

O SA CA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 11 al 17 de junio de 2011 - Número 243

JAVIER URRA

La vida es amanecer y sentirse
feliz de estar aquí un día más'

CANICROSS

En forma y en sintonía
con nuestro mejor amigo

INVESTIGACIÓN

Sanidad animal y salud

HOTELES DE LUJO

ICONOS DE LA BUENA VIDA



Blanco
VEGA CÓRCOLES
 Sauvignon Blanc
 BODEGAS LAHOZ
 Paseo San Isidro, 15
 13700 TOMELLOSO (Ciudad Real)
 Tel.: 926 699 083 Fax: 926 514 929
 www.bodegaslahoz.com
 info@bodegaslahoz.com



Rosado
REALCE
 Bobal
 UNIÓN CAMPESINA INIESTENSE
 C/ San Isidoro, 1
 16235 INIESTA (Cuenca)
 Tel.: 967 490 120 Fax: 967 490 777
 www.cooperativauci.com
 info@cooperativauci.com



Espuma
QUIJÓN DE ROSALES
 Macabeo / Airén
 COOP. AGRÍCOLA LA HUMILDAD
 Avda. Castilla-La Mancha, 13
 45820 EL TOBOSO (Toledo)
 Tel.: 925 197 043 Fax: 925 197 075
 www.vinosdeloboso.com
 info@vinosdeloboso.com



Tinto joven
TIERRAS DE ARGUMÁNEZ
 Syrah
 VIÑEDOS Y BODEGAS EL CASTILLO, S.L.
 Ctra. Ossa de Montiel, km. 1,2
 02600 VILLARROBLEDO (Albacete)
 Tel.: 967 573 230 Fax: 967 144 266
 www.bodegasecastillo.com
 info@bodegasecastillo.com



Tinto joven de menos de 2 años con envejecimiento en barrica entre 1 y 6 meses
CANFORRALES SELECCIÓN
 Tempranillo
 COOP. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO
 C/ Castilla-La Mancha, 4
 16670 EL PROVENCIO (Cuenca)
 Tel.: 967 166 066
 www.bodegascamporeales.com
 info@bodegascamporeales.com



Vino Tinto de más de 2 años con más de 6 meses de envejecimiento en barrica
PÚRPURA POZO LORENTE
 Bobal / Cencibel
 S.A.T. SANTA CRUZ DE POZO LORENTE
 C/ Libertad, 1
 02154 POZO LORENTE (Albacete)
 Tel.: 967 572 085 / 630 418 264 Fax: 967 572 063
 www.bodegasrecial.com
 gerencia@bodegasrecial.com



Vino Tinto de más de 3 años con más de 1 año de envejecimiento en barrica
1853 RESERVA
 Cencibel
 JUAN RAMÓN LOZANO, S.A.
 Avda. Reyes Católicos, 156
 02600 VILLARROBLEDO (Albacete)
 Tel.: 967 141 907 Fax: 967 145 843
 www.bodegaslozano.com



Vino Tinto de más de 5 años con más de 2 años de envejecimiento en barrica
GRAN RESERVA DE FAMILIA 2000
 Tempranillo / Cabernet Sauvignon
 FÉLIX SOLÍS, S.A.
 Autovía Madrid-Andalucía Pol. Ind. Valdepeñas, km. 199
 13300 VALDEPEÑAS (Ciudad Real)
 Tel.: 926 322 400 Fax: 926 322 417
 www.felixsolis.com
 bts@felixsolis.com



Vino de producción ecológica
LATÚE
 Airén
 SAN ISIDRO, S.D.A.D. COOP. CASTILLA LA MANCHA
 BODEGAS LATÚE
 Camino de la Esperilla, s/n
 45810 VILLANUEVA DE ALCARDETE (Toledo)
 Tel.: 925 166 350 Fax: 925 166 673
 www.latu.com
 info@latu.com



2010
 XXI EDICIÓN

GRAN SELECCIÓN

VUELVE A EMOCIONARTE

Un amanecer, la hierba fresca tras el rocío de la noche...
 Lo mejor de nuestra Tierra: los Alimentos de Calidad Diferenciada.
 Productos elaborados tradicionalmente que nos permiten ofrecer al mundo
 lo mejor de nosotros mismos.
 Experiencias que despiertan tus sentidos.



Premio Gran Selección 2010

Tinto Joven de menos de 2 años con envejecimiento en barrica entre 1 y 6 meses

CANFORRALES SELECCIÓN

Tempranillo
 COOP. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO
 C/ Castilla-La Mancha, 4
 16670 EL PROVENCIO (Cuenca)
 Tel.: 967 166 066
 www.bodegascamporeales.com
 info@bodegascamporeales.com



www.jccm.es





A LA CARRERA CON TU MEJOR AMIGO _8
Canicross, un deporte que gana adeptos

FOTO: EDUARD GRUND



NÚMERO 243
12 DE JUNIO DE 2011

UNA OBLIGACIÓN

Si los medios de comunicación seguimos actuando según la norma no escrita pero de impenable cumplimiento (y perdón por recaer en la vilipendiada, condenada y ahora absuelta hortaliza), de ignorar las buenas noticias justamente por eso, por ser buenas, más pronto que tarde acabaremos por plantarnos un pino en la barriga, que diría su majestad Don Juan Carlos, porque la sociedad está más que harta y aburrida de escuchar, leer y contemplar desastres, violencia, ruina, abandono, corrupción, prepotencia, fulanismo, fatalismo y otra serie de plagas protagonizadas o sufridas por el rey de la creación.

Como bien dice el psicólogo Javier Urra en la entrevista que hoy les ofrecemos, «la vida es amanecer y sentirse feliz de estar aquí un día más», así, sin más, sin esperar ni pretender otra cosa que disfrutar de lo mucho o poco bueno que tengamos. Este especialista, antiguo Defensor del Menor, que defiende que el optimismo es una obligación ética, aclara que no tiene una visión solo dulce de la vida, que en ocasiones no nos queda más remedio que sufrir, y considera que la gente, en general, es bondadosa y generosa, aunque estos valores y sus acciones no merezcan la atención de los medios.

Llegados a este punto y a modo de ejemplo y descargo, solo recordar que la llamada *generación ni-ni*, jóvenes que ni estudian ni trabajan, antes simplemente vagos, es una minúscula minoría, por más que nos empeñemos en traerlos a colación día tras día, y que lo realmente llamativo y edificante es que cada vez son más y mejores los que conforman la *generación sí-sí*, jóvenes que estudian, trabajan en lo que pueden y transmiten energía positiva y ganas de vivir. Ellos nos trazan el camino a seguir y difundir.

juanjo
saiz
subdirector
de OSACA



APRENDA A VIVIR _12
Los consejos de Javier Urra



SALUD ANIMAL _26
La investigación veterinaria

SUMARIO

NÚMERO 243

HOY FIRMAN EN OSACA

javier ares_4



alfredo urdaci_6

La vida desnuda

tino barriuso_7

ramón sánchez-ocaña_26

bernabé tierno_28

pilar riobó_30

caius apicius_31

UN LUJO DE 7 ESTRELLAS _16

Los hoteles con los servicios más exclusivos de Europa están en Milán, París, Madrid y Viena

CULTURA _22

La esencia del pop de los Arctic Monkeys

CINE _23

'Hannah', una mujer fría y educada para matar

TENDENCIAS _24

Wikango te ayuda al frente del volante con un dispositivo que avisa de los 'puntos negros'

CONTRA LA OXIDACIÓN _28

Frutas y verduras, clave para frenar el envejecimiento prematuro del organismo.

DEPORTE INFANTIL _29

Útil para evitar lesiones en la edad adulta

ALIMENTACIÓN _30

La relación entre la dieta y el autismo

GASTRONOMÍA _31

El vino que nos llevó a tomar el vermú

MODA _32

Cómo estar perfecta a cualquier edad

MOTOR _37

El lujo juvenil del Nissan Infiniti Etherea

CRÓNICA SOCIAL _34

El gran éxito de Shakira



Director: Óscar del Hoyo.
Subdirector: Juan José Saiz.
Jefe de Fotografía: Alberto Rodrigo.
Redacción: Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, Daniel Huerta, Adriana Rodríguez e Iván Juárez (SPC).
Diseño: Sergio Azúa y Esther Matías.

Edita: Ópera Prima Comunicación, S.L.
Imprime: Rotedic, S.A.U
Depósito legal: M-43231-2006

Comercializa: Gestión y Comercialización OSACA, S.L.
Dirección: Avda de Castilla y León 62-64. 09006 Burgos.
Teléfono: 947282904 (Redacción).
Fax: 947282906.
Departamento comercial: Alicia Serna.
Teléfono: 947252253 (Publicidad).
Correo electrónico: publicidad@revistaosaca.com

javier ares

¿POR QUÉ NO ADELANTAR LAS VACACIONES?

El día en el que redacto estas líneas he querido tomarle el pulso a la mañana. O al alba, por mejor decir, que tal es la primera

luz del día antes de que el sol aparezca. Me gusta madrugar, acaso porque no lo haga casi nunca. Me gusta madrugar para disfrutar del campo, del silencio, del frescor de la mañana. Habitualmente madrugamos para trabajar o exigidos por cualquier obligación, pero no es lo mismo. En estos casos preferiríamos escondernos entre las sábanas y hasta seríamos capaces de dispararle al gallo con tal de no enterarnos de la amanecida.

Hoy empezó a divisarse el día poco después de las seis y media. Sobre las siete menos cuarto ya había amanecido y, para entonces, yo estaba en el campo disfrutando del suave relente de la mañana. En la lejanía sentí el trajín de quienes se llevaban a sus puestos de trabajo el enojoso sueño de los lunes, incluidos aquellos que suspiran por abandonar la tiranía familiar y esperan ansiosos el momento de ejercer cualquier tipo de mando en sus puestos de trabajo. Pensé -¡qué obsesión la mía!- en los estudiantes, esos millones de jóvenes que, llegadas estas fechas, han de soportar aquellas crueles angustias que pocos de nosotros habrán logrado olvidar.

Me gusta madrugar, especialmente en estas fechas de junio, porque para mí son las mejores del año. Son los días más largos, también, hasta

la noche de San Juan en que llega el solsticio de verano y los días empiezan a decrecer. Hoy, por ejemplo, el sol no se pondrá hasta poco antes de las 10 de la noche, lo que quiere decir que habremos disfrutado de la luz las dos terceras partes de la jornada, casi 16 horas. Un privilegio.

Paseando por este bosque de encinas donde algunos jabalíes se han hecho fuertes ante el acoso del ladrillo, doy en pensar qué hace la población trabajando en estas fechas, y, más aún, qué hacen los estudiantes examinándose todavía después de nueve meses de insostenible reclusión. ¿Es que no es acaso este mes de junio el más adecuado para que el personal inicie ya sus vacaciones?

Desconozco las causas por las que agosto es el mes oficial para el descanso en España. Sí, ya sé que son muchos los que se las cogen en el mes de julio, y que las empresas conceden la posibilidad de un mes u otro para

que los trabajadores descansen, pero agosto es el mes oficial a todos los efectos puesto que es en sus fechas cuando determinados organismos y centros oficiales cierran sus puertas y cuando vemos por doquier el cartelito de *cerrado por descanso del personal* en tantos establecimientos públicos.

No es que uno tenga nada contra el mes de agosto, festivo por antonomasia en nuestro país con todas las vírgenes y patronos ofrendados en orgiásticas romerías, pero ¿por qué es-

perar a esas fechas tan tardías, ya con las temperaturas en descenso y los días recortándose? No es que uno tenga tendencia a copiar nada de los vecinos gabachos en lo que al buen vivir se refiere, pero ellos sí tienen al mes de julio como mes formal para la holganza y el recreo. Me lo preguntaba ya en los tiempos de estudiante, cuando las vacaciones escolares duraban tres meses y medio, y, con mayor razón, lo cuestiono ahora: ¿por qué sacrificar el mejor mes del año cuando, además, el personal está ansioso porque lleguen las vacaciones?

Sé que mi petición no será motivo de debate en ningún Parlamento y que la clase política no tiene tiempo en ocuparse de estas fruslerías, pero aspiro a que sean los pequeños empresarios quienes empiecen a plantearse esta cuestión. A ver si, de paso, dejamos de parecer rebaños teledirigidos por Georgie Dann haciendo las mismas cosas en las mismas fechas y en los mismos lugares.



¿ES QUE NO ES ACASO ESTE MES DE JUNIO EL MÁS ADECUADO PARA QUE EL PERSONAL INICIE YA SUS VACACIONES?

DESCONOZCO LAS CAUSAS POR LAS QUE AGOSTO ES EL MES OFICIAL PARA EL DESCANSO EN ESPAÑA



INNOVADORES

Hoy buscamos la energía en el viento como ayer la buscamos en el agua. Hoy somos líderes en energía eólica en todo el mundo y líderes en energía hidroeléctrica en España. Desde hace más de 150 años, el compromiso de Iberdrola con la innovación nos permite adelantar las soluciones energéticas del mañana. ¿Innovadores? Sí. Y pensamos seguir siéndolo.

LÍDER MUNDIAL EN ENERGÍA EÓLICA
130 MILLONES DE EUROS INVERTIDOS EN I+D+i en 2010

Cuando encuentras tu camino,

NO HAY VUELTA ATRÁS

alfredo urdaci

LA VIDA DESNUDA

La foto que le lanzó a la fama mundial la disparó desde el asiento de atrás de un taxi de Nueva York. Jackie Kennedy cruza la Quinta Avenida. Viste vaqueros y un jersey de punto. Su melena, agitada por el viento, le cubre la parte derecha del rostro. Pero sus ojos están fijos en la lente de Ron Galella, como un felino sorprendido por el cazador que mira desafiante entre la maleza. Atrapada, sonríe como si fuera un juego. Jackie había perdido la batalla contra el más célebre de los *paparazzi*. Pleiteó contra él. Y nunca llegó a comprender que le necesitaba, quizá más que a Valentino o a Dior. Una mañana, Ron Galella vio a Jackie paseando en bicicleta con su hijo por Central Park. Se ocultó tras un árbol y cuando la viuda de John Fitzgerald llegó a su altura disparó una y otra vez hasta agotar el carrete. Alguien escuchó la frase que Jackie pronunció entre dientes, mirando hacia el agente secreto encargado de su protección: «¡Destroza su cámara!» Ron consiguió guardar la máquina en el capó de su coche antes de ser detenido. El asunto terminó en juicio. Jackie intentó demostrar que había sido sometida a un acoso permanente. Pero en todas las fotos que sirvieron como prueba aparecía sonriendo, sa-

tisfecha por tanta atención. Y el juez la condenó a pagarle al *paparazzo* una cifra millonaria.

Las fotos de Ron Galella cuelgan en Madrid, en una sala con el nombre de las bellas artes, y en una tienda de lujo. Siempre vivió a medio camino entre esos dos mundos. Ron se consideraba un artista. Si le hubieran pedido elegir una sola de sus fotos habría puesto su dedo sobre aquel plano medio de Jackie: «Leonardo da Vinci tenía su Gioconda, y yo tengo mi Jackie Kennedy con la melena al viento». Su oficio estaba hecho de paciencia y técnica.

Cuando sabía el domicilio del objeto de sus deseos, los famosos estaban perdidos. Hacía guardia día y noche. Marlon Brando fue otra de sus presas. Una noche de farra se encontró con la cámara de Galella. «¿Qué quieres que no hayas conseguido?» le dijo Brando. «¡Quítate las gafas!», le pidió el fotógrafo. El actor le respondió con un puñetazo que le rompió la mandíbula y se llevó cinco dientes. Inasequible al desaliento y a los guantazos, Ron posa unas fotos más allá. Se le ve junto a un Marlon Brando muy serio, con un enfado reconcentrado. Caminan a la par, por un largo pasillo. Galella lleva su cámara en la mano, y la cabeza cubierta con un casco protector, como el que utilizan los jugadores de fútbol americano. Sobre el blanco brillante, un poco más arriba de la visera, se puede leer «Ron, *paparazzo*».

Contemplar su obra provoca fascinación, al tiempo que imaginas con facilidad la vida insostenible de aquellos sobre los que puso su objetivo. En su conjunto, sus fotos componen un

relato que evoca las narraciones de un Marcel Proust. Mira de cerca, como un entomólogo, a esos gigantes de la escena y del *show business*. Nos regala su vida desnuda, como en ese primer plano en el que se observa el incipiente bigote de una descuidada Liz Taylor, o en la proximidad con la que vemos las confidencias de Carlo Ponti a una exuberante Sofía Loren. Mezcla de intuición y cara dura, el propio Ron confesaba la clave de su éxito: «No rendirse jamás». El caso es que consiguió atrapar una parte atractiva de la verdad, antes de que se esfumara, o de que la maquillaran los profesionales de la cosmética.



CONTEMPLAR LA OBRA DE RON GALELLA PROVOCA FASCINACIÓN, AL TIEMPO QUE IMAGINAS CON FACILIDAD LA VIDA INSOPORTABLE DE AQUELLOS SOBRE LOS QUE PUSO SU OBJETIVO. EN SU CONJUNTO, SUS FOTOS COMPONEN UN RELATO QUE EVOCA LAS NARRACIONES DE UN MARCEL PROUST

tino barriuso

PALABRAS PARA JULIA

Llevaba unos días sumergido en los versos de Quevedo, siempre tan nuevos: *Miré los muros de la patria mía...* Una terrible tristeza, un infinito cansancio de vivir, de ser español y de ver cómo se alzan los tahúres con toda la ganancia mientras llega el diluvio que espera a este Luis XV de chicha y nabo. Y, de repente, esta mañana he recibido una visita que me ha devuelto el coraje, las fuerzas y la luz. Era un gorrión vestido de mujer: *menuda como un soplo* y un aire de infancia desvalida que nada pide y de ternura hondísima. Conserva intacta la cabeza y el deseo: tiene mérito cuando una se acerca a los cien años. No está, lógicamente, para correr la maratón y oye un poquito más que su bastón, pero qué le vas a pedir a la vida...

Tengo propensión a estar deprimido: la depresión es una disminución del yo y el yo es una herramienta de trabajo de los intelectuales. A veces todo se desploma, no sólo por causas endógenas: la situación de un país en el que no he dejado de clamar en el desierto también ayuda a venirse abajo. *Vencida de la edad sentí la espada*: hay una enorme ventana abierta a la tentación de rodar, como la piedra de Sísifo.

Y entonces alguien que apenas te oye te mira sonriendo y te recuerda lo que aprendiste de niño: que tu tristeza es un lujo que el mundo no puede permitirse y que vivir es

mantener un permanente compromiso con la felicidad. Su mirada, tan serena, no te pregunta cómo estás: es una orden, te dice «estás bien». Te dice «yo ya hice mi tarea cuando eras niño, te puse alcohol en las heridas, cosí un abrigo con retales que te duró seis años, apagué tus miedos nocturnos y te aguanté aquella insolente adolescencia que tanto se parecía a la de todos. No me gasté: gracias a todo lo que te di sigo viva. Ahora es tu turno. Ahí están tus hijos, tus sobrinos, tus amigos, la gente que te quiere y que confía en ti (acaso tus lectores). Tú estás bien».

Su mirada es, de nuevo, ese viejo poema de José Agustín Goytiso: *Otros esperan junto a ti/ que les ayude tu alegría/ que les ayude tu canción/ entre sus canciones...* Pienso en ti, Julia Ruiz Peña, que apenas tienes un mes de vida: pienso en Víctor, en Marco, en Amaya, en Alejandro, en Diego, pienso en tantos amigos heridos que se muerden la pena y sonríen *con la alegre tristeza del olivo...*

Y que ponen un poco de luz en la oscuridad del camino de los que empiezan a vivir. Tendemos a creer que ya está todo escrito, que esto es lo

que hay, que el corazón es sólo un músculo que bombea la sangre, cada vez más cansada, mientras esquiva las cornadas del colesterol. Nos gusta olvidar -porque creer es siempre un compromiso, algo que obliga al esfuerzo de vivir altamente, como la luna de Pessoa- que corazón es una palabra bisémica: que de ella proceden coraje, concordia, cordial. Nos gusta olvidar que un puñadito de carbón no sólo sirve para arder: también se puede escribir una can-

ción de amor con un lápiz. Y que, apretando mucho, puede ser un diamante.

Me parece mentira que a mis años tenga que esperar la visita de una anciana para encontrar la luz, para tocar mi raíz y recobrar me. *Me parece mentira después de haber querido* como has querido tú.

Gracias, mamá... *No sé decirte nada más/ pero tú debes comprender/ que yo aún estoy en el camino* en el que tú quisiste que estuviera. Ése que inventó -también la verdad se inventa- tu mirada hace unos días, una clara mañana de junio.



«
TENDEMOS A CREEER QUE
YA ESTÁ TODO ESCRITO,
QUE ESTO ES LO QUE HAY,
QUE EL CORAZÓN ES SÓLO
UN MÚSCULO QUE BOMBEA
LA SANGRE, CADA VEZ MÁS
CANSADA, MIENTRAS
ESQUIVA LAS CORNADAS
DEL COLESTEROL

CANICROSS

HOMBRE-PERRO, UN
BINOMIO NATURAL

juanjo saiz
texto

jesús javier
matías
fotos

DISFRUTAR DE LA NATURALEZA EN COMPAÑÍA DE UN BUEN AMIGO, REFORZAR LA RELACIÓN ENTRE AMBOS, MANTENERSE EN BUENA FORMA FÍSICA Y, LLEGADO EL CASO, COMPETIR SON ALGUNAS DE LAS RECOMPENSAS QUE OFRECE EL CANICROSS, ACTIVIDAD IMPORTADA DE ESCANDINAVIA, CUNA DE LA MAYOR PARTE DE LOS DEPORTES Y DISCIPLINAS RELACIONADOS CON LA NIEVE, AUNQUE NO ES PRECISAMENTE EL BLANCO Y FRÍO ELEMENTO LO QUE LA CARACTERIZA PUESTO QUE EL CANICROSS SE PRACTICA EN CIRCUITOS DE TIERRA, SENDAS Y PISTAS FORESTALES. LA PASIÓN POR CORRER TIRADO POR UN PERRO GANA ADEPTOS DÍA A DÍA Y ESTABLECE VÍNCULOS INSOSPECHADOS.

Para comprobar in situ en qué consiste y cuáles son las claves, reglamentación incluida, de este deporte, salimos al campo en compañía de Ismael Mediavilla, presidente del Club Canicross Burgos (suma 50 socios y es, junto con el Club Canicross Guadalajara, uno de los más activos y laureados pese a contar con apenas dos años de vida), además de director de la prueba que se celebra cada año en la pequeña localidad burgalesa de San Adrián de Juarros, una cita considerada como la «mejor de España».

«Todo el que empieza a practicarlos se engancha, porque es algo muy diferente salir a correr solo que hacerlo en compañía de tu mascota. Es un deporte que estrecha muchos lazos contigo mismo, con la naturaleza y con tu animal hasta el punto de que llega un momento en que el propio perro sabe en qué estado te encuentras, y se dosifica incluso cuando nota que ya estás cansado o no tienes un buen día», explica Mediavilla.

EQUIPAMIENTO BÁSICO Un cinturón para el corredor con mosquetón o anilla de enganche, mejor si es de apertura rápida para solventar situaciones comprometidas causadas por caídas; un arnés para el perro (idéntico al utilizado en las competiciones de *mushing* o trineo), al que se acopla la línea de tiro, fabricada en material náutico y de una longitud máxima de dos metros, dotada de un tramo elástico para reducir el impacto que ocasionan los tirones del animal en la espalda, es todo el equipamiento que se precisa para la práctica del canicross, elementos no obstante poco introducidos aún en las tiendas de artí-





Practicantes de la modalidad *bikejoring* (conjunción de ciclistas tirados por perros), en pleno esfuerzo.

EN ESTAS PÁGINAS

1	2	
	3	4
	5	6

1 Deportista y perro comparten una misma pasión: correr.

2 a 5 Una actividad gratificante y asequible. Miembros del Club Canicross Burgos.

6 Ismael Mediavilla con su perro 'Amic'.

culos de deporte más comunes, aunque se puede adquirir por internet (www.windog-mushing.com y www.speedogs.com).

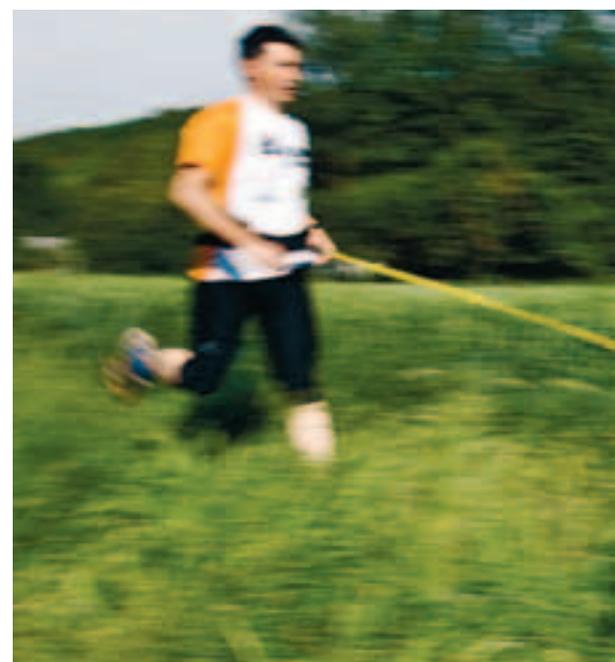
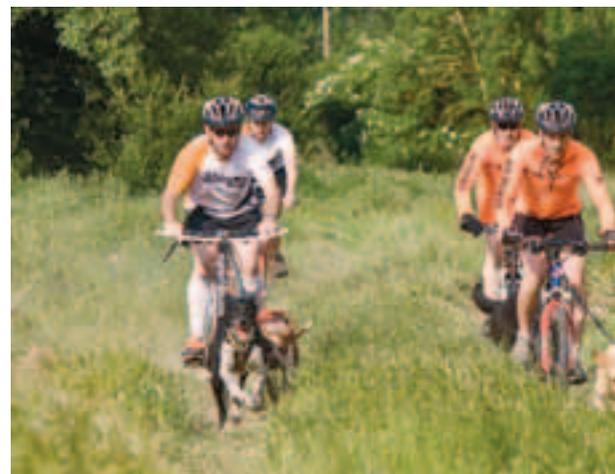
Una vez conseguido el equipo básico (en el que no pueden faltar unas buenas zapatillas y ropa deportiva transpirable), ya solo resta elegir la ruta a seguir y lanzarse a la gratificante aventura que supone hacer ejercicio, ponerse en forma uno mismo y también nuestro *mejor amigo*, compartir sensaciones y disfrutar de espacios abiertos.

El único requisito imprescindible para poder participar en pruebas de competición es que el perro haya superado el año de edad, se encuentre al día en su calendario de vacunaciones y cuente con el pertinente microchip identificativo. Y no importa su raza ni que sean grandes, chicos, medianos o veteranos, aunque, como en cualquier otra disciplina, aquellos participantes que aspiran a 'medalla', que buscan obtener un buen resultado en las carreras, suelen optar por canes especialistas, como es el caso de los cotizados *hound*, alaskanos y braco alemán, pero teniendo presente, comenta Ismael, que en esta modalidad, con carreras cuya distancia media oscila entre los 5 y los 10 kilómetros, «importa más la velocidad, la obediencia y la inteligencia propias de los perros de caza que la característica resistencia de otros ejemplares más adaptados a las largas distancias, a la nieve y al frío».

Otro aspecto a tener en cuenta ya que determina la temporada de actividad y competición en el mundo del canicross es la temperatura. Así, lo ideal, pensando sobre todo en el animal, es correr por debajo de los 16 grados centígrados, aunque también se puede competir entre los 16 y los 20 grados, si bien en este caso el recorrido no suele superar los dos kilómetros. Atendiendo a esta circunstancia, la temporada arranca en octubre y echa el telón a principios de abril para no exponer a los perros a temperaturas demasiado elevadas.

Abundando en el ámbito de la competición, Mediavilla incide en el hecho de que antes de cada carrera todos los animales son sometidos a un control veterinario, garantía que se añade al cuidado y atención que, por regla general, les procuran sus amos dado que son sus mascotas, sus fieles compañeros de fatigas.

COMPETITIVOS Como ocurre con los deportistas, el comportamiento del perro difiere notablemente cuando compite y cuando entrena. «Salimos a entrenar y el perro va adelante y corre, pero se transforma por com-

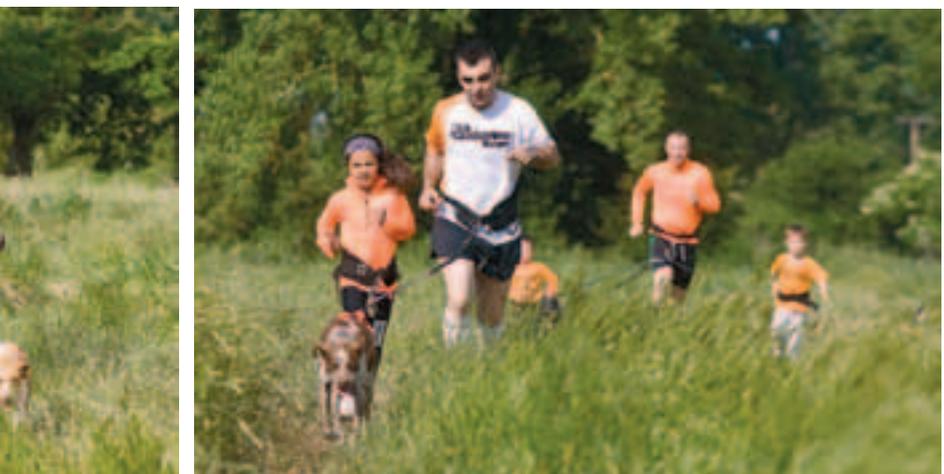


EN ESTA DISCIPLINA IMPORTA MÁS LA VELOCIDAD, LA OBEDIENCIA E INTELIGENCIA PROPIAS DE LOS PERROS DE CAZA QUE LA RESISTENCIA

pleto cuando disputamos una prueba. Nada más sacarlo del coche, no sé si es porque me ve con el dorsal o por qué, se coloca en la línea de salida y se vuelve loco, él y los demás

animales. Tienen un instinto de competición increíble, algo que, según expertos en zoolo- gía canina, puede ser debido a que se activa su

instinto de cazadores, como si fueran a perseguir una presa», comenta Ismael. Y es justamente al tomar la salida cuando se registra el momento más conflictivo de la carrera. Los perros están muy nerviosos y se producen conatos de ataques entre unos y otros, llegando incluso a morderse entre ellos o a algún participante. En consecuencia, el reglamento también establece la colocación de bozales en los ejemplares problemáticos, que les serán retirados una vez avanzada la prueba. Además, en ca-



BATALLADOR

Como nos ocurre a las personas, los perros de competición también se pican entre ellos. «Pues claro», añade Mediavilla, que posa con su fiel aliado y gran competidor *Amic*. «Si te quedas solo en una carrera porque vas el primero, el perro automáticamente templa su ritmo, pero mientras tenga a otros rivales delante o al lado, aunque sea una bici o un quad, intentará alcanzarles con todas sus fuerzas porque han sido entrenados para ello. Y la verdad es que a nosotros nos viene muy bien que se comporten así porque si te quedas en tierra de nadie, sin referencias, lo más probable es que pierdas tiempo». Obediencia, disciplina y ejercicio son las pautas que debe regir la relación entre hombre y perro en beneficio mutuo, pero todavía más en el caso del animal porque fortalecerá sus vínculos con su propietario, le respetará siempre y llegará un día, como gráficamente explica este entusiasta del canicross, que «será el perro el que te saque a ti a correr».



rrera los perros no pueden ser jaleados «ni de palabra ni de obra». Tampoco se puede tirar de ellos ni dejar que se coloquen detrás del corredor, salvo en los cambios de dirección o por un despiste del animal. En caso contrario, el competidor será sancionado con pérdida de tiempo, llegando a la descalificación si suma tres penalizaciones.

Si tiene mascota y le gusta correr, usted, su perro, su corazón y el medio ambiente están, estamos, sin duda, de enhorabuena.



> ENTREVISTA

JAVIER URRA psicólogo

«EL OPTIMISMO ES UNA OBLIGACIÓN ÉTICA»

maría
albilla
texto

valdivielso
fotos

Aprender a vivir es un proceso largo y a veces complicado que tiene como principal objetivo el ansiado concepto de felicidad. Pero mientras se alcanza esa máxima hay que acostarse cada noche satisfecho con el transcurso de la jornada y agradecido por lo que se ha logrado. Aunque no siempre es fácil, el psicólogo **JAVIER URRA** aporta algunas de las claves para lograrlo en el libro '¿Qué se le puede pedir a la vida?', una obra didáctica con la que este experto anima a encarar de frente las desavenencias desde un punto de vista realista y positivo, porque los problemas también ayudan a forjar la personalidad.

La primera pregunta la marca usted mismo. ¿Qué se le puede pedir a la vida?

A la vida se le pueden pedir momentos agradables, una razón para vivir y que el último día tengamos claro para quién hemos vivido, que no para qué. Mi impresión es que nacemos llorando, la gente te acoge sonriendo, y vuelve el llanto cuando te vas, por eso creo que en esta vida también hay que aprender a despedirse porque sabemos que tiene un límite. La vida, en definitiva, es amanecer y sentirse feliz de estar aquí un día más.

¿Depende esto de la edad?

No, qué va. Yo veo a jóvenes que se arrastran por la vida, que solo matan el tiempo y, sin embargo, tengo conocidos que con 90 años no tienen todavía arrugas en el alma y viven con ilusión, con esperanza, con ganas de aprender y de enseñar... Hay que conservar ese brillo en los ojos y eso no lo marca la edad, aunque el adolescente sabe que tiene todo por delante y el mayor no. Aún así, estos no deben quitar nunca el espacio vital a un joven por muy bien que se sientan. Hay quien dice que es en la serenidad de la vejez donde está la libertad.

De hecho, creo que admira la forma en la que vive la duquesa de Alba.

En Sevilla adoran a la duquesa de Alba y, en una conferencia que di allí coincidí con ella. La noté débil, con solo un hilillo de voz, pero es absolutamente independiente a pesar de su edad. Ha vivido como ha querido, se ha casado con quien le ha convenido y nadie se lo ha impedido. Esto da respuesta a que los mayores pueden tomar sus decisiones de manera independiente, aunque si yo fuera su hijo, lo vería

de manera diferente.

¿Cómo se puede aprender a disfrutar del tiempo que estamos en el mundo?

La vida es, sobre todo, cuestión de personas y de actitud. De vez en cuando hay que darse un golpecito en el cráneo y proponerse ser más imaginativo. Variar la ruta de cada día, leer algo sobre un tema diferente al de siempre, ir a tomar un café y hablar con alguien que no conoces... El ser humano es excesivamente predecible y es muy bueno estar abierto a diferentes situaciones para que vayan llegando sorpresas. Pero no tengo una visión solo dulce de la vida. He trabajado con los violadores más crueles de este país, con psicópatas, con *Rafitas*... pero mantengo un optimismo vital porque entiendo que el optimismo es una obligación ética.

Pero guardar esta postura no siempre es fácil. Si le decimos a una familia entera que está en paro que sea optimista... no creo que lo tengan claro.

Yo digo lo que creo que deben hacer, otra cosa es lo que sean capaces de llevar a cabo. Hay quien puede tener un problema y hundirse y caer en una depresión. Otra opción es ser creativo y valorar la situación. En este caso, podría pensar en el tiempo que puede pasar con los hijos o el apoyo que puede recibir de otras personas y aceptar la realidad. No lo van a pasar bien, no, pero hay otras cosas objetivamente traumáticas que pueden ser peores y después de las cuales es muy muy difícil rehacer la vida. No valoramos la felicidad de lo que tenemos.

¿Cuáles son los principales impedimen-



tos para vivir una vida plena?

Uno de ellos es que no se enseña lo que son las emociones, el manejo de los sentimientos. Dos, que vivir plenamente supone alegrías, pero también penas. Hay que tomarse en positivo los disgustos, las discusiones... La gente quiere que el otro le quiera como él quiere quererse. La gente se enamora con mucha facilidad, pero luego no sabe amar: ¿qué es eso de querer cambiar a tu pareja? Es inviable, utópico, imposible. La idea de unir placer a felicidad es otro error. Un abuelo viendo una foto de sus nietos, ¿siente placer? No, pero es feliz.

¿Hay que centrarse, tal vez, en esos pequeños detalles?

La vida se nos va haciendo grandes planes, esperando a que llegue cierto día o momento, pero es que lo más interesante de hoy es ahora. No hablo del *carpe diem*, pero sí saber que estoy viviendo.

Usted dice «el verdadero objetivo de la vida es hacer felices a los demás».

Estoy convencido. Hay mucha gente que, incluso estando en situaciones muy complicadas, intenta ayudar a los demás.

Ante el sufrimiento, ¿es necesario aplicar como máxima que lo que no mata hace más fuerte?

La gente que sufre forja su personalidad y adquiere cierta capacidad para encajar los zarpaños del día a día. Ante el sufrimiento hay quien busca una razón para proyectarse en el mañana. Mucha gente se asocia para pasar el trance con gente que pasa por lo mismo que ellos para poder aliviarse. Hay veces que, simplemente, hay que sufrir. No hay más. A un niño hay que decirle que su abuelo va a morir. No quiero, te puede contestar. Perfecto, entonces te enterrará y sufrirá él. Esto es la vida.

Entre sufrimiento, trabajo, prisas, familia... ¿qué se puede hacer para huir del estrés y dedicarse cada día un momento de relax?

Hay que organizar bien la agenda y sacar esos ratos. ¿Cómo? Priorizando. La gente quiere tener dos coches, casa y chalet e irse de crucero en verano, pero no se puede. Es cuestión de decidir lo que uno quiere hacer y planear cuándo va a parar porque lo necesita. Yo, como decía Ortega y Gasset, soy un *trapero del tiempo*, porque tengo todo milimétricamente organizado y sin ir corriendo a los sitios.

¿El creciente individualismo es bueno para vivir en sociedad?

Sí. De hecho, es necesario para vivir. El ser humano es un animal que busca su espacio, su territorio. Por eso en casa siempre te sientas en la misma silla y usas el mismo lado de la cama. Pero luego también es muy cooperativo y solidario. Esto es la sociedad.

¿Qué importancia tiene para vivir cuidarse y tener hábitos saludables?

Pues no sé qué decirte porque yo no me cuido nada... Cuando fui Defensor del Menor trabajé 18 horas al día sábados y domingos incluidos. Tuve una vida de infarto y, efectivamente, me dio un ataque al corazón un día mientras conducía, siendo consciente de que me podía pasar. Pero, si volviera a nacer y me dijeran: ¿Me-

«NACEMOS
LLORANDO,
LA GENTE TE
ACOGE
SONRIENDO,
Y VUELVE EL
LLANTO
CUANDO TE
VAS, POR ESO
CREO QUE
TAMBIÉN
HAY QUE
APRENDER A
DESPEDIRSE»

«HAY QUIEN
DICE QUE ES
EN LA
SERENIDAD
DE LA VEJEZ
DONDE
ESTÁ LA
LIBERTAD»

«HAY VECES
QUE,
SIMPLEMENTE,
HAY QUE
SUFRIR. NO
HAY MÁS»

reció la pena trabajar cinco años a ese ritmo y acabar ahí? Diría, sí, mereció la pena. Soy muy vital, muy pasional, pero creo que la gente inteligente hace deporte, sabe cuándo debe darse un respiro y se maneja bien. Hay otros que nos volcamos tanto en ciertas actividades que somos incapaces de gestionar otras.

¿Qué papeles juegan tanto el humor y la sonrisa como ingredientes de este valle de lágrimas?

Ambas son fundamentales. Todas las mañanas cuando me afeito me río. Mi miro el *careto* y no puedo hacer otra cosa que reírme. Es patético que la gente se tome las cosas tan en serio. Es una falta de sencillez, de humildad y de inteligencia. Cuando valoro que Dios hizo al hombre a su imagen y semejanza, no sé si es

un piropo para Dios o un insulto. Regalar una sonrisa es muy fácil, pero también hay que tener capacidad para asumir las críticas porque el sentido del humor es relativizar los problemas y echarlos unas gotas de alegría.

Dice en su libro que el hombre es frágil, vulnerable y mortal. Lo cierto es que nos educan para la vida, nos enseñan, como usted, a vivirla lo mejor posible, pero ¿estamos preparados para afrontar la muerte?

Es sencillo. Hay que empezar por comprar a un niño una tortuga, un hámster o un conejo y que compruebe que, con el tiempo, se va a morir. O tener un perro. Porque cuando se muere un perro después de 14 años no puedes decir 'pues me compro otro'. Ahí hay cariño,



hay afecto, hay dolor. Además, debemos ser más naturales y llevar a los niños a los entierros. Nada de decir que el abuelito está dormido y esas bobadas. Igual que no pasa nada por que visiten a otros pequeños en un hospital y vean que la salud, que estar bien, no es nada que esté garantizado. Si les metemos en una burbuja hacemos jóvenes como los que tenemos ahora en España que son duros por fuera y frágiles por dentro. Por eso, la razón por la que más mueren los jóvenes en este país, aunque no se diga, es por suicidio.

¿Es esto consecuencia de la infantilización creciente de la sociedad?

Los jóvenes son como el cristal, se rompen. Creen que nadie les puede fallar, que la lealtad es exacta... y no es así. Hay que saber perder, sufrir, recibir rectificaciones, aceptar la frustración, superar las caídas. Lo que hay que formar son pelotas de goma que se deforman ante un golpe, pero luego vuelven a su postura. Y, sobre todo, hay educar a los jóvenes para que sepan que cuando una mujer dice no, es no.

¿Los crecientes casos de violencia doméstica tienen su germen en un fallo educativo?

No veo buen enfoque a este tema porque no creo que con más jueces y medidas de distanciamiento se vayan a resolver los problemas. Somos analfabetos emocionales. Lo que nos hace falta es educar en la sensibilidad, en la empatía, la compasión y el perdón y si no seguiremos viendo casos como el de Marta del Castillo.

El caso de Marta del Castillo dejó estupefacto al país, y todavía hoy no podemos de salir de nuestro asombro ante la crueldad y frialdad que demostraron a lo largo del proceso los implicados. ¿Es este el fruto que hay que recoger después de no hacer bien las cosas?

Estoy casi seguro de que esa niña dijo que no a algo o hizo un comentario que no pudo tolerar un chico con un complejo machista-narcisista. No sabría explicar este caso. Creo que hay dos cosas ahí. La Policía entonces estaba inmersa en un tema sobre la droga en Sevilla y desatendió en algo inicialmente el suceso. Es decir, no actuó con la rapidez necesaria. Y dos, yo conozco a los menores como colectivo y son muy capaces de mentir, pero no de compadecerse. No me sorprende que no hayan confesado dónde está el cuerpo, aunque sí me extraña que no se lo hayan conseguido sacar. Es muy dramático. España ya quedó muy traumatizada con el caso de las niñas de Alcàsser y si este no se resuelve, quedará también en la memoria.

¿Cómo hay que afrontar la creciente agresividad de los niños en los colegios y en el ámbito familiar?

La cuestión es que antes, los chicos que no querían estudiar dejaban la escuela y punto, pero ahora es obligatoria hasta los 16 años y de ahí que los que no quieren continuar sean absentistas, rebeldes, etc. Donde sí tenemos un auténtico problemón que va a más es en el tema de la violencia de los hijos contra los pa-



«LA GENTE SE ENAMORA CON MUCHA FACILIDAD, PERO LUEGO NO SABE AMAR»

«HAY QUE EDUCAR EN LA SENSIBILIDAD, EN LA EMPATÍA, LA COMPASIÓN Y EL PERDÓN»

dres. Hay padres que se dejan chantajear, que intentan comprar el cariño de los hijos... y es porque hay sentido de culpa y falta de tiempo. Ahora el niño, por ser niño, es el rey del mambo y es un error. Y ahí empiezan los posibles casos de violencia de género. Un chico que con 17 años pega a su madre, es más que posible que luego le haga lo mismo a su pareja. De hecho, ahora estoy inmerso en un proyecto para tratar y reeducar a estos jóvenes violentos y que luego vuelvan a su familia sabiendo lo que es la palabra respeto. Y hay que tener en cuenta que uno de cada tres agresores es chica, algo impensable hace una década. Estamos haciendo una sociedad más psicopática. **La Ley del Menor siempre está en el candilero porque necesita reformas, ¿qué es lo que debería cambiar?**

Esta ley está funcionando muy bien. España antes tutelaba a los niños, no se les sancionaba penalmente y la sociedad clama porque ahora la prensa saca hechos que antes se ocultaban o que salían solo en *El caso*. A mi me parece que, sin duda, hay que escuchar a la víctima, pero ésta no debe hacer la ley porque está incapacitada para ello. Pienso que la norma se podría endurecer en ciertos casos como los de violación, asesinato u homicidio, pero con un límite. Ahora estamos en ocho o 10 años, lo que para un chico de 16 es la mitad de su vida. Por eso hay que medirlo en proporción. Si a un chico de 14 le condenas a cinco años, es acabar con su juventud y, a partir de ahí, se animaliza. Entiendo que es complicado porque si a mi me lo preguntan como padre, me parece poquísimo, pero como experto, sé que es una ley dura. De todas formas, a mi esto me tiene

agotado. La ley está muy trabajada y la sociedad cree que hay que cambiar la ley. Yo la rompería y haría otra. Así, después, si los problemas siguen igual, que seguirán, nadie podrá decir que hay que cambiar la normativa, porque ahora es un pararrayos.

Hace décadas, todo el mundo trabajaba desde que tenía apenas fuerzas. Luego alguno despuntaba e iba a la Universidad, al final todos tenemos estos estudios y ahora damos el salto a la generación ni-ni. ¿Qué ha pasado?

Lo de los *ni-ni* es un poco exagerado. Siempre ha habido vagos y los seguirá habiendo, pero yo en la Universidad suelo ver a los *sí-sí*; sí estudian, sí trabajan. Los currículos de la gente de unos 26 años son impresionantes con másteres, doctorados... No creo que los *ni-ni* sean una generación sino un grupo al que se le ha robado la fe religiosa, la ideología política, la posibilidad de tener un trabajo seguro y adquirir una vivienda... y se les complican las cosas. Pero es que también hay padres que están encantados con que sus hijos estén en casa hasta los 35 porque viven para ellos.

Desde que nacemos hasta que morimos, todos sobrevivimos, pero ¿quienes se divierten más entre tanto, los buenos o los malos?

No sé quién vive mejor, pero creo que la cuestión es quién duerme mejor. En mi caso, las veces que he hecho algo que está mal, como tengo conciencia de que está mal, no lo he disfrutado. Si hay alguien que no tiene principios morales, pues a lo mejor lo lleva bien... Yo creo que la gente, en general, es bondadosa y muy generosa.



TOWN HOUSE GALLERIA (MILÁN) EL ÚNICO HOTEL DE 7 ESTRELLAS DE EUROPA

EL LUJO DE LOS 'HOTELES DE ORO'

LA QUINTAESENCIA DE LA BUENA VIDA

EL HOTEL DE CRILLON, EN PARÍS, EL SACHER DE VIENA, EL INTERCONTINENTAL MADRILEÑO Y EL TOWN HOUSE GALLERIA, EN MILÁN, ÉSTE ÚLTIMO EL ÚNICO 7 ESTRELLAS EUROPEO, SON CUATRO DE LOS ALOJAMIENTOS DE GRAN LUJO CON MÁS 'GLAMOUR' DEL CONTINENTE. EL PRECIO EN EUROS DE SUS Suntuosas 'SUITES' SOLO ESTÁ AL ALCANCE DE UNOS POCOS, YA SEAN REYES, ESTRELLAS DE CINE O EMPRESARIOS MILLONARIOS. POR ESO REPRESENTAN LA OPULENCIA EN ESTADO PURO.

pedro javier
díaz-cano
texto

eduardo grund
fotos

Un chófer multilingüe en automóvil de lujo puede recibir al huésped en el aeropuerto, justo a los pies de su *jet* privado; entre sus clientes, nuevos ricos rusos y jeques árabes que quieren «sentirse en casa, lejos de casa». Éste es el lema del Town House Galleria de Milán, el único hotel de siete estrellas de Europa. El otro hecho diferencial de este exclusivo alojamiento es el de formar parte de un Monumento Histórico como es la propia Galería Vittorio Emanuele, uno de los símbolos de la opulencia de una de las capitales mundiales de la moda y principal arteria comercial a cubierto de Milán, nexo de unión entre los otros dos iconos por antonomasia de la ciudad lombarda: el Duomo, la catedral gótica más grande del mundo (puede albergar 40.000 personas en su interior), y el Teatro alla Scala, la meca de la ópera.

Una de sus fachadas se sitúa en el octágono central de la Galería, justo encima de la lujosa tienda de Prada, y tiene enfrente la no menos pomposa *boutique* de Louis Vuitton. Pero al hablar de cuestiones diferenciales para que este singular alojamiento obtuviera la certificación oficial de siete estrellas (el pionero de esta cate-



goría fue el Hotel Burj al Arab de Dubai, en los Emiratos Árabes Unidos), aparte de que sus 25 suites cuentan con vistas a la Galería Vittorio Emanuele con precios entre 1.000 y 4.500 euros por noche, habría que empezar por destacar su servicio a la medida de cada huésped, que incluye el trato con guantes de seda por un mayordomo personal y la posibilidad de disponer de un cocinero las 24 horas del día.

Además, desde abril de 2009, este establecimiento cuenta con la habitación más cara del mundo: 50.000 euros por noche. Por supuesto, se trata también de una de las más grandes: mide 700 metros cuadrados.

BRILLO EN EL 'LOBBY' El lujo y la excelencia comienzan por la recepción de sus distinguidos y adinerados huéspedes, que pueden solicitar el servicio de chófer multilingüe (deben hablar al menos tres idiomas) con automóvil de lujo desde su llegada al aeropuerto. Un conductor al volante puede aguardar al cliente a pie de pista, pues muchos aterrizan en su avión privado provistos de una billetera repleta y con el deseo de pasar desapercibidos.

Precisamente, la discreción se tiene muy en cuenta en el Town House Gallery. De hecho, el huésped tan siquiera ha de hacer el habitual

check-in en la recepción, sino que este trámite se realiza directamente en la *suite*. Así, el minimalista mostrador de recepción no suele estar atendido, salvo a toque de campanilla, y los clientes son recibidos por una lujosísima lámpara veneciana de cristal de Murano, una *araña* con nombre propio, La Murrina (La Medusa), por la figura que evoca: la diosa Medusa.

Las majestuosas habitaciones de la segunda planta (la zona noble) se caracterizan por sus techos de más de cinco metros de altura. Las siete suites que tienen vista a la Galería son las más caras del hotel. Tienen nombres de compositores italianos de ópera en el caso de seis de ellas (Verdi, Bellini, Donizetti, Rossini, Puccini y Vivaldi), y de un célebre director de orquesta de la Scala (Toscanini). Sus precios oscilan entre los 4.500 euros de la Verdi Suite (90 m²) y los 2.100 de la Vivaldi Junior Suite (36 m²).

Otro de los servicios que se puede solicitar por adelantado es el de un *personal shopper*, algo usual en una ciudad como Milán, famosa por su Cuadrilátero d'Oro, el par de manzanas demarcadas por las calles Sant'Andrea, Della Spiga, Montenaполеone y Via Manzoni, donde se encuentran todas las tiendas de las grandes firmas de moda: Ferragamo, Valentino, Versace, Chanel, Kenzo, Fendi, Hermés, Dior, Cerruti,

Etro, Helmut Lang y el Spazio Armani. El asistente personal para compras incluso organiza *appuntamento* (citas) en las *boutiques* elegidas después del horario de cierre.

La gastronomía que ofrece el hotel está también personalizada. Especializado en cocina mediterránea, hace gala de una filosofía ayurvédica para adaptarse de manera individualizada a cada metabolismo. De origen hindú, la premisa de esta tendencia parte de que son más importantes los alimentos que cada organismo necesita, no los que el comensal quiera o le apetezca porque pueden dañar su cuerpo.

Para los que viajen con niños, los padres también cuentan con una ayuda especial: Play Station para los jóvenes y cuidadora para los más pequeños. Todo pensado para el máximo confort disfrutando de la estancia en plena Galería Vittorio Emanuele. Todo un lujo exclusivo al alcance de muy pocos bolsillos.

DATOS PRÁCTICOS

Town House Galleria
Galleria Vittorio Emanuele, MILÁN
Via Silvio Pellico 8, 20100 Milán
Tel.: +39 02 8905 8297-99
Web: www.townhousegalleria.it
E-mail: galleria@townhouse.it

HOTEL SACHER (VIENA) EMBLEMA DE AUSTRIA Y CUNA DE LA TARTA SACHER

El magnífico Hotel Sacher de Viena, que está situado en el centro histórico de la ciudad, enfrente de la Ópera del Estado (Staatsoper), forma parte de las auténticas instituciones clásicas de Austria. En sus *suites* se ha alojado la *crème de la crème* de quienes visitan la ciudad, muchos de ellos vinculados a la ópera como los tenores españoles Plácido Domingo y José Carreras, o el director de orquesta Herbert von Karajan, que da nombre a una de sus habitaciones más suntuosas. Este auténtico emblema austriaco cuenta en su anecdotario con la rueda de prensa que Yoko Ono y John Lennon dieron desde la cama, y con una lista de VIPs que incluye a las reinas de Holanda y de Dinamarca, la princesa Carolina de Mónaco o la otra familia real de Irán.

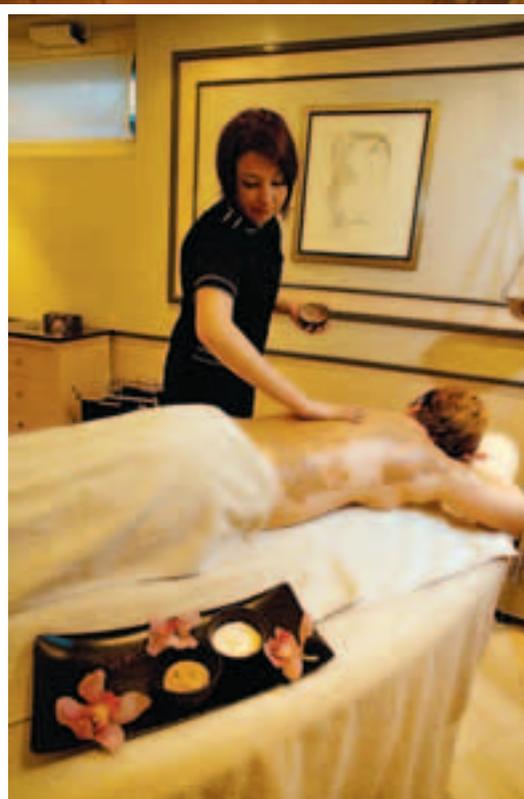
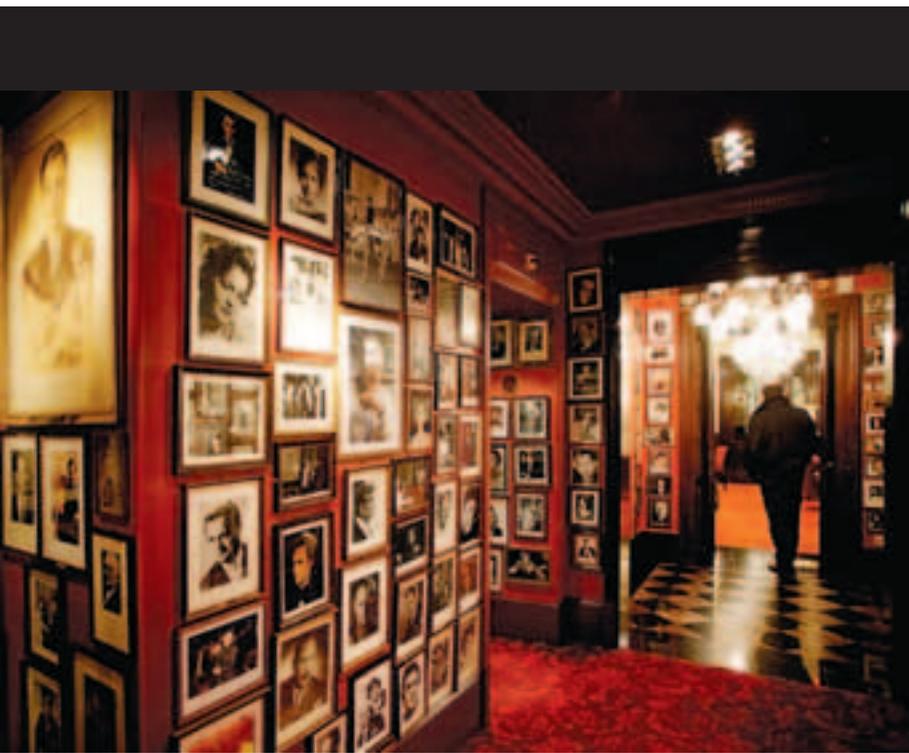
No en vano, si por algo es célebre en todo el mundo es por ser la cuna de la famosa tarta Sacher (Original Sacher Torte). Todo comenzó hace 179 años cuando Franz Sacher creó el famoso pastel que lleva su nombre. Como casi todas las recetas que han revolucionado la gastronomía mundial, nació por casualidad cuando un día de 1832 el jefe de cocina del príncipe Metternich cayó enfermo de repente. Su joven aprendiz recibió entonces el encargo de crear un postre al gusto del canciller. Dos capas de bizcocho de chocolate, un ligero relleno de mermelada de albaricoque, una cobertura de fino glaseado de chocolate negro y había nacido una estrella. La *Sachertorte* consiguió un rotundo éxito y la receta original, *top secret*, permanece en una caja fuerte como el secreto mejor guardado del hotel.

Fue en 1876 cuando Eduard Sacher, el hijo del exitoso inventor de la tarta, tras haber estudiado turismo y viajado por todo el mundo, abrió las puertas del hotel Sacher en Viena con un huésped de excepción, el canciller de Hungría. En la actualidad, el establecimiento es miembro de la asociación Leading Spas of the World (cuenta con su propio spa especializado en tratamientos de belleza con chocolate) y es propiedad de la familia Gürtler, con la gran dama vienesa Elisabeth Gürtler a la cabeza, que lo gestiona a la perfección en nombre de sus hijos, aún jóvenes para coger las riendas de la empresa.

UNA DULCE SINFONÍA La Original *Sachertorte* es el pastel más copiado del mundo y, aunque nadie conoce la receta original, todas las confiterías del mundo que se precien han tenido que copiarla por su irresistible éxito, de forma que la porción de este dulce servido con un poco de nata montada es uno de los iconos de Viena. Su fama llega hasta el punto de que el spa del Hotel Sacher ofrece tratamientos de belleza y *anti-aging* (antienvejecimiento) como su *sinfonía de chocolate*, con baños de vapor y masajes aprovechando los beneficios de la manteca de cacao para la piel, recomendados para quienes quieran ser felices sin calorías.



HOTEL INTERCONTINENTAL (MADRID) EL HOTEL DE LAS ESTRELLAS DE HOLLYWOOD



El Hotel InterContinental Madrid fue el primer establecimiento hotelero internacional de Madrid y el preferido de las grandes estrellas de Hollywood en la década de los 50, cuando en la capital y sus alrededores se sucedían los rodajes de míticas películas como *Ben Hur* o *El Cid*. Ava Gardner, Frank Sinatra, Elizabeth Taylor, Mia Farrow, Zsa Zsa Gabor, Sofía Loren, Gina Lollobrigida, Tony Curtis, Robert Mitchum, Luis Mariano, Gary Cooper o Charlton Heston eligieron el InterContinental como su residencia permanente durante los rodajes de las grandes producciones de la época. Su fiesta de inauguración en 1953, que duró tres días, coincidió con la firma del tratado de relaciones entre Estados Unidos y España y con la instalación en Madrid de una colonia de artistas y gentes del cine que convirtieron el enclave en su principal punto de encuentro.

Una de las joyas de la corona del hotel de cinco estrellas madrileño, que se construyó sobre el palacete del siglo XVIII del Marqués de Mérito, es su magnífico Salón Albéniz, con decorado palaciego y cuya pista de mármol sigue acogiendo bailes de salón coincidiendo con las elegantes *Cenas con baile* que el InterContinental ofrece para celebrar fechas señaladas, como el Día del Padre o el Día de la Madre.

PROPIETARIO LIBANÉS Asentado en pleno Paseo de la Castellana como uno de los hoteles más emblemáticos de la ciudad, lo acaba de adquirir un nuevo propietario. Se trata del inversor libanés Toufic Aboukhater que ha comprado, a través de su sociedad Mansion Services, un paquete de siete hoteles que gestiona la cadena estadounidense en distintas



capitales europeas. Entre ellos, destacan el InterContinental De la Ville (Roma) y el Hotel Carlton de la Croisette (Cannes).

Según fuentes del sector, Aboukhater ha pagado 450 millones de euros por el paquete de establecimientos hoteleros, lejos de los 634 millones por los que InterContinental traspasó los activos al fondo inmobiliario de Morgan Stanley en 2006.



CENAS DE CINE

Precisamente para rendir un homenaje al mundo del celuloide con el que el hotel está históricamente unido, hasta finales de junio cine y gastronomía vuelven a ser protagonistas en el restaurante El Jardín del InterContinental, con la colaboración de Paramount Pictures Corporation -líder en contenidos y que cumple su centenario el próximo año 2012- y DreamWorks Animation -entretenimiento de alta calidad dirigido a públicos de todo el mundo-.

Todos los miércoles (habitual día del espectador en las salas de cine de todo el país), a partir de las 21,00 horas, se pueden degustar los platos que conjuntamente Paramount e InterContinental han elegido para esta ocasión tan especial y que han sido creados por el chef José Luque, inspirados en nueve títulos de películas de la distribuidora americana. De esta manera, el menú degustación de *Secuencias de Cine Gourmet*, cuyo precio es de 39 € (IVA incluido) por persona, está compuesto por:

1. *Croissant* relleno del diamante de la cocina inspirado en la película *Desayuno con diamantes*.
2. Café irlandés de la ley seca sin *whisky* y sin café, de *Los intocables de Elliot Ness*.
3. Ostra de Normandía de *Salvar al soldado Ryan*.
4. *Steak tartar* con queso manchego crujiente de bacon y lascas de pan inspirado en *Flashdance*.
5. Sopa de *noodles* de verduras, ginger y lemon grass de *Kung Fu Panda*.
6. Vieras en tempura, mayonesa de wasabi y salsa de soja inspirado en *Oficial y caballero*.
7. Tournedó de ternera blanca con frutos secos de *El crepúsculo de los dioses*.
8. Puro y *grappa* de *El padrino*.
9. La caja de bombones de *Forrest Gump*.



HOTEL DE CRILLON (PARÍS) A CUERPO DE REY



**LES
AMBASSEURS,
UN RESTAURANTE
MONUMENTAL**

Como no podía ser de otra manera en un hotel de gran lujo de la categoría excepcional del Crillon, su restaurante está considerado por los *gourmets* como una de las mejores mesas de París. Su actual chef es el talentoso Christopher Hache, que en tan solo un año ha conseguido que sea distinguido con una estrella Michelin. Pero además de su alta cocina, el propio comedor está declarado Monumento Protegido por su historia y por la riqueza artística que le rodea. De entrada, el carro de *champagnes* para el aperitivo ya es de por sí demostrativo de su *glamour*. Por cierto, en todas las *suites* y habitaciones, el recibimiento de cortesía siempre incluye una botella de espumoso francés en una cubitera con hielo. En concreto, una botella del selecto Laurent-Perrier de Tours-sur-Marne, bodega fundada en 1812 y también proveedora del Príncipe de Gales. El hotel cuenta asimismo con su propia *brasserie*, L'Obe, que se ha convertido en un punto de encuentro muy *chic*, alrededor de una gastronomía refinada, rápida y original destinada a los joyeros, diseñadores y políticos que trabajan en los alrededores, así como a hombres y mujeres de negocios y de la comunicación.



Su Bernstein Suite en honor del célebre director de orquesta y compositor Leonard Bernstein, con vistas a la plaza de la Concordia y en la que se alojaba el músico estadounidense durante sus largas estancias en la ciudad de la luz, cuesta 8.200 euros por noche y no incluye el desayuno, a razón de 49 euros por persona si se trata de un *petitdejeuner* de bufé, o 38 si es el continental. El precio de la Suite Louis XV no le anda a la zaga: 8.000 euros por noche. Dicho esto, la tarifa más *económica* para quién esté interesado en pasar una velada a cuerpo de rey es de 950 euros en una habitación Single Deluxe, la misma cuantía si se quiere disfrutar en pareja en una Double Superior. O lo que es igual, más de 1.000 euros por estancia nocturna con el desayuno.

Emplazado (nunca mejor expresado) en una de las plazas más famosas del mundo, el edificio que ahora alberga el Hotel de Crillon se construyó en 1758 después de que el rey Luis XV encargara dos palacios de piedra idénticos en la que entonces fue bautizada como place Louis XV en honor también de su estatua a caballo. Uno de estos dos palacios separados por la Rue Royale e inicialmente diseñados para oficinas del Gobierno del Estado, es el que se convertiría con el paso del tiempo en el Hotel de Crillon, mientras que el edificio del este (el denominado *Royale*) sigue siendo hasta hoy la sede de la Marina francesa.

En 1778, el conde de Crillon adquirió el palacio para fijar allí su residencia. Confiscado por el gobierno de la Revolución Francesa en 1791, el edificio volvió años después a las manos de sus legítimos dueños y los descendientes de esta estirpe vivieron allí más de un siglo, conservándolo hasta 1907. A este respecto, hay que recordar que la llamada place Louis XV, fue denominada place de la Revolución desde noviembre de 1792 hasta mayo de

1795, convirtiéndose en el lugar principal de ejecuciones públicas. En concreto, el propio rey Luis XVI fue guillotinado enfrente del mismo edificio del actual Hotel de Crillon el 21 de enero de 1793. Igualmente, la célebre María Antonieta fue ejecutada en el mismo sitio el 16 de octubre de ese mismo año.

Por cierto, en la actualidad el hotel conserva todavía el *Salón Marie Antoinette*, en el cual, según parece, la reina dio clases de música en sus frecuentes visitas a París, un tanto aburrida de la corte en Versalles, como lo sugiere el tapiz de Flandes titulado *La clase de canto* (siglo XVIII). Esta estancia da a una de las más bellas terrazas clásicas, rodeada de magníficas columnatas corintias, dominando la plaza de la Concordia y con una estupenda vista del obelisco de Luxor, uno de los monumentos más conocidos de París. Con sus 33 siglos de antigüedad, 23 metros de alto y un peso de 220 toneladas. El monolito adornado con jeroglíficos fue un obsequio del sultán egipcio en 1831.

GRANDES PERSONALIDADES

Fue en 1907 cuando la Société du Louvre se hizo dueña del palacio, así como de dos edificios vecinos en la calle Boissy d'Anglas, para transformarlo en el primer gran hotel de lujo de París. El 11 de marzo de 1909, el Hotel de Crillon dio en sus salones su primera cena de gala y al día siguiente abrió sus puertas a los primeros viajeros. Desde entonces, se ha convertido en el lugar de encuentro de ilustres personajes, desde emperadores, reyes y otros jefes de Estado y presidentes de Gobierno,

hasta las pertenecientes al mundo de las artes o del espectáculo. Entre los monarcas que se han alojado en el número 10 de la plaza de la Concordia se pueden nombrar a la reina de Holanda y el príncipe consorte (1912), el rey y la reina de Dinamarca (1914), el rey George V de Inglaterra (1915), el Sha de Persia (1948), el emperador Hirohito de Japón (1972), la reina Fabiola de Bélgica (1985) y también los reyes Mohammed V y Hassan II de Marruecos, la reina Noor de Jordania y la reina Sofía de España.

Entre la nómina de presidentes y primeros ministros, se hallan Theodor Roosevelt, presidente de EEUU (1914), Sir Winston Churchill o



Hosni Moubarak, ex presidente de Egipto. Por su parte, entre los actores y actrices más famosos del celuloide que han firmado en el Libro de Oro del Crillon, destacan Tyrone Power (1939), Charlie Chaplin (1954), David Niven y Yul Brynner

(1980), Orson Welles, y las *reinas del cine* Sofía Loren (1979) y Elizabeth Taylor (1986). Más recientemente, también se han alojado estrellas de la música como Madonna, Michael Jackson o Jessie Norman.

Cumplido el centenario de su apertura en 2009, incluso el actual propietario del hotel pertenece también a la realeza, pues en noviembre de 2010 el Crillon fue adquirido por el Príncipe Mitab Ben Abdalah, miembro de la familia real de Arabia Saudita. Aunque los *petrodólares* han podido hacerse con su propiedad, el Hotel de Crillon seguirá siendo un emblema de París como auténtica muestra de la *grandeur* francesa.

> MÚSICA



FOTO: GUY AROCH

ESENCIA POP

Arctic Monkeys publica su cuarto disco de estudio, 'Suck it and see', un trabajo que les confirma como una de las mejores bandas británicas del momento.

Ninguno supera los 26 años, pero tras casi una década tocando juntos, Alex Turner, Jamie Cook, Matt Helders y Nick O'Malley han pasado de ser la gran sorpresa del panorama musical británico a convertirse en uno de sus bastiones principales. Arctic Monkeys acaba de publicar *Suck it and see*, su cuarto disco de estudio, donde se alejan de los sonidos ariscos, oscuros y más roqueros de su anterior trabajo (*Humbug*, 2009, coproducido por Josh Homme, de Queens of the Stone Age) para apostar en esta ocasión por tomas únicas sin apenas postproducción.

Una docena de canciones luminosas y de espíritu profundamente *pop* conforman *Suck it and see*, un álbum grabado a comienzos de año en el estudio *Sound City* de Los Ángeles, donde Nirvana alumbró a comienzos de los 90 *Nevermind*. «Mientras estuvimos en la Costa Oeste de Estados Unidos grabando, todos vivíamos rodeados de una atmósfera muy positiva. Al escuchar el disco creo que se nota que lo estábamos pasando bien. Queríamos sonar algo divertidos, nada se-

rios», recuerda el letrista y vocalista de la banda, Alex Turner.

La gama de sensaciones que se desprenden del nuevo trabajo es variada y muy emocional. Con unas letras cautivadoras, como es habitual en la banda, las propuestas basculan entre la lírica juguetona de *Library pictures* (uno de los temas más roqueros y divertidos del disco), el romanticismo de la emocionante *Reckless serenade*, o el desdén de corazón herido que destila *Love is a laserquest*.

Pese al alma rock de temas como el guitarrero *Black treacle* o *Brick by brick* (la *rara avis* del compacto, con sus coros y estribillo pegadizo que recuerdan por momentos a AC/DC), el espíritu que sobrevuela el disco es eminentemente *pop*. Así sucede desde *She's thunderstorms*, la brillante apertura del álbum (que hace imposible no acordarse de

Stone Roses por momentos), hasta su no menos genial cierre, con la luminosa *That's where you were wrong*.

Entre medias, grandes canciones como la que presta su título al conjunto, *Piledriver waltz* (compuestas para la banda sonora de *Submarine*, la magnífica tragicomedia dirigida el pasado año por Richard Ayoade, inédita en España) o *Don't sit down 'cause I've moved your chair*, elegida como primer sencillo del compacto y que con su apuesta por el garage enlaza de forma directa con la estética que proponían en su anterior disco. En esta ocasión, además de descubrir y disfrutar con los grandes clásicos del country, Turner se empapó de álbumes de John Cale, uno de los músicos a los que más admira, desde sus últimos discos con The Velvet Underground hasta su trayectoria en solitario, con especial atención a álbumes como *Fear* (1974).

Al grabar las canciones en tomas únicas en directo, sin apenas retocarlas después, *Suck it and see* tiene un cierto aire añejo que confiere a las canciones una efervescencia y una instantaneidad que hace que calen de forma inmediata al escucharlas. Tras su exitoso paso por escenarios de Estados Unidos, Arctic Monkeys acaban de comenzar su gira europea, que les traerá a España el próximo 16 de julio como unos de los cabezas de cartel del Festival de Benicassim, donde también actuarán este año The Strokes, The Streets, Arcade Fire o Portishead. Las entradas ya están a la venta al precio de 70 euros cada día, y 175 euros el abono para las cuatro jornadas del festival.



> ARTE

JOYAS EN PAPEL

El Edificio de los Jerónimos, ampliación del Museo del Prado diseñada por Moneo en 2007, alberga hasta finales de julio la exposición *No solo Goya*, una muestra que reúne una selección de las adquisiciones de obra sobre papel (dibujos, estampas y fotografías) realizadas por el Prado en los últimos 13 años. Piezas de Murillo, Ribera o Francisco Pacheco pueden contemplarse en muchos casos por vez primera, debido a las exigentes condiciones de conservación que requiere el soporte en que están realizadas. Además, el magnífico catálogo está disponible *on line* de forma gratuita en la web del centro.



> LIBRO

UNIVERSO DE SUPERHÉROES

La reciente película de culto protagonizada por Michael Cera *Scott Pilgrim contra el mundo* (Edgar Wright, 2010) multiplicó la onda expansiva del protagonista de una serie de cómics creada por el canadiense Bryan Lee O'Malley. La vida de Scott Pilgrim, un joven que toca el bajo en un grupo de música, se complicará cuando comience a salir con una adolescente que todavía va al instituto, mientras una misteriosa chica en patines, llamada Ramona, empieza a convertirse en el objeto de sus deseos. Con un estilo rompedor, en el que el dibujo occidental y las señas de identidad del Manga se mezclan en un cóctel explosivo, O'Malley construye un microcosmos donde todo es posible, dominado por la estética de los videojuegos y con unas aficiones cotidianas que pueden acabar convirtiéndose en súper poderes, que permitan al protagonista sobrevivir al encontrarse con los villanos más insospechados. La editorial Mondadori, a través de su sello *Debolsillo*, acaba de reunir los seis tomos del cómic (disponibles de forma individual a 8,50 euros cada uno) en un estuche único al precio de 44,95 euros, que incluye además un póster exclusivo. Una ocasión inmejorable para sumergirnos en un mundo muy parecido al nuestro, repleto de personajes que rebosan ternura y empatía, donde pelear por los sueños todavía es posible.





PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Acaba de salir en Blu Ray una edición especial de **La naranja mecánica**, que celebra el 40 aniversario de un filme mítico que causó una enorme controversia en su época. Posiblemente, estamos ante el largometraje más polémico de **STANLEY KUBRICK**, exceptuando **Eyes wide shut**, si bien prácticamente no la rodó debido a que la muerte le sorprendió con la claqueta. La entrevista que se ofrece es una clase magistral de cine.

javier m. faya
coordinación

HANNAH



NACIDA PARA MATAR

Una chica de 14 años del este de Europa, criada por su padre, un asesino de sangre fría, se hace amiga de una chica francesa que no sabe la verdad.

Vaya por delante que Joe Wright, director de **Hanna**, no está entre mis predilectos. Si bien algunos de sus trabajos han conseguido el reconocimiento unánime de crítica y público (sus adaptaciones de **Expiación** u **Orgullo y prejuicio**), encuentro que a sus películas les falta alma. Aquí parte con la ventaja de que su protagonista debe acentuar sus rasgos inexpresivos y demostrar una falta de sentimientos total, ya que es una adolescente programada por el ejército americano en un experimento abortado a los dos años de su inicio, por el que se convierte en una auténtica arma mortífera con piernas.

Criada por su padre en el más absoluto de los anonimatos, llegará un momento en el que ella decida salir de su caparazón y enfrentarse a su propia realidad. A partir de entonces comenzará una auténtica cacería humana en la que ella será la pieza más codiciada. Sin duda, el gran acierto de la propuesta es Saoirse Ronan (**Expiación**, **The lovely bones**). Aquí luce estupenda en un rol en el que su melena rubia y su pétrea mirada atrapan al espectador en una sucesión de primeros planos que la actriz aguanta como si fuera una profesional con muchas más tablas de las que realmente tiene. Con tan solo 17 años acomete su rol más maduro, y sale indemne del reto. Su presencia en pantalla justifica la en-

trada, con esa mezcla de temple y vulnerabilidad que hacen muy creíble su personaje. Ronan convence como heroína de acción atormentada por un pasado que desconoce. Es la mezcla perfecta entre la Bridget Fonda de **Nikita** y el Jason Bourne de la trilogía **Bourne**.

Punto fuerte del filme es su excelente banda sonora, firmada por The Chemical Brothers, grupo inglés especialista en combinar tendencias electrónicas llevadas al límite para generar sonidos que acostumbran a parecer novedosos (como hizo Daft Punk en **Tron: Legacy**). Aquí, música e imágenes se ensamblan de manera magistral, sobre todo en las vibrantes secuencias de persecuciones, donde la adrenalina se dispara.

Quizás el único pero que haya que ponerle a esta entretenidísima película esté en la poco inspirada actuación de una pareja de actores que han disfrutado de mejores momentos. Me refiero a Eric Bana, correcto sin más, y a Cate Blanchett, quien no acaba de cogerle el punto a un personaje que tiene la mala suerte de cargar con los diálogos más flojos del guión. Sin embargo, la fotografía de Alwin H. Kuchler (**Código 46**, **Sunshine**) alcanza momentos sublimes, transportándonos desde los exteriores desérticos de Marruecos o los selváticos de Berlín a unos interiores donde las lámparas fluorescentes de neón nos sumergen en un espacio angustiante. Vamos, que los amantes de **Lara Croft** están de enhorabuena.

✓ LO MEJOR

El maridaje perfecto que se da entre las escenas de acción y la música. Es una auténtica pasada cómo se conjugan **The Chemical Brothers** con el repertorio de patadas y puñetazos de **Saoirse Ronan**, que borda su papel.

✗ LO PEOR

Es una lástima que se haya desaprovechado a actores tan contrastados como **Eric Bana** y, sobre todo, **Cate Blanchett**, que tiene la mala suerte de protagonizar los diálogos más penosos de todo el filme.

ENMASCARADOS

Hoy nos hemos metido en la piel de los superhéroes que van enmascarados, tanto en el mundo real como en el de la ficción. Por eso hoy sorteamos los libros **Wikileaks. La venganza contra las mentiras del poder**, de Bruno Cardeñosa, y gorras, alfombrillas de ordenador y camisetas de **XMen: primera generación**. Por cierto, ¿qué filme hizo Magneto con Quentin Taranino?, ¿sabía alemán? Escribe ya a: cine@serviciosdeprensa.com.

EL CONCURSO



franc
nieto
texto

TENDENCIAS



OLVÍDATE DE PERDER PUNTOS EN TUS DESPLAZAMIENTOS

Wikango, experta en aplicaciones para la detección de radares, lanza al mercado sus nuevos dispositivos, que te informarán de todos los 'puntos negros' de las carreteras.



WIKANGO 600, 700 Y MAX

Somos conscientes de que la reducción de la velocidad permitida en nuestras carreteras aprobada hace unos meses por el Gobierno es un incordio, principalmente, en los viajes largos. Y nosotros no te vamos a proponer que infrinjas la ley, pero sí sabemos que muchas veces es bueno tener un compañero de viaje que nos vaya avisando de los radares que podemos encontrarnos.

Teniendo en cuenta que estamos a las puertas de las vacaciones y muchos vamos a coger el coche para hacer una escapada, nos parece perfecto presentarte la nueva apuesta de Wikango, una compañía que ha triunfado en los últimos años con aplicaciones de alerta para el teléfono móvil y que ahora se ha atrevido con unos dispositivos propios que te den cuenta de los puntos más peligrosos.

Para ello, ha lanzado hasta tres aparatos que te avisarán de lo que te puedas

encontrar en la carretera.

El 600 es un producto compacto y de diseño que integra una pantalla digital, alertas vocales, velocidad y una memoria para tus puntos personales y te advierte de los radares clásicos. Muy parecido es el 700, que añade un monitor a todo color y un limitador de velocidad programable. El primero cuesta 59,65 euros y el segundo, 79,95.

Por último, el más completo es el Max, la última novedad en avisadores comunitarios. Cuenta con todas las innovaciones recientes de la compañía, tanto en material de tecnología como en prestaciones. Así, tiene información de todos los tipos de radares (móviles a tiempo real, fijos, de semáforo), una pantalla de gran tamaño, luminosidad ampliada y avisos modulables. Además, viene con una suscripción de un año gratuita al servicio de actualización. Cuesta 179,95 euros.

Para más información, entra en www.wikango.es.

PREPÁRATE CON RITMO PARA LA 'OPERACIÓN BIKINI'

ZIPY GO! EARBEATING

Acumular lo máximo en el mínimo espacio siempre ha sido uno de nuestros objetivos. Y traerte lo más curioso del mercado, nuestra prioridad en estas páginas. Por eso, ahora que se acerca el veranito y ya vamos escuchando a la gente quejarse de los kilos de más y hablar de la *operación bikini*, desde Zipy han pensado en una manera fácil para ayudarte.

Es el Go! Earbeating, un reproductor de música que viene con una función de entrenador personal, de modo que, mientras escuchas tus canciones favoritas, te pongas a tono para poder lucir tipazo en la playa.

Este dispositivo incorpora sensores de ritmo cardíaco en los propios auriculares, que recogen tus pulsaciones. Ese dato te lo comunica vía voz o te lo muestra en la pantalla, junto a la distancia recorrida y las calorías consumidas.

Cuenta con 2 Gb de memoria y una autonomía de hasta 30 horas de reproducción.

Además, la compañía también ha lanzado un aparato similar, que se llama Beating Plus y que incluye podómetro, cronómetro, indicador de calorías consumidas y distancia recorrida.

Por el momento, desconocemos el precio de los dos.



TELÉFONO FIJO Y MÓVIL, TODO EN UNO GRACIAS A PANASONIC

PANASONIC KX-TG7642

Parece increíble, pero cada vez es más limitada la oferta de terminales de telefonía fija. Por eso, cada vez que vemos alguna novedad, nos gusta traerla a esta sección.

En esta ocasión, se trata de una actualización de Panasonic, que ha mejorado su gama DECT con función LinkToCell para dotarlos de más cobertura y mejor sonido.

Este sistema de la compañía japonesa permite enlazar nuestro móvil con el terminal de sobremesa a través de la conectividad Bluetooth.

De este modo, puedes estar por casa tranquilo sin preocuparte de dónde has dejado el teléfono, ya que únicamente dependerás del aparato de línea fija, independientemente de a cuál de los dos números te estén llamando.

Esta novedad recibe el nombre de Panasonic KX-TG7642 y, además, te permitirá agregar dos móviles al teléfono de casa y utilizar la agenda de todos los dispositivos.

Aún no conocemos la fecha de llegada ni el precio, pero la idea, desde luego, promete.



LA CÁMARA SOLIDARIA DE LOMOGRAPHY

LOMOGRAPHY DIANA F+KIRAMEKI

Ya te hemos avisado desde hace tiempo que los aires retos vuelven a los gadgets actuales. Y, para muestra, un botón. Esto que hoy te traemos es la última cámara de Lomography, cuyo diseño es muy similar a las que presentarán compañías de la talla de Sony o Samsung.

Pero centrándonos en la que estás viendo, te contamos que se llama Diana F+Kirameki y que, además de ser un dispositivo bastante interesante, también es solidario. Y es que fue concebido inicialmente para conmemorar la cultura japonesa, pero ahora se ha convertido en una forma de ayudar con una donación de 20.000 euros a Cruz Roja para intentar reconstruir el país nipón, asolado por un terremoto y un tsunami hace tres meses.

En cuanto a sus prestaciones, brilla por su diseño y las increíbles posibilidades creativas de sus fotografías.

Es una cámara de medio formato, produce capturas cuadradas, llenas de color y fantasía gracias a las numerosas opciones de sus accesorios.

Utiliza una película de 120 mm y cuesta 89 euros.

Además, dentro de esa cooperación con Cruz Roja, se incluyen otros dos dispositivos de la firma, la Diana Mini JIYU, más colorida y con películas de 35 mm, y la Fisheye n°2 SHIWASE, con un objetivo de ojo de pez.



MEJORA TU TARJETA DE SONIDO CON UN PERIFÉRICO DIMINUTO

ASUS XONAR U3

Asus quiere que tu experiencia con tu ordenador sea la mejor posible y, por eso, acaba de lanzar un dispositivo para mejorar el audio de los portátiles de una forma muy sencilla.

Se trata de la Xonar U3, una tarjeta externa que se conecta al equipo a través de un puerto USB.

Como puedes ver, este dispositivo ocupa poco más que una llave de memoria y apenas pesa 25 gramos.

En el extremo contrario a la conexión USB viene con tomas jack de 3,5 amplificadas para micrófono y auriculares.

La intención con la que aparece este dispositivo es la de mejorar la respuesta de graves y agudos de una manera sencilla, ya que casi todo el proceso es automático.

El precio de la Xonar U3 es de 67 euros.



CUIDAR A LOS ANIMALES ES CUIDARNOS A NOSOTROS

El desarrollo de fármacos que eviten enfermedades en las granjas o a las mascotas con las que se convive en casa supone una importante necesidad, ya que es el modo de frenar diferentes infecciones que podrían afectar a los humanos. Garantizar un consumo sostenible y saludable y tratar de que los propios animales no sufran son algunos de los objetivos de la investigación en éste área.

Cuando un cliente se acerca a la carnicería para comprar unos filetes de ternera, da por hecho que la carne de esos animales cumple con todos los requisitos necesarios para poder ser destinados al consumo humano y que no va a transmitir ningún resto farmacológico ni, por supuesto, infección al consumidor. También tenemos interiorizado que cuando un perro está en casa tiene que ser desparasitado cada pocos meses para que pueda convivir sin causar enfermedades a su familia, o que cuando hay que llevar al gato al veterinario para que le operen, se le anestesia y no sufra. Por eso, al igual que se investigan nuevos fármacos y vacunas para los humanos, el desarrollo de productos que mejoren la vida de los animales y garantice una alimentación sostenible para el hombre es también una necesidad.

El centro de excelencia de I+D+i y Salud Animal que la biomédica Pfizer tiene en la localidad gerundense de Olot es un referente en

David
Pérez
texto
Alberto
Rodrigo
fotos

lo que al desarrollo de estos medicamentos se refiere, sobre todo en el campo de los antiparasitarios, uno de los mercados que más proyección tiene y en el que trabajan para diferentes tipos de ganado. En este momento, uno de los productos que fabrican está destinado a desparasitar a los caballos, aunque esperan lanzar este mismo año otro para animales de leche y en dos años un tercero para perros.

Pero la maquinaria de esta planta no cesa y en sus líneas se producen también vacunas para conejos, anestésicos para gatos, vitaminas para ovejas... y un largo etcétera, ya que su portfolio abarca además antimamíticos (para tratar la mastitis), antibióticos inyectables y biológicos, antiinflamatorios o geles.

LENGUA AZUL El germen de lo que hoy es este centro de investigación está en lo que en su día fue laboratorios Sobrino, que en los 70 logró una vacuna para la fiebre aftosa, cuyos beneficios le sirvieron para expandirse. Ahora el grupo invierte 300 millones de euros cada año para investigar en salud animal y su último hito ha sido la puesta en el mercado de diferentes vacunas para evitar la lengua azul, una enfermedad vírica aguda que afecta al ganado ovino, caprino y bovino. Esta es una patología inocua para el hombre, pero muy temida entre los ganaderos por las colosales pérdidas que conlleva si afecta a su rebaño.

Joan Plana, director técnico y de I+D de la planta, *el alma científica del centro*, tal y como le definen sus colegas, resalta que gracias a esta inoculación se ha conseguido reducir el número de focos en el territorio de la Unión Europea de 45.000 en 2008 a solo 120 en 2010 «logrando importantes beneficios económicos para el ganadero y que, además, los animales no sufran», determina.

Además, resalta entre los proyectos más importantes que se han realizado en Olot, el aislamiento por primera vez en España del virus de la gripe porcina, el morbilivirus en los delfines, el calicivirus en felinos o el que causa el síndrome respiratorio y reproductivo porcino, que comúnmente se denomina la *enfermedad misteriosa del cerdo*.

En la actualidad, las líneas de trabajo pasan por adelantarse a los problemas que puedan llegar y ya están centrados en la preparación de vacunas para enfermedades reemergentes o emergentes, que, entre otras razones, causa el cambio climático, como la peste africana, un mal que, según la Organización de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), se está recrudeciendo en la región del Cáucaso y Rusia y «se

está convirtiendo en una amenaza mundial».

Plana se muestra aún más orgulloso por salir victoriosos de las distintas adquisiciones que ha tenido el centro, la última cuando Pfizer se hizo con Wyeth, propietaria de la división Fort Dodge de salud animal a la que per-



tenecían las instalaciones de Gerona.

«La nuestra es una historia de gerreros», asegura, ya que han logrado que la planta siga activa y, además, en los próximos meses recibirá diversos proyectos de investigación y desarrollo de productos que hasta ahora se hacían en Inglaterra y Estados Unidos.

Los productos que se elaboran en este Centro de Excelencia son exportados a Francia, Alemania, Inglaterra, Sudamérica, Australia, Sudáfrica y Estados Unidos, lo que supuso el pasado ejercicio una facturación de 140 millones de euros.

«Las vacunas permiten tener animales sanos y así se resta la transmisión de enfermedades a humanos. Es una responsabilidad doble», asegura Juan Carlos Castillejo, director de la Unidad de Salud Animal de Pfizer, quien asevera que en los estudios se lleva un riguroso control para que no quede en la carne de los animales residuo alguno de los fármacos que se les administran.

Además, Castillejo destaca que el desarrollo de estos químicos es prácticamente tan complicado y costoso como los que se realizan para los humanos. Sacar al mercado un proyecto nuevo puede llevar entre siete y ocho años y necesita una inversión cercana a los 10 millones de euros para que se cumplan todos los parámetros de seguridad y eficacia.



UNA FORMA MÁS DE EVITAR ENFERMEDADES EN EL HOMBRE

Quizá haya quien se sorprenda si decimos que la primera obligación del veterinario es la salud de las personas. Y, sin embargo, ese es uno de sus deberes: velar por el bienestar de los ciudadanos a través de la salud animal. Y no hablamos ya del cuidado que deben recibir las mascotas que conviven en el hogar. Parece claro que si vive como un miembro más de la familia, debe tener la atención sanitaria que corresponde a esa pieza tan esencial en el hogar. Hablamos de un tema mucho más amplio como es el de las zoonosis (más exactamente, antropozoonosis), que es como se conoce a las enfermedades animales que pueden pasar al hombre. Cada día adquieren una mayor relevancia porque crecen las posibilidades de contagio. Se conocen cerca de 200 y es muy posible que muchas de ellas sufran transformaciones serias al pasar de un reservorio a otro. Baste recordar el dramático caso de las llamadas *vacas locas* o la amenaza de la gripe aviar. Tenemos que tomar conciencia de que los animales pueden actuar como reservorio de algún virus para difundirlo y contagiar al ser humano. Por eso son muchas las investigaciones que se realizan sobre animales para asegurar la salud de la población. Aunque no solemos reparar en ello, hay más de 150 patologías que pueden ser transmitidas al hombre por diferentes especies. Constituyen la mayoría de las infecciones y parasitosis que afligen a la humanidad. ¿Y cómo pueden llegar a nosotros? Pues o por contacto directo con los animales infectados o bien indirectamente por contacto con un medio contaminado por los animales. En todo caso, por un animal enfermo o transmisor.

Y una de las más extendidas es la leptospirosis. Las bacterias responsables de esta zoonosis son frecuentemente propagadas por los roedores, los gatos, las bestias, los cerdos y los animales salvajes. Estos microorganismos penetran en el organismo humano mediante heridas o rozaduras cutáneas o también a través de membranas intactas de la boca, nariz o de los ojos y provocan fiebre, dolores musculares e ictericia.

Otro problema muy común es la salmonella. Porque aunque hablemos de manera general de esta bacteria, debe saberse que hay más de 1.000 tipos diferentes. Las salmonelosis causadas por los alimentos de origen animal contaminan cada año a millones de personas y causan importantes pérdidas económicas en el ganado. Esta alteración puede evolucionar bajo la forma de una gastroenteritis aguda, enteritis o septicemia. Tanto los animales como el hombre se pueden transformar en portadores crónicos asintomáticos y contribuir a la propagación del trastorno.

Aunque el inventario de enfermedades que pueden saltar de los animales a los hombres es extenso, vamos a citar solo las más conocidas: la rabia, por ejemplo; o la brucelosis, que se contagia frecuentemente por productos lácteos contaminados; la tuberculosis bovina, la toxoplasmosis, la triquinosis o la hidatidosis son los ejemplos más comunes.

Sin duda, las zoonosis son una amenaza para el hombre y de ahí que se necesite una profilaxis y una lucha contra este riesgo en los reservorios animales. No lo olvide: de la buena salud de nuestros animales depende, en buena parte, nuestra propia salud.

**ramón
sánchez-
ocaña
experto en
salud**



¡NO TE OXIDES!

La ingesta de antioxidantes a través de la alimentación ayuda a luchar contra los daños del envejecimiento celular que se traducen en diversas patologías. El consumo de fruta y verdura, gracias a sus compuestos fenólicos, contribuye a prevenir el estrés oxidativo.

La oxidación celular es la causa del envejecimiento. Es una evidencia que nos *estropeamos* porque respiramos, es decir, porque vivimos, pero no es menos cierto que elementos exógenos ligados al actual modo de vida como el consumo de tabaco, la contaminación, la sobreexposición al sol o la mala alimentación juegan en contra de nuestra longevidad.

«Vivimos en un oxidado siglo XXI, ya que diversos factores medioambientales contribuyen a que este proceso se acelere», subraya el doctor Francisco Tinahones, jefe del Servicio de Endocrinología del Hospital Virgen de la Victoria, de Málaga, y ponente del seminario *Antioxidantes: aliados de la salud*, celebrado hace unas semanas en Sevilla, avalado por la Academia Española de Dermatología y Venereología, la Asociación Española de Informadores de la Salud y la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición y patrocinado por *Minute Maid*. No obstante, este endocrinólogo quiso poner el acento en que este mal contemporáneo tiene fácil prevención: la dieta mediterránea y el consumo de frutas y hortalizas frescas. Un remedio sencillo, pero del que cada día la sociedad del *fast food* y de las grasas saturadas se aleja más.

Y es que aunque nuestro organismo genera componentes antioxidantes de forma natural, estos no son suficientes para mantener el equilibrio entre la oxidación y la reducción. Por eso debemos consumirlos a través de la alimentación. Estas sustancias, como los compuestos fenólicos -aunque hay más de 4.000, el grupo de los flavonoides es el más común en la comida- funcionan como auténticos elixires dada su capacidad de bloquear el inicio de las reacciones de oxidación promovida por la acción de los radicales libres. Estas moléculas son responsables, si no son neutralizadas, del estrés oxidativo, que se encuen-

tra en el origen de procesos patológicos como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes ligada a la obesidad, algunos tipos de cáncer y diversas patologías cutáneas. «El daño provocado por los radicales libres es la mayor agresión que sufre la piel. Por ejemplo, los procesos oxidativos están implicados en el desarrollo de enfermedades de la dermis como la psoriasis y el vitiligo», explica Pedro Jaén, jefe del Servicio de Dermatología del Hospital Ramón y Cajal, de Madrid.

HORTALIZAS Y ZUMOS Entre los alimentos que poseen una importante cantidad de compuestos fenólicos se encuentran frutas como los arándanos, las moras, las frambuesas, las manzanas, las ciruelas, los pomelos, las cerezas y las uvas. Los zumos, por tanto, son una gran fuente de antioxidantes y emergen como una alternativa útil para conseguir complementar las recomendaciones de consumo diario de fruta. Máxime cuando algunos estudios revelan que un 36 por ciento de la población española no la consume todos los días, porcentaje que crece hasta el 63 en el caso de los menores de 24 años. No obstante, su ingesta con la dieta también se puede hacer a través de hortalizas como las alcachofas, espárragos, berenjenas, espinacas, brócoli, ajo y cebolla; frutos secos como nueces, pistachos, almendras y avellanas y otros productos naturales como el vino, el té y el aceite de oliva.

Además, está meridianamente comprobado que el aporte de antioxidantes a través de la alimentación no puede ser sustituido por la administración de medicamentos que contengan en dosis concentradas algunos de estos elementos. «Los efectos protectores de los vegetales y las frutas observadas en los estudios epidemiológicos no se aprecian con la administración de dosis farmacológicas de las vitaminas, de las plantas o de alguno de sus constituyentes», subraya Tinahones.



FORJAR UNA ELEVADA AUTOESTIMA

La forma en que nos vemos a nosotros mismos, a los demás y al mundo viene determinada por el nivel de autoestima y sentimiento de competencia que nos forjamos ya *desde la cuna*.

No conozco un regalo más valioso para un niño por parte de sus padres y profesores que contribuir a que consiga cuanto antes amor a sí mismo, buena imagen de la persona que es, percepción positiva de sus cualidades y aptitudes y autoconfianza y reafirmación en la idea de que es capaz de sobreponerse a los problemas y adversidades que le vayan surgiendo cada día.

Progenitores y educadores no deben perder de vista jamás que por encima de la formación intelectual y del aprendizaje de las distintas materias escolares, la educación como persona es crucial y determinante para su futuro y el de todos aquellos con quienes se relacione.

¿Cuáles son las fuentes de energía en las que bebe y se nutre la autoestima del niño? Básicamente son cuatro:

La primera es **sentirse querido y valorado por sí mismo**, por sus cualidades, que le hacen diferente y valioso, es decir, su singularidad, el sentirse como un ser único, con sus virtudes y defectos para sus padres y profesores. Potenciemos en cada niño su valía y singularidad.

La segunda fuente de energía consiste en establecer **una fuerte y segura vinculación familiar y social** en su propio hogar, en la escuela, con los amigos y vecinos. Formar parte de un grupo humano, de un equipo y establecer sólidos vínculos de amistad y de afecto le lleva a sentirse valorado, aceptado y acogido socialmente.

La tercera en la que abreva y se alimenta de seguridad y autoconfianza el pequeño y el adolescente es la **sensación-convicción de poder**. Saber que dispone de medios, de capacidades y aptitudes y también de actitudes para modificar y mejorar sus circunstancias, adaptarse y renovarse, pudiendo encontrar alternativas para resolver sus problemas.

La cuarta fuente motivadora y energizante es el hecho de **contar con referentes válidos, con modelos dignos de ser imitados**, para aprender a establecer una escala de valores sobre lo bueno y lo malo, lo favorable y lo perjudicial. Recordemos siempre que «el ejemplo es la escuela de la humanidad y corrige mucho mejor que las simples reprimendas».

En mi próxima entrega indicaré cómo podemos potenciar la autoestima o destruirla con nuestra propia conducta.

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

fernando
franco
texto

EL 'NUEVO PACIENTE'

MÁS Y MEJOR INFORMADO

Las consultas médicas reciben en los últimos años un nuevo modelo de paciente que utiliza internet y las redes sociales para buscar información sobre medicina y que quiere participar, de forma compartida con el facultativo, en la toma de decisiones sobre su salud. Según Ignacio Basagoiti, médico de familia e investigador del Instituto Itaca, aunque el uso de la red vaya asociado a los jóvenes, el grupo de personas que utiliza la web que más ha crecido ha sido el de los mayores de 55 años. A su juicio, la fuente de información fundamental de los afectados por algún mal es el médico y el *cara a cara* es imprescindible para realizar un diagnóstico, pero «no se pueden poner puertas al campo y es lógico que quieran buscar más datos en otros lugares». En este sentido, el facultativo debe ser el «medidor de esos conocimientos y recomendar páginas seguras».

VPH



VACUNA A CUALQUIER EDAD

Según un estudio elaborado por profesionales del Institut Català d'Oncologia (ICO) y del Institut de Recerca Biomèdica de Bellvitge (Idibell), la vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH) también es efectiva en mujeres adultas. Según el coordinador del estudio, Xavier Castellsagué, del Instituto Catalán de Oncología, hasta ahora estaba demostrada la eficacia de este tratamiento preventivo en mujeres de entre nueve y 26 años, pero no a partir de esa edad. Y añade: «Lo que demuestra el estudio es que también es válida y efectiva para mujeres de entre 26 y 45 años», recalcando que es beneficiosa para cualquier fémina de esta edad sexualmente activa.

LA SALUD EN EL DEPORTE

Los profesionales sanitarios han comprobado que una mejora de la condición física durante la edad escolar es fundamental no solo para evitar el riesgo de lesiones posteriores, sino también como medida de salud preventiva.

Aunque la actividad física en general es algo propio de los más jóvenes, que juegan, se mueven y practican deporte, parece que no siempre se puede decir que se encuentren en forma. De hecho, los especialistas recomiendan que todos los niños y adolescentes realicen al menos una hora al día de ejercicio moderado o intenso. Según el profesor Alejandro Lucía, catedrático de Fisiología del Ejercicio en la Universidad Europea de Madrid, «en la actualidad apenas el 41 por ciento de los pequeños cumple esta recomendación en nuestro país». Para este experto, la actividad física adecuada y permanente en niños y adolescentes ha demostrado tener beneficios para su organismo cuando llegan a la edad adulta. Y destaca que «diversos estudios han puesto de manifiesto que, al hacerlo en edades tempranas, incluso sirve para modificar en muchos casos la predisposición genética que tienen algunos a la obesidad». Asimismo añade que «en la niñez, antes incluso de los ocho años, el pequeño puede adoptar los patrones que después mantendrá durante su etapa como adulto, por lo que consideramos fundamental fomentar el ejercicio físico a partir de esta franja de edad». Por otro lado, «según van cumpliendo años, los niños se van sedentarizando, de forma que en la adolescencia hacen aún menos que durante la infancia», indica.

clara
guzmán
texto

El hecho de no estar en forma puede tener consecuencias lesivas muy importantes, como apunta la doctora Andrea Stracciolini, directora de la sección de Medicina de Danza y Actividad Física para la Salud en el Hospital Infantil de Boston (EE UU). Según esta especialista, «en la actualidad muchos niños, por falta de actividad física de manera regular, están en riesgo de poder



sufrir lesiones graves en el momento que tengan que realizar ejercicios físicos muy intensos o que conlleven un elevado grado de estrés muscular».

Así, la falta de preparación unida a un aumento puntual de exigencia de rendimiento ocasionan situaciones de riesgo para el ligamento cruzado anterior, un problema que es común fundamentalmente en deportistas de élite. Este hecho, destaca Stracciolini, «tiene

que hacernos ver que el futuro de la medicina deportiva pediátrica deber ser la prevención de lesiones».

En el caso particular de las chicas, el entrenamiento, cuando es de fuerza, consigue aumentar también la densidad mineral ósea y prevenir de esta forma la osteoporosis en la edad adulta. Beneficios, todos ellos, que hacen del ejercicio una *tarea* incuestionable en la agenda diaria de niños y adolescentes.



dra. pilar
riobó
médico
especialista en
endocrinología
y nutrición

La escasez de tratamientos para superar la enfermedad hace que los expertos planteen el régimen como una alternativa terapéutica, basada en la ingesta de alimentos sin caseína y gluten. No obstante, es una opción compleja, difícil de seguir, que implica carencias nutritivas y supone un coste económico elevado.

DIETA Y AUTISMO

Fue Kanner quien definió esta enfermedad, que cursa con alteraciones en la comunicación junto con patrones estereotipados que se repiten. Los principales síntomas del autismo tienen que ver con la expresión, las interacciones sociales y las conductas personales. La sintomatología clínica es muy variable: comprende desde una ausencia total del lenguaje hasta la aparición de los llamados *Trastornos del Espectro Autista* (TEA), que incluyen problemas para hablar o no mirar a los ojos cuando te hablan. No se conoce la causa de esta patología y, en el momento actual, tampoco tiene un tratamiento curativo, aunque se puede lograr una mejoría con terapias conductuales, comunicativas y fármacos para controlar los síntomas.

Se trata de una enfermedad que afecta a un caso de cada 5.000 niños, siendo más frecuente entre los chicos.



OTRAS APROXIMACIONES CURATIVAS SON EL USO DE SUPLEMENTOS DE GRASAS OMEGA 3, ESENCIALES PARA EL DESARROLLO FUNCIONAL DEL CEREBRO, Y PROBIÓTICOS

En el 70 por ciento de los pacientes se asocia al retraso mental y en el 40% existe además una patología orgánica implícita. Asimismo, en la mitad de los enfermos presenta tendencias agresivas, desarrollándose en personas

con síndrome de Down en alrededor del 10%.

Ante la escasez de tratamientos para superar el autismo se ha llegado a considerar la dieta como una alternativa terapéutica, con la ingesta de alimentos libres de caseína y de gluten a modo de recomendación y basándose en la hipótesis de que se produce una digestión incompleta de estos nutrientes, cuyos restos pasan a la sangre y, posteriormente, a la orina, donde se pueden detectar péptidos de prolaminas y glutaminas. En este régimen hay que excluir todos los productos que contengan trigo, cebada o centeno, además de los que incluyan cualquier tipo de proteínas de la leche (también de sus derivados).

Pero la caseína es un aditivo usado frecuentemente por la industria alimentaria, por lo que esta dieta es muy complicada de hacer e incluso peligrosa, pues podrían producirse de-



ficiencias nutricionales. Así, tras realizar una evaluación científica para confirmar si estos regímenes son realmente eficaces, no se demostraron evidencias concluyentes con respecto al lenguaje ni a la capacidad de comunicación, ni tampoco en cuanto a las alteraciones cognitivas o a los problemas motores. Además, se registraron efectos negativos derivados de su carácter restrictivo, como la deficiencia de calcio, que unidos a la dificultad de su seguimiento en los colegios y su elevado coste, hacen de ésta una opción poco recomendable.

Otras aproximaciones terapéuticas que se han intentado son el uso de suplementos de

grasas omega 3, esenciales para el desarrollo funcional del cerebro y con efecto antiinflamatorio, y el de probióticos. Las personas con autismo tienen problemas nutricionales frecuentes ya que seleccionan los alimentos y por eso son más vulnerables a la obesidad.

En el Hospital Gregorio Marañón de Madrid existe una Unidad de Atención Médica Integral a los TEA, que incluye un apoyo por la enfermería de la Unidad de Nutrición, dirigida por la Dra. Pilar García Peris y la enfermera Laura Frías. En este centro pionero se realiza una intervención nutricional con consejos dietéticos específicos para estos enfermos.

GASTRONOMÍA

Una de las costumbres que más recuerdo de los cada vez más lejanos años del comienzo de mi adolescencia es el rito dominical del vermouth: los domingos, la familia solía asistir junta a misa y, al salir, buscaba acomodo en alguna cafetería del centro, mejor si hacía tiempo de terraza, y se sentaba a tomar el vermouth.

Por entonces, la expresión «tomar el vermouth» era perfectamente sinónima de «tomar el aperitivo», una costumbre familiar en la que participaban todos, hasta que los más pequeños comenzábamos a buscar otras compañías para este momento.

Vermouth para los mayores, algún refresco para los pequeños y, eso sí, aceitunas rellenas de anchoa a guisa de alimento sólido. Una combinación perfecta.

presión en el vermouth, al que semejante agresión agitaba y dotaba de vida propia. Nada que ver con ponerle un poco de soda de un simple botellín, porque lo importante era la presión, la fuerza, el golpe, el *sifonazo*.

MEDIA COMBINACIÓN Vermouth con ginebra. Bueno, ésa sería la base. Mi padre solía pedir una cosa llamada *media combinación* -la había dulce y seca-, en la que, además de vermouth y ginebra, entraban unos golpes de aquellos brebajes coloreados y misteriosos que el barman guardaba en unas botellas de tripa redonda, especiales, los goteros. Solían ser granadina, curaçao, angostura...

Luego había un montón de cócteles en los que el vermouth intervenía. No solo testimonialmente, como en el *dry martini*, sino como elemento esencial. Un *manhattan*, por ejemplo, que lo combina con *whisky* americano. O un *negroni*, cuya fórmula reproduzco en memoria del gran cocinero y amigo que fue Santi Santamaría, adicto a este cóctel: vaso con hielo, tres partes de vermouth rojo, lo mismo de Campari, cuatro de ginebra seca, se decora con una rodaja de naranja y algo de piel de limón. Un bombazo.

Ya casi nadie toma vermouth. Entonces, y ahora, había muy buenos vermuths nacionales, de grifo, como el notabilísimo *Yzaguirre*, de Reus; pero la gente se iba a los turineses *Martini* y *Cinzano*; al fin y al cabo, fue en Turín donde, a finales del XVIII, Giuseppe Antonio Benedetto Carpano inventó esta bebida, este vino aromatizado con hierbas. Por entonces, los vermuths franceses, como el *Noilly Prat*, o los especiales, como el *Punt e Més*, eran ilustres desconocidos para el gran público.

No se toma vermouth y han desaparecido aquellas maravillosas aceitunas rellenas de anchoa de las que habla Cela en su *Viaje a la Alcarria* cuando cuenta que «el viajero y sus amigos se tomaron unos vermuths con aceitunas con tripa de anchoa». Hoy no se encuentra esto, y sí aceitunas rellenas de una especie de pasta de anchoa, o de una gelatina con sabor a anchoa, que no es para nada lo mismo.

Ahora se toman cañas en el aperitivo y, si hay suerte, anchoas sin aceituna, ricas anchoas en aceite de oliva de Santoña o Bermeo: una estupenda caña y unas mejores anchoas es algo que roza la perfección. El caso es que hay que luchar para mantener los buenos hábitos, y éste del aperitivo, que quieren quitarnos quienes propugnan una pausa sajona, de 20 minutos, para comer, es una buenísima costumbre, y muy incardinada.

En fin, me gusta, de vez en cuando, recordar aquella liturgia dominical en la que, cumplido el deber religioso-social de ir a la *misa de 12* y tomarse el vermouth en un lugar donde ver y ser visto, la familia se iba a casa, en busca de la paella *dominguera*, contenta y un poco achispada por esa bebida que el Diccionario nos obliga a escribir vermouth, cuando lo que hemos bebido y escrito toda la vida, y nos gusta de verdad, es el vermut.



Vermuth, normalmente, rojo. Blanco, más bien dulce, muy pedido por el género femenino, que *entraba solo*, pero que *se subía* con la misma facilidad. El seco, también blanco, que era y es el utilizado para la preparación del rey de los cócteles, el *dry martini*.

Se solía tomar, el vermouth, con ginebra. Era importante la proporción: un *chorrito*, y bien mezclada. Había camareros que, en su intento de agradar al máximo al cliente amigo, le suministraban unas raciones de ginebra que, más que redundar en beneficio de la combinación, la arruinaban, ya que el destilado británico la dominaba por completo.

Bien mezclada. Claro que sí. Pero es que entonces en las cafeterías se disponía del mejor mezclador que ha existido: el sifón. Un

buen *sifonazo* hacía caer con una potencia escandalosa un chorro de agua de Seltz a

CUANDO TOMÁBAMOS VERMUTH

Este vino aromatizado asociado en la tradición española al aperitivo en días festivos, es también un excelente compuesto para grandes cócteles.

Fulard de **Trucco** (25,90 euros)

Entre 30 y 40:

EL ACIERTO DE LOS COMPLEMENTOS.

Actrices que están al inicio o al fin al de la treintena, como Cameron Díaz (1972) o Jessica Alba (1981), también siguen la tendencia del escote asimétrico. Lo lució la primera de ellas en un vestido de *cocktail* de Carolina Herrera New York con un hombro al aire y estampado abstracto de leopardo. Pero el mayor acierto en esta década suele estar en la correcta elección de los accesorios. La actriz acompañó el modelo con unos zapatos y un *clutch* impecables. Complementos que hacen brillar incluso los estilismos más informales, como en el caso de Jessica Alba cuando lleva el bolso que Isabella Rossellini ha diseñado para Bulgari, en canvas y piel con cierre de esmalte y ojo de tigre. Un moderno pañuelo y sandalias de tiras completan el conjunto.

Vestido de escote asimétrico de **Supertrash** (115 euros)

+ INFORMACIÓN **Aïta** www.aita.es **Almatrichi** www.almatrichi.es

Sandalias de tiras de **Latouche**, de venta en El Corte Inglés (175 euros)

Barbarella www.barbarella.es **Bulgari** www.bulgari.com **Carolina Herrera New York** 93 507 01 71 **Chanel** www.chanel.com **El Corte Inglés** 901122122 **H&M** 901120084 www.hm.com **Nina Ricci** 93 507 01 71 **Niza** www.nizamoda.com **Supertrash** www.supertrash.eu **Trucco** www.trucco.es **Venca** www.venca.es

Cameron Díaz vestida de **Carolina Herrera New York**

Jessica Alba con bolso de **Bulgari**. GSi Media

DESLUMBRANTES A CUALQUIER EDAD

Sentirse guapa es cuestión de estilo y actitud, no de años. Las famosas demuestran en sus diversas apariciones que se puede brillar con conjuntos muy distintos adaptados a cada etapa vital. Estas son todas las claves para copiar su 'look'.

Menos de 30:

ADICTAS A LAS TENDENCIAS. La estadounidense Kirsten Dunst, ganadora de la Palma de Oro a la mejor actriz en el último festival de Cannes por su papel en *Melancholia*, demuestra que se atreve con todo e incluso se adelanta a la moda. El pasado mes de mayo combinó un informal vestido de estilo ibicenco con la nueva edición de gafas exclusiva *Le Gemme* de Bulgari. Elaboradas en acetato negro con patillas en oro amarillo de 18 quilates y adornadas con flores de zafiros en diferentes colores, estarán disponibles a la venta a partir de octubre de 2011. Para vestirse de gala eligió uno de los colores de la temporada, el rosa palo, con un diseño de *chiffon* de Alta Costura de Chanel y un natural maquillaje, iluminándose la piel con la base *Vitalumiere Aqua* en beige *rose* y aplicándose al final en los pómulos *Rose Ecrin*, de la colección otoño 2011 *Ilusions D'Ómbres* de Chanel.

Base de maquillaje *Vitalumiere Aqua* y *blush Rose Ecrin*, los dos de **Chanel**



Diseño de aire ibicenco de la firma **Niza** (39,90 euros)



Kirsten Dunst con gafas de sol de **Bulgari** de la línea **Le Gemme**. Getty Images

Modelo de estilo romántico de **H&M** (34,95 euros)

Faye Dunaway. ©Stephane Kossmann



Más de 40:

ATENCIÓN A LOS DETALLES.

En la cuarentena, las tendencias quedan en segundo plano en los momentos especiales y la apuesta más fiable es por los colores y diseños que una mujer ha comprobado que le sientan bien. El negro y el azul son buenos comodines, y el azul oscuro parece ser uno de los tonos fetiche de Nicole Kidman, como lo demuestran los modelos de Nina Ricci lucidos por la actriz en dos eventos, uno de *crêpe* azul oscuro y encaje y otro de seda y encaje del mismo tono. Para los labios apuesta por uno de los *must* de la temporada, el burdeos. Pero lo que asegura el éxito con vestidos básicos son los detalles: collares y pendientes vistosos pero elegantes son la compañía perfecta.



Vestido de **Barbarella** (240 euros)



Pendientes de **Monet**, de venta en El Corte Inglés (39 euros).



Gargantilla de **Aïta** (59,90 euros)



Barra de labios de larga duración de **Maybelline New York** (12,99 euros)

Diseño de la Colección Primavera-Verano 2011 de **Nina Ricci**



Más de 60:

EL TOQUE SERENO.

La actriz de *Chinatown* o *Bonnie and Clyde*, Faye Dunaway (1941), demostró en la pasada edición del festival de Cannes, en la que fue homenajeada, que es posible deslumbrar a cualquier edad. Y lo hizo sin estridencias, con colores básicos, un estilo sobrio y exquisitas joyas. Para la ceremonia de apertura del evento eligió un vaporoso vestido blanco, y en la clausura apostó por un estilo discreto en el que destacaban los complementos que lucía: pendientes en oro blanco, diamantes y zafiros de la colección de alta joyería de Bulgari, anillo *vintage* del año 1960 en oro blanco, diamantes, zafiro y rubíes, del archivo histórico de la firma y pulsera y anillo *Serpenti* en oro blanco y diamantes.



Clutch de **Aïta** con pedrería



Pantalones de estilo masculino de **Trucco** (39,90 euros)

miriam
erviti
coordinación

in/out in/out in/out in/out in/out in/out

RETIRA

Prescindir del maquillaje en verano.

RESCATA

Una base natural y simple. El mejor ejemplo se vio sobre la pasarela de la New York Fashion Week en la que se presentaron las tendencias en moda y maquillaje para esta primavera-verano. En la Gran Manzana Gato, maquillador de Maybelline NY, apostó por la belleza de lo neutro y la elegancia de lo simple gracias al uso de tonalidades pastel, beige y marrón. Una tendencia marcada por los colores tierra en texturas ligeras y rostros mate bronceados combinados con labios de volúmenes naturales y pestañas intensas para aportar feminidad.

Máscara de pestañas **Black Drama** (10,99 euros)



El maquillador Gato en el backstage de la pasarela de Nueva York



Sombra de ojos **Satin Glam Quads** (10,99 euros)

compras clave **compras clave** compras

Escote asimétrico. Si hay un corte imprescindible en esta temporada es el asimétrico. Un hombro descubierto y el otro con o sin aplicación, volante o manga, es un diseño que ha ganado fans desde el pasado verano y que en 2011 se ha convertido en todo un *hit*. Favorecedor y adecuado para cualquier hora del día, es una apuesta segura.



EL CAPRICHO
ALMATRICHI (99 euros)



EL CHOLLO

VENCA (19,95 euros)

S.O.S. S.O.S. S.O.S. S.O.S. S.O.S. S.O.S. S.O.S.



Ejemplo de aplicación del iluminador

¿Qué es un iluminador y cómo se utiliza?

Se trata de un lápiz-pincel muy útil para conseguir un efecto *buena cara* gracias a que aporta un toque de luz e ilumina las zonas de sombra del rostro, resaltando la belleza. Es perfecto para retoques en cualquier momento y ocasión, y uno de los más famosos es el *Touche Éclat* de Yves Saint Laurent, vendido cada diez segundos el mundo. Se aplica sobre el maquillaje y borra el cansancio con sus mágicos pigmentos luminosos. Si se desea utilizar para esculpir el óvalo facial, debe aplicarse en las zonas oscuras: puente de la nariz, contorno de labios, barbilla y arrugas de expresión. Para resaltar la mirada se usa en el párpado móvil, el arco de la ceja y la esquina interna del ojo. Y para aumentar la belleza, en el contorno de los labios y en los laterales de la nariz, para dar un toque resplandeciente.



Touche Éclat, de **Yves Saint Laurent**

Diseño plisado vaporoso de **H&M** (29,95 euros)



CRÓNICA SOCIAL



«¿POR QUÉ VENDE TANTO SHAKIRA?»

La pregunta no tiene fácil respuesta, pero quizás nos ayudaría a responderla la **princesa Letizia**, que fue una de las que movió caderas con la colombiana en el concierto del año pasado. Este año no vimos a la princesa, ni al **príncipe Felipe**, pero, 40.000 personas (¡40.000!) lo dieron todo en el concierto madrileño de **Shakira**, esa diosa, esa mujer que lo mismo hace bailar a una persona del público (en Madrid, al poco de comenzar el concierto, invitó a subir al escenario a cuatro mujeres, que intentaron, sin éxito, imitar los vertiginosos y sensuales movimientos de la *waka-diva*) que saca a su novio-bombón, el futbolista **Gerard Piqué**, y a varios jugadores del Barcelona, como sucedió en la versión catalana del concierto. «¡Buenas noches Madrid, estoy tan feliz de estar aquí, que soy toda tuya!», dijo nuestra diosa, para mitigar los celos que los madrileños sentían. Y es que el fútbol levanta pasiones (y enfados), y ya saben que Shakira antes se definía como «madridista». ¡Chaquetera!, hubo quien le gritó en el concierto, pero eso fue solo al poco de empezar el *show*. Y es que es muy, muy lista. Y no tardó en ganarse a la totalidad de la concurrencia.

Shakira, además de ser la única cantante que ha vendido 26 millones de discos y una de las pocas que a los 10 años ya se dedicaba profesionalmente a la música, es una profesional del *marketing*. Sabe vender su vida sin que parezca que la está vendiendo. Y es que desde que dejó al aburrido de su ex, su manager **Antonio de la Rúa** (que ahora sale, por cierto, con **Carla Pireyra**, esa gran modelo), y se ligó al jugador más guapo del Barça, su popularidad ha aumentado. Con Piqué jugó al despiste durante un montón de meses. «No salimos juntos, no salimos juntos, solo somos amigos», decían. Ja. Nadie les creía, pero el morbo y la curiosidad aumentaban. Por eso, el ya famoso beso entre ambos dio la vuelta al mundo, vía twitter, en menos de media hora.

¿Ha utilizado ella su romance con el futbolista para promocionar su disco y su gira? ¿Cuántas páginas ha acaparado la de La Barranquilla en las revistas del corazón gracias a su noviazgo? Muchísimas. Y muchas horas de televisión. Y sí, todo eso, por si lo dudaban, se traduce en publicidad y en dinero. Mucho dinero.

Pero volvamos a la pregunta: ¿por qué vende tanto Shakira? Lo primero, y la razón fundamental, porque es tremendamente ambiciosa, alguien que tiene los objetivos muy claros desde hace mucho tiempo. Alguien que no tiene pro-



ESTOY INTENTANDO APLACAR ESE MONSTRUO INTERIOR QUE ME OBLIGA A HACERLO TODO BIEN. SIEMPRE HE SIDO LA ÚNICA RESPONSABLE DE MI CARRERA. DE LOS ACIERTOS Y LOS DESACIERTOS

blema en reconocer que le gusta el éxito. «Cuanto más éxito, mejor», ha declarado. Además, lo cierto es que sus *waka-canciones* son pegadizas y enganchan. E impresiona, realmente impresiona, verla moverse sobre el escenario. La sensualidad se hace realidad como por un milagro, y es imposible quedarse sentado en la butaca escuchándola cantar: hasta usted, querido lector, que ni le gusta bailar ni le gustan sus canciones, daría en un salto de la silla y bailarían en un concierto de la colombiana.

Otro motivo: dicen quienes la conocen que es una *curranta* nata. Que su obsesión por el trabajo le viene de lejos, y que por eso no solo canta y baila. También compone sus canciones y *controla* todo el *merchandising* que hay en torno a ella: desde las camisetas con su imagen hasta las zapatillas deportivas. Supervisa también la ropa que lucen los integrantes de sus coreografías e incluso colabora en la edición de sus vídeos musicales. Y es muy, muy exigente consigo misma, como ella reconoce. «Es mi tortura. Soy una perfeccionista en fase de recuperación. Estoy intentando aplacar ese monstruo interior que me obliga a hacerlo todo bien. Siempre he sido la única responsable de mi carrera. De los aciertos y los desaciertos. Y también he tenido un enorme sentido de la responsabilidad hacia el futuro de mis padres y hermanos. Es un maratón que me he impuesto: conseguir que mi madre estuviera orgullosa, que mi padre estuviera feliz. Usar mi talento para ayudar a los demás. Convertir la tristeza de la gente en alegría. Por eso me tomo todo muy en serio. A veces me gustaría quitarme ese peso de encima, pero no puedo», ha confesado la artista alguna vez.

Pero, ¿cuándo empezó todo? A los cinco años bailaba y cantaba para su familia y sus vecinos de La Barranquilla. A los 10, quería cantar en el coro. Pero había un problema: las monjas de su colegio consideraban que no tenía buena voz: «Tu voz es muy grave para estar en el coro», le decían, quizás porque las monjitas estaban un poco hartas de esa niña traviesa que no paraba quieta ni un minuto y que odiaba las matemáticas. Pero un día su madre vio un anuncio en el periódico. Era un concurso para la televisión Telecaribe. «Hijita, ¿te quieres presentar?». Y se presentó. Y ganó. Era el año 1988 y sí, tenía solo 10 años, pero Shakira ya comprendió dos cosas: su vida ya no sería nunca la misma; sus sueños comenzaban a hacerse realidad. Más tarde, a los 14, ya era conocida por su música (a los 13 sacó su primer disco). Luego protagonizaría algún culebrón del que ahora se avergüenza y a los 25 ya era una estrella internacional: se había ganado al público estadounidense.

Eso sí, ella parece tener los pies en la tierra y saberse de memoria ese dicho tan acertado: todo pasa y nada queda. «Sería ridículo pensar que esto va a durar siempre. Mi reinado no será eterno, el éxito es volátil. Hasta el Imperio Romano tuvo su caída. Aceptaré la mía dignamente. El día que no tenga éxito no sé qué pasará, pero espero que el dinero que llevo gastado en psicoanálisis me sirva de algo», dijo la estrella hace poco. El éxito es volátil, sí, pero me da a mí que queda *waka-show* para rato.

ACCIDENTES TRÁGICOS Y SONADAS RUPTURAS

«Menos mal que no creo en el vudú porque si no pensaría que lo de **ORTEGA CANO** no es un accidente», dijo una conocida periodista, a medio camino entre la burla y la ironía. No ha sido el único chiste sobre el estado de salud del diestro. Mientras el viudo de **ROCÍO JURADO** no se enteraba de nada en la UCI, la revista *El Jueves* publicaba una polémica e imperdonable viñeta en la que hacía mofa de su accidente (en ella se veía al torero con un volante clavado en el pecho mientras un toro se burlaba de él). Al mismo tiempo, las lenguas más viperinas de los programas del corazón insinuaban que el alcohol podría correr por sus venas mientras su coche circulaba por la carretera. Una acusación grave, desde luego: de haber sido así, estaríamos hablando de homicidio por lo que,



ROCÍO CARRASCO, A LA SALIDA DEL HOSPITAL DONDE ESTÁ INGRESADO ORTEGA CANO.

tras el hospital, podría haber ido a la cárcel. Pero no, no irá a prisión: ya se sabe que los controles de alcoholemia dieron negativos y que conducía a la velocidad permitida. Menos mal. La fatalidad no es todavía el infierno. La estampa más comentada fue la de **ROCÍO CARRASCO**, que ha acudido todos los días a ver a José Ortega Cano al Hospital Virgen Macarena deshecha, importándole un bledo que pudieran grabarle

las cámaras que tanto teme. Mientras, **AMADOR MOHEDANO**, que en realidad no tiene relación con él, también iba a verle. Luego, como hace siempre esa familia, lo largaba todo en televisión. Qué morro.

Pero hablemos de cosas más frívolas. De rupturas, por ejemplo. **SCARLETT JOHANSON** ya no sale con **SEAN PENN**. Nos enteramos por la revista *People*, que fue también la que nos confirmó, hace tres meses, el romance. El sorprendente romance. Y es que hubo algunos a los que les costó trabajo asimilarlo. La diferencia de edad entre ambos es importante: ella tiene 26 años, él, 51. Sí, son muchos años, pero él se conserva muy bien, sigue siendo un hombre muy atractivo y formaban una buena pareja. ¿Volverán? Todo es posible. Y los medios del corazón estadounidenses ya hacen especulaciones, pues la ex pareja ya ha sido fotografiada, junta de nuevo, después de la ruptura. A poco menos de una semana, coincidieron en la gala de los Guys Choice Awards, donde él recibió un galardón en homenaje a su carrera. Así que, vuelvan o no, sabemos que la ruptura no ha sido traumática, pues, de haber sido así, ella no hubiera acudido.

Los que tampoco sabemos si volverán son **GONZALO MIRÓ** y **AMAIA MONTERO**. Él ya ha confirmado la ruptura con la ex Oreja de Van Gogh. Lo hizo la pasada semana, en una presentación junto a **PILAR RUBIO**. «La decisión ha sido poco a poco... ha sido una ruptura con cariño y respeto». Y dejó las puertas abiertas a una reconciliación. ¿Quién será su próxima novia? Famosa, seguro, si tenemos en cuenta su currículum sentimental.



SCARLETT JOHANSON SUELE DESTACAR POR SU ELEGANCIA.

INFINITI ETHEREA

MOTOR



UN FUTURO BRILLANTE

Su llegada al mercado está prevista para 2013. Con este modelo, la firma de lujo de Nissan irrumpe en un segmento de corte más juvenil con un perfil menos señorial y muy deportivo. El turismo compacto vestirá una mecánica híbrida.



Hay varios factores que definen a los vehículos de la firma Infiniti pero uno de ellos es determinante. Su propuesta está bañada de distinción y elegancia. Una característica que convierte a estos modelos en referentes dentro de la marca *premium*, pero que también, a través de sus diseños, los aleja de un público más joven. Son populares sus berlinas de lujo así como los SUV todoterrenos con todo tipo de detalles.

Para desmarcarse de esta tendencia y abrirse a un mercado más deportivo llega el nuevo turismo compacto Ethera. Es el primero de esta clase que fabrica Infiniti y con él la compañía japonesa tratará de llegar a mercados de todo el mundo. El futuro modelo de la división de lujo de Nissan reúne en un único diseño la esencia de un *coupe*, con la versatilidad de una berlina, a través de una configuración esbelta y escultural. De hecho, conserva por completo el ADN de la firma aunque goza de un aspecto más desenfadado y remozado en sus 4,4

metros de longitud.

A pesar de su configuración compacta, presenta una gran distancia entre ejes para mayor comodidad de cada uno de sus ocupantes. El resultado es un vehículo que, además de dinámico, tiene una estética moderna, casi futurista. Detalles que no son definitivos y que cambiarán cuando, el todavía prototipo, pase a la cadena de producción. En cuanto a sus grupos ópticos, éstos presentan tecnología LED.

El interior del turismo está regado por la elegancia, con materiales suaves al tacto. En este sentido, incorpora molduras inspiradas en la cultura japonesa, como un revestimiento de papel denominado *Kasane Washi*. Incluye además un notable equipamiento con una pantalla táctil para manipular de forma totalmente intuitiva todo lo relacionado con el entretenimiento a bordo.

En cuanto a su mecánica, podría llegar con un motor en gasolina de 2.5 litros en combinación con un propulsor eléctrico, con una potencia total de 245 caballos con tracción delantera.

CARAVANA DE NOVEDADES

Una muestra itinerante dará a conocer los últimos modelos de la marca Mercedes-Benz.



Es de vital importancia, sobre todo en la época de crisis que vive el sector, dar a conocer el producto. Y este es el objetivo de la iniciativa desarrollada por Mercedes, que se extenderá hasta el próximo tres de julio.

Bautizada como *Caravana de Novedades 2011*, recorrerá diversas ciudades en las que los asistentes

podrán conocer de primera mano los vehículos que la firma alemana está a punto de sacar del horno. Estas jornadas no sólo servirán para apreciar estéticamente las características de los nuevos modelos, sino para realizar numerosas pruebas dinámicas de los mismos.

Los turismos que acompañan esta iniciativa son el CLS -precursor del segmento de los *coupés* de cuatro puertas-, el atractivo y espectacular *roadster* SLK, el renovado Clase C berlina y la gran novedad del último año, el recién presentado Mercedes Clase C Coupé.

LISTA PARA GRANDES DESAFÍOS

SUZUKI GSX 1250 FA

Cada vez son más los que se alejan de los medios de transporte convencionales y asumen que la moto es una compañera de viaje, cómoda y eficaz, para afrontar retos muy diversos. Por eso no es de extrañar que el segmento de las grandes *touring* esté conquistando el mercado.

La última en llegar, dentro de este ámbito *tragamillas*, es la GSX 1250 FA de Suzuki. Una *rutera* capaz en todos los sentidos y a un precio ajustado. La máquina deriva de una clásica de Suzuki, como es la Bandit 1250, que aporta la misma mecánica de 1.250 centímetros cúbicos a la GSX. El trabajo desarrollado en su propulsor se ha dirigido a alcanzar un comportamiento homogéneo, suave y agradable en todo tipo de carreteras a través de sus 98 caballos.

Gasta cerca de los 19 litros de su depósito en 200 kilómetros recorridos. *Sport Turismo* llega dotada con inyección electrónica, lo que mejora su comportamiento a bajas revoluciones. La dos ruedas incluyen suspensiones regulables para mejorar su adaptación en diferentes terrenos y un sistema de frenado con ABS. La potencia del propulsor de esta moto es canalizada a través de un cambio de seis marchas.

Pero no sólo de una gran mecánica vive esta *pura sangre* del asfalto. A la hora de afrontar viajes de gran envergadura es clave disponer de un buen equipamiento. Con este fin, incorpora un notable paquete de maletas con una capacidad de 103 litros. Llega a un precio de 10.000 euros.



APAGA Y VÁMONOS



FOTO: R. Ranoco / Reuters



FOTO: Kham / Reuters

ANIMALITOS

Algunos no necesitan presentación porque su porte y sus fauces saltan a la vista, como el voraz cocodrilo. Otros, como las ranas o el gato camuflado entre las ruinas nos recuerdan que siempre hay testigos.



FOTO: F. Robinson / EFE

CON INGENIO

Goodyear convoca un concurso a través de su site www.goodyearsafetytour.es para todos aquellos que quieran aportar su granito de arena a la mejora de la seguridad vial en nuestro país.



APORTA TU IDEA DE SEGURIDAD VIAL Y GANA UN VUELO EN EL BLIMP GOODYEAR

Goodyear, uno de los principales fabricantes de neumáticos del mundo, quiere contribuir a mejorar la Seguridad Vial en la carretera, por ello, ha puesto en marcha el concurso 'Proyecta tu idea de Seguridad Vial' en su minisite www.goodyearsafetytour.es/concursos que tendrá como premio un viaje a Barcelona para el ganador y su acompañante para volar en el *blimp* (dirigible) de Goodyear, que llegará a España el día 8 de junio. El ganador será elegido por un jurado compuesto por un miembro del RACE y por responsables de la marca.

Dentro de las actividades puestas en marcha con motivo del 'Tour de Seguridad 2011' que culminará con la llegada de la aeronave *Espíritu de*

la Seguridad, Goodyear ha preparado este concurso que premiará la idea más original en esta área. El compromiso de Goodyear para reducir el número de accidentes en carretera ha animado a la marca a realizar diferentes actividades para concienciar a los conductores de la importancia de cuidar sus vehículos, así como los neumáticos, a menudo los grandes olvidados en el mantenimiento de los mismos.

Como comenta Darío Vicario, Director General de Goodyear en Iberia: «La visita del *blimp* a nuestro país en un momento único para recordar a los conductores que la Seguridad Vial es un trabajo de equipo, y que todos formamos parte de él».

*La Ley
de Marta
dice que si no podemos
salir fuera con los amigos,
será porque es
un buen día
para invitarlos
a comer a casa.*

 **Quédate
con lo bueno**

El agua, que al ser de mineralización muy débil, te ayuda a eliminar toxinas y a quedarte sólo con lo bueno.





Medina
del Campo
Medina
de Rioseco

VALLADOLID
3 MAYO - 6 NOVIEMBRE
2011

LAS EDADES
DEL HOMBRE

Passio



CASTILLA Y LEÓN
ES VIDA



www.lasedades.es