

# Iglesia en Jaca

## Realidad social

# Las personas solas, retos de salud

### Redacción

**La soledad y el aislamiento del ser humano siguen siendo en la realidad social actual un tema de una reflexión profunda, no solo para los filósofos y pensadores, sino también para los profesionales de la salud. Muchos investigadores del ámbito de la salud están elaborando estudios para comprender qué relación existe entre la soledad y la salud integral de las personas.**

Ciertamente es muy difícil diagnosticar la soledad, tanto en la esfera médica como la psicológica. Se puede constatar que una persona puede sentirse sola aunque esté rodeada de gente, pues es una cuestión muy subjetiva. Hay personas que viven solas apartadas del mundo y son muy felices, mientras que otros que están relacionándose con los demás se deprimen.

### DEFINICIÓN DE SOLEDAD

Medicamente se suele definir la soledad como la discrepancia entre las relaciones sociales que se desean tener y las que se tienen en realidad. Hay varios estudios que han confirmado que la soledad tiene efectos en la salud, tanto física como mental de las personas. Para estos investigadores, estar conectados con otros socialmente es considerado una necesidad humana fundamental, es decir, crucial para el bienestar y la propia supervivencia.

La soledad es un factor de riesgo, ya que si una persona vive y se percibe sola es más fácil que su calidad de vida disminuya considerablemente. Cuando se vive aislado, en soledad o no está integrado



*La soledad también se da en los niños.*

socialmente, la calidad de vida se deteriora y las enfermedades atacan: debilitación del sistema inmunológico, aumento del estrés, aumento del cansancio incluso después de dormir las horas correctas. El proceso degenerativo se incrementa si no se tienen vínculos sociales. La soledad es un tema de salud pública que puede conducir a la depresión y los trastornos de ansiedad, así como los intentos de suicidio.

### EL APOYO DE LOS DEMÁS

Una persona que sufre soledad tiene que lidiar con avatares de la vida cotidiana y puede tener la sensación de no poder con ellos, ya que siente que no tiene apoyo de parte de los demás. No establecer vínculos con otras personas tiene un impacto en cualquier aspecto de su vida: en el trabajo, salud

física, bienestar emocional, hasta llegar a tener la sensación de que no se tiene nada.

A cualquier franja de edad, las personas más solas son las que se sienten más depresivas. La vulnerabilidad que puede crear ciertas situaciones patógenas junto al empobrecimiento de los recursos y esfuerzos sociales, familiares y culturales puede llevar a sentir y experimentar una cierta sensación de soledad.

Como decíamos antes, la soledad puede tener correlaciones negativas hacia la salud, que pueden derivar en procesos psicósomáticos. En el plano físico tiene como consecuencia debilitar el sistema inmunológico, lo que agrava el riesgo de sufrir ciertas patologías. En el plano psicológico tiene influencia en la disminución de la autoestima y esto puede llevar a situaciones

depresivas, adicciones a drogas, e incluso al suicidio. En el plano social, la soledad tiene repercusiones sobre algunas conductas que pueden llevar a una exigencia de satisfacción de algunas necesidades no cubiertas.

A medida que aumenta la vulnerabilidad debido a la situación de enfermedad puede aumentar el riesgo de soledad, o darse el caso que la persona enferma pueda empeorar por no tener apoyos en el proceso de enfermedad.

Los agentes de pastoral deben esmerarse en acercarse a la comunidad cristiana a estas personas y sus familias, para poder responder a sus exigencias y necesidades a través de la visita y el apoyo persona y espiritual. De manera particular, podría ser muy valiosa la participación del voluntariado.

## La Palabra

### Evangelio

# Los vio y se compadeció

Domingo XVI del Tiempo Ordinario  
Mc 6, 30-34

Los apóstoles volvieron a reunirse con Jesús, y le contaron todo lo que habían hecho y enseñado. Él les dijo: «Venid vosotros a solas a un lugar desierto a descansar un poco». Porque eran tantos los que iban y venían, que no encontraban tiempo ni para comer. Se fueron en barca a solas a un lugar desierto.

Muchos los vieron marcharse y los reconocieron; entonces de todas las aldeas fueron corriendo por tierra a aquel sitio y se les adelantaron. Al desembarcar, Jesús vio una multitud y se compadeció de ella, porque andaban como ovejas que no tienen pastor; y se puso a enseñarles muchas cosas.

El comentario por Juan Pablo Ferrer

## ¡Venid... a descansar un poco!

Los Doce han ido de “dos en dos” por toda la Galilea y a la vuelta de esta misión, después de contar su primera experiencia misionera a Jesús, este les propone un tiempo de descanso.

El descanso en Israel, especialmente en día de sábado, tenía la función de despertar la fe en la intervención de Dios en la historia. Era un tiempo para contemplar cómo Dios actúa en la vida de los hombres y para evitar que estos se creyeran los únicos protagonistas del mundo.

Del mismo modo, el descanso propuesto por Jesús después de la acción misionera de los discípulos tiene también, entre otros, este sentido: reconocer que la misión es obra fundamentalmente de Dios, no solo del “apóstol”, por grande que sea su personalidad y experiencia religiosa. Él apóstol se caracteriza por la acción de Jesús sobre él. Jesús es quien le llama, quien

le transforma y quien le envía. Por eso, el apóstol no habla por sí mismo, sino en nombre de Jesús. No se predica ni hace propaganda de sí mismo, sino de Cristo.

Además, el apóstol deja que él y su Espíritu Santo intervengan en su trabajo y su sudor. El descanso contemplativo y orante en medio de la acción apostólica o misionera es tiempo para dejarle a Dios ser Dios y para reconocer su actuar en la historia, ver cómo la transforma en obra de salvación.

Pero este descanso misionero no es un fin en sí mismo. Ante la urgencia de tantos que no encuentran sentido a su existencia, Jesús comparte con los Doce su pasión por su pueblo y su ternura desbordante en favor de los descorazonados de todos los tiempos, pasión y ternura que impedirán siempre que los “discípulos misioneros” se encierren en sí mismos.

### Palabra de Dios para la semana

■ 11 DOMINGO. XV del Tiempo Ordinario (Tercera semana del salterio). - Am 7, 12-15. - Sal 84. - Ef 1, 3-14. - Mc 6, 7-13. ■ 12 LUNES. Feria. (En Zaragoza, San Ignacio-Clemente Delgado. MO). - Éx 1, 8-14. 22. - Sal 123. - Mt 10, 34 — 11, 1. ■ 13 MARTES. Feria. - Éx 2, 1-15a. - Sal 68. - Mt 11, 20-24. ■ 14 MIÉRCOLES. Feria. - Éx 3, 1-6. 9-12. - Sal 102. - Mt 11, 25-27. ■ 15 JUEVES. San Buenaventura. MO. - Éx 3, 13-20. - Sal 104. - Mt 11, 28-30. ■ 16 VIERNES. B. V. M. del Monte Carmelo. MO. - Éx 11, 10 — 12, 14. - Sal 115. - Mt 12, 1-8. ■ 17 SÁBADO. Memoria de Santa María. (En Zaragoza, aniversario de la ordenación episcopal de Mons. Vicente Jiménez Zamora, arzobispo emérito). - Éx 12, 37-42. - Sal 135. - Mt 12, 14-21.

## Carta del obispo

# Hágase tu voluntad

D. Julián Ruiz Martorell

Obispo de Jaca



Queridos hermanos en el Señor: Os deseo gracia y paz. Cuando rezamos: “Hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo”, recordamos que la voluntad de nuestro Padre es “que todos los hombres se salven y lleguen al conocimiento de la verdad” (1 Tim 2,4). El mandamiento de Jesucristo manifiesta su voluntad: “que os améis unos a otros; como yo os he amado, amaos también unos a otros” (Jn 13, 34).

Jesús ha venido al mundo para hacer la voluntad del Padre. Afirma: “yo hago siempre lo que le agrada” (Jn 8,29).

“En la oración de su agonía, acoge totalmente esta Voluntad: “No se haga mi voluntad sino la tuya” (Lc 22,42; cf Jn 4,34; 5,30; 6,38). He aquí por qué Jesús “se entregó a sí mismo por nuestros pecados (...) según la voluntad de Dios” (Ga 1,4). “Y en virtud de esta voluntad somos santificados, merced a la oblación de una vez para siempre del cuerpo de Jesucristo” (Hb 10,10)” (CCE 2824).

Ayudados por del poder del Espíritu Santo, también nosotros “podemos poner en sus manos nuestra voluntad y decidir escoger lo que su Hijo siempre ha escogido: hacer lo que agrada al Padre” (CCE 2825).

Orígenes nos enseña: “Adheridos a Cristo, podemos llegar a ser un solo espíritu con Él, y así cumplir su voluntad: de esta forma ésta se hará tanto en la tierra como en el cielo” (ibid.).

San Juan Crisóstomo escribió: “Considerad cómo (Jesucristo) nos enseña a ser humildes, haciéndonos ver que nuestra virtud no depende sólo de nuestro esfuerzo sino de la gracia de Dios. Él ordena a cada fiel que ora, que lo haga universalmente por toda la tierra. Porque no dice “Que tu voluntad se haga” en mí o en vosotros “sino en toda la tierra”: para que el error sea desterrado de ella, que la verdad reine en ella, que el vicio sea destruido en ella, que la virtud vuelva a florecer en ella y que la tierra ya no sea diferente del cielo” (ibid.).

“Por la oración, podemos “discernir cuál es la voluntad de Dios” (Rm 12,2; Ef 5,17) y obtener “constancia para cumplirla” (Hb 10,36). Jesús nos enseña que se entra en el Reino de los cielos, no mediante palabras, sino “haciendo la voluntad de mi Padre que está en los cielos” (Mt 7,21)” (CEC 2826).

Nuestra oración es atendida: ““Si alguno (...) cumpla la voluntad (...) de Dios, a ése le escucha” (Jn 9,31; cf 1 Jn 5,14)” (CEC 2827).

Recibid mi cordial saludo y mi bendición.

## 'Año Familia Amoris Laetitia'

**"La familia es un don para la Iglesia y la sociedad"**

El pasado 19 de marzo de 2021 comenzó el 'Año Familia Amoris Laetitia'. El mismo día en que la Iglesia celebró el 5º aniversario de la publicación de la exhortación apostólica 'Amoris Laetitia', un texto que el papa Francisco dedica a la belleza y la alegría del amor familiar.

**Redacción**

Este año dedicado especialmente a la familia concluirá el 26 de junio de 2022, en el 10º Encuentro Mundial de las Familias en Roma con el Santo Padre.

**¿Por qué un año para la Familia?** ¿Cuáles son sus objetivos? ¿A quién está destinado? Lo explica el Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida. El 'Año Familia Amoris Laetitia' es una iniciativa que se propone llegar a todas las familias del mundo a través de diversas propuestas espirituales, pastorales y culturales que se podrán llevar a cabo en las parroquias, diócesis, universidades, movimientos eclesiales y asociaciones familiares.

La experiencia de la pandemia ha puesto de relieve el papel central de la familia como Iglesia doméstica y la importancia de los lazos comunitarios entre las familias, que hacen de la Iglesia una "familia de familias".

Ésta merece un año de celebraciones para que sea puesta en el centro del compromiso y del cuidado de cada realidad pastoral y eclesial.

Los **objetivos** que se persiguen con este año tan especial son:

1. Difundir el contenido de la exhortación apostólica "Amoris Laetitia". Una familia que descubre y experimenta la alegría de tener un don y ser a

su vez un don para la Iglesia y la sociedad, "puede llegar a ser una luz en la oscuridad del mundo" ¡Y el mundo de hoy necesita esta luz!

2. Anunciar que el sacramento del matrimonio es un don y tiene en sí mismo una fuerza transformadora del amor humano. Para ello es necesario que los pastores y las familias caminen juntos en una corresponsabilidad y complementariedad pastoral, entre las diferentes vocaciones en la Iglesia.
3. Hacer a las familias protagonistas de la pastoral familiar. Para ello se requiere "un esfuerzo evangelizador y catequístico dirigido a la familia", ya que una familia discípula se convierte también en una familia misionera.
4. Concienciar a los jóvenes de la importancia de la formación en la verdad del amor y el don de sí mismos, con iniciativas dedicadas a ellos.
5. Ampliar la mirada y la acción de la pastoral familiar para que se convierta en transversal, para incluir a los esposos, a los niños, a los jóvenes, a las personas mayores y las situaciones de fragilidad familiar.

¿Y quiénes son los **destinatarios** del año de la familia? Las Conferencias episcopales, las diócesis, las parroquias, los movimientos eclesiales, las asociaciones familiares y especialmente las familias de todo el mundo. En definitiva, el Año de la Familia es un invitación a todas las comunidades a participar y convertirse en protagonistas con nuevas propuestas para poner en marcha en cada iglesia local.

**El logo... ¿Lo sabías?**

Las **figuras del logotipo** son similares a las del logotipo del Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida. Más detalladamente, las figuras pueden identificarse como miembros de una familia, así como de una comunidad.

La **parte circular** del logotipo del Año 'Familia Amoris Laetitia' es una versión estilizada del logotipo del Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida del que toma su forma y colores.

El **nombre** elegido para el Año hace referencia a la exhortación del papa Francisco dedicada a la familia.

El **logo puede utilizarse** con la autorización del Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida con el objetivo de identificar de forma exclusiva este año de la familia.



# Memoria de Cáritas diocesana 2020 (III)

## EL PODER DE CADA PERSONA



### Fundación Tomás de Sabba

Fundación que tiene por objeto la erradicación de chabolismo de la que forman parte el Ayuntamiento de Jaca, Asociación Mixtós y Caritas Diocesana.

Aportación fija anual: 16.593,91 €.

La implicación de Caritas Diocesana, no es sólo económica, sino que sus trabajadores sociales y voluntarios realizan labores de acompañamiento para inserción de estas familias en el tejido social de Jaca. Una familia ha sido realojada. Dos viviendas pendientes de ocupación.

### Centro de solidaridad interdiocesano

Formado por las Caritas Diocesana de Jaca y Huesca, dedicado a la prevención y atención a personas con adicciones.

Dispone de un equipo Multidisciplinar (Trabajador Social, Educador, 2 Psicólogos/terapeuta y administrativo) contratados y voluntarios expertos en adicciones en materia de:

- Prevención Familiar, Escolar y Comunitaria
- Atención bio-psicosocial individual y familiar
- Sensibilización y difusión Medios de comunicación
- Trabajo en Red con otras Plataformas locales, comarcales y de Aragón
- Atención y tratamiento a personas reclusas y ex reclusas y sus familiares
- Aportación de recursos

ambulatorios y residenciales para la plena curación de la persona y la familia.

Ofrecemos atención semanal individual o familiar presencial y telefónica mañana y tardes. Los martes todo el día en Sabiñánigo y Jaca por un psicólogo experto en adicciones.

- Caritas diocesana Jaca, aportación de 3.000 €.
- Caritas interparroquial de Sabiñánigo, aportación de 3.000 €.

### Curso para mujeres en riesgo de exclusión

Durante el año 2020 ha habido una edición con 21 participantes. Está subvencionado por el Instituto Aragonés de Servicios Sociales con fondo del Programa Operativo 2014-2020 del Fondo Social Europeo de Aragón.

### Curso de integración laboral

En octubre 2020 se efectúa un curso para camareros de piso para 6 participantes de Caritas Sabiñánigo, en el Hotel Villa Virginia.

Ayuda al desarrollo y emergencias  
Participación en los proyectos de:

- Etiopía: 1.000 €
- Mozambique - Ayto. Sallent: 8.888,88 €
- Nador - Ayto. Jaca: 25.013,34 € Y Caritas 5.000 €

## RECURSOS ECONÓMICOS

RECURSOS	SALDO
Cuotas de socios y afiliados	22.275 ' 89
Donativos y campañas de captación	120.582 ' 45
Subvención IRPF 2019	24.089 ' 25
Otros recursos (Ferroviario, Naturgy, Loterías...)	17.375 ' 47
Subvención Ayuntamiento de Jaca + Transeúntes	11.767 ' 65
Fondo interdiocesano	8.000 ' 00
Subvención IASS	13.854 ' 07
Alimentos recibidos	48.540 ' 63
Ropa recibida	13.754 ' 25
Otros ingresos	4.067 ' 71
<b>TOTAL EUROS</b>	<b>284.607 ' 37</b>
Donaciones y legados de capital	181.577 ' 64

APLICACIÓN DE RECURSOS	SALDO
Ayudas en programas de acogida	110.414 ' 15
Salarios	84.029 ' 60
Seguridad Social	28.159 ' 60
Centro de Transeúntes	5.076 ' 62
Aportaciones a Cáritas parroquiales	19.598 ' 74
Cooperación Internacional	7.391 ' 42
Fundación Thomas de Sabba	16.563 ' 91
Recogida de ropa	23.385 ' 30
Aportaciones a otras fundaciones	7.567 ' 69
Campañas de sensibilización	504 ' 83
Voluntariado	4.760 ' 91
Obras Calle de Coso, 4	2.002 ' 05
Otros proyectos	24.828 ' 18
Gastos de administración	7.065 ' 59
<b>TOTAL EUROS</b>	<b>341.348 ' 59</b>

