

VECINOS

El osteópata y fisioterapeuta de Zubiri cumple 10 años al frente de su centro y en otoño se adecuará un gimnasio para programas terapéuticos

✎ **Patricia Carballo**
 📷 **Iñaki Porto**

ZUBIRI – No es propio de él venderse por las redes sociales ni siquiera ha salido jamás en ningún medio de comunicación, pero quien es buen profesional no necesita más que el boca a boca para ver florecer su negocio. Markel Gómez Larrainzar acaba de cumplir 10 años desde que abrió su local de fisioterapia y osteopatía en Zubiri y asegura estar “muy contento”, con un gran volumen de trabajo y con larga lista de espera. De hecho, a sus 35 años, Markel se ha colado entre los mejores fisioterapeutas de Navarra y muchos clientes de Pamplona, Lekunberri y otras partes de Navarra se acercan hasta esta localidad de Esteribar recomendados por otros pacientes y por personal sanitario y farmacéutico, que han oído que “hay un fisio muy bueno en Zubiri”. “Con el tiempo lo he normalizado, pero es una suerte muy grande tener el trabajo que yo quiero en la puerta de casa, poder gestionar mis horarios y estar rodeado de trabajo”, explica con humildad.

FLECHAZO LABORAL Sin tener un vínculo con el sector sanitario, el flechazo con esta profesión surgió en su adolescencia, cuando tenía un problema a la hora de andar. Tras pasar por varios especialistas, acabó en el centro Deyre de Iturrama, y durante un año y medio, en las horas de espera, sin saberlo fue forjando la pasión por este oficio. “Veía deportistas que entraban fatal después de operarse y se iban súper bien y yo preguntaba: ¿cómo se llama esta profesión? Yo quiero ser esto de mayor”, recuerda. Ahí comenzó todo. “Me cautivó. Para mí fue un referente total, aprendía en el día a día el funcionamiento y me encantaba el trato con la gente”, asegura.

Así, tan cabezota como se describe, acabó estudiando la

SIGUE EN **PÁGINA 26** >

Una década en las manos del fisio Markel Gómez

A sus 35 años, Markel se ha hecho un hueco entre los mejores ‘fisios’ de Navarra y es recomendado por personal sanitario y farmacéutico.

> VIENE DE PÁGINA 25

herramientas, mejorar la carrera de Fisioterapia en Tudela y después, la de Osteopatía en Donosti, mientras iba buscándose hueco a nivel laboral, primero haciendo sustituciones en el hospital de Navarra y luego, a caballo entre una sala en el Polideportivo de Zubiri y un centro en Andoain. “En cuestión de un mes, ya estaba petado de pacientes en ambos sitios y, a medida que fueron pasando 3 años, tuve que elegir y dejar Andoain”, expresa, agradeciendo a Aritz todo el apoyo que le ofreció y que aún le ofrece.

Entonces, estando en Zubiri y con la seguridad de tener clientela, se lanzó a la búsqueda de un centro propio. “Era una pena contar con mucho curro, pero no con una sala adecuada, ni sala de espera, ni los horarios que quería. Y a mí, como soy muy cuidadoso, aparte de la par-

herramientas, mejorar la funcionalidad y la salud del paciente”, admite. En estos 10 años, ha tratado un sinfín de dolencias, desde lumbagos hasta vértigos, pero, puestos a elegir, se queda con los *marrones*. “Me encanta cuando viene gente que ha estado en muchos sitios y no encuentra solución o procesos crónicos en los que tienes que aplicar la pedagogía del dolor y hacer que recuperen la confianza y le quiten el miedo al ejercicio y al movimiento”, dice. “Poder hacer que una persona vuelva a tener capacidades desde un grado bastante alto de incapacidad es un súper reto, porque son procesos difíciles, pero es muy bonito”, añade.

Sin dejar de formarse y con una inquietud activa, ya está centrado en su próximo reto de este año: la adaptación del local para hacer un gimnasio

“Poder hacer que una persona vuelva a tener capacidades desde un grado alto de incapacidad es un súper reto”

MARKEL GÓMEZ LARRAINZAR
Fisioterapeuta y osteópata de Zubiri



te técnica, me gusta que el lugar sea bonito, esté limpio y que huelga bien”, reconoce. Y lo consiguió. Precisamente en un lugar céntrico del pueblo que antes fue propiedad de su padre (lo compró como almacén al regresar de América tras trabajar 17 años como pastor). Un local de 70 m² ahora rehabilitado a su gusto, muy acogedor y con ese componente emocional.

MARRONES El hecho de estar a 20 kilómetros de Pamplona no ha impedido que deportistas, gente con problemas musculares o neuronales o profesionales de trabajos pesados, hayan acudido a las manos de Markel para paliar sus dolores. “Los fisios abordamos las regiones del cuerpo a nivel global, analizamos el movimiento y procuramos, a través de

y ofrecer programas de ejercicio terapéutico. De esta manera, podrá pautar ejercicios y supervisar desde una rotura de menisco hasta procesos más complejos como enfermedades oncológicas, problemas reumáticos o enfermedades respiratorias, entre otros. “Hay una necesidad muy grande porque no existen espacios donde se programe ejercicio terapéutico y los neurólogos y oncólogos no saben adónde mandar”, asevera.

Funcione o no, si de algo puede estar orgulloso Markel en esta década es de haber sacado adelante, y más en un medio rural, un negocio con el que ha mejorado la calidad de vida de cientos de pacientes. Ese niño que observaba con ojos de fascinación tiene ahora otro referente donde poner su mirada. ●

EL AYUNTAMIENTO RELANZA PASEO DE ANELIER SIN CON

- Las parcelas se adjudicaron para hacer viviendas protegidas de alquiler
- Se da un mes de plazo a la empresa, y si no, se rescatarán los dos solares

✎ **Marivi Salvo**
📷 **Patxi Cascante**

PAMPLONA – Con la idea de recuperar solares vacíos y reimpulsar en ellos vivienda protegida en Pamplona, la Junta de Gobierno municipal aprobó ayer una actuación que va a permitir reactivar parcelas sin uso. En concreto, se va a actualizar el coeficiente con el que se valoran los precios de las viviendas que debían haberse construido en dos parcelas de la zona del bulevard Anelier, en el barrio de Rochapea. Merced al acuerdo, se desbloqueará la situación de ambas parcelas (denominadas 4-B y 11-C), subastadas en 2006 y adjudicadas en 2007 para la construcción de vivienda de alquiler social nunca ejecutada, y posibilitará ahora la promoción de hasta 175 viviendas protegidas.

La tramitación no es complicada. El Ayuntamiento va a actualizar las condiciones de ejecución de esa obra, mejorando sustancialmente su finalidad social, y lo más importante, da un mes de plazo a la actual propietaria para que inicie la ejecución y, en caso de no hacerlo, habilita la vía del rescate de ambas parcelas para subastarlas de nuevo. “Ya sea con la actual propietaria o con otra empresa, el objetivo es que en el menor plazo de tiempo posible se ponga a disposición de la ciudadanía las 175 vivien-

das protegidas que se prometieron hace casi 20 años”, señaló el concejal de Gobierno Estratégico, Urbanismo y Vivienda, Joxe Abaurrea, que es una actuación “muy importante, no solo porque va a aportar vivienda protegida, sino porque permite ir colmatando esa parte de la Rochapea”, en torno a la calle Río Arga. Las parcelas fueron adjudicadas en 2007. Tras varios cambios en

la propiedad y varios litigios, el TSJN autorizó mediante sentencia el pasado mes de febrero al Ayuntamiento de Pamplona a actualizar ese coeficiente, tal y como se recogía en los pliegos del concurso público para la enajenación de las parcelas. De esta forma, el alto tribunal reconocía que es facultad del Ayuntamiento de Pamplona establecer las condiciones que debe asumir la actual

propietaria, el Grupo Palo Alto Empresarial SL, para la construcción de esas viviendas. Esa potestad es la que ahora va a ejercer el Consistorio que también está habilitado para recuperar las parcelas si la promotora no acepta las condiciones. Sobre los plazos, Abaurrea confió en que, “si todo va bien”, puedan iniciarse en 2026.

HACE DOS DÉCADAS A finales de



Vista de la zona donde se van a construir viviendas en la Rochapea y arriba, las ubicaciones.

“En materia de vivienda estamos acelerando la maquinaria todo lo posible”

Abaurrea confía en que este 2025 se comiencen a ver ya resultados del Plan de Vivienda Asequible

PAMPLONA – Cuando se va a cumplir un año desde que su anuncio, el Plan de Vivienda Asequible, en palabras del concejal de Urbanismo, Joxe Abaurrea, está cogiendo velocidad y este año se empezarán a ver resultados. Desde que anunciaron en febrero de 2024 el Plan de Vivienda, se han conocido actuaciones para reactivar herramientas urbanísticas

como el PSIS de la UPNA y el de Beloso, y el convenio con el Gobierno de Navarra que supone la cesión de dos parcelas en Milagrosa y Arrosadía. En total 730 viviendas. Sobre el papel, perfecto, pero ¿cuándo y dónde veremos las primeras máquinas trabajando construyendo vivienda? –Esperamos que por lo menos una de las parcelas cedidas al Gobierno de Navarra se pueda poner en marcha este mismo año 2025 en Arrosadía. Con las otras dos iremos concretando aspectos técnicos necesarios para su promoción. Respecto al PSIS de la UPNA este mismo año iniciaremos la tramitación

de la modificación del PSIS y los trabajos para el desarrollo del Plan Parcial que recoge las nuevas 250 viviendas frente al edificio central de la UPNA. También se iniciará y se acordará con el Gobierno foral el contenido del PEAU de Beloso, que se desarrollará en paralelo al PSIS de la Ciudad de la Seguridad y el traslado de la sede central de la Policía Foral desde Beloso a Aranguren. ¿Cuál va a ser la actuación prioritaria en Pamplona? –El Plan de Vivienda no se refiere a una actuación en concreto, sino a una filosofía y un conjunto de actuaciones que estamos poniendo en marcha de

forma paralela. Hablamos de la vivienda en emergencia habitacional de la que disponemos ya de más de 180 viviendas entregadas, de esas 280 de alquiler asequible principalmente para emancipación juvenil, de promociones de vivienda en cooperativa, de alojamientos colaborativos senior o de transformación de suelos comerciales en residenciales para aumentar la oferta de VPO. Además hemos tomado otras decisiones como prohibir los apartamentos turísticos en el Casco Antiguo por su efecto en el precio de la vivienda o presentar nuestra candidatura como zona residencial