Mutua judicial

REVISTA SOBRE LA MUTUALIDAD GENERAL JUDICIAL

N.º 48 MAYO 2024

"Queremos que esta legislatura sea un punto de inflexión en la modernización del mundo judicial, dando un salto de gigante en todo lo referente a la digitalización"

Análisis

TIEMPOS DE CAMBIO

TRABAS EN EL ASCENSO PROFESIONAL DE LA MUJER EN LA ADMINISTRACIÓN DE JUSTICIA

Gerente de MUGEJU

JUANA MARÍA GÓMEZ VALLE

"VIVIMOS EN UN MUNDO CADA VEZ MÁS DIGITALIZADO Y HAY QUE TRABAJAR IMPULSANDO ESTA IDEA"

Secretaria general de MUGEJU

LAURA MORILLAS NAVAS

"LA PREPARACIÓN DEL PRÓXIMO CONCIERTO PARA LA ASISTENCIA SANITARIA ES UNA PRIORIDAD EN 2024"

SUMARIO

03 **EDITORIAL**
Nuevos retos

04 **ENTREVISTA**
Felix Bolaños García, ministro de la Presidencia, Justicia y Relaciones con las Cortes

10 **A FONDO**
Tiempos de cambio
Análisis sobre el avance de la presencia femenina en la Administración de Justicia

14 **CARA A CARA**
JUANA MARÍA GÓMEZ VALLE, gerente de MUGEJU
La receta electrónica privada es una realidad que hay que hacer efectiva

LAURA MORILLAS NAVAS, secretaria general de MUGEJU
La preparación del próximo concierto para la asistencia sanitaria es una prioridad en 2024

22 **DE INTERÉS**
Retos de la Estrategia de Salud Pública 2022 (esp. 2022):
Mejorando la salud y el bienestar de la población

24 **CONVENIOS**
MUFACE y MUGEJU firman un acuerdo para la cesión mutua de soluciones tecnológicas
Convenio entre la Mutualidad General Judicial y el Ministerio de Igualdad en materia de violencia contra las mujeres

26 **ASESORÍA MÉDICA**
Cómo prevenir las lesiones posturales y el estrés laboral

32 **EN RUTA**
La poesía de las estrellas

38 **CULTURA**
Centenario de Franz Kafka. Encuentro entre dos genios
Club de Lectura

41 **APUNTES**

Edición: MUGEJU | **Dirección editorial:** Ana Martínez | **Producción editorial:** Editorial MIC
D.L.: M 19835-1993 | **NIPO (papel):** 150-24-001-4 | **NIPO (pdf):** 150-24-002-X | **ISSN:** 1133-1585

Esta revista no se identifica necesariamente con las opiniones vertidas en sus páginas.
La postura oficial de la revista se expresa solo a través de sus editoriales.
Impreso en papel cien por cien ecológico

Nuevos **RETOS**

JUANA MARÍA GÓMEZ VALLE
Gerente de MUGEJU

"Es mi deseo afrontar el desempeño de esta gerencia partiendo del trabajo realizado por mis antecesores, que han sabido desarrollar los objetivos de la Mutualidad. Para ello, es necesario contar con personal especializado, tanto en la sede central como en las delegaciones provinciales, que permite desempeñar una misión ejecutiva de dirección y gestión descentralizada de aproximación a las personas mutualistas"

En febrero de 2024 tomé posesión como gerente de MUGEJU, con el ánimo y las ganas que supone afrontar un nuevo reto profesional.

Es mi deseo afrontar el desempeño de esta gerencia partiendo del trabajo realizado por mis antecesores, que han sabido desarrollar los objetivos de la Mutualidad. Para ello, es necesario contar con personal especializado, tanto en la sede central como en las delegaciones provinciales, que permite desempeñar una misión ejecutiva de dirección y gestión descentralizada de aproximación a las personas mutualistas.

Me enfrento a una época en la que la digitalización está presente en todos los ámbitos de la vida y espero aprovechar sus funcionalidades para mejorar y modernizar la prestación sanitaria que se ofrece a la familia mutualista. Es necesario contribuir a la modernización de la Mutualidad garantizando la accesibilidad de la página web y realizando los avances necesarios para que los mutualistas cuenten con la esperada receta electrónica privada. El principal interés de MUGEJU es garantizar una atención de calidad en cualquier zona de España, por lo que trabajamos con esmero para conseguir un desarrollo tecnológico eficaz.

La prórroga de los Presupuestos del año anterior es otro reto al que nos enfrentamos. No obstante, teniendo en cuenta el objetivo primordial de la Mutualidad, como organismo público encargado de gestionar la salud y el bienestar de los integrantes de la Administración de Justicia de nuestro país, trabajaremos con el ánimo de satisfacer los intereses primordiales de todas y todos los mutualistas.

Mi intención es trabajar de la mano de las otras dos Mutualidades: MUFACE e ISFAS. Hasta el momento, la relación ha sido excepcional y junto a ellas y otros organismos hemos firmado varios convenios de colaboración en diversos ámbitos. El último, suscrito con la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género, pretende mejorar la atención a las mujeres en este sentido.

Entre los objetivos primordiales se encuentra garantizar la celebración del próximo concierto sanitario con las distintas aseguradoras médicas, que entrará en vigor el próximo año. Estamos trabajando para satisfacer las necesidades de todas las personas mutualistas, partiendo de la experiencia de años precedentes.

Agradezco la confianza depositada en mí por parte del secretario de Estado y, especialmente, la buena acogida recibida por parte de todo el personal adscrito a esta Mutualidad. Mi deseo es estar a la altura y cumplir con las expectativas y los nuevos retos que se avecinan. •••

Félix Bolaños García

Ministro de la Presidencia, Justicia y Relaciones con las Cortes

"La transición digital nos permitirá pasar de los juzgados de paz a las Oficinas de Justicia en el Municipio, mucho mejor dotadas tecnológicamente y con un catálogo de servicios mucho más amplio, contribuyendo a mantener el tejido social y económico de cada municipio, ayudando a cerrar la brecha entre zonas rurales y urbanas"

MJ PRIETO / L TEJEDOR

Como ministro de la Presidencia, Justicia y Relaciones con las Cortes, ¿qué valor cree usted que aporta MUGEJU al funcionamiento de la Administración de Justicia? ¿La Mutualidad tiene un valor especial al tratarse de las prestaciones que afectan a las compañeras y compañeros?

La Mutualidad General Judicial (MUGEJU) aporta un gran valor para sus mutualistas, no sólo por la previsión de determinados riesgos de los trabajadores del servicio público de Justicia, relacionados con cuestiones tan importantes como la protección y promoción de la salud, sino que, además, genera un sentimiento de pertenencia y de solidaridad entre los diferentes miembros, cuerpos y escalas de la Administración de Justicia. Como se desprende de la pregunta, genera compañerismo.

Si algo caracteriza a MUGEJU es la profesionalidad y buen hacer de todas las personas que desempeñan sus servicios en la Mutualidad, tanto en su sede central como en las distintas delegaciones provinciales. Son muy conscientes de que su trabajo redunda en la salud y bienestar de las compañeras y compañeros, lo que repercute en el buen funcionamiento del servicio público de Justicia.

¿Qué espera de la Mutualidad en el futuro de cara a ofrecer un mejor servicio?

Esta legislatura queremos que sea un punto de inflexión en la modernización del mundo judicial, dando un salto de gigante en todo lo referente a la digitalización, y MUGEJU no se quedará atrás, impulsando el uso de su sede electrónica por parte de los mutualistas, o la implantación del expediente digital, con el fin de ofrecer una respuesta ágil, eficaz y satisfactoria a todo el colectivo protegido.

Además, esperamos seguir profundizando en la cartera de servicios para ofrecer respuestas transversales y una asistencia cercana, centrada en las personas y en sus necesidades. Por poner un ejemplo de cuidado de determinados colectivos, hace escasas fecha firmamos el convenio entre MUGEJU y la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género en mate-

SUMARIO

> Queremos que esta legislatura sea un punto de inflexión en la modernización del mundo judicial, dando un salto de gigante en todo lo referente a la digitalización

La digitalización plena está muy cerca e implica, efectivamente, el paso a una Justicia orientada al dato y no al documento

ria de violencia contra las mujeres. La idea es desarrollar actuaciones que contribuyan a la mejora de la sensibilización, prevención, concienciación y detección de dicha violencia, así como a la protección de las víctimas de violencia en el ámbito del Mutualismo Judicial.

Por otro lado, aspiramos, al igual que en el servicio público de Justicia en general, a impulsar la cultura del diálogo en la resolución de conflictos, tratando de incorporar los Métodos Adecuados de Solución de Controversias al funcionamiento del organismo, tanto en la vía administrativa como en el caso de que el conflicto se haya judicializado.

El Real Decreto Ley 6/2023 supone la mayor transformación de la Justicia en décadas. Era lógica la adaptación a los nuevos tiempos, pero ¿qué motivó un salto tan ambicioso en la Administración?

De la digitalización de la justicia llevamos muchos años hablando y el diagnóstico estaba claro: la función jurisdiccional estaba poco digitalizada y tenía especiales complejidades. Con la pandemia todos los sectores de actividad entendieron la importancia de la digitalización y, en concreto en el ámbito de la justicia, esta importancia se acentuó tras el proceso de diálogo abierto con todas las administraciones implicadas para la elaboración del Plan Justicia 2030. Quedó patente que la eficiencia digital era una palanca fundamental para la transición a un servicio público de Justicia del S.XXI.

Y la oportunidad que han representado los Fondos europeos ha hecho el resto. Los fondos Next Generation han sido un éxito incontestable para España. Suponen un antes y un después, tanto desde un punto de vista cuantitativo, teniendo en cuenta los recursos transferidos a España; como cualitativo, teniendo en cuenta la profundidad de las reformas.

Efectivamente, la aprobación del RDL 6/2023 ha supuesto la mayor transformación de la Justicia en décadas. Era una de las reformas pactadas con la Comisión Europea y se han cumplido las expectativas. Hemos establecido las bases legales de la transformación digital de la Administración de Justicia, creando derechos y obligaciones digitales, regulando el acceso digital a la misma o la tramitación electrónica de procedimientos judiciales.

Una vez que se tenía claro el diagnóstico, se ha hecho con determinación y rigor. No sólo se trata de tener un servicio público de Justicia más digital, ágil y eficiente, sino que afecta a la cohesión territorial y social del país, dando libertad a las personas para realizar todo tipo de trámites, comparecencias, testificales, juicios telemáticos, vivan donde vivan. Además, esta norma da respuesta a reivindicaciones legítimas de los profesionales que se relacionan con la Administración de Justicia, como son la conciliación de la vida profesional y familiar en el ámbito digital, así como las condiciones que posibilitan el derecho a la desconexión digital.

¿Cree que la implementación de la Justicia Digital ahondará en la brecha digital entre los veteranos y los jóvenes? ¿Se ha previsto esta situación?

Si algo hemos previsto en esta Ley es que nadie quede excluido de ella y prestar especial atención a las personas de edad avanzada y otros grupos en situación de vulnerabilidad, garantizando que cualquier persona, independientemente de su edad o nivel de digitalización, puede comprender y hacer uso de los servicios digitales de forma adecuada. Es decir, el Ministerio no solo ha previsto esta situación, sino que estamos trabajando en el marco de la Justicia de los Cuidados para poner en marcha proyectos tecnológicos que se centran en estos grupos de población, ofreciéndoles un servicio público de

"Esperamos seguir profundizando en la cartera de servicios para ofrecer respuestas transversales y una asistencia cercana, centrada en las personas y en sus necesidades"

Justicia mucho más inmediato, amable y cercano.

Cuando hablamos de una Justicia volcada en las personas y con vocación social, esto se traduce en políticas y medidas concretas que garantizan el acceso a la justicia y la plena inclusión de personas con edad avanzada. Estamos fomentando servicios de apoyo en sus relaciones con el servicio público de Justicia, teniendo en cuenta sus características personales; promoviendo el lenguaje accesible a través de la claridad del lenguaje jurídico y adaptando los términos legales a los usos actuales del lenguaje; o promoviendo el acceso a la información y documentación para personas con discapacidad auditiva y visual.

Volviendo en concreto a la pregunta, estoy convencido de que la digitalización de la justicia cerrará brechas, no las aumentará. La transición digital nos permitirá pasar de los juzgados de paz a las Oficinas de Justicia en el Municipio, mucho mejor dotadas tecnológicamente y con un catálogo de servicios mucho más amplio, contribuyendo a mantener el tejido social y económico de cada municipio, ayudando a cerrar la brecha entre zonas rurales y urbanas. Y evitará desplazamientos innecesarios, especialmente difíciles para las personas mayores o con movilidad reducida. Hay que pensar que estamos permitiendo realizar desde los trámites más sencillos hasta comparecencias telemáticas con toda la validez jurídica. Podemos llegar, de este modo, a toda la población, independientemente de su ubicación, edad, características, etc.

¿Está la Administración de Justicia preparada para este gran salto? ¿Cuáles son las necesidades más urgentes de juzgados y tribunales?

El servicio público de Justicia está preparado y listo para este salto. Hemos digitalizado prácticamente todas las salas de

vistas de los órganos judiciales del país, y acreditado ante la Comisión Europea que, de facto, ya se pueden llevar a cabo procedimientos judiciales electrónicos con plena seguridad jurídica en todo el territorio del país.

También hemos puesto en marcha una serie de iniciativas prioritarias que incorporan gran parte de los proyectos del Plan Justicia 2030 que comentaba antes. Esto nos ha permitido mejorar nuestras infraestructuras digitales y la interoperabilidad entre los ocho sistemas de gestión procesal existentes en nuestro país. De manera muy resumida, estamos orientando la justicia a los datos e invirtiendo en ciberseguridad; hemos creado ya la Carpeta Justicia, que asegura que cada persona puede acceder a sus expedientes y datos de la Administración de Justicia; tenemos proyectos que incorporan la Inteligencia Artificial y la robotización; estamos poniendo en marcha el nuevo modelo de Registro Civil; y, además, estamos trabajando en las herramientas que hagan realidad la puesta en marcha de los Medios Adecuados de Solución de Controversias, que se recogen en la Ley de Eficiencia Procesal.

Con respecto a la segunda cuestión, tengo que poner el acento en una necesidad de juzgados y tribunales: creo que tenemos que acelerar con la reforma organizativa de la justicia. El Real Decreto Legislativo sobre eficiencia del servicio público de Justicia ya está en las Cortes, y saldrá adelante. Se trata de un proyecto de gran envergadura: transformar los 7.700 Juzgados de Paz en los municipios en Oficinas Municipales de Justicia, y crear los Tribunales de instancia a partir de los juzgados unipersonales. No se trata de la simple entrada en vigor de una norma, sino que su implantación efectiva necesita la implicación de todo el personal de la Administración de Justicia, e incluso de los operadores jurídicos. Va a requerir un gran esfuerzo en materia de sensibilización y formación, y esto conlleva tiempo, pero estamos en ello.

¿La Justicia Digital en España está en la misma situación que la del resto de los países de la Unión Europea? ¿Se ha tenido en cuenta la experiencia de algún otro país europeo?

España está a la vanguardia de la transformación digital en Europa, y no lo decimos nosotros, lo dice la Comisión Europea para la Eficiencia de la Justicia (CEPEJ). De hecho, la ley de eficiencia digital se gestó en conjunto con este organismo, que llevó a cabo varias misiones en España en

las que se intercambió información valiosa con el fin de evaluar el progreso en la digitalización del sector de la justicia, donde se destaca que España ha logrado posicionarse como referente en transformación digital, accesibilidad y justicia centrada en las personas.

En materia de interoperabilidad internacional, España es el primer estado miembro de la Unión Europea en intercambiar información de los registros de antecedentes penales a través del sistema ECRIS, y es el primer Estado miembro de la Unión Europea que tiene la posibilidad de remitir una Orden Europea de Investigación.

Actualmente se está trabajando en el intercambio de sanciones pecuniarias a través de eCODEX. Esta solución permitirá la recaudación por las sanciones pecuniarias impuestas a españoles o ciudadanos residentes en España, y revertirá directamente al Tesoro Público de España. Además de facilitar el cumplimiento de la normativa existente, esta iniciativa tendrá un claro retorno de inversión.

Pero no solo estamos abordando importantes iniciativas a nivel europeo, también con América Latina, donde estamos dando grandes pasos con proyectos como el hermanamiento de la Comisión Europea con América Latina y el Caribe, en concreto en República Dominicana; o con el impulso a la herramienta ECRIS Iberoamérica, para la creación de un espacio de intercomunicación digital entre registros de antecedentes penales en América Latina.

Uno de los debates más acuciantes es el análisis de las herramientas basadas en inteligencia artificial (IA). ¿Qué va a suponer esta nueva realidad para la Administración de Justicia?

El uso de la inteligencia artificial es una realidad en la Justicia y presenta una enorme ventaja para ese servicio público. En primer lugar, mejora la eficiencia, ya que procesa grandes cantidades de datos para identificar patrones y tendencias, lo que posibilita tomar decisiones más informadas y precisas. La IA también simplifica el acceso a la información y aumenta el conocimiento disponible para la toma de esas decisiones y la aplicación de la Ley en cada caso. Todo ello ahorra tiempo y recursos, sin afectar en ningún momento a la decisión judicial.

Las iniciativas de Inteligencia Artificial puestas en marcha ya son realidades y están obteniendo resultados tangibles mediante su uso de manera asistencial, permitiendo a las personas dedicarse a lo estratégico y ser más eficientes y precisos en la prestación de los servicios legales.

> **Estamos trabajando en una política de uso y un manifiesto o decálogo para la utilización de la IA generativa (...) con el objetivo de asegurar un uso responsable, legal y ético.**

También el sistema de textualización marcó un importante hito. Mediante este se realiza el procesamiento de archivos de vídeo o audio con la finalidad de extraer el texto correspondiente de las intervenciones orales que se realizan en juicios, vistas y comparecencias grabadas, de forma automatizada. Desde su puesta en marcha en 2020 se han realizado cerca de 2.500.000 de textualizaciones en todo el Estado.

Asimismo, se han robotizado los ingresos y pagos judiciales, ya se han hecho casi un millón de transacciones de manera automatizada, lo que ha generado un ahorro de más de 98.000 horas de trabajo al personal tramitador.

También se han desarrollado sistemas de inteligencia artificial generativa, para, por ejemplo, obtener resúmenes en lenguaje claro de textos jurídicos, posibilitando la creación de resúmenes, de manera que se eliminan términos de difícil comprensión, evitando jerga jurídica. Todo esto es ya una realidad en la Justicia en España.

La IA implica un nivel de riesgo que puede afectar negativamente a la seguridad o a los derechos fundamentales. ¿Cómo debe abordarse el marco regulador?

Estamos trabajando en una política de uso y un manifiesto o decálogo para la utilización de la IA. Esto se hará de manera coordinada con el Comité Técnico Estatal de Administración Judicial Electrónica (CTEAJE), con el objetivo de asegurar un uso responsable, legal y ético de la IA Generativa.

Además, nos hemos adelantado a las obligaciones de transparencia de la legislación europea a la hora de usar sistemas de IA, publicando mensualmente en el portal del Ministerio los registros FAT (Fairness, Transparency and Accountability) que ofrecen publicidad y transparencia acerca de los datos usados, miembros de los equipos de IA, servicios, algoritmos, posibles sesgos, y aplicaciones que hacen uso de técnicas de inteligencia artificial.

En definitiva, el uso de la inteligencia artificial es una realidad y ofrece grandes beneficios, pero siempre dentro de un marco regulador de su funcionamiento.

¿El llamado "papel cero" en la Administración de Justicia será una realidad cercana y generalizada en todo el país? ¿Qué plazos están previstos?

Nuestra meta es que la Justicia tenga la condición de excelencia como servicio público, eso implica no solo una digitalización al 100%, supone un cambio cultural importante, en el que llevamos años trabajando, y que ya va calando en la sociedad. La digitalización plena está muy cerca e implica, efectivamente, el paso a una Justicia orientada al dato y no al documento. En este ámbito contamos con el "Manifiesto del Dato para el servicio público de Justicia", acordado con todos los actores relevantes de este sector. Se trata de un instrumento que permite mejorar la eficiencia de la Justicia a través del tratamiento de datos, considerando el dato como un bien público. Esto ya es una realidad, que se puede ver, por ejemplo, en nuestro portal de datos: https://datos.justicia.es/

En definitiva, el objetivo no solo es "papel cero". Creemos que la tecnología nos va a ayudar a pasar de una Administración de Justicia del siglo XIX a un servicio público de Justicia del siglo XXI, más ágil, digital y eficiente, y que garantizará que todas las personas tengan las mismas oportunidades de participar en el mismo. •••

Tiempos de cambio

La presencia femenina es mayoritaria en la Administración de Justicia, pero existen trabas en su ascenso profesional

Mientras que el trabajo en la Administración de Justicia resulta cada vez más atractivo para las mujeres, que copan las nuevas plazas, coexiste una realidad que muestra un acceso limitado a las altas instancias.

Luis Tejedor

La feminización de la Administración de Justicia es un hecho irrebatible. El *Boletín Estadístico de Personal de las Administraciones Públicas* señalaba, ya en enero de 2017, que siete de cada diez empleados eran mujeres. La fotografía puede extenderse al contexto general del funcionariado. Las mujeres están llegando a los altos cargos en todas las estructuras del Estado, partiendo del 14,4% en 1995 al 47,5% de la actualidad.

Cabe acentuar que la igualdad en el acceso es un aliciente para muchas mujeres que compiten bien en términos de tenacidad y constancia por el empleo público. Además, la ausencia de discriminación económica es un atractivo que no debe obviarse. Resulta reseñable que a la Administración de Justicia accedan mujeres con elevados niveles de formación, tras superar en muchísimas ocasiones arduas pruebas selectivas que, como es evidente, requieren un gran esfuerzo personal y una tenacidad forjada a lo largo de cuantiosas horas de estudio.

En este sentido, la presidenta de la Audiencia Provincial de León, Ana del Ser, considera que "quizá siempre se ha estimado que el perfil de opositor cuadra bien en las expectativas de las mujeres. Igual que ahora son mayoría en carreras como Derecho. Una cosa lleva a la otra. Hay más opositoras que, además, pasan las pruebas de la oposición a la Escuela Judicial, donde en las últimas promociones llegan al 70%".

TECHOS POR ROMPER

Es preciso separar el grano de la paja a la hora de buscar los comos y los porqués. Para Ana del Ser "aún falta mucho. No tiene sentido que no se llegue, por ejemplo, al Tribunal Supremo. Las mujeres no están llegando ni a los tribunales de justicia ni a las presidencias de las audiencias provinciales. Se notan estas carencias porque esas promociones en las que había una destacada

presencia de mujeres ya deberían haber llegado a esos niveles".

Nada tan elocuente como la verdad estadística. Según el informe *Mujeres en cifras 1983-2023,* del Ministerio de Igualdad, el 56,2% de las plazas del funcionariado del Poder Judicial estaban en 2023 en manos femeninas, con una diferencia superior a los 25 puntos porcentuales respecto a 1995.

Del *Informe sobre la Estructura de la Carrera Judicial 2023* se extraen conclusiones muy expresivas. La distribución por edades parece mostrar que ha habido una evidente tendencia a la feminización en las sucesivas promociones. A nivel general, hay un mesurado 56,2% de presencia femenina que queda matizado en el detalle. En el segmento más veterano, con edades comprendidas entre los 61 y 70 años, la presencia femenina alcanza el 38,5% del total, mientras que en el segmento más joven –hasta los treinta años– la cifra se eleva al 68,7%. Sin embargo, aunque más de la mitad de las plazas son ocupadas por mujeres, se concentran en las primeras instancias, disminuyendo el número a medida que ascienden en la carrera. Tanto es así que, en el Tribunal Supremo, hay catorce mujeres frente a cincuenta hombres.

La mayoría de juezas y magistradas, especialmente entre los treinta y los cuarenta años o las que tienen uno o dos hijos, opinaban que ser mujer ejercía un impacto negativo en el progreso de sus carreras

CONCILIACIÓN, ¿CAUSA Y EFECTO?

La brecha en el acceso a niveles superiores de la Administración de Justicia tiene mucho que ver con la conciliación familiar. En 2008, el Consejo General del Poder Judicial llevó a cabo la *Encuesta a la carrera judicial sobre conciliación de la vida familiar*, que reflejó que la mayoría de juezas y magistradas, especialmente entre los treinta y los cuarenta años o las que tienen uno o dos hijos, opinaban que ser mujer ejercía un impacto negativo en el progreso de sus carreras. Esto se debe a las dificultades que enfrentan para competir en igualdad de oportunidades con sus colegas masculinos.

Las dificultades para la conciliación todavía son una rémora, aunque soplan vientos de cambio. Ana del Ser considera que "se han tomado medidas positivas para evitar la discriminación que surge de este factor. El hecho de que los hombres puedan tener licencia por hijos equilibra la situación. No obstante, la mayor evolución se produce por el cambio cultural en la sociedad y, en este sentido, se ha progresado mucho."

Estos desajustes se aprecian también en el Ministerio Fiscal. Aquí la participación femenina es mayoritaria –el 75% de las plazas entre 20 y 50 años–. Pero solo catorce mujeres frente a veintitrés hombres tienen la categoría profesional de fiscal de sala y, en los últimos 45 años, la jefatura superior del Ministerio Fiscal solo ha sido representada por mujeres en tres ocasiones.

PASOS HACIA LA IGUALDAD

El camino recorrido hacia la igualdad desde los años setenta es significativo. La aprobación de la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre hombres y mujeres supuso una declaración de intenciones, al establecer que "los poderes públicos procurarán atender al principio de presencia equilibrada de mujeres y hombres en los nombramientos y designaciones de responsabilidad que les correspondan".

Con el mismo fin, la Resolución del 20 de mayo de 2011, de la Secretaría de Estado para la función pública aprobó el *I Plan de Igualdad entre mujeres y hombres en la Administración General del Estado y en sus Organismos Públicos* que, dentro de sus objetivos, pretende "promover y mejorar las posibilidades de acceso de las mujeres a los puestos de responsabilidad". En consonancia, el CGPJ, dos años más tarde, también puso en marcha el *Plan de Igualdad de la Carrera Judicial*, para, entre otras cosas, facilitar la promoción de las mujeres para cargos gubernativos de la carrera.

Las medidas adoptadas no dejan de alumbrar el camino, aunque los metros por recorrer todavía pesen mucho. Tiempo al tiempo. •••

Solo catorce mujeres frente a veintitrés hombres tienen la categoría profesional de fiscal de sala y, en los últimos 45 años, la jefatura superior del Ministerio Fiscal solo ha sido representada por mujeres en tres ocasiones.

Ana del Ser López

Presidenta de la Audiencia Provincial de León

"Las mujeres aún debemos demostrar que podemos acceder a los cargos de relevancia en la Administración de Justicia, y que valemos"

Cuando, en 2015, la magistrada Ana del Ser tomó posesión como nueva presidenta de la Audiencia Provincial de León prometió "trabajo, transparencia y compromiso con los valores de una Justicia moderna y cercana". Entre estos valores de la Justicia moderna está una presencia femenina equilibrada en su Administración. Referente para las nuevas generaciones, señala la escasez de mujeres en las máximas instancias judiciales.

"La brecha en el acceso a niveles superiores de la Administración de Justicia tiene mucho que ver con la conciliación familiar"

SUMARIO

¿Ha notado cambios en la manera en que usted era percibida desde el inicio de su carrera profesional hasta ahora?
Es posible que sí. Accedí a la carrera judicial hace más de treinta años y sí que se notaba un trato diferente a las juezas jóvenes, especialmente en los primeros destinos, en pueblos pequeños. Mi sensación era que esta presencia resultaba más llamativa para el ciudadano en general.

A pesar de los evidentes avances, ¿persisten sesgos a la hora de calificar el trabajo de las mujeres?
Afortunadamente, muchos menos. Se ha avanzado mucho. Sí que permanecen esos sesgos, porque en caso contrario no se explicaría que, en mi promoción, donde había más de un 50% de mujeres, no se haya llegado todavía a la llamada cúpula de la carrera judicial. Tengo la sensación de que las mujeres aún debemos demostrar que podemos acceder a los cargos de relevancia en la Administración de Justicia, y que valemos.

Es inevitable que usted sea un referente para jóvenes que se incorporan a esta carrera ¿es una responsabilidad extra?
En ocasiones lo es. Siempre que me llaman con ocasión del Día de la Mujer, me ofrecen contar mi experiencia para que se vea que podemos conseguir lo que nos propongamos. Intento, en esos casos, servir de ejemplo.

¿La expresión *techo de cristal* resulta exagerada a estas alturas?
Mientras sirva como ejemplo de donde no hemos llegado todavía es real. Es mínima también la presencia de las mujeres en las presidencias de la Audiencias Provinciales y simbólica en las presidencias de los Tribunales Superiores de Justicia. En mi época, cuando empecé, las posibilidades de participar en ponencias y estudios de investigación al margen de tu trabajo eran muy limitadas para las mujeres. Ahora no se planifica una sola mesa redonda donde todos los intervinientes sean hombres. En aquel momento, sí. Quizá estaban más disponibles o quizá pese la elección que hacemos de dedicarnos durante unos años a la familia. Es posible que tenga relevancia. Puede ser, además, que nos limitemos mucho más y pensemos que hay ciertos puestos a los que no podemos llegar. Por eso, es tan importante ver que otras mujeres han llegado y no nos limitemos a nosotras mismas.

¿Es preciso implementar mecanismos que equilibren la situación o el mero paso del tiempo se ocupará de hacerlo?
No sería muy partidaria de los mecanismos en los que se valore el hecho de ser mujer, en principio. El mérito y la capacidad se debe valorar en hombres y mujeres. Sí que serían importantes en determinados ámbitos como los cursos y la docencia, para que siempre haya mujeres capacitadas. Más allá de esto, el acceso por cuotas no me convence.

¿Qué evolución estima para el futuro de la mujer en la Justicia?
Supongo que seguiremos poco a poco. Se irá mejorando. Lo lógico es que la posición en lo que llaman cúpula judicial, o en cargos gubernativos, refleje a la sociedad española. Se alcanzará más pronto que tarde. •••

JUANA MARÍA GÓMEZ VALLE, GERENTE DE MUGEJU

"La receta electrónica privada es una realidad que hay que hacer efectiva"

La magistrada Juana María Gómez Valle lleva más de tres meses al frente de la Gerencia de la Mutualidad General Judicial. Asume con satisfacción el reto de garantizar que el servicio siga gozando de las mismas garantías e, incluso, mejorarlas para consolidar a MUGEJU como una organización moderna y eficiente, que responda de manera satisfactoria a las demandas y necesidades del colectivo.

Además de su labor como magistrada, acaba de estrenar su cargo como gerente de MUGEJU. ¿Cómo está resultando la experiencia?
Ingresé en la carrera judicial en 2010 y desde entonces he desempeñado competencias en juzgados mixtos en la provincia de Valencia. Trabajar en un juzgado implica trabajar por y para la ciudadanía, pero el hecho de trabajar en un juzgado adscrito a una población pequeña me ha permitido comprobar lo importante que es el contacto directo con las personas para las que se trabaja.

MUGEJU cuenta con esta característica, ya que supone prestar un servicio a las personas, pero con la nota agravante de que el servicio está dirigido a cuidar de un bien valioso, como es la salud. Su objetivo primordial es contribuir a la salud y al bienestar de las personas mutualistas, tanto titulares como beneficiarias.

Solo llevo tres meses como gerente, pero la experiencia es gratificante. Mi objetivo es garantizar que el servicio que se presta a las personas mutualistas siga gozando de las mismas garantías e intentar mejorarlas, tratando de consolidarnos como una organización moderna y eficiente, que responda de manera satisfactoria a las demandas y necesidades del colectivo.

MUGEJU es un órgano muy especial para las personas mutualistas. ¿Qué espera lograr durante la etapa en la que transcurra su gerencia?
Como servicio público, la razón de ser se encuentra en hacer efectivo el derecho de su colectivo a la asistencia sanitaria y a la protección social. Por ello se pretende acercar el funcionamiento de la organización a mutualistas y familiares beneficiarios, para facilitar el acceso y dar respuesta a las necesidades de todos los grupos sociales y territorios, en especial, a los más vulnerables.

MUGEJU debe perseguir la mejora continua, apoyándose en las nuevas tecnologías, para prestar un servicio de calidad, tratando de simplificar y racionalizar los procedimientos administrativos. Está comprometida con la mejora social y medioambiental de su entorno, incorporando de manera trasversal los principios de igualdad efectiva y no discriminación, inclusión, accesibilidad y el desarrollo sostenible.

¿Cuáles son los principales retos que se le plantean?
Vivimos en un mundo cada vez más digitalizado y hay que trabajar impulsando esta idea. La receta electrónica privada es una realidad que hay que hacer efectiva. Los mutualistas adscritos al sistema público de salud disponen de la receta electrónica en todas las comunidades autónomas, excepto en Castilla y León, cuya incorporación se prevé para 2025, pero en el ámbito privado se está tardando un poco más. MUGEJU está realizando las gestiones pertinentes para conseguir este objetivo con la mayor brevedad posible.

Estamos implementando soluciones tecnológicas y de diseño en la página web,

Vivimos en un mundo cada vez más digitalizado y hay que trabajar impulsando esta idea

que garanticen el acceso a la información libre de barreras y sin discriminación. Otras mejoras se centrarán en nuestra política de protección de datos de carácter personal, un derecho fundamental recogido en el artículo 18.4 de la Constitución Española.

También avanzamos hacia una mayor igualdad entre mujeres y hombres y contribuimos a proteger a las mutualistas víctimas de violencia de género. Fomentamos la participación del personal de MUGEJU en las diferentes campañas de sensibilización y prevención en materia de violencia contra las mujeres, sobre igualdad de trato y la no discriminación, elaboradas por la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género. Y en mayo de este año se ha firmado el convenio en materia de violencia contra las mujeres con la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género del Ministerio de Igualdad. MUGEJU desea incluir en los conciertos que se suscriban con las entidades privadas la obligación de acreditar formación especializada para la detección de casos de violencia contra las mujeres, así como la incorporación de la situación de violencia en la historia clínica de las mutualistas o beneficiarias.

Durante su gerencia se pondrá en marcha el Plan Anual y la Memoria. ¿Podría definir su hoja de ruta?
La Mutualidad es un organismo público dotado de personalidad jurídica pública diferenciada, con patrimonio y tesorería propios, así como de autonomía de gestión, adscrita a la Secretaría de Estado de Justicia, a quien le corresponde la dirección estratégica, la evaluación y control de los resultados de su actividad.

Como órganos de gestión y dirección se encuentra la Comisión Rectora y el Consejo General, en funciones en el momento presente. Es una labor crucial nombrar a las personas integrantes de ambos órganos para avanzar en la gestión de la Mutualidad y aprobar tanto la Memoria como el Plan Anual. El equipo de MUGEJU ha estado trabajando intensamente para finalizar ambos proyectos, por lo que esperamos que ambos órganos queden constituidos en los próximos meses y los sometan a aprobación.

¿Cómo es la relación con las entidades aseguradoras médicas?
El objeto del concierto suscrito con las entidades aseguradoras médicas, y del que entrará en vigor el próximo año, es asegurar el acceso a la prestación de asistencia sanitaria en territorio nacional a todas las personas beneficiarias que opten por recibir la asistencia a través de entidades de seguro.

La asistencia sanitaria se presta conforme a la cartera de servicios incluida en el concierto, que comprende la Cartera Común de Servicios del Sistema Nacional de Salud. Y ello conforme con lo establecido en el Texto Refundido de las disposiciones legales vigentes sobre el Régimen Especial de Seguridad Social del personal al servicio de la Administra-

Avanzamos hacia una mayor igualdad entre mujeres y hombres y contribuimos a proteger a las mutualistas víctimas de violencia de género

ción de Justicia, en la Ley 14/1986 de 25 de abril, General de Sanidad y en la Ley 16/2003, de 28 de mayo, de cohesión y calidad del Sistema Nacional de Salud y en sus respectivas normas de desarrollo.

El concierto pretende cubrir las contingencias derivadas de enfermedad común o profesional, lesiones derivadas de accidente, cualquiera que sea la causa, incluido accidente en acto de servicio o como consecuencia de él, por acto de terrorismo, por embarazo, parto y puerperio y las actuaciones preventivas correspondientes.

Para dar satisfacción a la prestación de estas contingencias, las entidades médicas deben de poner a disposición de los beneficiarios los medios propios o concertados en el concierto y, en el caso de no disponer de medios, hacerse cargo del gasto ocasionado. Asimismo, las entidades se obligan a la cobertura de asistencia sanitaria transfronteriza, conforme a lo dispuesto en el Real Decreto 81/2014, de 7 de febrero, por el que se establecen normas para garantizar la asistencia sanitaria transfronteriza, y por el que se modifica el Real Decreto 1718/2010, de 17 de diciembre, sobre receta médica y órdenes de dispensación.

Las delegaciones provinciales son un instrumento de acercamiento al mutualista. ¿Cómo valora la situación actual?
MUGEJU dispone de una delegación provincial en cada capital de provincia y en las dos ciudades autónomas. No son solo órganos de atención a las personas mutualistas. Además se integran dentro de la estructura orgánica de la Mutualidad, como órgano ejecutivo, junto con la Gerencia.

Los delegados provinciales son mutualistas en activo, designados por la Comisión Rectora. Junto con el delegado provincial designado, se incorpora un suplente, que suple al titular en caso de vacante, enfermedad o ausencia.

La Gerencia vela por el buen funcionamiento de la institución y debe garantizar el servicio a los mutualistas desde todas las sedes. Si bien existe una serie de deficiencias, se trabaja con esmero para suplirlas y atender las necesidades particulares de cada provincia.

Siguiendo el trabajo de mis antecesores, tengo interés personal en el contacto directo y con las delegaciones provinciales, para que haya una comunicación fluida, a través de reuniones virtuales, y poder mejorar la prestación del servicio al colectivo de mutualistas, además de garantizar que el personal participe en el plan de formación *online*.

En MUGEJU se trabaja también para mejorar la gestión de los visados con cada una de las delegaciones, cuestión que requiere de un trabajo minucioso para garantizar un servicio óptimo.

Es una responsabilidad emotiva trabajar en beneficio de las compañeras y compañeros. ¿Qué puede aportar como gerente?
Entre mis objetivos se encuentra el acercamiento a las entidades aseguradoras, a los sindicatos de trabajadores, asociaciones profesionales y a los diferentes cuerpos de mutualistas con el fin de que me transmitan inquietudes y pretensiones, y poder esforzarme para satisfacer en lo posible las necesidades.

También reforzar el compromiso con la transparencia. En nuestro portal de

SUMARIO

transparencia se publica la actividad desarrollada por la Mutualidad, con el fin de ajustarnos a la ley 19/2013 de 9 de diciembre, de transparencia, acceso a la información pública y buen gobierno.

El mutualismo administrativo concita cierta crítica por parte de algunos sectores de la sociedad. ¿Cuál cree que es el estado de salud del modelo de protección social de los funcionarios de la Administración de Justicia?

Conocida es la preocupación de los sindicatos y el propio colectivo de mutualistas, por el futuro de las Mutualidades. Se constituyeron con la finalidad de ayudar de forma recíproca y solidaria a sus miembros, fruto de organizaciones tipo sociedades de socorro, gremios, cofradías, etc. Se trata, por tanto, de organismos sin ánimo de lucro, centrados en las necesidades de sus miembros. MUGEJU sigue trabajando para obtener esta finalidad, por lo que el día a día garantiza que las personas mutualistas disfruten de las garantías que prevé este organismo. Y dentro de ese trabajo diario está mejorar el concierto que se renueva periódicamente.

La partida de la Mutualidad se recoge en el proyecto de Presupuestos Generales del Estado. ¿Afectará la prórroga de los presupuestos al funcionamiento de la Mutua?

Como organismo autónomo, MUGEJU cuenta con sus propios presupuestos para financiar los gastos de su funcionamiento interno y del servicio que presta a las personas mutualistas. Como bien indica, se aprueba por la Ley de Presupuestos Generales del Estado de cada ejercicio y tiene carácter limitado.

Los ingresos de la Mutualidad provienen de cotizaciones sociales, de reintegros de operaciones corrientes, de rentas de bienes inmuebles, de remanentes de tesorería y de las cuantías procedentes de la Administración del Estado. En cuanto a los gastos, el presupuesto consta de dos programas, uno relativo a las prestaciones económicas del mutualismo administrativo (gastos de personal, gastos financieros, transferencias corrientes, activos financieros, etc.) y otro relativo a la asistencia sanitaria (gastos corrientes en bienes y servicios y transferencias corrientes). Siendo un organismo autónomo se trabajará en la medida de lo posible para cubrir las prestaciones y satisfacer las necesidades del colectivo de mutualistas, a pesar de los límites en los que nos movemos.

¿Qué mensaje le gustaría trasladar a todo el colectivo de mutualistas?

Es complicado transmitir un mensaje positivo cuando hay obstáculos en el camino, pero no hay que olvidar que a lo largo de los años se han superado las dificultades con el trabajo de los profesionales que prestan sus servicios en este organismo, ya sea en los servicios centrales y provinciales, y de los delegados en todo el territorio nacional. La Mutualidad es un organismo que ha superado ciertos retos a lo largo de su vigencia y espera seguir contribuyendo a su mejora y crecimiento, con el fin de seguir cubriendo las necesidades sanitarias, farmacéuticas y sociales de todas las personas beneficiarias. •••

LAURA MORILLAS NAVAS, SECRETARIA GENERAL DE MUGEJU

"La preparación del próximo concierto para la asistencia sanitaria es una prioridad en 2024"

Laura Morillas pertenece al Cuerpo Superior de Administradores Civiles del Estado y ha desempeñado distintas funciones en el Consejo Superior de Investigaciones Científicas, el Ministerio de Justicia, y la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género. El 27 de marzo de 2023, Laura Morillas tomó posesión como nueva secretaria general y, desde entonces, se enfrenta con ilusión el reto de acercar MUGEJU a todas las personas que integran el colectivo de mutualistas y seguir avanzando por la senda de modernización del organismo ya iniciada en etapas anteriores.

¿En qué consiste su trabajo al frente de la Secretaría General de MUGEJU?
Como secretaria general de MUGEJU, algunos de mis principales cometidos son adoptar las decisiones ejecutivas necesarias para implementar las directrices establecidas por la gerente, dirigir y supervisar los servicios comunes y coordinar la actividad de las diferentes unidades, todo ello con el objetivo de asegurar un correcto funcionamiento ordinario del organismo y avanzar hacia la mejora de la calidad de los servicios prestados.

¿Cuáles son los principales asuntos que tiene actualmente en su agenda?
Una de las prioridades de MUGEJU durante 2024 es la preparación del próximo concierto para la asistencia sanitaria, que entrará en vigor el próximo año, con el que aspiramos a seguir mejorando nuestros estándares de calidad e incluir las nuevas prestaciones que están siendo incorporadas a la cartera de servicios del Sistema Nacional de Salud. Otros proyectos que considero de gran relevancia para la Mutualidad son el impulso de la administración electrónica, el refuerzo de la atención al colectivo de mutualistas y la mejora de la eficiencia de los procesos de gestión interna. Todo ello en el marco de la hoja de ruta que establezcan nuestros órganos de gobierno, a través de los planes de actuación aprobados por la Comisión Rectora, y de las directrices superiores que dicte la gerente.

¿Qué retos pretende lograr con este nuevo cargo?
Tanto la nueva gerente, Juana María Gómez, como yo estamos firmemente comprometidas con la mejora continua y asumimos con ilusión el reto de acercar la Mutualidad a todas las personas que integran el colectivo mutualista, cuyas necesidades y demandas deben orientar nuestra actuación, pues son nuestra razón de ser. Para ello, creo necesario tomar el testigo de los ante-

Nuestro desafío es convertir a la Mutualidad en una organización proactiva que aporte un valor añadido a los servicios que presta

riores equipos que han estado al frente de la Gerencia de MUGEJU y así seguir avanzando por la senda de modernización que nuestros predecesores ya iniciaron en los últimos años.

Sin embargo, convertir a la Mutualidad en una organización proactiva, que no se limita a tramitar expedientes, sino que aporta un valor añadido a los servicios que presta y contribuye a la mejora social, es un desafío para cualquier organización de pequeño-mediano tamaño como la nuestra, ya que exige optimizar los recursos y redoblar los esfuerzos por parte de todo el personal para alcanzar las metas fijadas de manera exitosa.

MUGEJU tiene además la misión de trabajar en beneficio de las personas mutualistas. ¿Qué supone para usted, tanto personal como profesionalmente, la asunción de este cargo?
Este cargo representa para mí un proyecto muy motivador, por la posibilidad de ver cómo nuestra labor diaria tiene una repercusión directa en la calidad de vida del colectivo mutualista. Pero también supone un importante desafío, precisamente por la responsabilidad que supone prestar un servicio que afecta a cuestiones tan delicadas como la conservación y recuperación de la salud o la suficiencia económica durante determinadas situaciones de especial necesidad, en las que las personas son más vulnerables. Afortunadamente me he encontrado con un equipo extraordinario, muy competente y con una enorme calidad humana, que están haciendo de esta una experiencia muy satisfactoria, tanto en lo profesional como en lo personal. Me gustaría resaltar la excelente labor de las compañeras y compañeros de la unidad de Atención al mutualista y de las delegaciones provinciales, sin los cuales no sería posible garantizar esa atención de proximidad al colectivo tan valiosa como necesaria, especialmente para aquellas personas para las que las nuevas tecnologías puedan representar un obstáculo. Pero también destaco la implicación y buen hacer de

Cuestiones como agilizar el pago de los subsidios por incapacidad temporal o avanzar hacia la receta electrónica concertada se encuentran entre nuestras principales preocupaciones

todo el personal que presta servicios en las distintas áreas de los servicios centrales, realizando un relevante trabajo entre bambalinas que no siempre tiene el reconocimiento que merece, por ser menos visible de cara al exterior. Y por supuesto, agradecer a los delegados provinciales su compromiso y dedicación, siendo para mí un ejemplo de generosidad y vocación de servicio público.

¿Qué cuestiones cree que se podrían revisar y mejorar?

Desde la Mutualidad somos conscientes de que siempre hay cuestiones a mejorar, así nos lo indica nuestra experiencia y la práctica diaria, pero también el informe que cada año nos presenta el Consejo General de MUGEJU, cuya labor proponiendo medidas para la mejora del mutualismo judicial es encomiable. Cuestiones como agilizar el pago de los subsidios por incapacidad temporal o avanzar hacia la receta electrónica concertada se encuentran entre nuestras principales preocupaciones, pues no podemos desconocer el enorme impacto positivo que tendrían en la vida de miles de mutualistas. Por esta razón, estamos tratando de encontrar fórmulas que, con los limitados recursos de los que disponemos, nos permitan mejorar en estos ámbitos y salvar los obstáculos que, tanto a nivel técnico como organizativo, vienen asociados a proyectos de tal complejidad y alcance.

¿Cómo puede beneficiar a la Mutualidad el desarrollo tecnológico que supone el plan de Justicia Digital?

Desde MUGEJU creemos firmemente en que la digitalización de la Administración de Justicia y de la Mutualidad deben ir de la mano, para que nuestro colectivo también pueda beneficiarse de las ventajas y facilidades que ofrecen las nuevas tecnologías a la hora de relacionarse con nosotros, tramitar sus solicitudes y revisar el estado de sus expedientes. Además, la digitalización de los procedimientos y la plena implementación de un modelo basado en el papel cero también redundará en beneficio de la propia organización, ya que permitirá un funcionamiento interno más ágil, eficaz y eficiente. De ahí que el impulso de la administración

SUMARIO

"MUGEJU cree firmemente en que la digitalización de la Administraciónde Justicia y de la Mutualidad deben ir de la mano, para que nuestro colectivo también pueda beneficiarse de las ventajas y facilidades que ofrecen las nuevas tecnologías a la hora de relacionarse con nosotros, tramitar sus solicitudes y revisar el estado de sus expedientes"

electrónica siga siendo una de las prioridades de la agenda de MUGEJU para los próximos años, ocupando un papel preeminente en nuestros planes de actuación.

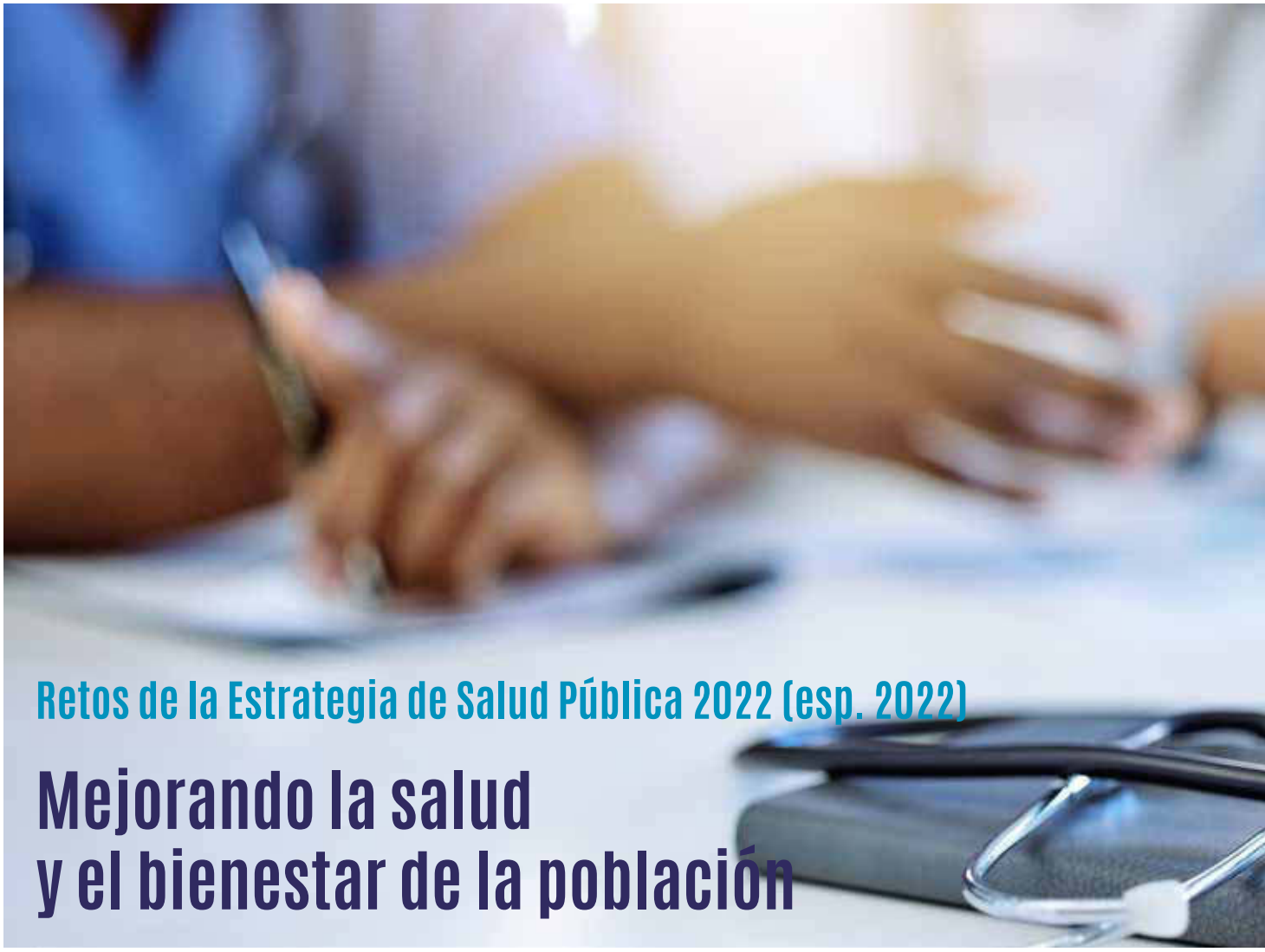
¿Qué le gustaría aportar a la organización que representa durante su desempeño como secretaria general?

Espero poder aportar los conocimientos y experiencia en gestión que he ido adquiriendo en mis anteriores puestos de trabajo dentro de la Administración pública, durante los cuales he tenido la oportunidad de desempeñar distintas funciones e implicarme en proyectos de gran interés que, directa o indirectamente, pueden trasladarse a la Mutualidad, siempre por supuesto adecuándolos a las particularidades y ámbito competencial concreto de nuestra organización.

¿Algún mensaje especial para el colectivo de mutualistas?

Me gustaría agradecer a todo el conjunto la confianza que depositan en MUGEJU y trasmitirles, en nombre de todo el equipo, nuestra determinación de seguir esforzándonos día a día para dar una respuesta adecuada a sus necesidades y brindarles el mejor servicio posible.

Somos conscientes de que queda aún camino por recorrer hasta alcanzar la excelencia en la gestión, pero seguiremos trabajando de manera incansable para lograr una Mutualidad a la altura de las expectativas de nuestras y nuestros mutualistas. •••



Retos de la Estrategia de Salud Pública 2022 (esp. 2022)

Mejorando la salud y el bienestar de la población

La Estrategia de Salud Pública 2022[1] surge para fortalecer la salud pública y contribuir a la salud de las personas, dando así cumplimiento a la Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública.

María Avilés Navarro / Iván Sanz Moreno

Es la primera Estrategia de carácter nacional en materia de salud pública. Tiene un enfoque transversal e integrativo y se fundamenta en el trabajo sobre los determinantes de la salud, el enfoque "Una sola salud/ One health" , la salud en todas las políticas y la gobernanza. Asimismo, se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030, como compromiso para la necesaria mejora de la salud global.

Esta estrategia realiza un análisis detallado del estado de salud de la población y de la salud pública, que ha permitido fijar sus líneas estratégicas:

Línea Estratégica 1: fortalecer la salud pública para mejorar la salud de la población, cuyas metas son:

- Fortalecer el sistema de gobernanza en salud pública.
- Asegurar capacidades y competencias en salud pública.
- Impulsar la investigación y la innovación en salud pública.
- Potenciar la comunicación y la abogacía de la salud pública.

Línea Estratégica 2: modernizar la vigilancia en la salud pública y garantizar la capacidad de respuesta ante los riesgos y las emergencias en salud, cuyas metas son:

- Fortalecer y completar el sistema de vigilancia en salud pública.
- Garantizar una respuesta rápida, oportuna y coordinada ante las amenazas que supongan un riesgo para la salud pública a nivel local, regional, nacional e internacional.

Línea Estratégica 3: mejorar la salud y el bienestar a través de la promoción de estilos de vida y entornos saludables, seguros y sostenibles, cuyas metas son:

1. Disponibe en: https://www.sanidad.gob.es/organizacion/planesEstrategias/saludPublica/docs/Estrategia_de_Salud_Publica_2022.pdf

- Mejorar las condiciones de vida, el bienestar y salud de la población.
- Contribuir a crear entornos saludables, salutogénicos, seguros, sostenibles y libres de discriminación y violencia.
- Promover los estilos de vida saludables, seguros y sostenibles y fomentar acciones para que las opciones más saludables sean las más fáciles de realizar para la población.
- Promover las actividades de prevención de enfermedades.

Línea Estratégica 4: promover la salud y la equidad en salud de la población a lo largo de la vida, cuyas metas son:

- Favorecer que la población tenga una vida saludable a lo largo de todas las etapas de la vida.
- Favorecer la equidad en la salud de la población y en su bienestar.
- Promover la participación en el desarrollo de programas de salud pública y salud comunitaria.

El estudio realizado y que puede ser consultado en toda su extensión en la Estrategia de Salud Pública 2022, permite extraer las conclusiones reflejadas en la tabla inferior.

Esta Mutualidad General Judicial se suma a las líneas estrategias definidas por el Ministerio de Sanidad, necesarias para la protección y promoción de la salud de las personas mutualistas y sus beneficiarias. Por ello, este organismo se encuentra inmerso en un proceso de modernización con el objetivo de ofrecer una asistencia social y sanitaria de calidad.

BIBLIOGRAFÍA

- https://www.sanidad.gob.es/organizacion/planesEstrategias/saludPublica/docs/Estrategia_de_Salud_Publica_2022.pdf
- https://www.cgcom.es/eventos/rueda-de-prensa-presentacion-del-documento-los-retos-del-sistema-nacional-de-salud-en-la

PUNTOS CLAVE DE ACCION	RETOS
Población envejecida	Atención integral que garantice una asistencia de calidad
Incremento pacientes crónicos	Abordaje de la cronicidad y acción comunitaria en salud
	Modelos asistenciales adecuados a las necesidades de los pacientes
Inequidad en salud	Accesibilidad universal
	Colaboración intersectorial
	Promoción de la igualdad, inclusión y participación de la población en situación de vulnerabilidad en decisiones que afecten a su salud
Prevención de problemas de salud	Abordaje integral: alimentación saludable, actividad física, alcohol, tabaco, contaminación del aire y salud mental.
Riesgos y emergencias de salud pública	Disponer de información sobre estado salud población
	Sistema de Alerta Precoz y Respuesta Rápida
Dimensión internacional de la salud	Adecuada gobernanza del sistema
	Cohesión del sistema
Calidad, transparencia, proximidad en la atención	Digitalización
Sistema reactivo frente a la enfermedad	Sistema enfocado en la salud
Pacientes pasivos	Fomentar la participación del paciente y agentes interesados

MUFACE y MUGEJU firman un acuerdo para la cesión mutua de soluciones tecnológicas

El convenio establece los términos y condiciones generales para un aprovechamiento común de las soluciones tecnológicas básicas de administración electrónica, que los firmantes consideran necesario para una mejor coordinación de los proyectos de administración electrónica.

Con fecha 12 de mayo 2023 se publicó en el Boletín Oficial del Estado el Convenio entre la Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado y la Mutualidad General Judicial, para la cesión mutua de soluciones tecnológicas.

De acuerdo con lo previsto, el 10 de mayo se constituyó la comisión mixta contemplada en el mencionado convenio, suscrito el 21 de abril entre la Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado y la Mutualidad General Judicial.

El jefe de la Unidad TIC de MUFACE, José Antonio Navarro, y la secretaria general de MUGEJU, Laura Morillas, presidieron la primera reunión de dicho órgano, con el fin de acordar la programación de actividades derivadas de este instrumento de colaboración. La cesión tiene por objeto, de acuerdo con el principio de reutilización de soluciones tecnológicas en el ámbito de la Administración General del Estado, el uso y aprovechamiento común de plataformas y aplicaciones básicas, teniendo en cuenta las similitudes de ámbito gestor existentes entre ambos organismos. Se trabajará en un primer momento entre la Mutualidad General de Funcionarios Civiles del Estado y la Mutualidad General Judicial con aplicaciones para gestión de la prestación farmacéutica y su régimen de facturación, farmacia hospitalaria o gestión de datos y cruces con la Seguridad Social (INSS).

MEJOR COORDINACIÓN DE PROYECTOS

El convenio establece los términos y condiciones generales para un aprovechamiento común de las soluciones tecnológicas básicas de administración electrónica, que los firmantes consideran necesario para una mejor coordinación de los proyectos de administración electrónica. En suma, para acomodarlos a los principios de eficiencia, economía y reutilización que han de cumplir los organismos públicos a tenor de la Ley 40/2015, de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

Durante el encuentro se analizó el grado de cumplimiento de los acuerdos reflejados, especialmente respecto a la aplicación MUFARMA. La valoración de ambas partes fue positiva, lo que permite que la ejecución de este instrumento de colaboración siga su curso.

La firma del convenio se enmarca dentro del compromiso adquirido por MUGEJU de revisar y mejorar los aplicativos en materia de asistencia sanitaria y farmacia, recogido en el Plan de Acción de 2023. Esta colaboración contribuye a la consecución de dos de las principales prioridades para la Mutualidad, el impulso de la administración digital y el desarrollo de alianzas con otros organismos. •••

Convenio entre la Mutualidad General Judicial y el Ministerio de Igualdad en materia de violencia contra las mujeres

La firma del convenio entre la Mutualidad General Judicial y la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género tiene por objeto establecer un marco de cooperación para el desarrollo conjunto de actuaciones que contribuyan a la mejora de la sensibilización, prevención, concienciación y la detección de la violencia contra las mujeres, así como la protección de las víctimas de violencia contra las mujeres entre el colectivo de personas mutualistas y sus beneficiarias en el ámbito de la MUGEJU.

El pasado mes de mayo la gerente de la Mutualidad General Judicial, Juana María Gómez Valle, y la delegada del Gobierno contra la Violencia de Género, Carmen Martínez Perza, suscribieron un convenio de colaboración en materia de violencia contra las mujeres, por el que las partes se han comprometido al desarrollo de determinadas actuaciones conjuntas.

El Ministerio de Igualdad, a través de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, se compromete a colaborar en la planificación, organización y ejecución de las actuaciones que se pongan en marcha en materia de violencia contra las mujeres en el ámbito de la MUGEJU; además de facilitar el material necesario para llevar a cabo las actuaciones de información, prevención y sensibilización en el marco del convenio, en particular, de las campañas realizadas por el Ministerio de Igualdad. También prestará asesoramiento y apoyo en todas las actuaciones que se pongan en marcha por parte de la MUGEJU en materia de violencia contra las mujeres; colaborará en los programas de formación que MUGEJU pueda desarrollar de su acción formativa en materia de violencia contra las mujeres; y facilitará información sobre recursos, medios y programas específicos de atención y protocolos de actuación y coordinación en materia de violencia contra las mujeres.

MUGEJU, por su parte, se compromete a colaborar en la difusión de las campañas de sensibilización y prevención en materia de violencia contra las mujeres que el Ministerio de Igualdad ponga en marcha, a través de sus medios de comunicación y de las correspondientes delegaciones provinciales; así como a impulsar la difusión de material informativo, incluidos los protocolos comunes de actuación sanitaria, y de campañas de sensibilización y prevención en materia de violencia contra las mujeres, a través de las entidades que prestan asistencia sanitaria a las personas mutualistas que han optado por recibirla a través de las mismas.

Con la firma de este convenio, la Mutualidad incluirá en los conciertos que se suscriban con las entidades privadas, la obligación de acreditar la formación especializada necesaria para la detección de casos de violencia contra las mujeres. Por su parte, también informará en las llamadas recibidas en el teléfono de la MUGEJU de información al mutualista, relativas a violencia contra las mujeres, sobre el **servicio telefónico 016** de información y asesoramiento jurídico de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género.

La Mutualidad también concederá el alta de forma provisional como titular por derecho derivado (TDD), con documento propio de afiliación, a aquellas personas beneficiarias de mutualistas que acrediten ser víctimas de violencia de género por cualquiera de los medios establecidos en el artículo 23 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. Esta medida implica que, tanto la información de la base de datos de afiliación de MUGEJU como la tarjeta sanitaria, serán independientes del titular.

MUGEJU incluirá, en los conciertos que se suscriban con las entidades privadas para la atención sanitaria a las personas mutualistas y sus personas beneficiarias, la obligación de que los centros médicos privados emitan y remitan, de conformidad con la normativa vigente, parte de lesiones a los órganos judiciales competentes cuando detecten una situación de violencia contra las mujeres que afecte a personas mutualistas o personas beneficiarias, así como la necesidad de incluir la situación de violencia en la historia clínica de estas.

También incrementará la protección de los datos de personas mutualistas que necesitan protección (víctimas de violencia contra las mujeres), garantizando que el acceso a los mismos cumpla con todas las medidas de confidencialidad y seguridad necesarias de conformidad con la normativa vigente en materia de protección de datos.

Con este convenio, MUGEJU contemplará la perspectiva de género y la violencia contra las mujeres en el Plan de formación del Organismo; revisará y reforzará las medidas para la protección de la mujer y menores víctimas de violencia de género en la asistencia prestada en el extranjero; propondrá la participación en la Comisión contra la Violencia de Género del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud con el fin de reforzar y mejorar la respuesta institucional coordinada frente a la violencia machista y, constituirá un grupo trabajo con las entidades de seguro proveedoras del servicio de salud con las que la Mutualidad tiene suscrito el concierto sanitario, para el desarrollo de actuaciones en materia de violencia contra las mujeres.

Con este propósito, la Mutualidad elaborará protocolos y herramientas que permitan la detección y el acompañamiento en situaciones de violencia hacia las mutualistas o beneficiarias con discapacidad, en especial en el ámbito sanitario y asegurará la accesibilidad de los servicios y recursos de atención y respuesta para las mutualistas o beneficiarias con discapacidad víctimas de violencia y difundirá, a través de los canales de comunicación propios, las diferentes actuaciones que se lleven a cabo en el desarrollo del convenio. •••

Cómo prevenir las lesiones posturales y el estrés laboral

María Manso Manso
Maria Rosario Herreros Perez
Asesoras médicas de MUGEJU

OBJETIVOS DE LA ASESORÍA MÉDICA DE MUGEJU

La principal función de la Asesoría Medica es proporcionar asesoramiento técnico médico, tanto a la Gerencia y las diferentes áreas gestoras de la Mutualidad como al personal colaborador de las delegaciones provinciales.

Las personas mutualistas deben saber que uno de los objetivos de la Asesoría Medica es mantener una actualización continuada de sus conocimientos técnicos y habilidades comunicativas para brindar el mejor asesoramiento técnico, por ello forma parte de las Comisiones del Ministerio de Sanidad, como son la Comisión de Prestaciones, Aseguramiento y Financiación del SNS y el Comité de asesoramiento para la prestación ortoprotésica.

FACTORES AMBIENTALES QUE AFECTAN AL TRABAJO EN LA ADMINISTRACIÓN DE JUSTICIA

Los principales factores ambientales que influyen en la calidad del entorno laboral son: el ambiente térmico, la calidad del aire, el ruido y las vibraciones, así como la iluminación del puesto de trabajo.

- **Mantener una temperatura adecuada** es esencial para el confort de la persona trabajadora. Una temperatura muy alta o muy baja puede afectar la concentración, el rendimiento y, a largo plazo, la salud.
- **La luz adecuada** es crucial en cualquier entorno laboral para evitar la fatiga visual y facilitar la realización de tareas sin esfuerzo adicional.
- **Una buena ventilación** previene la acumulación de contaminantes y garantiza un ambiente fresco y saludable para el colectivo de trabajadores.
- **Controlar el ruido** es esencial ya que un entorno ruidoso puede ser distractor y estresante, afectando la productividad y bienestar de las personas empleadas.

EFECTOS EN LA SALUD POR LA SOBRECARGA DE TRABAJO

Los factores relacionados con la carga de trabajo como un exceso de tareas, plazos ajustados, falta de recursos adecuados, ineficiencias en la organización del trabajo y la incapacidad para establecer prioridades son causa de estrés laboral.

A su vez, la cantidad de información que se recibe, la complejidad de la respuesta que se exige, el tiempo en que se ha de responder y las capacidades individuales son factores que inciden en la carga mental.

Según la OMS, el estrés laboral puede ser causa de cardiopatías, trastornos digestivos, aumento de la tensión arterial, dolor de cabeza, así como de trastornos musculoesqueléticos.

CONSEJOS ANTE LA SOBRECARGA DE TRABAJO

En el lugar de trabajo aprender a gestionar el estrés correctamente es fundamental. Al organizar la carga de trabajo se deben priorizar las tareas de forma efectiva y planificar la jornada laboral determinando los momentos de mayor concentración para abordar las tareas de manera acorde. No hay que olvidar llevar a cabo una tarea a la vez y descansar regularmente para seguir trabajando adecuadamente.

En el ámbito personal, la OMS en su guía: *En tiempos de estrés, haz lo que importa: una guía ilustrada*[1]; enseña habilidades prácticas que nos permiten lidiar con el estrés. Es importante:

- **Seguir una rutina diaria:** realizar una serie de actividades cada día nos puede ayudar a sentir que controlamos mejor nuestra vida y a ser más eficaces. Así, podemos programar momentos para comer, pasar tiempo con la familia, hacer las tareas cotidianas y practicar ejercicio físico u otras actividades de ocio.

- **Dormir lo suficiente:** es importante para cuidar el cuerpo y la mente. El sueño repara, relaja y revitaliza nuestro organismo y nos ayuda a hacer frente a los efectos del estrés. La higiene del sueño consiste en:
  - Ser constante: acostarse cada noche a la misma hora y levantarse cada mañana también a la misma hora, incluso los fines de semana.
  - Si es posible, el lugar donde se duerme debe ser tranquilo, oscuro y relajante, y se debe mantener a una temperatura agradable.
  - Limitar el uso de aparatos electrónicos como el televisor, las computadoras y los teléfonos inteligentes antes de dormir.
  - No comer en exceso ni tomar bebidas con alcohol o con cafeína antes de la hora de acostarse.
  - Hacer ejercicio físico. La actividad física durante el día puede ayudar a conciliar el sueño con más facilidad por la noche.
- **Mantener el contacto con los demás:** hable con sus familiares y amigos y, explique sus preocupaciones y sus sentimientos. Mantenerse en contacto con los demás le puede ayudar a sentirse más animado y menos estresado.
- **Llevar una dieta saludable**: todo lo que comemos y bebemos afecta a nuestra salud. Trate de alimentarse de forma equilibrada y de comer a intervalos regulares. Hidrátese bebiendo suficientemente y, si puede, tome abundantes frutas y hortalizas frescas.
- **Hacer ejercicio con regularidad**: hacer ejercicio a diario le puede ayudar a reducir el estrés. Puede tratarse de ejercicios intensos o simplemente de caminar.
- **No pasar demasiado tiempo con las noticias**: ver o leer noticias durante demasiado tiempo en la televisión o en las redes sociales puede causar estrés. Si percibe que esta actividad le genera estrés, reduzca el tiempo que le dedica.

¿PUEDE EL ESTRÉS DESENCADENAR PROBLEMAS GRAVES DE SALUD?

Cuando una persona está estresada en el organismo se producen determinados cambios fisiológicos que condicionan la secreción de hormonas como la adrenalina y el cortisol.

El cortisol ayuda a regular muchas de las funciones naturales del cuerpo: el sueño, el peso, la presión arterial y el nivel de azúcar en la sangre. Sin embargo, los niveles de cortisol permanentemente elevados en el tiempo pueden generar inflamación y un recuento más bajo de glóbulos blancos, lo que pueden debilitar el sistema inmunológico.

El impacto del estrés en la salud puede ser significativo tanto en el aspecto físico como en el emocional, apareciendo con más frecuencia: resfriados, gripe, virus y otras enfermedades, depresión y ansiedad, fatiga, dolor de cabeza, problemas cardíacos, insomnio o sueño interrumpido, irritabilidad, comer en exceso, dolor, problemas gastrointestinales, abuso de sustancias y dificultad en la concentración.

Si habiendo tomado medidas para controlarlo continúan los síntomas de estrés, se debe acudir al médico. Es posible que sea necesario descartar si hay otras posibles causas; pero lo importante es

1. *En tiempos de estrés, haz lo que importa: una guía ilustrada [Doing what matters in times of stress: an illustrated guide].* Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Cómo vencer la carga mental

Efectivamente, la carga de trabajo mental es un concepto que se utiliza para referirse al conjunto de tensiones inducidas en una persona por las exigencias del trabajo intelectual que realiza. Cuando la carga de trabajo es excesiva, aparece la fatiga mental que se define como la disminución de la eficiencia funcional mental y física. Esta se manifiesta mediante una impresión sensorial de cansancio y una peor relación esfuerzo/resultado con mayor frecuencia de errores. Por eso, hacer pausas de descanso en el trabajo permite potenciar la parte creativa y además ser más resolutivos.

Resaltamos algunos de los beneficios del descanso durante la jornada laboral:

- Tomar un pequeño descanso, bien sea para socializar o tomar un tentempié, ayuda a que la mente se relaje, se despeje y se recargue de energía.
- Descansar permite tomarse un respiro y que los niveles de estrés y agobio se reduzcan. Esto posibilita retomar la concentración y la tranquilidad mental.
- Desconectar unos minutos ayuda a recuperar fuerzas y seguir la jornada.
- Es conveniente cada hora de trabajo levantarse y dar un paseo, incluso si se puede un estiramiento. Lo que mejorará la concentración y por ende, la productividad.
- Contribuye a socializar con los compañeros de trabajo y así fortalecer las relaciones interpersonales y crear un ambiente laboral más saludable.

Los trastornos musculoesqueléticos (TME) son una de las dolencias de origen laboral más habituales, que afectan a millones de trabajadores en toda Europa

recibir ayuda para encontrar las fuentes del estrés y nuevos medios para afrontar situaciones difíciles.

LOS TRASTORNOS MUSCULO ESQUELÉTICOS RELACIONADOS CON EL TRABAJO SON EL PROBLEMA DE SALUD MÁS COMÚN DE LOS PAÍSES EUROPEOS. ¿QUÉ FACTORES LOS PROVOCAN?

Efectivamente la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo informa que los trastornos musculoesqueléticos (TME) son una de las dolencias de origen laboral más habituales, que afectan a millones de trabajadores en toda Europa.

Los TME de origen laboral son alteraciones que sufren estructuras corporales: músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, nervios, huesos y el sistema circulatorio, causadas o agravadas fundamentalmente por el trabajo y los efectos del entorno en el que este se desarrolla. La mayor parte de los TME son trastornos acumulativos resultantes de una exposición repetida a los factores que los ocasionan, desarrollándose con el tiempo.

Por lo general, estos trastornos, a menudo, son el resultado de combinar varios factores de riesgo, como factores físicos y biomecánicos, factores organizativos y los psicosociales, así como factores individuales.

Nos parece importante destacar los factores de riesgo físicos y biomecánicos:

- La manipulación de cargas, especialmente al flexionar o girar el cuerpo

¿Qué posturas son las más adecuadas para las personas que trabajan largas jornadas delante de un ordenador?

Fuente: https://www.uv.es/preven/Prevencio/Salut_Documentacio/Pantallas_visualizacion_datos.PDF

- Los movimientos repetitivos o enérgicos.
- Las posturas forzadas y estáticas.
- Las vibraciones, mala iluminación o los entornos de trabajo a temperaturas bajas.
- El trabajo a un ritmo rápido.
- Una posición sentada o erguida durante mucho tiempo sin cambiar de postura.

¿DÓNDE SE LOCALIZAN LAS PRINCIPALES LESIONES?

Los TME relacionados con el trabajo afectan principalmente a la espalda, el cuello, los hombros y las extremidades –tanto superiores como inferiores– y se incluye en ellos cualquier daño o trastorno de las articulaciones u otros tejidos. Los problemas de salud varían desde molestias y dolores leves hasta enfermedades más graves que requieren baja por enfermedad o tratamiento médico. En los casos crónicos estos trastornos pueden llegar a provocar discapacidad.

RECOMENDACIONES PARA PUESTOS SEDENTARIOS

Evidentemente, el trabajo sedentario supone ciertas dificultades a la hora de llevar una vida más o menos activa y es, precisamente esta razón, la que nos lleva a dar una serie de recomendaciones que van a venir muy bien a los que desarrollan este tipo de trabajo.

El principal problema es el tiempo que estamos en la misma postura. Nuestros músculos, articulaciones y tejidos necesitan el movimiento para estar bien. El movimiento permite que nuestras articulaciones y músculos no pierdan rangos articulares, que nuestras articulaciones se nutran y que nuestros músculos y huesos se fortalezcan.

Por el contrario, la posición estática hace que esos músculos y articulaciones se acomoden a esas posturas y luego les cueste más restablecer lo que antes era normal. Aparecen cambios tisulares que cada vez va a costar más cambiar.

Por todo esto es importante que intentemos evitar esa posición estática durante mucho tiempo seguido.

Los siguientes consejos podemos convertirlos en hábitos que nos ayudarán a que el trabajo sea menos sedentario y perjudicial:

- **Caminar durante la jornada laboral:** levantarse de la silla cada hora para estirar las piernas y realizar pequeños paseos por la oficina activa la musculatura de las piernas.
- **Subir por las escaleras y evitar el ascensor:** con esta práctica se reduce el perímetro de la cintura, la grasa acumulada y se disminuye el colesterol.
- **Rebajar la tensión de los hombros:** con un sencillo ejercicio que consiste en entrelazar los dedos y elevar los brazos por encima de la cabeza, manteniendo la postura durante un mínimo de 15 segundos.
- **Elevar los pies:** tener un reposapiés para poder levantar los pies garantiza una buena prevención de posibles dolores de espalda.
- **Hacer estiramientos antes de empezar la jornada y al finalizar**: realizar estiramientos antes de sentarse en el lugar de trabajo, prepara al cuerpo para aguantar las primeras horas.
- **Abdomen fuerte:** contraer el ombligo hacia adentro y levemente hacia arriba nos ayuda a activar y fortalecer la pared abdominal.
- **Mantener una postura adecuada:** espalda recta, pies apoyados en el suelo y mantener las rodillas al mismo nivel o por encima de las caderas.
- **Caminar lo máximo posible:** en caso de salir de la oficina (reuniones, comidas, etc.), se recomienda andar lo máximo posible y evitar utilizar el coche, siempre que la distancia lo permita. •••

Delante del ordenador: consejos para la vista

La fatiga visual es una modificación funcional, de carácter reversible, debida a un esfuerzo excesivo del aparato visual. Los síntomas se sitúan a tres niveles:

- **Molestias oculares:** sensación de tener algo en los ojos, tensión, pesadez palpebral, picores, quemazón, necesidad de frotarse los ojos, somnolencia, escozor ocular, aumento del parpadeo...
- **Trastornos visuales:** visión borrosa de caracteres que se perciben en la pantalla.
- **Síntomas extraoculares:** cefaleas, vértigos y sensaciones de desasosiego y ansiedad, molestias en la nuca y en la columna vertebral.

Las recomendaciones más aconsejables para prevenir la fatiga visual consisten en:

- Utilizar una pantalla de buena calidad y situarla de forma ergonómica. La pantalla del ordenador debe hallarse por debajo de la línea de los ojos y a una distancia de entre 50 y 65 centímetros en función de su tamaño y de las condiciones visuales y que resulte confortable.
- Orientar su puesto de trabajo de manera que quede situado paralelamente a las ventanas.
- Utilizar correctamente las cortinas o persianas en función de la hora del día con el fin de obtener un ambiente de luz confortable.
- La mesa o superficie donde se coloque el monitor de la pantalla debería tener una profundidad suficiente para permitir al usuario colocarla a la distancia de sus ojos que le resulte más confortable.

En cuanto a la pantalla hay que:

- Regular el brillo y el contraste y ajustarlos hasta conseguir las condiciones que le resulten más confortables.
- Los correspondientes controles deben permitir el ajuste del tamaño de los caracteres de los textos para conseguir una cómoda lectura.
- Mantenga limpia la pantalla y, en su caso, el filtro antirreflejo.
- Realizar pequeñas pausas periódicas para prevenir la fatiga visual y, si es posible, alterne el trabajo en pantalla con otros que supongan menor carga visual.
- Consultar a su médico ante la presencia de síntomas o molestias en los ojos o la vista, y **acudir a revisiones visuales periódicas** para asegurarnos de que la prescripción de nuestras gafas o lentes de contacto es la correcta.
- En las tareas que requieran alternar la visualización de la pantalla con la lectura frecuente de documentos impresos se hace necesario el empleo de un atril. Este atril debería colocarse junto a la pantalla, con el fin de limitar los movimientos de la cabeza y de los ojos del usuario.

Realizar ejercicios de relajación de la vista, por ejemplo:

- Contemple de vez en cuando escenas lejanas.
- Ejercicios de "palmeado" (colocar las palmas de las manos sobre los ojos, manteniéndolos abiertos y sin tocar los párpados, y permanecer así 20 o 30 segundos, sin ver ninguna luz).
- Parpadear de forma consciente, manteniendo los ojos cerrados durante medio segundo antes de abrirlo de nuevo.
- Realizar círculos en los ojos: sentarse con la espalda recta y, sin mover la cabeza, mirar a la derecha. A partir de ahí mover la mirada lentamente hacia el techo, luego a la izquierda y hacia abajo.
- Enfocar a diferentes distancias: situarse frente a una ventana y colocar un *post-it* a la altura de los ojos. Durante un minuto, enfocar de forma alternativa el *post-it* y otro objeto en el exterior (como una farola u otro edificio). También se puede realizar la regla 20-20-20. Cada 20 minutos se debe mirar fuera de la zona de trabajo por 20 segundos y enfocar algo que se encuentre a unos 6 metros.

La poesía de las estrellas

La certificación de Destino Starlight, creada por La Fundación Starlight y avalada por la UNESCO, cataloga los mejores cielos del planeta para la observación astronómica, entre los que España es una referencia mundial. Esta ruta invita a conocer los mejores lugares para contemplar las estrellas dentro del territorio nacional.

Mª José Prieto / Fotos: Fundación Starlight

La delicada música de Vangelis suena en un estudio que simula una nave espacial. De espaldas, Carl Sagan contempla maravillado el universo sembrado de estrellas. "Ese punto azul en la inmensidad es la Tierra", evoca el profesor con su voz calmada. *Cosmos* ha sido el programa de ciencia más visto de la historia de la televisión. Hoy, algo así parece impensable.

El divulgador fue un visionario que observó el espacio con los ojos de un niño. Muy pocos han logrado acercar la ciencia a la calle. Y casi nadie ha conseguido que un programa científico paralice la vida de un país como si se tratara de una final de fútbol o de la Super Bowl. Impresiona.

De lo que no cabe duda es que Sagan contribuyó a disfrutar del lenguaje científico. Lo vistió de poesía. "El ser humano no es importante para el universo", decía. "Cuando miras las estrellas, lo importante no eres tú, son las estrellas", explicaba. En ese inconmensurable escenario, lo verdaderamente trascendental de *Cosmos* fue la capacidad de provocar el asombro. Desde entonces, la generación de Sagan ya no mira al cielo de la misma manera.

Precisamente, los destinos Starlight invitan a contemplar las estrellas. Son escenarios que reúnen condiciones inmejorables para la observación del firmamento como parte de su patrimonio natural, paisajístico, cultural o científico.

TENERIFE

Reserva Starligh de El Teide

El Teide se convirtió en enero de 2014 en el primer lugar Patrimonio de la Humanidad catalogado como Destino Turístico Starlight. Desde Tenerife es posible observar 83 de las 88 constelaciones oficialmente reconocidas. En verano tiene lugar uno de los fenómenos más espectaculares de la astronomía ya que es posible contemplar la banda plateada de estrellas que conforman la Vía Láctea.

Fotos cedidas por Turismo de Tenerife

SORIA

Es desde 2023 la primera provincia de España convertida en espacio natural protegido. La función principal de una Reserva Starlight es la preservación de la calidad del cielo nocturno y de los diferentes valores asociados, ya sean culturales, científicos, astronómicos, paisajísticos o naturales.

"Los destinos Starlight son escenarios que reúnen condiciones inmejorables para la observación del firmamento como parte de su patrimonio natural, paisajístico, cultural o científico"

JAÉN

Reserva Starlight de la Sierra Sur

En 2014 obtuvo la certificación de Destino y Reserva Starlight, avalando así las excelentes condiciones de iluminación natural y nitidez que lo convierten en un lugar idóneo para la contemplación de las estrellas. Un total de diez municipios pueden presumir de unas vistas inmejorables. En la aldea de La Pedriza, a 8 km de Alcalá la Real, se encuentra el Observatorio Andaluz de Astronomía, con unas instalaciones de primer orden para la observación y divulgación astronómica.

TERUEL

Destino y reserva Starlight de Gúdar-Javalambre

La comarca de Gúdar-Javalambre obtuvo la doble calificación de Destino y Reserva Starlight en 2016. El territorio comprende 23 municipios y preserva un excepcional cielo estrellado y limpio de contaminación lumínica. Estas condiciones han propiciado la construcción de uno de los observatorios más importantes de España: el Observatorio Astrofísico de Javalambre, ubicado en El Pico del Buitre. En sus proximidades se encuentra el edificio Galáctica, un centro de difusión y práctica de la Astronomía promovido por el Centro de Estudios de Física del Cosmos de Aragón, que cuenta con instalaciones para visitas científicas, divulgativas y de educación cultural y ambiental.

GREDOS

Destino Turístico Starlight Sierra de Gredos

El cielo de la sierra de Gredos preserva unas condiciones extraordinarias para la observación astronómica y la astrofotografía. Fue declarado Destino Starlight en 2013, una distinción con la que no solo se pretende proteger el cielo, sino también fomentar el desarrollo turístico sostenible.

CÁCERES

Parque Nacional de Monfragüe, Cáceres

Es el primer Destino Turístico Starlight de Extremadura, concedido en el año 2016. El espacio es un paraíso para los amantes de las aves y un extraordinario ejemplo de dehesa, uno de los ecosistemas más emblemáticos de la España mediterránea. La oscuridad del cielo, la buena climatología y la transparencia atmosférica fueron imprescindibles para ganar la merecida catalogación.

CUENCA

Parque Astronómico de la Serranía de Cuenca

El Parque Astronómico de la Serranía Conquense está inmerso en el Parque Natural de la Serranía de Cuenca, un lugar que destaca por su impactante riqueza natural. Resulta espectacular vislumbrar las estrellas entre las formaciones calizas de la Ciudad Encantada, un capricho esculpido por la naturaleza que ha recreado en la roca un paraje urbanístico.

LA RIOJA

Valles de Leza, Jubera, Cidacos y Alhama, (La Rioja)

La Reserva de la Biosfera de la Rioja ubicada en los valles del Leza, Jubera, Cidacos y Alhama, fue reconocida en 2012 como el primer espacio natural de España en recibir la certificación Destino Turístico Starlight, por las aptitudes del cielo nocturno y sus recursos naturales y culturales vinculados al turismo astronómico. Este hermoso paisaje de valles verdes y espesos bosques ampara especies protegidas como el buitre leonado que circunda el cielo con su majestuoso vuelo.

CÓRDOBA

Reserva Starlight de Los Pedroches (Córdoba)

Los Pedroches fue declarada Reserva Starlight en 2016, confirmando así la calidad del cielo de esta comarca situada al norte de la provincia de Córdoba. El área cuenta con numerosos puntos para observar las estrellas, entre los que destacan parques periurbanos, ermitas o antiguas minas que se distribuyen por diecisiete municipios. Los cielos poseen, entre otras cualidades, una extraordinaria oscuridad y limpieza.

GRANADA

Centro de Interpretación del Cielo de Gorafe

El Centro de Interpretación del Cielo (CIC) de Gorafe, en la provincia de Granada, es un complejo de 600 m^2 con una plaza pública en la que se realizan actividades astronómicas y eventos de astroturismo. Este Parque Estelar Starlight tiene un horizonte despejado de 360º, lo que permite contemplar la calidad del cielo sin perturbaciones.

LLEIDA

Destino y reserva Starlight del Montsec (Lleida)

La sierra del Montsec, situada en el Prepirineo catalán, fue en los años noventa un lugar pionero en la observación astronómica. La baja pluviometría, un porcentaje elevado de noches despejadas, la buena estabilidad de las imágenes y, sobre todo, la constatación de su baja contaminación lumínica, lo acreditan actualmente como el mejor cielo de Catalunya y uno de los mejores del mundo.

GALICIA

El Parque Nacional Illas Atlánticas de Galicia ofrece noches espectaculares para la contemplación del cielo estrellado. En la Costa da Morte se puede vivir el último atardecer de la Europa continental, además de ser un lugar lleno de leyendas. El Destino Starlight Trevinca de Orense es ideal para contemplar las lluvias de estrellas de las Perseidas en agosto y de las Gemínidas en diciembre. También Muras, al norte de la provincia de Lugo, es un lugar idóneo para disfrutar del astroturismo. La Sociedade Galega de Historia Natural organiza actividades astronómicas periódicamente en el municipio para contemplar el cielo y hacer astrofotografía. Lalín es cuna de la historia astronómica de Galicia. Entre sus Hijos Ilustres está el astrónomo Ramón M.ª Aller que puso en marcha el Observatorio de Lalín, base para fundar el Observatorio de la Universidad de Santiago de Compostela. La Reserva de Biosfera Mariñas Coruñesas, en A Coruña, es el primer destino de ecoturismo certificado de Galicia y desarrolla diferentes actividades starlight •••

Fotos cedidas por Turismo de Tenerife

Centenario de Franz Kafka

Encuentro entre dos genios

Este año se conmemora el centenario de la muerte de Franz Kafka (1883-1924), un escritor extraordinario y figura insustituible de la literatura universal. Doctorado en Derecho y empleado de una compañía de seguros, fue dueño de una vida modesta y discreta que contradecía la valentía de sus relatos. FK fue un gigante literario atrapado en un caparazón enfermizo. La novela El proceso *es una de sus obras más sublimes. Un asunto judicial que cautivó a otro grande del séptimo arte, Orson Welles, a quien fascinó el relato kafkiano como si fuera una revelación mesiánica.*

En Kafka la escritura se rompe. El sentido lineal de causa-efecto adquiere en sus textos la rebeldía del absurdo. Todo revela un matiz extraño. A Josef K. le toca comparecer ante la autoridad judicial. Lo han acusado formalmente no se sabe de qué. Y nunca lo sabremos.

La literatura de Kafka sigue hipnotizando. Incluso para aquellos que lo revisan de nuevo y, sobre todo, para los que lo descubren hoy. El escritor que vivió dentro de sus libros dio un vuelco a la literatura. Su ritmo sigue latiendo, nadie ha podido superarle. Cuenta también con el beneplácito de tener su propio adjetivo "kafkiano" al que se recurre para denominar una situación descabellada. Muy pocos gozan de esta posesión.

Este año se cumple el centenario de su muerte. Una conmemoración que invita a acercarnos a una obra inconmensurable. Al misterio. Una palabra que evoca su propia vida. La infancia con un padre que le castigaba en el balcón cuando lloraba. Esa fue la sopa del absurdo. ¿Cuál es la relación entre llorar y salir al balcón? Lo que para muchos es un sinsentido, se convirtió en Kafka en los pilares de la realidad. Asumió que llorar era salir al balcón. ¿Ilógico? No para Kafka.

El escritor nació en una familia judía checo-alemana. La madre pertenecía a la burguesía judía alemana y el padre al proletariado judío rural checo. El tejido en el que se gestó la literatura de esa época se componía de Reiner Maria

Rilke, Gustav Meyrink, Karl Kraus, Max Brod, Egon Erwin Kisch, entre otros, además de personalidades como el compositor Gustav Mahler, Sigmund Freud o Albert Einstein.

Praga fue la ciudad en la que pasó la mayor parte de su vida, sobre todo en la Ciudad Vieja. Una urbe que fue como su cárcel. De ella decía que «la madre Praga tiene unas garras que no te sueltan nunca». Esas sensaciones fueron las que le convirtieron en escritor. Mejor dicho, nació escritor. Porque en Kafka hay una disolución química entre escribir y vivir.

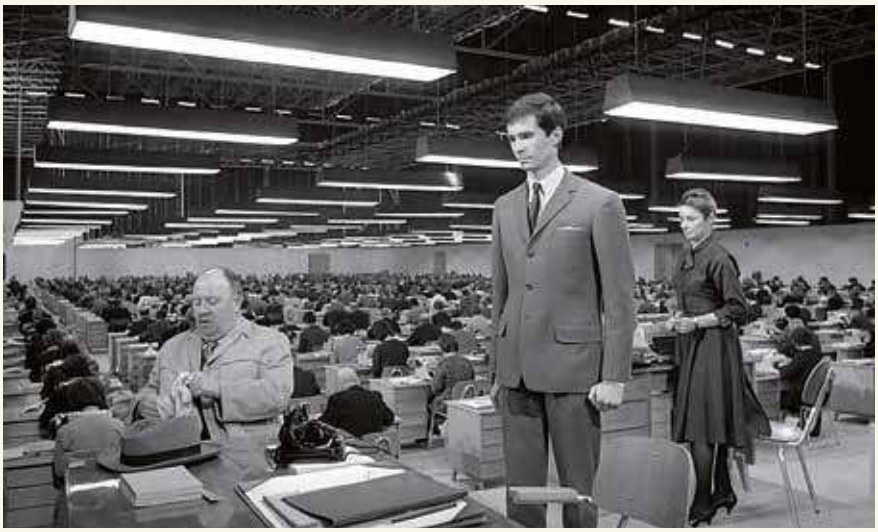
La atmósfera insólita que rellena las páginas de *El proceso* cumple la misión de la irrealidad, pero al mismo tiempo, nos resulta inquietantemente familiar. Su prosa es impecable, clara, excepcional, al igual que el lenguaje jurídico, en el que se movía como pez en el agua debido a su formación en Derecho. En sus libros todo debía quedar desgranado y peritado minuciosamente.

LA LÓGICA DE UN SUEÑO

¿Qué une a un escritor como Kafka con Orson Wells? La adaptación de *El proceso* sigue siendo una de las obras maestras del cine, una genialidad que fusiona el imaginario del checo con el barroquismo del americano. Cuando Kafka murió, Orson Welles tenía nueve años. En 1922 apareció por primera vez la traducción en lengua inglesa de *The trial.* Welles se rindió a sus pies. El director siempre confesó su pasión por el teatro y si algo tenía *El proceso* era esencia teatral, ese espacio que solo puede resolverse sobre el escenario. Por esta razón, Welles siempre consideró *El proceso* como su mejor película. Era un vínculo sentimental. Un lazo irrompible. Durante su rodaje gozó de absoluta libertad tanto en la dirección como en el montaje.

En el libro de Peter Bogdanovich *Ciudadano Welles,* el autor discrepaba de la admiración de su amigo por la película. En cualquier caso, le gustara o no, era la interpretación personal de Welles sobre Kafka. Era su Kafka. Y así lo veía mientras lo leía.

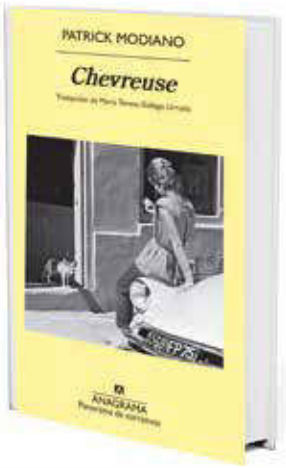
La inconfundible voz de Welles concluye la presentación de la película como realmente la concibió: «This tale is told during the story called *The Trial.* It's been said that the logic of this story is the logic of a dream… a nightmare». (Esta historia se narra en una novela titulada *El proceso.* Debemos decir que la lógica de esta historia es la lógica de un sueño... o de una pesadilla). El barroquismo de Welles frente a la limpieza funcional de Kafka. Una obra que se fusiona y se define a sí misma de manera magistral. No cabe duda de que el checo encontró la horquilla perfecta para asirse al relato cinematográfico. •••



Lectura

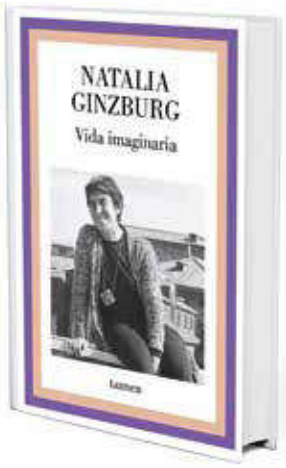
Ernaux A. (2023).
El hombre joven.
Madrid: Cabaret Voltaire.

La escritura de Ernaux refulge como un relámpago en la oscuridad. Es el modelo de una vida entregada al arte de escribir, vista como una consecuencia de la cordura que implica ordenar los pensamientos. En sus obras, las sensaciones son como roer un hueso. Comienza desgarrando la carne con los incisivos hasta llegar a lo más íntimo, a la columna que cobija el sistema nervioso. Annie Ernaux cuenta en estas páginas la relación que mantuvo con un hombre más joven que ella. Una experiencia que la hizo volver a ser, durante varios meses, la «chica escandalosa» de su juventud. Un viaje en el tiempo que le permitió atravesar una etapa decisiva en su escritura.



Modiano P. (2023).
Chevreuse.
Barcelona: Anagrama.

El Premio Nobel sigue fiel a su propósito: escribir un libro al año. En 2023 dio a luz, *Chevreuse,* una criatura a la altura de un autor de esta talla. Es un viaje vital a la infancia, adolescencia y madurez. Episodios que se muestran como islas aisladas pero que de manera conjunta constituyen una historia compacta, aunque sea entre brumas, aunque sea turbia. Recuerdos de una vida sin respuestas, como los personajes de Modiano, esos seres fantasmagóricos que arrastran las cadenas.



Ginzburg N. (2023).
Vida imaginaria.
Barcelona: Lumen.

Lumen sorprende con un nuevo libro de Ginzburg inédito hasta ahora en castellano, que fue publicado por Mondadori en 1974 y que recoge artículos publicados en *La Stampa* y en el *Corriere della Sera*, así como un texto independiente que da título a esta recopilación, «Vida imaginaria». Se trata de una obra reveladora, como es cada uno de los párrafos de la autora, que posee la genialidad de acercarse a lo pequeño para trascender a lo grande. Ginzburg es ella y solo ella. Sin embargo, cada frase, cada impulso, es al mismo tiempo uno de nosotros. En «Vida imaginaria», el único texto nuevo, la autora escarba en su propia niñez: «En los sueños nos vestíamos con ropa nueva y elegante […]. Pero al acabar la infancia, la felicidad nos pareció aburrida». Pese al ritmo melancólico, la autora nos regala esa visión tan inmensa de la vida, capaz de estremecer hasta los rincones más oscuros de la existencia.

Millás J. J. (2023).
Solo humo.
Madrid: Alfaguara.

La consistencia narrativa de Millás es incuestionable. Se mueve entre la niebla de la ficción con la misma destreza que entre los cimientos de la realidad. Una realidad obtusa en la que el narrador es como un pájaro observando un insecto. Su prosa es como la de un entomólogo, analítica y pulcra, descriptiva pero también refulgente. En este libro, Millás vuelve a jugar con lo onírico y lo real, con el brillo cristalino que recorre la lupa científica, observando a los personajes como criaturas fantásticas, como seres que esconden algo y nadan en un espacio onírico donde solo ellos pueden adentrarse. En *Solo humo* lo irreal –los cuentos de hadas, el pensamiento mágico– es la realidad.

Solicitudes de devolución del IRPF 2019-2023 por pensionistas que realizaron aportaciones a Mutualidades

El 28 de febrero de 2023 la Sala de lo Contencioso-Administrativo del Tribunal Supremo dictó la Sentencia N.º707/2023, mediante la que se reconocía el derecho de las personas mutualistas de la Mutualidad Laboral de Banca a reclamar las aportaciones/cotizaciones realizadas a dicha Mutualidad durante los últimos cuatro años, por considerar que las aportaciones realizadas desde el 1 de enero de 1967 hasta el 31 de diciembre de 1978 no fueron susceptibles de deducción en la base imponible del IRPF de acuerdo con la legislación vigente en cada momento.

Por ello, siendo aplicable la Disposición Transitoria Segunda de la Ley 35/2006, de 28 de noviembre, la pensión por jubilación percibida por la Seguridad Social, debe integrarse en la base imponible del impuesto el 75% del importe de prestaciones por jubilación o invalidez percibidas.

Este derecho alcanza a las personas mutualistas que estén comprendidas en el supuesto de hecho anteriormente descrito. Para dar cumplimento a esta Resolución, la Agencia Tributaria ha puesto a disposición un procedimiento de solicitud de devolución de cuotas.

Tanto el formulario de solicitud como la información relativa a este proceso, está a disposición de los interesados a través de la Sede electrónica de la AEAT, en el siguiente enlace: https://sede.agenciatributaria.gob.es/Sede/irpf/mutualistas-solicitudes-devolucion.html •••

Portal corporativo y sede electrónica de MUGEJU

Los portales web de MUGEJU, tanto el portal corporativo como la sede electrónica, son herramientas indispensables para prestar un servicio de calidad, ya que permiten a las personas mutualistas obtener información de interés de manera inmediata y realizar trámites electrónicos sin necesidad de desplazarse a nuestras oficinas.

En el marco de los compromisos adquiridos por MUGEJU en su Plan de Acción 2023, se ha iniciado un proceso de revisión y actualización de ambos portales que se extenderá a lo largo del presente ejercicio. Este proyecto pretende mejorar la información proporcionada para cada trámite, con objeto de hacerlos más claros e intuitivos, así como habilitar en la sede electrónica la posibilidad de realizar determinados trámites que por el momento no se encuentran disponibles.

Por otro lado, desde MUGEJU estamos trabajando en garantizar la accesibilidad de nuestros portales web para permitir a todas las personas usuarias una navegación libre de barreras de tipo técnico. A tales efectos, se ha realizado recientemente una evaluación sobre la accesibilidad de dichos portales y actualmente se está trabajando en la implementación de soluciones tecnológicas que corrijan las deficiencias detectadas. A través de esta iniciativa, se pretende garantizar el acceso a la información en igual-dad de condiciones a todas las personas mutualistas, sin que exista discriminación por motivos de discapacidad, edad u otra índole. •••

PRESTACIONES MUGEJU

PRESTACIÓN SANITARIA

- Cuadros médicos
- Elección de entidad médica
- Cambios de entidad médica
- Acceso a la asist. sanitaria
- Concierto 2022-2024
- Asistencia en el medio rural
- Asistencia en el extranjero
  - Tarjeta sanitaria europea
  - Estancias hasta 120 días y estancias por estudios
  - Estancias de más de 120 días
  - Reintegro de gastos en el extranjero
  - Tratamientos médicos en el extranjero
  - Asistencia sanitaria transfronteriza
- Reclamaciones

PRESTACIÓN FARMACÉUTICA

- Alcance y contenido
- Receta electrónica
- Talonarios de recetas
- Visado de recetas
- Reintegro de gastos de farmacia
- Medicamentos de dispensación hospitalaria
- Hormona de crecimiento
- Deshabituación tabáquica
- Medicamentos que contienen clonazepam

AYUDAS SANITARIAS

- Productos ortoprotésicos
- Ayudas odontológicas, oftalmológicas y otras
- Psicoterapia y logopedia
- Hospitalización psiquiátrica

PRESTACIONES FAMILIARES

- Ayuda por nacimiento o adopción
- Ayuda por parto múltiple
- Ayuda por hijo a cargo con discapacidad

PRESTACIONES POR LESIONES O INCAPACIDAD

- Indemnización por lesiones permanentes
- Subsidios por incapacidad temporal y por riesgo durante el embarazo y la lactancia
- Prestación a jubilados por incapacidad
- Prestación a jubilados con gran invalidez

PRESTACIONES POR JUBILACIÓN

- Subsidio de jubilación
- Pensión de jubilación (sólo para mutualistas del Fondo Especial)

PRESTACIONES POR FALLECIMIENTO

- Ayuda para gastos de sepelio
- Auxilio por defunción *(sólo para mutualistas del Fondo Especial)*
- Pensiones de viudedad y orfandad *(solo para mutualistas del Fondo Especial)*
- Becas de estudios para huérfanos *(solo para mutualistas del Fondo Especial)*

FONDO DE ASISTENCIA SOCIAL

- Ayuda por enfermedad celíaca
- Ayuda por enfermedades crónicas y oncológicas
- Ayuda por estados de extrema necesidad

PLAN DE ATENCIÓN SOCIO-SANITARIA

- Atención a personas mayores
- Atención a personas con discapacidad
- Atención a personas drogodependientes
- Devolución de gastos en material ortoprotésico

MUGEJU

MADRID - SERVICIOS CENTRALES DE LA MUTUALIDAD.

C/ Marques de Duero, nº 7 cerrada temporalmente,
Oficina de Atención al Público : C/ Fuencarral, nº 45 - 6ª planta · 28004 Madrid

DELEGACIONES PROVINCIALES

ALACANT/ALICANTE
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Pardo Gimeno, 43-2ª planta
03007 Alicante Tel. 965693588
mugeju.alicante@justicia.es

ALBACETE
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Avda. de la Mancha, 1
02005 Albacete ▪ Tel. 967596559
mugeju.albacete@justicia.es

ALMERÍA
CIUDAD DE LA JUSTICIA
Carretera de Ronda, 120 - 2ª planta
Bloque A ▪ 04001 Almería
Tel. 600159069
mugeju.almeria@justicia.es

ARABA/ÁLAVA
AUDIENCIA PROVINCIAL
Avda. Gasteiz, 18- 2ª planta
01008 Vitoria ▪ Tel. 945143090
mugeju.alava@justicia.es

ASTURIAS
TRIBUNAL SUPERIOR DE JUSTICIA
Pza. Porlier, s/n
33071 Oviedo ▪ Tel. 985988421
mugeju.oviedo@justicia.es

ÁVILA
JUZGADO DE LO SOCIAL
Plaza de Santa Ana, 2
05001 ÁVILA ▪ Tel. 920359031
mugeju.avila@justicia.es

BADAJOZ
PALACIO DE JUSTICIA
C/ José Caldito Ruiz, s/n Módulo 3, 3.ª planta
06008 Badajoz ▪ Tel. 924284205
mugeju.badajoz@justicia.es

BARCELONA
MUTUALIDAD GENERAL JUDICIAL
Roger de Flor, 62-68 planta baja
08013 Barcelona ▪ Tel. 934883201
mugeju.barcelona@justicia.es

BIZKAIA
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Barroeta Aldamar, 10- 8ª
48001 Bilbao ▪ Tel. 944016455
mugeju.vizcaya@justicia.es

BURGOS
TRIBUNAL SUPERIOR DE JUSTICIA
Paseo de la Audiencia, 10
09003 Burgos ▪ Tel. 947259902
EDIFICIO JUZGADOS (lunes y viernes)
Avda. Reyes Católicos, 51 bis.
09071 Burgos Tel. 947284348
mugeju.burgos@justicia.es

CÁCERES
NUEVO PALACIO DE JUSTICIA
Avda. Hispanidad, s/n
10071 Cáceres ▪ Tel. 927620262
mugeju.caceres@justicia.es

CÁDIZ
AUDIENCIA PROVINCIAL
C/ Cuesta de las Calesas, s/n
11006 Cádiz ▪ Tel. 956282611
mugeju.cadiz@justicia.es

CANTABRIA
COMPLEJO JUDICIAL "LAS SALESAS"
Avda. Pedro San Martín, s/n
39071 Santander ▪ Tel. 942357131
mugeju.santander@justicia.es

CASTELLÓ/CASTELLÓN
CIUDAD DE LA JUSTICIA
Bulevar Blasco Ibáñez, 10 - 2ª planta
12071 Castellón ▪ Tel. 964232080
mugeju.castellon@justicia.es

CEUTA
JUZGADO DE LO CONTENCIOSO ADMINISTRATIVO 2
C/ Plaza de España, 2-2ª planta
51001 Ceuta ▪ Tel. 956525162
mugeju.ceuta@justicia.es

CIUDAD REAL
EDIFICIO NUEVOS JUZGADOS
C/ Eras del Cerrillo, 3- 3ª planta
13071 Ciudad Real ▪ Tel. 926279025
mugeju.ciudadreal@justicia.es

CÓRDOBA
EDIFICIO DE LOS JUZGADOS
Isla de Mallorca, s/n
14071 Córdoba ▪ Tel. 957454874
mugeju.cordoba@justicia.es

CORUÑA, A
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Cigarreras, 1 Ed. Fábrica de Tabacos
15071 A Coruña ▪ Tel. 981151752
mugeju.coruna@justicia.es

CUENCA
AUDIENCIA PROVINCIAL
C/ Gerardo Diego, 8-2.ª planta
16004 Cuenca ▪ Tel. 969247231
mugeju.cuenca@justicia.es

GIPUZKOA
PALACIO DE JUSTICIA
Pza. Teresa de Calcuta, 1
20071 San Sebastián ▪ Tel. 943289072
mugeju.gipuzkoa@justicia.es

GIRONA
PALACIO DE JUSTICIA
Plaça Josep María Lidón Corbí, 1
17071 Girona ▪ Tel. 972942526
mugeju.girona@justicia.es

GRANADA
EDIFICIO JUZGADOS
Pza. Nueva s/n, planta baja
18071 Granada ▪ Tel. 600156492
mugeju.granada@justicia.es

GUADALAJARA
EDIFICIO JUZGADOS
C/ Mirador del Balconcillo, 19
19002 Guadalajara ▪ Tel. 949392720
mugeju.guadalajara@justicia.es

HUELVA
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Alameda de Sudheim, 28-planta baja
21003 Huelva ▪ Tel. 959285467
mugeju.huelva@justicia.es

HUESCA
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Calatayud, s/n – 1ª planta
22071 Huesca ▪ Tel. 974290185
mugeju.huesca@justicia.es

ILLES BALEARS
EDIFICIO JUDICIAL DE SA GERRERIA
Travessa d'en Ballester, s/n planta 3.07002 Palma de Mallorca
Tel. 971725530 – 971725530
mugeju.baleares@justicia.es

JAÉN
PALACIO DE JUSTICIA
C/ Arquitecto Berges, 16
23007 Jaén ▪ Tel. 953266058
mugeju.jaen@justicia.es

LEÓN
EDIFICIO JUZGADOS
C/ Sáenz Miera, 6
24009 León ▪ Tel. 987258866
mugeju.leon@justicia.es

LLEIDA
EDIFICIO JUZGADOS
C/ Canyeret, 5- bajo. 25071 Lleida
Tel. 973700195 ▪ 973705843
mugeju.lerida@justicia.es

LUGO
AUDIENCIA PROVINCIAL
Pza. Avilés, s/n
27002 Lugo ▪ Tel. 982294831
mugeju.lugo@justicia.es

MÁLAGA
CIUDAD DE LA JUSTICIA
C/ Fiscal Luis Portero, s/n 4.ª planta
29010 Málaga ▪ Tel. 677982622
mugeju.malaga@justicia.es

MELILLA
EDIF. V CENTENARIO TORRE NORTE 7.ª
Plaza del Mar, s/n - 5.ª planta
52001 Melilla ▪ Tel. 952698965
mugeju.melilla@justicia.es

MURCIA
CIUDAD DE LA JUSTICIA
Avda. Ciudad de la Justicia, s/n
Edificio Fase I-4ª planta
30011 - MURCIA ▪ Tel. 968229248
mugeju.murcia@justicia.es

NAVARRA
TRIBUNAL SUPERIOR DE JUSTICIA
Plaza Juez Elio, s/n
31011 Pamplona ▪ Tel. 848424038
mugeju.navarra@justicia.es

OURENSE
JUZGADO DE LO SOCIAL N.º 4
Edificio Solaina ▪ C/ Velázquez, s/n
32002 Ourense ▪ Tel. 988687419
Mugeju.Orense@justicia.es

PALENCIA
AUDIENCIA PROVINCIAL
Plaza de los juzgados s/n
34001 Palencia ▪ Tel. 979167701-02
mugeju.palencia@justicia.es

PALMAS, LAS
EDIFICIO JUZGADOS
C/ Málaga, 2, Torre 3, planta 1.ª
35016 LAS PALMAS ▪ Tel. 928429980
mugeju.laspalmas@justicia.es

PONTEVEDRA
AUDIENCIA PROVINCIAL
C/ Rosalía de Castro, 5
36001 Pontevedra ▪ Tel. 986803961
mugeju.pontevedra@justicia.es

RIOJA, LA
TRIBUNAL SUPERIOR DE JUSTICIA
C/ Marqués de Murrieta, 45-47. 1ªp.
26071Logroño ▪ Tel. 941 29.63.62
mugeju.logrono@justicia.es

SALAMANCA
PALACIO DE JUSTICIA
Pza. de Colón, 8
37001 Salamanca ▪ Tel. 923260512
mugeju.salamanca@justicia.es

SANTA CRUZ DE TENERIFE
PALACIO DE JUSTICIA
Avda. 3 de Mayo, 3. 38003 SANTA CRUZ DE TENERIFE ▪ Tel. 922349552
mugeju.santacruzdetenerife@justicia.es

SEGOVIA
AUDIENCIA PROVINCIAL
Avda. Gerardo Diego, 3
40006 Segovia ▪ Tel. 921462891
mugeju.segovia@justicia.es

SEVILLA
EDIFICIOS JUZGADOS
C/ Menéndez Pelayo, 2 - 1ª planta
41004 Sevilla ▪ Tel. 954538366
mugeju.sevilla@justicia.es

SORIA
AUDIENCIA PROVINCIAL
C/ Aguirre, 3
42002 Soria ▪ Tel. 975 23.47.03
mugeju.soria@justicia.es

TARRAGONA
Avda. Roma, 7 - bajo entrada por Pasaje Mas del Po
43005 Tarragona ▪ Tel. 977239829
mugeju.tarragona@justicia.es

TERUEL
AUDIENCIA PROVINCIAL
Pza. San Juan, 6
44001 Teruel ▪ Tel. 978647508
mugeju.teruel@justicia.es

TOLEDO
EDIFICIO JUZGADOS
C/ Marqués de Mendigorría, 2
45003 Toledo ▪ Tel. 925253052
mugeju.toledo@justicia.es

VALÈNCIA/VALENCIA
CIUDAD DE LA JUSTICIA
Avda. Profesor López Piñero, 14
46071 Valencia ▪ Tel. 961927217
mugeju.valencia@justicia.es

VALLADOLID
TRIBUNAL SUPERIOR DE JUSTICIA
C/ Angustias, 21
47071 VALLADOLID ▪ Tel. 983413229
mugeju.valladolid@justicia.es

ZAMORA
PALACIO DE JUSTICIA
C/ San Torcuato, 7
49071 Zamora ▪ Tel. 980559706
mugeju.zamora@justicia.es

ZARAGOZA
EDIFICIO JUZGADOS
Avda. José Atarés, 89-97, Esc. E, 1ª p. 1ª
50018 Zaragoza Tel. 976208286
mugeju.zaragoza@justicia.es

MUGEJU