?**

— El cerebro no es un órgano más del cuerpo, sino que es el órgano que genera toda la actividad mental y cognitiva de los seres humanos; nuestras percepciones, nuestros pensamientos o ideas, nuestras emociones, nuestras memorias... también la imaginación, las decisiones, la conciencia, el "yo", la personalidad y el subconsciente. Por eso es el órgano más importante del cuerpo; al final, los seres humanos nos definimos a nosotros mismos por nuestras propiedades mentales.

— **Tu trabajo se ha centrado en analizar cómo funciona la conciencia y los recuerdos, e incluso cómo estos se pueden alterar experimentalmente, ¿qué has aprendido del cerebro tras años de estudio e investigación?**

— Estamos todavía investigando qué es un pensamiento, qué ocurre en el cerebro cuando una persona o un animal piensa en algo. Lo estudiamos en ratones, en concreto; analizamos la corteza cerebral del cerebro de los ratones porque esta es común a todos los mamíferos y, si podemos entender cómo funciona la corteza cerebral de un ratón, podremos comprender cómo funciona la de una persona.



Rafael Yuste es profesor de ciencias biológicas en la Universidad de Columbia (Nueva York)

Estamos investigando la hipótesis de que cuando un ratón tiene un pensamiento, una idea, una percepción o un recuerdo, hay un conjunto de neuronas que se disparan a la vez. Y esta es la hipótesis de los conjuntos neuronales, que, según esta idea, son las bases fundamentales de la actividad mental.

— **¿De qué hablamos cuando hablamos de "neuroderechos" y qué retos tienen por delante?**

— Los "neuroderechos" son nuevos derechos humanos para proteger la actividad cerebral y los datos cerebrales. Esta protección es necesaria porque la neurotecnología se está desarrollando muy rápidamente. El cerebro es el órgano que genera la actividad mental y la neurotecnología son métodos para registrar y cambiar la actividad cerebral. Como la actividad mental define la esencia del ser humano, nosotros pensamos que tiene que ser protegida como un derecho humano básico. Esto lo hemos capturado con la idea de los "neuroderechos", nuevos derechos humanos que protejan la actividad cerebral y la información que procede del cerebro.

— **¿Por qué no hay que tener miedo a los avances tecnológicos?**

— Esta neurotecnología nos va a permitir, por un lado, en-

tender cómo funciona el cerebro, lo que será una manera de entender por primera vez, científicamente, a los seres humanos. Y, por otro lado, la neurotecnología nos va a permitir entender las enfermedades cerebrales, poder diagnosticarlas y tratarlas. Enfermedades como el Alzheimer, el Parkinson, la epilepsia, la discapacidad, la psicosis, las depresiones, la ansiedad, el ictus, la parálisis, la ELA...

Existen un montón de enfermedades que afectan al cerebro y contra las que, desafortunadamente, no podemos hacer prácticamente nada porque no tenemos tecnología que nos permita actuar sobre ellas.

Se estima que las enfermedades cerebrales van a afectar a un tercio de la población durante el curso de su vida. Por todo ello, tenemos que desarrollar estos métodos, pero no de cualquier manera, sino de forma responsable, respetando los derechos humanos, y asentando este desarrollo en una base humanística.

— **¿Cómo cambiará la neurotecnología nuestro cerebro dentro de unos años?**

— Yo creo que el mayor cambio va a ser que nos permitirá conectarnos directamente a la red. Esto es una cosa que ahora hacemos a través de los móviles u ordenadores, pero esta tecnología nos va a permitir incorporar a nuestra actividad mental elementos externos para aumentar la memoria, y nuestra capacidad de procesamiento de información o incluso ampliar nuestras percepciones y nuestro comportamiento.

Esto va a llevar a una progreso de la Humanidad que va a ser muy importante, porque de la misma manera que ahora tenemos una mejora física cuando utilizamos cierta ropa, zapatos o gafas, lo que vamos a acrecentar, en este caso, es lo que nos define como especie, lo que dará lugar a un ser humano futuro que tendrá una mejora cognitiva y mental. ●

VOLUNTARIADO: CUANDO RECIBES MÁS DE LO QUE DAS

Compartir parte de tu tiempo con quienes más lo necesitan no es solo una cuestión de solidaridad. Ser voluntario o voluntaria es también recibir, crecer y enriquecerse como persona. A cualquier edad.



MARCOS CUARTERO

14 AÑOS.
Castilla y León

Voluntario de Cruz Roja Juventud en
Motilla del Palancar (Cuenca)

«Estar en Cruz Roja me aporta un sentimiento que es igual de bonito que Cruz Roja en sí. Sentir que soy ayudado y a la vez que puedo ayudar, cada uno a su manera, haciendo lo que nos gusta».

AHMED RAHMOUNI

23 AÑOS.
Andalucía

Acompaña a personas migrantes en el Centro de Acogida de Emergencia y Derivación de Cruz Roja en Almería

«Ser voluntario es algo más que ayudar. Es poder prestar mi presencia y mi ayuda a todas las personas que lo precisen. Me sale espontáneo, de manera libre y opcional. Me alegra mucho formar parte de esta gran casa».



DÉBORA RODRIGUES

30 AÑOS.
Comunidad
Valenciana

Voluntaria de Cruz Roja en Paiporta

«Ser voluntaria me llena de gratitud: por formar parte de una institución que siempre admiré, por poder transformar el tiempo en algo valioso y dejar que cada gesto me moldee en una persona más humana y atenta a las necesidades de los demás».



PATRICIA OZAVIZE

48 AÑOS.
País Vasco

Atiende a las personas socias de Cruz Roja en Donostia

«Ser voluntaria me ha aportado una gran satisfacción personal. Es muy enriquecedor contactar con personas socias para expresarles mi agradecimiento en nombre de la Organización».





JOSÉ ANTONIO GORDO DEL REY

60 AÑOS.

Castilla La-Mancha

Acompaña a personas en Illescas (Toledo)

«Acompañar a Rafael me llena de satisfacción, no solo porque valora profundamente mi labor, sino porque me inspira con su entrega, ternura y generosidad hacia su esposa. A sus 89 años, ha elegido dejar su hogar para estar con ella en la residencia, demostrando un amor inmenso. Su humor, su amabilidad y sus abrazos semanales me tocan el corazón».

RICARDO AMORES

65 AÑOS.

Baleares

Imparte un taller de ajedrez en prisión
en Palma de Mallorca



«Ser voluntario de Cruz Roja me permite ayudar a personas con ciertas necesidades y, al mismo tiempo, conocer otras realidades de la sociedad, lo cual me enriquece como persona. Mi conclusión es que, al final, siempre recibo más de lo que doy».

«Ser voluntaria me ha hecho conocer a personas maravillosas. Ayudar y ayudarme a mí misma. Aprendes a quererte y a priorizar que las personas mayores tenemos vida propia».



JUANA GARCÍA

70 AÑOS.
Baleares

Voluntaria del taller *Tejido Solidario*
de Cruz Roja en Palma de Mallorca

«Yo soy la más mayor aquí y solo tengo palabras bonitas hacia el voluntariado. Son personas encantadoras y valoran mi labor. A veces, un gesto de cariño es más que suficiente y eso es lo que he tratado de hacer en mi camino por la vida».

CARMEN ELENA

90 AÑOS.
Castilla y León

Voluntaria de Cruz Roja desde los 16 años en Aranda de Duero (Burgos)



1º PREMIO	2º PREMIO	3º PREMIO
3.000.000€	1.000.000€	300.000€
82174	91309	41616
4º PREMIO	5º PREMIO	
250.000€	100.000€	
51550	17263	
54925	97330	
87053	01714	



SORTEO DE ORO, MUCHO MÁS QUE UN PREMIO

Gracias a iniciativas como el Sorteo de Oro y al compromiso de la ciudadanía, así como al esfuerzo de miles de personas vendedoras y voluntarias y a la complicitad de empresas y comercios, Cruz Roja puede seguir desarrollando proyectos sociales en más de 1.260 asambleas locales y puntos de actividad de toda España.

Desde hace décadas, el Sorteo de Oro de Cruz Roja es mucho más que un premio: es una herramienta que permite a la sociedad ejercer su solidaridad de forma sencilla. Con una aportación de 6 €, pueden transformar vidas y, además, tener la posibilidad de ganar 3.000.000 €. Bajo el lema *Lo que hacemos por las personas vale oro*, la edición de 2025 ha puesto en juego más de 11.000 premios por un valor de más de 7 millones de euros, distribuidos entre un primer premio de 3 millones, un segundo de 1 millón, un tercero de 500.000 euros y miles de premios adicionales.

El Sorteo de Oro supone una de las principales fuentes de financiación de Cruz Roja, que en 2024 atendió a más de 11,6 millones de personas, y contó con el compromiso de más de 231.000 personas voluntarias en todo el territorio nacional a través de las más de 1.260 asambleas locales y puntos de actividad distribuidos por toda España.

Prevenir y actuar frente a crisis medioambientales, luchar contra la pobreza y la violencia de género, dar apoyo escolar a niños y niñas, fomentar la autonomía y dignidad de las personas mayores o acompañar en la búsqueda de empleo son algunas de las causas en las que Cruz Roja trabaja, y que puede seguir impulsando gracias a iniciativas solidarias como el Sorteo de Oro. Porque el verdadero valor del oro está en su capacidad de transformar vidas. ●



CRUZ ROJA ENTREGA SUS MEDALLAS DE ORO 2025

Las distinciones de 2025 de Cruz Roja fueron el broche final a la conmemoración del Día Mundial del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

Las Medallas reconocen a empresas u organizaciones que tienen **impacto social**



Las Medallas de Oro de Cruz Roja se enmarcan dentro de los reconocimientos formales, como obligación moral de la Organización, de potenciar y avalar la labor altruista y solidaria de sus miembros o entidades y personas que colaboran con Cruz Roja, o que apoyan, comparten y defienden principios afines a los de la Organización. Se reconoce así a personas u organizaciones que han conseguido con su trayectoria tener un gran impacto social. Este año las condecoraciones han sido para la periodista Almudena Ariza, el profesor César Bona, Cruz Roja en Burkina Faso, la activista Emilia Lozano y la ONG Nasco Feeding Minds. S.M. la Reina fue la encargada de entregar las distinciones.

El lema de la celebración de este 2025 ha sido *La fuerza de nuestros principios*, que sintetiza claramente los siete Principios Fundamentales que sustentan la acción de Cruz Roja Española desde hace 60 años. Estos principios (Humanidad, Imparcialidad, Neutralidad, Independencia, Voluntariado, Unidad y Universalidad) constituyen el marco ético y operativo sobre el que se construye la identidad de la Organización, guiando cada decisión e intervención desde las grandes emergencias hasta la ayuda diaria en tiempos de paz.

Durante su intervención, Doña Letizia resaltó que “en tiempos de dudas, de incertidumbre, en tiempos de ciertos cuestionamientos conviene recordar lo que somos, y aferrarnos al principio de Humanidad”. Por su parte, la presidenta de Cruz Roja Española, María del Mar Pageo Giménez quiso, durante el acto, honrar la memoria y el compromiso de los compañeros y compañeras que han muerto mientras ejercían su labor humanitaria (38 personas en 2024, 10 personas hasta mayo de 2025), en muchas ocasiones por sufrir ataques deliberados, pese a la protección que les brindan los Convenios de Ginebra. La presidenta puso el acento en que “en tiempos de turbulencias, los principios son nuestra brújula. Ante las incertidumbres, nos proporcionan certeza, y gracias a ellos conseguimos ver, no solo mirar. Gracias a ellos logramos estar. Son lo que constituye y define nuestra esencia, es decir, lo que nos hace ser”. Por su parte, el periodista Juan Ramón Lucas fue el encargado de leer un alegato a favor de la Humanidad. ●



**Alegato a
favor de la
Humanidad**

CAMBIAR EL MUNDO DESDE LA INNOVACIÓN

El imparable progreso tecnológico marca un rumbo en el que su aplicación en el ámbito social es esencial. De nada serviría avanzar si esos pasos no contribuyen a mejorar la vida de las personas.

Desde Cruz Roja lo tenemos claro: la tecnología cobra sentido cuando está al servicio de la Humanidad. Cada herramienta, cada avance, tiene valor si permite tender puentes hacia quienes más lo necesitan. Lo digital pierde fuerza cuando se aleja de lo humano, pero se multiplica cuando logra acercarse a los colectivos más vulnerables.

La teleasistencia móvil fue uno de los primeros retos tecnológicos que abordó Cruz Roja hace más de 20 años, desarrollando una solución que hoy se ha universalizado y mejora la calidad de vida de las personas. Desde entonces, los avances tecnológicos han abierto nuevas oportunidades de cambio social que han impulsado proyectos como Llum, una app para personas sin hogar que facilita el acceso a recursos esenciales mediante geolocalización, reservas y servicios prepagados en comercios solidarios; Multivideo, plataforma de videocomunicación adaptada a personas mayores que permite interacción grupal, fichas interactivas y acompañamiento remoto por parte de voluntariado; Conmigo CruzRoja, canal basado en asistentes



de voz y mensajería que ofrece itinerarios personalizados para combatir la soledad no deseada y fomentar la autonomía personal; y EnRed, entorno digital comunitario que conecta personas, entidades y recursos locales, promoviendo la participación ciudadana, la autogestión de servicios y la creación de redes de apoyo en el territorio. Estas soluciones han sido desarrolladas desde un enfoque centrado en las personas, con criterios de accesibilidad, escalabilidad y utilidad social.

Estos ejemplos demuestran nuestra capacidad para hacer del mundo un lugar más justo con la tecnología como aliada. Porque la verdadera innovación es la que ayuda a construir comunidades más inclusivas y resilientes.

En un mundo en constante transformación, reafirmamos nuestra convicción de que la tecnología debe ser motor de Humanidad. Por eso, desde hace nueve años impulsamos iniciativas como los Premios de Tecnología Humanitaria, que reconocen trabajos capaces de demostrar cómo la tecnología social puede transformar vidas. ●



EL
INCENDIO
DE QUIQUE

ES PASAR
TANTO
TIEMPO EN
EL HOSPITAL

Estamos en las
grandes catástrofes.
Y en las del **día a día.**

CATASTROFES
DELDIAADIA
.ES



En el último año en España, **hemos contribuido**
a que **45.892 niños y niñas** se sintiesen mejor
durante su hospitalización.

 **Cruz Roja Española**



POR HUMANIDAD