

Societat

CENTRES PENITENCIARIS



Una cel·la buida de la presó Model el dia que es tancava definitivament. XAVIER BERTRAL

Posar fi al rebuig social als presos per facilitar la seva reinserció

Les entitats reclamen fer realitat “la segona oportunitat” en la lluita contra l’estigma penitenciari

PAU ESPARCH
BARCELONA

Quan et diuen “He estat a la presó” no et quedes indiferent. Com que l’afirmació acostuma a generar rebuig, sovint els presos que ja tenen permisos o la llibertat condicional o fins i tot exreclusos que ja tenen la llibertat definitiva eviten explicar aquesta etapa de la seva vida. Aquesta reacció de rebuig és la manifestació més habitual de l’anomenat estigma penitenciari.

Aquesta situació dificulta la reinserció de les persones que han estat entre reixes, que han complert una condemna però que arrosseguen aquesta llosa quan tornen a estar en llibertat. Hi influeix l’etiqueta de perill que es posa a tot allò relacionat amb una presó, segons la presidenta d’Entitats Catalanes d’Acció Social (ECAS), Sonia Fuertes. “Hi ha una imatge molt estere-

otipada del pas per la presó. No hi ajuda que, després de complir la condemna, a vegades s’assetgi mediàticament persones que ja han quedat en llibertat”, destaca.

Segons les dades del departament de Justícia, l’any passat hi havia 8.528 interns als centres penitenciaris de Catalunya. El 42% dels presos hi eren per delictes vinculats als robatoris, un 19% per tràfic de drogues i un 10% per homicidis. “Hi

Condemna
“Els presos s’han de reinserir i no castigar-los de manera permanent”

ha una idea generalitzada de les presons i dels delictes que no és representativa”, afirma Fuertes. “Quan algú diu que ha estat a la presó, una part de la societat directament el rebutja, sense conèixer-lo o fins i tot coneixent-lo”, assegura la presidenta d’ECAS. Afegeix que si la justícia és rehabilitadora, una vegada complerta la condemna els presos “s’han de reinserir a la societat i no castigar-los permanentment”.

“Jo no explico que he estat a la presó. Dic que vaig estar fora, treballant. Només sap la veritat la gent més pròxima a mi”, relata el Yusef, que va estar tres anys i mig sense sortir en cap moment del centre penitenciari on complia condemna per diversos robatoris. “No m’agraden els comentaris que fa la gent. Molta gent es pensa que si has estat a la presó ets una mala persona”, lamenta. La seva família, la seva parella i alguns veïns del municipi on viu són els únics que coneixen l’etapa que va passar entre reixes. Però no ho explica a altres persones que ara formen part del seu entorn per evitar possibles conflictes.

“Tinc companys però no amics”

El Yusef admet que després de la seva etapa com a reclus li costa confiar “com abans” en les persones, i reconeix que ara té “companys però no amics”. “A la presó em vaig adonar que, a l’hora de la veritat, només

L’experiència d’un reclus i l’opinió d’una experta

Yusef

TRES ANYS I MIG SENSE SORTIR DE LA PRESÓ

“Jo no explico que he estat a la presó. Dic que vaig estar fora, treballant. La gent es pensa que si has estat a la presó ets una mala persona”

Sonia Fuertes

PRESIDENTA D’ECAS

“Els també han de fer les paus amb el passat i aprendre a viure amb la seva història, perquè ells mateixos també senten rebuig”

DETINGUTS PER ROBAR EN UN MERCAT DE NOU BARRIS

Els Mossos d'Esquadra van detenir dos homes, de 33 i 37 anys i veïns de Barcelona, com a presumptes autors d'un robatori amb força al Mercat de Montserrat, a Nou Barris, divendres passat a la matinada.

DECOMISSEN 230 PLANTES DE MARIHUANA

La Guàrdia Urbana de Barcelona va decomissar dimarts 230 plantes de marihuana en un immoble de Nou Barris. Els agents van detenir un home com a presumpte autor d'un delictes contra la salut pública.

“Els nens eviten dir que tenen el pare a la presó”

“És important que els fills no se sentin abandonats pels pares empresonats. Els nens també estan estigmatitzats. Són els primers que eviten dir que el seu pare o la seva mare és a la presó. Expliquen que està viatjant o fins i tot que és mort”. L'entitat Niños sin Barreras acompanya els menors als centres penitenciaris on hi ha un dels seus progenitors o tots dos. La secretària de l'associació, Montse Mariné, explica que, abans del vis-à-vis, també es treballa amb els pares i mares perquè siguin conscients de la importància que té la trobada que hi haurà.

“Els progenitors no s'han de victimitzar davant els fills”, assegura Mariné, que lamenta que molts d'aquests pares no expliquen la veritat: per aquest motiu l'entitat treballa perquè canviïn aquest comportament. “No cal donar tots els detalls, però els nens han de saber que els pares són a la presó perquè van actuar malament”, afegeix. Mariné diu que cada nen aplica “el seu mecanisme de defensa”. “Quan els pregunten pels pares, alguns ho expliquen i altres prefereixen no dir res”, conclou.

hi havia la meua família, que és amb qui realment podré comptar sempre i passi el que passi”, recorda ara.

“Han d'acceptar la seva història”

La presidenta d'ECAS avisa que els presos també s'enfronten a un autoestigma. “Han de fer les paus amb el seu passat i aprendre a viure amb allò, perquè ells mateixos senten rebuig, han d'acceptar la seva història”, assenyala Fuertes.

Per alertar de l'estigma penitenciar, l'ECAS ha organitzat recentment una jornada sobre l'aïllament postpenitenciar. Les entitats reclamen “fer realitat el principi de la segona oportunitat” per evitar la reincidència. La integrant de la comissió d'àmbit penitenciar d'ECAS Meritxell Campmajó va assegurar que “s'ha de garantir el dret a la igualtat d'oportunitats de tothom”. “Els exconvictes han de poder accedir al món laboral, a l'habitatge i a la salut com tothom”, va destacar.

En la jornada, les entitats d'acció social van fer pinya per crear una aliança amb l'objectiu de lluitar contra la situació que es troben els reclusos després del seu pas per la presó. Volen arribar a intercedir en la política i que s'introdueixin canvis en el sistema. Des de l'àmbit de la salut mental, el director tècnic de l'associació Obertament, Miquel Juncosa, va insistir en la necessitat de “canviar la percepció” de la societat. “És una feina de generacions”, va concloure. —

LARA BONILLA
BARCELONA

Complint amb les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), la nova guia de l'alimentació per a l'etapa escolar de 3 a 12 anys insta a consumir carn vermella i processada als menjadors escolars com a màxim un cop a la setmana. Per contra, s'incrementa el pes dels llegums i dels aliments integrals, com la pasta, l'arròs i el pa integral, i s'aposta per recuperar derivats farinacis no refinats. Així mateix s'insta a incrementar l'oferta d'hortalisses, fruita i fruites seques.

“Es recomana la carn vermella un màxim d'un cop a la setmana per deixar marge a les famílies perquè puguin donar-ne a casa un altre dia. I en els menús que posem d'exemple els llegums apareixen molt com a plat principal, és a dir, que no hi ha tall”, explica Gemma Salvador, nutricionista de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

Aquestes són algunes de les novetats de la nova guia d'alimentació als menjadors escolars de Catalunya, que també posa l'accent en l'acompanyament dels àpats i el respecte de la sensació de sacietat dels nens. “Els infants han d'aprendre a autoregular la sensació de gana i s'ha de respectar que ells decideixin quina quantitat volen menjar del que se serveix aquell dia”, explica Salvador. La premissa de no

forçar els nens a acabar-se el plat també és aconsellable en el cas dels nens de 3 anys. “Es parteix d'una quantitat mínima i es modula en funció del que l'infant expressi”, afegeix aquesta nutricionista.

Aquesta no és només una mesura preventiva de l'obesitat, sinó que també és una de les eines per contribuir a acabar amb el malbaratament de menjar. És una altra de les noves incorporacions de la guia. “Entenem que el menjador escolar no és un entorn on hi hagi gaire malbaratament perquè es treballa amb quantitats molt ajustades, però sí que hi ha malbaratament al plat”, diu Salvador. La millora de les presentacions i de les preparacions dels plats, fer participis els nens del procés alimentari fent-los parar i desparar taula i servir-se ells el menjar formen part també de les estratègies per reduir el malbaratament de menjar.

Menys suc natural i processats

La guia de l'alimentació per a l'etapa escolar recomana la ingesta de carn blanca d'un a tres cops a la setmana, el mateix per al peix i, entre un i dos cops a la setmana, ou. Així mateix, també es recomana disminuir la ingesta d'aliments poc saludables com els sucres –tant naturals com processats, ja que és preferible la fruita sencera–, les galetes, els aliments especials per a infants –tipus galetes amb formes d'animals–, els cereals d'esmorzar ensucrats i, en general, els aliments processats

Esmorzar
S'aconsella
que redueixin
el consum de
cereals
ensucrats i
galetes

i enriquits en sucres. La guia proposa alternatives més saludables per als esmorzars i els berenars, com ara peces de fruita fresca o seca, iogurt amb muesli no ensucrat o macedònia amb iogurt. “Es posen exemples modèlics en què no hi hagi productes rics en sucres afegits”, indica Salvador. La guia també potencia els aliments estacionals i de proximitat i recorda que, més enllà dels embotits, també hi ha alternatives de proteïna vegetal per als entrepans. El document sobre l'alimentació en l'etapa escolar, que va adreçat a famílies, escoles i responsables de menjadors escolars, ha sigut consensuat per una trentena de professionals.

Pel que fa a la piràmide de l'alimentació saludable de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, la comissió d'experts s'ha reunit recentment per debatre els canvis que cal incorporar, com va avançar l'ARA. Els experts en nutrició i salut pública encara no s'han posat d'acord sobre la conveniència de retirar els embotits i els dolços, que ara són de consum ocasional. “Estem debatent com millorar alguns misatsges i si es retira el bloc de consum ocasional, però encara no hi ha consens unànime”, va confirmar Salvador. Tots els experts estan d'acord, però, que s'ha d'insistir a reduir els lactis ensucrats, ja que se n'ha detectat un augment important. —

NUTRICIÓ

Menys carn vermella i més llegums

La nova guia de menús escolars recomana no forçar els nens a acabar-se el plat



Un grup d'alumnes durant l'estona de menjador d'una escola de Rubí. CRISTINA CALDERER