

O **SACA** **CA**

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 14 al 20 de agosto de 2010 - Número 200

HELADOS

Tentaciones nutritivas

FORMACIÓN

La crisis impulsa el retorno a las aulas

SALUD

Sofocos al volante

EDURNE PASABÁN

UNA MUJER DE ALTURA

XXI EDICIÓN PREMIOS GRAN SELECCIÓN 2010

VUELVE A EMOCIONARTE



Premio Gran Selección VINO DE CALIDAD DIFERENCIADA

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.bodegascampoventas.com
info@bodegascampoventas.com



Premio Gran Selección QUESO DE CALIDAD DIFERENCIADA

EL PESEBRE

QUESERA CAMPO RUS, S.L.
C/ Carrera, 56

16621 SANTA MARÍA DEL CAMPO RUS (Cuenca)

Tel: 969 196 236 Fax: 969 196 311

www.queseracampo.com
campo@telefonica.es



Premio Gran Selección ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DE CALIDAD DIFERENCIADA

Acete de Oliva Virgen Extra ecológico

PAGO DE QUIRÓS

E.A. LA MONCLOA, S.A.

Fuera La Moncloa, s/n 45430 MASCARAQUE (Toledo)

Tel: 925 394 080 Fax: 925 113 970

www.oleoquirós.com
info@oleoquirós.com



Premio Gran Selección MIEL DE LA AICARRIA

Miel con S.O. de Almoraz

COLMENEROS ALCARREÑOS

SDAD. COOP. DE CASTILLA LA MANCHA
APICULTORES DE LA AICARRIA CONQUENSE

C/ Camino de Utiel, s/n 16465 HUÉLVES (Cuenca)

Tel: 969 136 757 Fax: 969 136 752

apicultoresalcarra@bolton.es



Premio Gran Selección AZAFRÁN DE LA MANCHA

Azafrán de La Mancha

LA ROSERA

BEALAR, S.L.

Pol. Ind. Los Lomas, 10

16200 MOTILLA DEL PALANCAJ (Cuenca)

Tel: 969 180 156 Fax: 969 180 156

www.bealar.com

info@bealar.com

bealar@telefonica.es



Premio Gran Selección JAMÓN SERRANO ESPECIALIDAD TRADICIONAL GARANTIZADA (ETO)

Jamón Serrano Reserva Especialidad Tradicional Garantizada

ESPAÑA E HIJOS

EMBUTIDOS Y JAMONES ESPAÑA E HIJOS, S.A.

Ctra. Torralba-Puebla de Montalbán, km. 9,1

45517 ESCALONILLA (Toledo)

Tel: 925 758 223 Fax: 925 758 443

www.espanafijos.com

info@espanafijos.com



Premio Gran Selección BERENJENA DE ALMAGRO

Berenjena de Almagro

ALMAGREÑA

VICENTE MALAGÓN, S.A.

C/ Ejido San Juan, 39 13270 ALMAGRO (Ciudad Real)

Tel: 926 860 806 Fax: 926 861 029

lajazal@telefonica.es

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.



www.jccm.es



'KITESURF' **_20**
Deporte para revitalizar los pantanos

FOTO: **IGNACIO DELGADO**



NÚMERO 200
15 DE AGOSTO DE 2010

BASTONES CALIENTES

La encuesta, como todas las formuladas en la red bajo el anonimato y la advertencia expresa de su plena invalidez científica, arrojaba ya en las primeras horas un resultado demoledor: el 96 por ciento de los participantes apoyaba en masa que los alcaldes respondan con su propio patrimonio si los ayuntamientos que rigen no pagan en el plazo de 30 días las deudas contraídas con el sector privado. La consulta, queda dicho, no tiene más rigor que cualquiera de los sondeos promovidos a diario por las ediciones digitales de periódicos serios, menos serios, amarillos y en tonos carmín. Es decir, ninguno, pero ahí está el dato para pasmo de regidores y analíticas.

La cuestión se las trae porque, además, se fundamenta en una sentencia del Tribunal Superior de Andalucía, fallo que, a la espera de los pertinentes recursos, puede alterar por completo la forma y manera en que hasta la fecha han manejado alcaldes y concejales el dinero de los contribuyentes, presupuestos siempre cortos o imposibles, antesala del crédito, que por mala gestión, despilfarro y/o imprevisión, incluido en este cenagoso apartado el pinchazo inmobiliario, han provocado que las deudas acumuladas por los más de 8.000 municipios españoles superaran en el primer trimestre de 2010 los 36.000 millones de euros, según datos avalados por el Banco de España. Y lo peor es que con la nueva Ley de Morosidad, aprobada recientemente por el Congreso, los consistorios ya no podrán endeudarse más en el largo plazo a partir del próximo 1 de enero. Se buscan valientes para empuñar bastones de alcalde. La cosa promete, sobre todo sobresaltos.

juanjo saiz
subdirector de OSACA



SUMARIO

NÚMERO 200

HOY FIRMAN EN OSACA

antonio perez henares **_4**



javier ares **_6**

aquel campamento de verano

ramón sánchez ocaña **_27**

bernabé tierno **_28**

maría jesús álava **_30**

eneuve **_38**



AL RICO HELADO _8
Placeres congelados para el estío



ESTUDIANDO LA CRISIS _16
La Universidad se vuelve a llenar

EDURNE PASABÁN _12

La alpinista vasca cuenta cómo afronta su futuro tras coronar los 14 'ochomiles'

MÚSICA _22

Iron Maiden publica disco en su 30 cumpleaños

CINE _23

La gran pantalla adapta la serie 'El equipo A'

TENDENCIAS _24

RIM lanza la nueva BlackBerry Torch

CONDUCCIÓN _26

El calor aumenta la inseguridad al volante

RIESGOS DEL VERANO _28

Los peligros del aire acondicionado

SALUD _29

El paciente busca autonomía

PSICOLOGÍA _30

Fiestas para uso y disfrute

GASTRONOMÍA _31

Cambados homenajea al Albariño

CRÓNICA SOCIAL _34

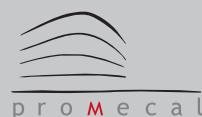
Desmontando a Pepón Nieto

MOTOR _37

La berlina de lujo de Infiniti

MODA _32

Vuelven los colores llamativos



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

AQUEL CAMPAMENTO DE VERANO

Amanecía y el sol cubría de oro las sombras de un mar tranquilo. Así, como principia el libro de Juan Salvador Gavio-
ta, se iniciarían también, por aquellas calendas de agosto, las jornadas de la mayoría de los seres humanos que en esas fechas disfrutaban de sus días de reposo y holganza. A otros, sin embargo, a esa misma hora, el estridente sonido de una chitarra electrónica les anunciaba que la llegada del alba habría de coincidir con su alineación a las puertas de la compañía, debidamente dispuestos a afrontar otro día de ajetreo.

Aquella primera llamada a formación tenía como objetivo pasar lista y recibir la pócima con el color del chocolate y el sabor a demonios con el que habríamos de afrontar la caminata que, de amanecida, nos llevaba al campo de tiro e instrucción. Decían los veteranos que a aquel desayuno se le echaba bromuro a fin de mitigar los naturales ardores de la grey soldadesca, y aunque tal extremo nunca pudo ser confirmado, doy fe de que, llegada la hora de la recogida, cuando se apagaba la luz y la compañía guardaba silencio, era muy escaso el chirriar de las camas que denunciaba las solitarias prácticas de desahogo de la natura, tan necesario a esas edades.

La imagen del batallón convenientemente formado, arremangada la camisa y el pecho al descubierto, soportando aterido el relente de la

mañana, me viene ahora a la memoria en las escasas ocasiones en que tengo la osadía de amanecer con el alba, inmenso placer que, como tantos otros estúpidos seres de mi raza, solo me procuro por obligación en estas fechas veraniegas, generalmente para afrontar algún viaje. Bies es verdad que, entonces, lejos de resultar un placer, se parecía mucho a algún ejercicio de tortura con el que los mandos trataban de domeñar el espíritu rebelde, cuando no asilvestrado, de aquellos jóvenes que, en nuestro caso, cumplíamos los deberes para con la Patria en el campamento de El Ferral del Bernesga, en la provincia de León.

Hice la mili voluntario por imposición paterna -cruel paradoja provocada para no interrumpir mis estudios universitarios- apenas cumplidos los 18 años, y por haber sufrido instrucción y formación castrense todos los años anteriores de mi existencia -ocho

de ellos vividos intramuros de un Regimiento- la experiencia me resultó acaso más gratificante que a aquellos otros reclutas, tres o cuatro años mayores que yo, que aún se estarán preguntando con qué derecho el Estado se apropiaba de sus vidas en aquellos tiempos en que éramos súbditos antes que ciudadanos.

Desconozco, y poco me importa a estas alturas, las causas por las que era obligatorio lo que hoy ha devenido voluntario, pero con in-

tención bien lejana a cualquier ejercicio demagógico, entiendo que el servicio militar ayudó a muchos jóvenes a soltar el pelo de la dehesa y a integrarse en una sociedad a la que tampoco tenían fácil acceso. De la misma forma que a otros muchos les inculcó valores como la disciplina o el respeto, hoy tan en desuso. Pero tampoco crean que pretendo mitificar lo que hoy no pasa de amable recuerdo. A fin de cuentas, también hizo la mili la interminable recua de vividores, chorizos, maleantes y sinvergüenzas que hoy en día pueblan nuestra fauna. Y que, en algún caso, hasta nos gobierna.



DOY FE DE QUE, LLEGADA LA HORA DE LA RECOGIDA, CUANDO SE APAGABA LA LUZ Y LA COMPAÑÍA GUARDABA SILENCIO, ERA MUY ESCASO EL CHIRRIAR DE LAS CAMAS QUE DENUNCIABA LAS SOLITARIAS PRÁCTICAS DE DESAHOGO DE LA NATURA, TAN NECESARIO A ESAS EDADES





NUEVA RUMASA

DIVISIÓN ACTIVIDADES TURÍSTICAS

14 de los 20 hoteles pertenecientes a la cadena hotelera Hotasa.



GRAN HOTEL CERVANTES Málaga
★★★★



HOTASA PUERTO RESORT Tenerife
Benares Palace
★★★★



HOTASA PUERTO RESORT Tenerife
Canalle Palace
★★★★



HOTASA INTERPALACE Tenerife
★★★★



HOTASA BEVERLY PLAYA Mallorca
★★★★



HOTASA BEVERLY PARK Gran Canaria
★★★★



HOTASA EUROCALAS Mallorca
★★★★



HOTASA LAGOS DE CESAR Tenerife
★★★★



HOTASA SAMOA Mallorca
★★★★



HOTASA SANTA FE Mallorca
★★★★



HOTASA SEA CLUB Menorca
★★★★



HOTASA SARAH Mallorca
★★★★



Hotel Taburiente La Palma
★★★★



Hotasa Semiramis Tenerife
★★★★

Más información en: **902 22 22 77** invernegocios@nuevarumasa.com nuevarumasabcn@nuevarumasa.com www.nuevarumasa.com

antonio pérez henares

INVENTARIO DE LUGARES PROPICIOS AL AMOR

Los fabricantes de condones, que tienen algún interés añadido al puramente erótico, han hecho una encuesta entre los jóvenes acerca de lugares y estaciones más propicias para el amor. Para hacerlo, vamos. Y ha salido, claro, el verano y las islas, mayormente las mediterráneas. No hacían falta sondos, hombre. Eso ya lo tienen muy escrito, y desde la más remota antigüedad, los poetas, que no se s  practican mucho el amor pero son quienes más lo trabajan.

Que se lo pregunten a Homero, por ejemplo, y a su Ulises, que no había manera de que volviera a casa. Un día las sirenas y el otro Circe lo tenían tan entretenido de isla en isla que luego tuvo que inventarse cíclopes, cuentos y hechicerías de lo más increíble cuando al fin apareció por la puerta de Ítaca. Está, pues, muy acreditado que las  nsulas mediterráneas sean griegas, itálicas o hispanas tienen un peligro que no veas. Con ese añadido toque oriental, de diosas fenicias y sedas de la otra orilla, que las hace aún más pecaminosas, si cabe. Por ello, creo yo ha salido primero Ibiza. Mallorca cerquita, que según Robert Graves que vivió y so o desde la cala de Deia, por donde según él se perdieron los mismísimos

argonautas de Jasón. El culto a la Madre y a las diosas no se ha extinguido en absoluto por all . Por las costas del sur tampoco, pero es otro palmeo y más bullicio.

Y lo del verano. Pues otra evidencia también muy líricamente proclamada. Entre todos por el bueno de  ngel González que sabía bien de que se hablaba. A él le he tomado prestado el título del artículo que lo es de uno de sus poemas. *Inventario de lugares propicios al amor*. Lo proclama en los primeros versos, amén de bajarle un poco los humos a la primavera. Dice así:

*Son pocos
La primavera está muy prestigiada,
pero es mejor el verano*

*Y también esas grietas
que el otoño
forma al interceder
con los domingos
en algunas ciudades
ya de por si amarillas
como plátanos.*

*El invierno elimina
muchos sitios;*

*(El poeta no estima
para nada esa estación
a la que vitupera para
rematarlo con un verso
demoledor que cierra el
poema)*

*en ese tiempo hostil,
propicio al odio.*

Lo suscribo totalmente y hasta aportaría experiencias personales que no vienen al caso. O sea, que por una vez la encuesta tiene razón porque coincide con los poetas. Aunque me entristece pensar que no son precisamente versos lo que más se estile para intentar las prácticas amatorias por las arenas mediterráneas. Románticos no quedamos cuatro y encima nos tenemos que disfr-

zar un poco de canallas para que no se nos rían de la ternura. Signo de estos tiempos, que vamos a hacerle sino adaptarnos. Pero bueno, en lo esencial estamos de acuerdo: sigue siendo mejor el verano.



antonio pérez
henares
periodista y escritor



ME ENTRISTECE PENSAR QUE NO SON PRECISAMENTE VERSOS LO QUE MÁS SE ESTILE PARA INTENTAR LAS PRÁCTICAS AMATORIAS POR LAS ARENAS MEDITERRÁNEAS. ROMÁNTICOS NO QUEDAMOS CUATRO Y ENCIMA NOS TENEMOS QUE DISFRAZAR UN POCO DE CANALLAS PARA QUE NO SE NOS RÍAN DE LA TERNURA



PASCUAL

SÓLO ZUMO
100% No se puede ser más zumo

EL CAPRICHIO HELADO

POLOS, GRANIZADOS, ITALIANOS Y HORCHATAS. PARA REFRESCAR, COMO POSTRE, TENTEMPIÉ O DE MERIENDA. DE DÍA O DE NOCHE. EN INVIERNO O EN VERANO. EN CASA O EN LA CALLE. CUALQUIER MOMENTO ES BUENO PARA DEGUSTAR LO QUE TODAVÍA SE CONSIDERA UNA GOLOSINA, PERO QUE ES UN PERFECTO APORTE LÁCTEO PARA INCLUIR DE MANERA MODERADA EN LA DIETA MEDITERRÁNEA. DE SABORES Y TEXTURAS DIFERENTES, LOS HELADOS HACEN LAS DELICIAS DE MAYORES Y PEQUEÑOS EN SUS MÚLTIPLES OPCIONES. TARRINA O CUCURUCHO, CUBETA O POLO, CLÁSICOS O INNOVADORES. HAY UNO PARA CADA MOMENTO Y CADA PERSONA. EN UN MUNDO QUE SE MUEVE POR LOS IMPULSOS DEL MARKETING, LA CALIDAD ES FUNDAMENTAL, POR ESO SE ELIGEN LAS MEJORES MATERIAS PRIMAS PARA ELABORAR ESTOS CREMOSOS Y FRESCOS DULCES. LOS NACIONALES ESTÁN ENTRE LOS MEJORES, SALVANDO EL MITO DE LOS DEL PAÍS CON FORMA DE BOTA. ALGO DE ADICTIVO TENDRÁ CUANDO CADA ESPAÑOL CONSUME OCHO LITROS AL AÑO. NOS ADENTRAMOS EN UN MUNDO DE FANTASÍA GÉLIDA.

Una terraza, sol, calor y un buen helado podría ser una de las estampas más perfectas del tiempo estival en el que nos encontramos. Aunque estos productos se consumen durante todo el año, tal y como sucede desde hace tiempo en el norte de Europa y en Latinoamérica, es en esta estación cuando salen a la calle. El mal momento económico no está haciendo demasiado daño. «Nuestra verdadera crisis es la meteorológica», subraya José Luis Gisbert, presidente de la Asociación Empresarial Nacional de Elaboradores Artesanos y Comerciantes de Helados y Horchatas (Anhcea). «Nuestro producto apetece y no tiene un precio tan elevado como para tener que privarse de él, es un consumo de impulso», matiza. Así parece ser, porque el pasado año el sector vendió en España 302 millones de litros, un crecimiento del 1,3 por ciento respecto al 2008. Cada español toma al año entre siete y ocho litros.

Gisbert reivindica también el consumo de horchata y granizados, algo que solo existe en

Italia y aquí, y que aumenta la media del consumo español, igualando a los litros que toman los nórdicos -hasta 12 al año por persona- donde el helado es considerado un alimento. En Suecia o Noruega es normal en pleno invierno ir a cenar a una heladería, porque se entiende como un lácteo más y está totalmente integrado en la dieta. Podría extrañar este alto consumo nórdico, pero la explicación es muy fácil. Allí hay una gran producción lechera y hace ya tiempo que se dedica gran parte de la misma a los helados.

Después de un crudo y largo invierno, frases como «¡No puedo con este calor!», no han dejado de escucharse durante este verano. Tal vez sea una de las expresiones más repetidas durante estos días en los puestos de helados que forman ya parte del paisaje estival de las ciudades. Esos *casetos* de colores con sus cartelones anunciando las variadas y frescas novedades lanzan todo su potencial de marketing. Es un alivio que estén ahí, puede pensar alguno, o tal vez muchos, porque la mayoría de las personas que toma helados lo hace de dos a tres veces por semana y los veinteañeros y treintaañeros son los que más consumen. El verano dispara las



ventas. Una paradoja que se comprende por la tradicional idea en nuestro país, y otros como Portugal o Grecia, de que los helados, como las bicicletas, son para el verano. Pero esto está cambiando. En los últimos años un aumento de la información sobre los beneficios nutricionales que comporta este producto, asociado a una mayor concienciación de que se pueden disfrutar en cualquier época del año, confirman la tendencia a romper con la estacionalidad.

El marketing de las empresas funciona a toda máquina para llegar a los consumidores. La oferta es cada vez más abundante y competitiva. Colores e innovación para los niños, cantidad para los adolescentes y calidad para los más adultos. Artesanal o industrial, la diferencia entre estos dos sectores se basa en la forma de elaboración del producto. La clave está en la calidad de las materias primas y en la leche. Cuando se habla de helado artesanal, se trata de un artículo elaborado con leche, crema de leche (nata), frutas, chocolate, etcétera. Siempre con ingredientes de primera calidad, aunque sea producido por máquinas. Por contra, el helado realmente industrial sería aquel en el que las esencias o concentrados *con sabor a...* son su base.

Gisbert, de Anhcea, critica las franquicias «que venden como artesanos helados que no lo son, aunque a la larga son competidores con precios mucho más altos y esto nos encanta». Los heladeros artesanos atravesaron también la crisis de las grandes superficies, porque entonces bajaron mucho las ventas en la modalidad *para llevar*. Pero ya se están recuperando, apostando una vez más por la calidad y el buen servicio. No se puede competir contra los grandes fabricantes, pero a pie de pista o a pie de playa, una buena heladería artesanal puede vender 4.000 helados en un día caluroso.

CHOCOLATE PARA TODOS Si para gustos, sabores, el helado es el producto por excelencia. Casi podríamos encontrar uno para cada personalidad y momento del día. Desde los de hielo, pasando por los de crema y leche hasta los *light* y especiales para diabéticos. Un verdadero mundo de fantasía que, en muchas ocasiones, nos entra por los ojos.

Se confirma que el chocolate sigue gustando a todos. La fresa es la favorita de los pequeños, mientras que el turrón y el mantecado triunfan entre el público adulto. Y es que, «lo que es bueno, es bueno». Pero otros sabores se van afianzando en los mostradores. La tarta de queso con arándanos o la crema catalana empiezan a competir, ya que son reconocibles y a la gente le gusta saber lo que come y tener una referencia del sabor. Pero, ¿qué es lo último? El helado funcional. Que sea bueno, pero que tenga alguna propiedad beneficiosa para la salud. Este año está de moda el de yogur con bayas de goji. Esta fruta desecada proveniente del Himalaya, de un color rojo intenso, aproximadamente del tamaño de una pasa y con un sabor que podría asemejarse a una mezcla entre arándano y cereza, es la protagonista del helado del año. Su función: dicen que ayuda a recuperar la energía vital. Habrá que probarlo. Y probar, todos prueban, porque el consumo de helados no entiende

CURIOSA HISTORIA

China (1066 a. C.). En el Palacio Imperial de la dinastía Shang se preparaba una mezcla de leche merengada con nieve.

Roma. Al emperador Nerón le agradaba sorprender a sus invitados con postres helados (agua endulzada congelada).

Venecia (1254-1324). A Marco Polo se le atribuye la introducción en Europa de las recetas orientales, un regalo del príncipe Kublai-Khan.

Lyon (1676). El escritor Pierre Carra en su tratado *Utilización del hielo, la nieve y el frío*, describe cómo en Italia y España, la gente mezclaba frutas con crema y con azúcar. Después eran colocadas en jarras de barro que se congelaban con nieve.

España (siglo XIX). Los sorbetes, garrapiñas heladas y bebidas frías se venden en las horchaterías y en las botillerías. Otra opción era el helado de agua, hecho con copos de nieve vertidos en zumos de frutas y presionados en un pequeño molde.

España (1950). Comienza la industria en este sector y la apertura al exterior. En esta década se triplica el mercado de helados.

España (1970). Además de la industria, se estima que existían más de 1.000 heladeros artesanales. Esta década es un período de innovación en sabores, texturas y envoltorios.

España (a partir de 1980). Aparecen los helados con formas novedosas y atractivas, sobre todo para el público infantil. Los helados *light* o los especiales para diabéticos se desarrollan a gran escala.



de sexo. Curiosamente, en invierno es mayor el porcentaje de varones que toma helados, mientras que en verano las mujeres les aventajan. Entre ellas también recomiendan tomarlos de base láctea durante el embarazo, por el aporte de calcio.

¿Y dónde nos gusta tomar helado? Ya se comenten tanto dentro como fuera de casa, algo que también demuestra que está perdiendo su carácter estacional y que la población cada vez integra más este alimento en sus comidas cotidianas, y no solo como postre o merienda. Una buena película y una tarrina o postre helado es una de las elecciones mayoritarias tanto en verano como en invierno. Además, los datos revelan

que las heladerías concentran en los meses cálidos gran parte del consumo, mientras que los bares y los restaurantes toman fuerza y se sitúan en segunda posición entre las preferencias a la hora de saborear un helado, tras los hogares propios o de amigos.

Y lo mejor de todo es que se trata de un alimento recomendado en la dieta y para la digestión. El aporte de calcio, proteínas y vitaminas hace que sea algo más que una fresca golosina. Y, en la actualidad, que te digan que algo tan rico es bueno para la salud es de agradecer. Pero también hay truco: las calorías. El helado cremoso y de calidad es el que más calorías tiene. Los de agua, que no incluyen grasa en su composi-

ción, y los *diet*, aportan bastantes menos. Incluso así, los datos están ahí. Se calcula que los productos lácteos procesados por la industria heladera son el equivalente a 90 millones de litros de leche fresca.

Fijarse en las etiquetas de composición e ingredientes es importante, no solo para saber el

valor nutricional del producto, sino para comprobar la fecha de consumo preferente, el modo de conservación y los aditivos y estabilizantes añadidos. Además, hay que romper

ESTE AÑO LA ESTRELLA DE LA TEMPORADA ES EL DE YOGUR CON BAYAS DE GOJI, UN FRUTO DESHIDRATADO QUE VIENE DEL HIMALAYA

XAVIER CALATAYUD MAESTRO HELADERO



Este pastelero y heladero de Malgrat de Mar (Barcelona) ha ganado, a sus 37 años, la *Gelato World Cup*. Xavier ha obtenido, como integrante del equipo español que participó en la *Coppa del Mondo della Gelateria*, uno de los galardones más valiosos, el Premio a la Mejor Cubeta de Helado, concedido por la prensa internacional especializada que cubre el certamen bianual, celebrado este año en Rimini (Italia). El sabor ganador no podía ser otro:

«Ganamos con el típico sabor del mediterráneo: el turrón de Jijona».

¿Quiénes son los otros integrantes del equipo?

El equipo español lo formamos acreditados maestros como Paco Carretero (capitán), Lorenzo Blanco y Andrés Sirvent, ambos de Calahorra, Alfonso Herce (Arnedo-La Rioja), Jesús Ruiz de Arcas (Valls-Tarragona) y yo.

¿Qué es la *Coppa del Mondo della Gelateria*?

Es la cuarta edición de un torneo muy importante para el sector y más en Europa. Los equipos participantes son Francia, Suiza, Argentina, Marruecos, España, Australia, Brasil, Estados Unidos, Alemania, Italia. Hay un gran nivel y tres premios, además del nuestro.

¿Ganar la Mejor Cubeta de Helado fue buscado o casual?

No nos lo esperábamos porque íbamos a ver y coger experiencia para hacer un buen trabajo en 2012.

¿En los helados y en los premios, gana la originalidad o prima la calidad?

Las dos cosas, pero lo que da más puntuación es el sabor y la textura y, la verdad, es que nosotros íbamos muy bien.

¿Cómo se prepara uno para un campeonato de helados?

Preparando sabores que gusten, rectificando los helados, entrenando la escultura de hielo y la de chocolate. Es un entreno de heladeros.

¿Cuál es el nivel en nuestro país?

En nuestro país el nivel gastronómico es muy alto y se fijan mucho en la tendencia que tenemos los españoles. Los mejores este año han sido los franceses, pero Italia y Argentina también destacan en la heladería.

¿En ese mundillo hay especializaciones o todos los expertos sabéis hacer todo tipo de helados?

No todo el mundo sabe hacer helados y tiene mucho valor el artesano. Hay muchas heladerías que sirven helados, pero esto no quiere decir ni que sean heladeros ni que se lo hagan ellos.

¿Todos los que dicen vender helados artesanos, lo son?

Interesante cuestión. La línea que separa lo artesano de lo industrial es fina. La legislación -en helados al menos- se limita a observar que la intervención personal y la obtención de un producto personalizado, no mecanizado ni producido en grandes series, son factores predominantes del fabricante artesano. No hay más. Beneficiarse de la tecnología no es solo una alternativa, sino una obligación.

Usted es creador heladero en Alemany S.A. ¿Le motivaron para presentarse al concurso?

Por supuesto, y además ha sido una inyección de moral y de ilusión para nosotros, porque en nuestro sector todo lo mueve la imagen y el marketing. En nuestro caso valoramos lo artesanal y ganar nos hace capaces de diferenciarnos de las grandes multinacionales.

¿Cuál es su sabor favorito?

Por suerte no tengo favoritos, porque lo pruebo todo.

¿El mejor?

El mejor del mundo, el de turrón.

¿El más vendido?

Como marca la tradición: chocolate, vainilla y fresa.



falsos mitos como que el helado dificulta la digestión o irrita la garganta. Los diabéticos pueden tomarlos, siempre que controlen sus dietas o los coman específicos para su situación. No provocan más caries que otros dulces ni tienen un colesterol alto ni demasiado azúcar. Alimentan, pero moderadamente y tampoco hay que abusar para no engordar. Como todo, en su justa medida. Un alimento tan peculiar y agradecido tenía que tener su propio rincón, un pequeño museo creado por la industria Alacant. El recinto, que se puede incluso visitar a través de la red, muestra desde la elaboración del helado hasta los obradores de los años 30 y 60.

Otra opción para saber más sobre este deli-

ciosos y fresco mundo son los libros especializados. *El libro blanco de los helados*, coordinado por María Carmen Vidal, doctora en Farmacia, aporta razones para situar a cada helado en su justo contexto y conocer sus valores alimenticios y nutricionales para integrarlos en nuestra dieta. Por su parte, *Los secretos del helado, el helado sin secretos* es un libro eminentemente práctico. Àngelo Corvitto, maestro artesano, ha realizado una investigación a lo largo de varios años que le ha llevado a ser uno de los mejores en este sector. Un gran volumen para entusiastas. Y después de estos detalles ya solo queda disfrutar de otro heladito sentado en una terraza esta misma tarde.

>ENTREVISTA

EDURNE PASABÁN alpinista

«LA MONTAÑA ES UN AMANTE CELOSO QUE TE EXIGE QUE TODO TU TIEMPO SEA PARA ÉL»

Además de una inmensa satisfacción personal, a **EDURNE PASABÁN** (Tolosa, 1973) pasar a la historia le ha dejado secuelas físicas, constatables en la amputación de varias falanges de sus pies, y psicológicas, tras una depresión en 2005 que le mantuvo año y medio parada. Meros recuerdos cuando el pasado 17 de mayo pisaba la cima del Shisha Pangma convirtiéndose en la segunda mujer en hollar las 14 montañas de más de 8.000 metros del planeta, con el valor añadido de haberlo hecho, excepto en el caso del Everest, sin oxígeno adicional. A la alpinista guipuzcoana solo se le adelantó la surcoreana Miss Oh, cuya ascensión del Kanchenjunga sigue poniendo en duda. «No soy la única que lo hace», recuerda la deportista vasca, que, una vez concluido su macroproyecto, busca ahora construir una vida 'convencional'.

Después de haber logrado la gesta de ser la segunda mujer del mundo que asciende los 14 ochomiles, se ha convertido en una leyenda con solo 36 años, ¿cómo lo lleva?

(Risas). No sé, bien. Estoy contenta de lo que he hecho, pero de ahí a haberme convertido en una leyenda, es decir demasiado. Quizá sí que podría ser un referente o algo así, pero no más. Estoy feliz, pero todo esto me queda un poco grande. Nunca buscas esto, sino que las cosas ocurren, lo haces porque tienes pasión.

Ha dedicado la última década de su vida a subir las montañas más grandes del planeta. ¿Ha habido algún momento en el que pensara que no lo lograría?

Yo decidí subir a los 14 ochomiles bastante tarde, hace casi tres años. Los demás años hacía ascensiones por afición y, al final, cuando llegó el momento en que ya había hecho nueve montañas de 8.000 metros, fue cuando me planteo realmente subir todas. Por lo tanto, no ha habido ningún momento en el que dudara de que hubiera podido terminarlas deportivamente. Quizá sí lo vi por otros motivos, porque encontrar la financiación era muy difícil, por lo me-

nos al principio. Estuve a punto de decir en muchas ocasiones: mira yo paso, esto no me da ni para vivir, es muy complicado. Sí que hubo momentos de crisis, pero deportivamente, como lo fui haciendo poco a poco, me decía que, si un día se daba la casualidad, terminaría los 14.

De todas las ascensiones, ¿cuál recuerda como la más dura de todas?

La del K2 en 2004. Quizá porque todavía no había pensado terminar los 14 ochomiles, porque la bajada la viví con congelaciones -perdí dos falanges de los dedos de sus pies- y entonces me pilló todo demasiado grande para el momento en el que estaba. Aparte de que la montaña me castigó mucho y vi que realmente era muy dura y sufrí.

¿Qué sintió al hollar su primer ochomil, el Everest en 2001?

A mí en aquel momento me decepcionó un poco. Tenía la felicidad y la alegría de haber podido conseguir un objetivo que ya llevaba siguiendo desde hacía mucho tiempo como era el de subir un *ochomil*. El Everest no me decepcionó como montaña, sino por lo que había alrededor, que eran todas esas expediciones comerciales y tanta gente. Yo el Hi-

malaya me lo imaginaba de otra manera. Ascender el Everest rodeada de todo aquello me quito un poco de valor a lo que estaba haciendo. Pero esto enseguida cambio cuando continué haciendo montaña y al año siguiente me fui al Macalu y vi que realmente el Himalaya era de otra manera y que, exceptuando el Everest, todo lo demás no está tan explotado y puedes hacer himalayismo perfectamente.

¿Qué hace que una ingeniero técnico industrial lo deje todo por la montaña?

Seguramente el querer encontrar su camino por su propio pie. Yo nací en una familia en la que todo el mundo era ingeniero. Terminé la carrera y trabajé cuatro años con ellos y yo para entonces era un poco... no rebelde, sino que quería crecer por mi misma. Alrededor de mí ya tenía la vida como muy encaminada y yo lo que quería era buscarme la vida. Así empecé a escalar, me dediqué a otras cosas como la hostelería, y quizá fue ese encontrar tu camino en el que tu te encontrabas bien y la libertad de uno mismo por crear, lo que hizo que dejara la ingeniería para irme a la montaña.



«EL EVEREST NO
ME DECEPCIONÓ
COMO MONTAÑA,
SINO POR LO QUE
HABÍA
ALREDEDOR, QUE
ERAN TODAS ESAS
EXPEDICIONES
COMERCIALES»

«EN TORNO A MÍ
TENÍA LA VIDA
COMO MUY
ENCAMINADA Y
YO LO QUE QUERÍA
ERA BUSCARME
UN FUTURO POR
MI MISMA. ASÍ
EMPECÉ A
ESCALAR»

«A DÍA DE HOY,
HASTA LA
FEDERACIÓN
COREANA DE
MONTAÑA PONE
EN DUDA ALGUNA
DE LAS
ASCENSIONES DE
MISS OH»

«PARA TENER
HIJOS TIENES QUE
TENER
CONSTRUIDA UNA
VIDA, ALGO QUE
AHORA NO
TENGO»

Después de todo este tiempo, ¿tienes la sensación de que la montaña ha sido una amante celosa?

Sí, por desgracia sí. Necesitas dedicarle tanto tiempo que luego la vida normal, es decir, encontrar pareja, formar una familia, queda en un segundo plano; no porque tú quieras ni porque le des más importancia a la montaña, pero te centras en una cosa y lo demás queda de lado. Es un amante que te dice: todo el tiempo es para mí. Yo nunca lo había oído así, pero es una buena definición, es un amante celoso. Esto es lo que más caro he pagado y lo que más estoy pagando ahora.

Ahora que ha logrado su objetivo, ¿se plantea otros aspectos de la vida?

Me he planteado siempre otros aspectos de la vida, pero es verdad que no se me ha dejado. Siempre se ha dicho de mí que después de los 14 *ochomiles* iba a tener hijos. Esto era lo ideal, pero para eso tienes que tener construida una vida, que ahora no tengo construida. Creo que en este momento puedo centrarme en mi vida personal más de lo que he dedicado anteriormente y ojalá pueda ser.

Para afrontar todos los desafíos, ¿qué preparación física y psicológica ha seguido?

Físicamente, como un deportista profesional. Tengo mi propio preparador que me lleva todo el entrenamiento. Normalmente entreno de cuatro a cinco horas al día si estoy en ciudad, a la mañana voy en bicicleta y a la tarde hago algo de gimnasio y corro. Siempre con un entrenamiento controlado.

Psicológicamente, una persona para hacer montaña tiene que poner mucho de su parte. Todo el tema del sufrimiento, de aguantar... se lleva bastante dentro. Pero para afrontar otros asuntos en estos 10 años como el tener que dejar otras cosas de lado para dedicarte más a lo que estás haciendo, me he centrado mucho en el *coaching*. Tengo una *coacher* personal, con la que trabajo ciertas cosas que hacen que todo lo demás salga bien.

Una vez en la montaña, ¿cómo se adapta una mujer a un entorno en el que predominan los hombres?

No es fácil, pero tampoco muy complicado. Es verdad que siempre he escalado solamente con hombres. El éxito de todo esto ha sido el tener un equipo en el que nos conocemos muy bien y que hay un respeto en todos los aspectos. Ellos me han considerado un miembro más del equipo y no ha habido ningún tipo de complicación. Lo bueno es que, aparte de esto, son muy buenos amigos, gente que conozco desde casi los 14 años. Ya había una trayectoria anterior, ellos me conocían como chica y como escaladora, y así ha sido más fácil.

Tras los 14 *ochomiles*, ha llegado a España como una auténtica estrella y los medios le hemos acosado bastante. ¿Recuerda cuántas entrevistas ha concedido desde su regreso?

No tengo ni idea, cientos. Pero esto está bien. Para todo hay cosas buenas y para todo hay cosas malas. Este país es como es y muchísima gente te critica y otra mucha te apoya. Pero lo que he visto, y sobre todo por la mayoría de las

personas que he encontrado, es que el cariño era muy grande y que mucha gente que yo no me hubiera esperado ha sentido el proyecto de los 14 *ochomiles* como muy suyo.

¿Qué ha cambiado en el alpinismo para que ahora tenga un seguimiento mediático tan fuerte?

La gente se equivoca cuando dice que con todo este seguimiento mediático quitamos la pureza del alpinismo. Los medios de comunicación habéis hecho un buen trabajo al considerarnos como un deporte más, nos habéis cuidado mucho y los medios tenéis, al final, muchísimo peso y tengo que estar agradecida como alpinista y como Edurne por el cariño con el que se me ha tratado. No es como antes que solo se hablaba de alpinismo cuando había un accidente, y esto es de agradecer.

¿Qué parte de culpa de este nuevo rumbo tiene la labor de divulgación del programa 'Al filo de lo imposible'?

Mucha y muy buena. Es una manera de hacer llegar este deporte a todo el mundo porque, por ejemplo, un Mundial de fútbol, el Roland Garros o el Tour se pueden dar en directo, pero nuestro deporte era minoritario y para hacer un directo es casi imposible y, de alguna manera, hemos estado en un medio de comunicación con un programa como *Al filo* que ha llevado el alpinismo a la gente.

Hace unos meses y después de una serie de sucesos trágicos se pusieron en duda los códigos de la montaña de los que tanto se ha hablado durante años...

Sí que existen. Mucha gente opina desde el sofá de su casa sin estar viviendo lo que sucede a 7.500 metros. Aun nosotros, habiendo estado a esa altura, si no has estado en ese momento determinado, no podemos hablar de lo que está pasando allí arriba, para nada. Lo que pasa es que a la gente no le entra en la cabeza cómo una persona puede perder la vida si otras personas están alrededor. Muchas cosas son muy difíciles de hacer entender a la gente, que empieza a opinar desde casa, y esto hace que se diga que no hay solidaridad en la montaña. Se equivocan, no es así. Yo llevo más de 12 años escalando en el Himalaya y te puedo hablar de casos que me han pasado a mí y que demuestran claramente lo contrario.

¿Con quién no dudarías en aventurarse en una expedición?

Con mi equipo. Yo siempre lo digo cuando doy una conferencia, en mi equipo lo que prevalece ante todo es que los miembros sean buenos escaladores, pero sobre todo, buenas personas. Que cuando tengas un problema te van a ayudar o tu les vas a echar una mano. Pero un problema en la montaña o en el día a día, lo más importante son las personas y lo grande que tiene el equipo que ha conformado el *14x8.000* es que hemos sido muy buenas personas.

Después de toda la controversia que se ha formado, ¿se arrepiente de haber puesto en duda la ascensión de Miss Oh del Kanchenjunga?

Aquí parece que solo yo he puesto en duda la ascensión de Mish Oh, pero si cogemos periódicos de todo el mundo que se dedican a la montaña vemos que no soy la única. A



día de hoy, la pone en duda hasta la Federación Coreana de Montaña. Lo que pasa es que yo, teóricamente y entre comillas, sería su rival, por lo que llama más la atención que critique la ascensión. Esto me hace un flaco favor, porque no soy la única que piensa de esta manera. Ella no da pruebas de una gran duda que se ha formado sobre todo en una montaña. Un día se me ocurrió hacer un comentario inocentemente a un periodista amigo mío y de ahí saltó la liebre. A veces soy más tonta que...



Edurne Pasabán durante la ascensión del Kanchenjunga en marzo de 2009.

¿Cuál será su próxima expedición?

De los 14 *ochomiles* solamente subí con botellas de oxígeno el Everest en el año 2001, porque era mi primera montaña y no me conocía como me conozco a estas alturas. De cara al año que viene me gustaría, ya para terminar, no sé si mi carrera deportiva, pero si mi carrera como himalayista u ochomilista, ascender el Everest sin oxígeno. En primavera, entre abril y mayo, iremos al Everest para hacerlo.

No todo el mundo puede prescindir del oxí-

geno artificial, ¿es consciente de que tiene un físico privilegiado para la montaña?

Si que tengo una adaptación a la altura muy buena, y con los años me he ido dando cuenta de esto. Ya al principio lo presentía.

Cuando se empiecen a acabar las fuerzas, ¿cómo afrontará el futuro?

Con ganas, porque hay muchos proyectos por hacer. A día de hoy, me estoy abriendo mucho camino dando conferencias en diferentes empresas sobre motivación, equipo, liderazgo... No descarto meterme en el mundo de la tele,

donde también hay algún proyecto. Después del Everest, poco a poco iré cerrando ciertas cosas que tengo en mente. Pero tampoco tengo un vértigo increíble. Antes tenía miedo de lo que iba a hacer cuando terminara los *ochomiles*, pero me están saliendo proyectos muy interesantes y voy a poder hacer muchas cosas.

¿Se puede habituar un montañero a la vida en la ciudad?

(Risas) Yo creo que sí, soy bastante normal en esto. Seguro que necesitaré escaparme a la montaña. Esto nunca lo voy a dejar.



¿ESTUDIAS O NO TRABAJAS?

QUE NADIE SE ENGAÑE, HASTA HACE POCO EL NÚMERO DE UNIVERSITARIOS DE UN PAÍS SE CONSIDERABA UN INDICADOR CLARO DE DESARROLLO Y POTENCIAL DEL MISMO, PERO LOS TIEMPOS CAMBIAN Y UN NUEVO FENÓMENO HA SURGIDO: REFUGIARSE EN LOS ESTUDIOS HASTA QUE LA CRISIS PASE. SE PREVE UNA AVALANCHA DE TITULADOS PARA LOS PRÓXIMOS AÑOS, ALGO PARA LO QUE NUESTRO PAÍS TODAVÍA NO ESTÁ PREPARADO Y QUE LOS ESTUDIANTES YA EMPIEZAN A ASIMILAR.

miguel sáez **texto** r.serrallé, j.citores y efe **fotos**

Resulta curioso observar cómo durante estos años de vacas gordas que el país acaba de atravesar, el número de estudiantes universitarios caía de forma estrepitosa, perdiendo un 3 por ciento de licenciados al año, en total más de 100.000 titulados. Todos los expertos atribuían esto al descenso demográfico generacional, dado que el grueso de la población española ya se sitúa entre los 30 y 45 años, y el número de jóvenes -población entre 16 y 30 años- cae sin freno, lo cual supone una grave sangría en el alumnado. Desde que comenzó la tendencia negativa, España ha perdido 734.000 jóvenes, y el repunte provocado por la inmigración solo se nota, de momento, en la educación primaria, ya que en la ESO continúan perdiendo estudiantes cada curso. Sin embargo, desde hace dos años el número de universitarios sorprendentemente va en aumento, algo que muchos todavía no se acaban de explicar, pero que, desechando causas demográficas, solo tiene lógica a raíz de un cambio de mentalidad forzado por un mercado laboral agotado.

Las prioridades de los jóvenes han cambiado, hace un lustro la bonanza permitía a estos verse con un sueldo considerable, sin paro, y pudiéndose dar caprichos como un coche, o incluso, independizarse. El país en el que vivían ofrecía trabajo fácil, rápido y flexible, creían que nunca les iba a faltar el pan y muchos se sintieron atraídos por llenarse pronto los bolsillos dejando de lado los estudios a edades más tempranas. Vivían en una burbuja que ellos no habían provocado, pero en la que se encontraban a gusto.

La preocupación por formarse, los idiomas o los títulos continuaron en un segundo plano y, de repente, llegó la crisis mundial, que aunque anunciada a bombo y platillo pilló a todos en pañales y mostró sus primeros síntomas en el tercer trimestre de 2007. Desde entonces las cifras no han dejado de empeorar. En junio el paro juvenil se situaba en el 41,3 por ciento, es decir, afectaba a casi dos de cada cuatro ciudadanos entre 16 y 30 años. Estos datos colocaban a España a la cola de Europa junto a Estonia y, lo peor es que el país, además, se ha envejecido, con casi un millón de jóvenes menos que en la última crisis de 1994, mientras que la población ha crecido hasta los 47 millones de habitantes. De estos datos, los analistas desprenden que los jóvenes son los que más están pagando la situación económica, ya que fueron los primeros en ser despedidos, los que más temporalidad sufren, menos cobran y, paradójicamente, los mejor preparados de la historia, al menos académicamente.

España está entre los líderes del mundo en cuanto a formación juvenil, según publica la OCDE, con un 40 por ciento de población joven con estudios de grado superior, frente a la media europea del 32 por ciento. Sin embargo, una vez terminado el periodo de formación la bofetada es sustancial viendo el panorama laboral que les espera, con el ya famoso fenómeno de los milleuristas, jornadas reducidas, contratos precarios y una importante fuga de cerebros hacia países donde hay más seguridad de futuro.

¿Puede España permitirse esto? Pues parece ser que sí, de hecho lo hace, aunque paga un alto precio al sacrificar profesionales capacitados, in-



ARRIBA La crisis está provocando que los jóvenes retrasen lo más posible la entrada en el mercado laboral.

cluyendo todo el coste de inversión que conlleva formarlos. Resulta evidente que a la hora de contratar, los empresarios eligen los perfiles mejor cualificados, sea cual sea el puesto y entre estos, está demostrado que los titulados necesitan menos tiempo para encontrar trabajo. Durante algunos años, la demanda de empleo estuvo diversificada, cada cual aspiraba a algo acorde a su formación, y en la mayor parte de los casos terminaban por encontrarlo. En la actualidad, la necesidad ha provocado que estos límites ya no existan, restaurantes, fábricas o tiendas de ropa comparten perfil de demandantes, y jóvenes sin la educación obligatoria se ven obligados a competir para un puesto cualquiera con otras personas que además son tituladas y con otro idioma. En tiempos de crisis sólo sobre-

ESPAÑA ES UN PAÍS LÍDER EN TITULACIONES SUPERIORES PERO SU MERCADO LABORAL ES EL PRIMERO DE EUROPA EN PARO JUVENIL, CON UN 41,3 %

viven los más fuertes, y son muchas las personas que, al verse en el paro y sin perspectivas de futuro, deciden completar su formación con cursos, aprender idiomas, sacarse una oposición o, por qué no, volver a la universidad para atreverse con una carrera o completar aquella que en sus años dejaron a medias.

La avalancha de alumnos que se avecina es notable. El próximo curso habrá 50.000 universitarios en Cataluña, un 2,37 por ciento más que el curso anterior, la cifra más alta de los últimos 10 años, 2.300 de ellos vienen de las pruebas de acceso para mayores de 25 y 45 años. La Uni-

IDIOMAS

Silvia es una joven valenciana de 25 años que ha decidido esquivar la crisis completando su formación en el extranjero. «Hace dos años que terminé Publicidad y realicé un máster para completar mi curriculum. Desde entonces he estado buscando trabajo sin éxito, tanto en mi ciudad como en Barcelona, y acudiendo a varias entrevistas de trabajo. He sido testigo de situaciones surrealistas, más de medio centenar de chicas esperando para un puesto de trabajo temporal, en una empresa pequeña y de sólo media jornada, así que cada día me desmotivaba más. Al cabo de un año tomé la decisión y me vine a Irlanda, porque aquella situación era bastante frustrante. Estoy contenta, estar aquí me hace sentirme útil, ya que voy a una academia para prepararme un certificado que acredite un manejo alto del idioma, algo con lo que espero que se me abran más puertas. Por las tardes trabajo en un supermercado y, aunque Irlanda sufre la crisis con el mismo rigor que España, aquí tienen un modelo de trabajo por horas muy arraigado, lo cual permite encontrar un empleo más fácilmente, y cobrando como sueldo mínimo 7,65 euros cada hora, los jóvenes aquí lo tienen mucho más fácil. En este país cualquier trabajo de paso no cualificado tiene más sueldo que el que cobran mis amigas en Valencia con carrera y máster, aunque estoy deseando volver y encontrar algo allí, porque las echo de menos y no soporto el clima. Conozco muchísimos casos como el mío, la media de edad en Dublín es de 30 años, y esto atrae a mucha gente parada pero con estudios que quiere exprimir la baza del idioma sin tener que depender más de los padres, buscándose un trabajillo para ir tirando y esquivando el paro durante unos meses».

versidad de Valladolid experimentó un aumento del 17 por ciento en las preinscripciones, la de Burgos un 35 por ciento más de solicitudes, y un 12 más de matriculados, las peticiones de inscripciones en la Universidad Complutense de Madrid han crecido un 22 por ciento, con 3.500 candidatos más, el aumento en las de Valencia es del 14 por ciento, la Universidad de Castilla la Mancha cerró el pasado curso con una subida 5,45 puntos en las matrículas y también se disparó el número de quienes empezaron una segunda carrera. La UNED por su parte todavía no ha iniciado el plazo de matriculación, pero el año pasado experimentó un aumento del 37 por ciento, tendencia que se presupone continuará. Todavía no se han cerrado las inscripciones en ninguna de ellas, puesto que es en septiembre

cuando se produce el grueso de registros, pero las cifras van camino de batir marcas. El problema no acaba ahí, se está sacando adelante a una generación mejor formada y más cualificada, eso es obvio, pero a medio plazo se prevé que podría surgir otra realidad paralela, un gran abanico de jóvenes titulados ansiosos por buscar un empleo acorde a su formación, un embudo lleno en su parte ancha por miles de títulos, másteres, cursos e idiomas y, en su parte estrecha, un mercado que no puede satisfacer tanta demanda de personal cualificado.

El informe *Capital humano y rendimientos de la educación en España*, del catedrático José L. Raymond de la Universidad Autónoma de Barcelona, ha comprobado que la rentabilidad de la educación se ha visto menguada, siendo los titulados superiores los más afectados. A finales de julio el ministro de Educación, Ángel Gabilondo, exponía que España ha pasado de tener 200.000 universitarios a un total de 1,5 millones, mientras que el paro en este colectivo se ha duplicado. La conclusión es clara: si el mercado crece menos en proporción al número de titulados, tener una carrera deja de ser tan rentable y esto es lo que ha ocurrido en la última década. Además, el informe desprende que tener una carrera ya no se nota tanto a final de mes, la relación formación y salario también ha menguado dos puntos porcentuales, y es que contratar universitarios nunca había salido tan barato. Y esto se nota, por ejemplo, en Madrid, donde el 34 por ciento de la población ocupada está cualificada y es posible encontrar titulados casi en cualquier puesto de trabajo.

DESDE LA BASE En los escalones inferiores el fenómeno es el mismo, hace apenas tres años el número de alumnos que terminaba la educación obligatoria y se ponía a trabajar era sustancialmente más alto que en la actualidad. Desde el Gobierno, Gabilondo confirmó que el pasado curso, la educación opcional aumentó en 8.841 alumnos en bachillerato, y 42.614 estudiantes más en FP, una tendencia que este año va camino de repetirse. Bachillerato llevaba perdiendo alumnos durante más de 15 años, y en 2008, cuando comenzó la crisis, el número de estudiantes repuntó un 1,2 por ciento, éste año un 1,4 y para el que se avecina los indicios advierten un porcentaje mayor.

En relación a los ciclos formativos profesionales, los listados aumentaron 5 puntos respecto al curso anterior. Desde el Ministerio calificaron estos números de *positivos* y subrayaron que, como el éxito de los programas de FP es preparar al alumno en un oficio para su entrada al mercado laboral, era necesario crear nuevos títulos adaptados a las necesidades actuales del mercado. Sin embargo, los titulados en estos ciclos cada vez tienen más difícil encontrar trabajo y ante la incertidumbre optan por entrar en masa a la facultad. La avalancha de inscritos procedentes de FP ha provocado cierta polémica, sobre todo en Cataluña, ya que estos alumnos que no hacen selectividad han desequilibrado unas 20 carreras, especialmente la de Educación Infantil, donde el 90 por ciento de las plazas han sido copadas por ellos, seguidas de Educación Primaria y Social.



ARRIBA Algunas de las carreras más solicitadas son las que más paro acumulan. SOBRE ÉSTAS LÍNEAS Estudiar unas oposiciones es una de las salidas más demandadas.

Resulta significativo observar cómo las pruebas de selectividad han tenido 600 candidatos más solo en Madrid. María Jesús Ayala, jefa de sección de las pruebas de acceso a la Universidad Autónoma de Madrid, expresó su sorpresa en una nota de prensa ante este incremento «*ignoro si se debe a que los centros de secundaria han aprobado más estudiantes de cara al nuevo Espacio Europeo de Educación Superior,*

porque no hay un crecimiento demográfico tan notable como para justificar estos seis centenares de nuevos estudiantes». Parece evidente que esos alumnos que antes no

**COMO EL MERCADO LABORAL
CRECE MENOS EN PROPORCIÓN
AL NÚMERO DE TITULADOS,
TENER UNA CARRERA CADA
VEZ SERÁ MENOS RENTABLE**

se presentaban han decidido hacer un esfuerzo extra a tenor de la nueva coyuntura económica y hacer las pruebas de selectividad.

FUTURO INCIERTO España se encuentra en una situación delicada, cada vez hay más gente más formada para trabajar, pero no hay empleo para todos ellos. Si esto continúa en el tiempo, el futuro de los jóvenes va a convertirse en una incógnita, para la que los expertos aconsejan *mente abierta*. Muchos apuestan por una remodelación del sistema más acorde a la realidad económica de nuestros días, ya que en la práctica vemos que determinadas diplomaturas están experimentando un *boom* en su demanda mientras que sus salidas son, en parte, inciertas. Es el caso de carreras como Educación Infantil, que en plena crisis de natalidad está proporcionando unas cifras récord de nuevos profesionales. Otro ejemplo curioso se da en Burgos, donde el perfil de desempleado más común es el de mujer con Magisterio, Administración y Dirección de Empresas o Derecho, carreras que siguen siendo muy demandadas.

Otro punto de vista es que la Universidad, aparte de ser un centro de preparación de empleados, también tiene un componente meramente educativo. El saber no ocupa lugar, y hay carreras como Lingüística, Historia o Filosofía que aunque son prácticamente ignoradas por el mercado y por *Bolonia*, siguen reuniendo estudiantes, la gran mayoría vocacionales o de segunda opción que, aún siendo conscientes de que su futuro es complicado, defienden a ultranza que el saber y la cultura de un país no debería depender de su devenir económico.

Opositar suele ser la puerta a la esperanza de estos últimos. Un estudio realizado por Adecco revela que la mitad de los parados españoles se están planteando opositar, en concreto el 54 por ciento, aunque tan solo un 14 realmente se ha puesto a estudiar. Esto significa que las plazas convocadas se están saturando de candidatos, fenómeno que se ha agudizado con los recortes anunciados por el Gobierno. Más de 100.000 aspirantes a una plaza en educación Secundaria están luchando por 17.000 vacantes en toda España. Las dos comunidades con más plazas son Andalucía con 4.119 para Secundaria y Cataluña con 3.990 para Maestros, sin embargo la obligación de conocer las lenguas cooficiales provoca un efecto llamada en aquellas cuyas oposiciones no lo exigen, principalmente en Andalucía, Aragón y Castilla y León.

La crisis está dejando un panorama cuanto menos complejo, muchos de estos titulados estarán tentados a emigrar, otros se resignarán y terminarán trabajando de cualquier cosa, o quién sabe, igual se encuentran fórmulas para que todos quepan en el sistema laboral del país. Parece claro que las cosas han cambiado, antes tener un título universitario era sinónimo de distinción y trabajo inmediato. Hoy no, se está originando una generación de españoles para los cuales es normal estudiar hasta pasados los 25 años, entrar a cotizar muy tarde, independizarse ya con 30 y olvidándose de los hijos para mucho más adelante, acrecentando así un problema demográfico que no garantiza las pensiones ni el relevo generacional de todo un país.

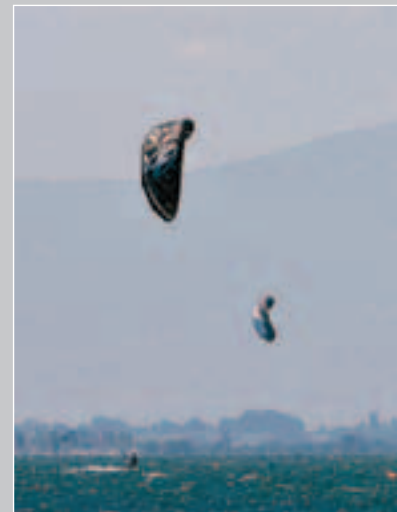
'KITESURF'



ACROBACIAS. Uno de los principales atractivos de esta modalidad son los saltos y piruetas que los *rider*s hacen aprovechando la fuerza del viento, que actúa sobre la cometa.



REGATAS. Además de *volar*, el *kitesurf* permite navegar a gran velocidad. Existen competiciones en las que los deportistas recorren una determinada distancia sorteando diversos obstáculos.



SURFISTAS DEL CIELO

UN DEPORTE DE ALTOS VUELOS

david ruiz **texto** ángel ayala **fotos**

Corría el año 1977 cuando el holandés Gijsbertus Panhuisse patentó el *kitesurf*. El invento era sencillo: una tabla de madera a la que le acopló una especie de paracaídas, que iba sujeto por un arnés al *rider* (jinete en inglés). Panhuisse descubrió que aplicando la fuerza del viento y el agua a su diseño, además de navegar a gran velocidad, podía realizar saltos y acrobacias espectaculares.

A pesar de ser una práctica relativamente reciente, la idea de usar una cometa para propulsar una embarcación ya existía en el siglo XII. Por aquel entonces, los pescadores y marineros de Indonesia y China seguían ese método para desplazarse en sus rudimentarias barcas.

Considerado un deporte de riesgo, el *kitesurf* consiste en una tabla que se desliza por el agua. Sobre ella va, sujeto gracias a las fijaciones, el *rider*, que a su vez se agarra a la barra de la cometa. Para evitar que el deportista se suelte y caiga

al agua, lleva atada la cometa a un arnés mediante dos cuerdas de seguridad.

De fácil aprendizaje, esta actividad no requiere de una preparación física excesiva para poder disfrutar de ella. No obstante, los expertos recomiendan realizar un curso básico de iniciación antes de subirse a la tabla.

En nuestro país, los primeros *surfistas del cielo* se vieron en la Costa Brava, allá por 1998. La playa de Valdevaqueros, en Tarifa (Cádiz) o la de Jandía, en Fuerteventura, son otros de los lugares en los que se ven volar más cometas dentro que fuera del mar. Y es que, en sus poco más de 30 años de vida, este deporte, que puede considerarse un híbrido evolucionado del *surf* y el *windsurf*, ha calado hondo entre los amantes de las sensaciones fuertes.

Como si el mar se les hubiera quedado pequeño, son muchos los que han dado el salto del agua al cielo. Uno de ellos es el gallego Abel Lago, un profesional del *surf con cometa* que en su día llegó a proclamarse subcampeón nacional





PAISAJE. Como vemos en la imagen, tomada en el pantano de Arijá (Burgos) durante la celebración del último Campeonato de España, el espectáculo del *kite* está, además de en el agua, en los paisajes dibujados por las cometas.

CAMPEONA. Gisela Pulido (Barcelona, 1994) es una de las joyas del *kitesurf* español. Ha ganado los últimos seis campeonatos del mundo celebrados y actualmente da clases en Tarifa (Cádiz)



Augusto García Campeón de España que el pasado 31 de julio revalidó su título en una competición celebrada en el pantano de Arijá.

de *windsurf*. Una mañana, en la playa de Tarifa, se quedó sin surfear porque no había el viento necesario. Cuando ya se volvía a casa, vio como la arena estaba llena de gente disfrutando de sus cometas. En ese momento decidió probar el *kite* y, tras un año de duro entrenamiento, finalizó el Campeonato de España en primera posición. En 2007 llegó su gran éxito, cuando se hizo con el primer puesto en el Campeonato del Mundo en la modalidad de olas.

Otra buena prueba del crecimiento de este deporte en nuestro país es la catalana Gisela Pulido, que ha ganado los últimos seis campeonatos del mundo de forma consecutiva, todo ello pese a contar con sólo 16 años de edad.

Porque, además de diversión, este deporte es competición. El número de practicantes de esta modalidad va en aumento, lo que atrae a empresas y patrocinadores y conlleva cierta profesionalización. Así, cada vez son más los torneos que se llevan a cabo en aguas españolas.

EL PANTANO DE ARIJA La última competición oficial que se ha celebrado en España tuvo lugar el pasado 31 de julio en un enclave muy especial: El pantano de Arijá, ubicado en el Valle de Valdebezana (Burgos). A primera vista puede llamar la atención que la Copa de España de *kitesurf* se haga en agua dulce, ya que este tipo de deportes aparecen siempre ligados a mar, olas y playa.

Pero un pantano puede ser igual o mejor escenario para la práctica de esta modalidad. «Es difícil encontrar un lugar tan bueno como éste para hacer *kite*. Personalmente, a nivel estatal, no lo conozco», sentenciaba Augusto García, que revalidó el título de Campeón de España en el singular paraje burgalés. Y es que esa es otra de las ventajas de surfear con cometa a hacerlo sólo con tabla. Las olas no son necesarias y no se depende tanto de la meteorología. Por todos estos motivos, el *kitesurfing* se ha convertido en uno de los deportes rey del verano.

> MÚSICA



CUMPLEAÑOS 'METALERO'

Tras cuatro años de silencio discográfico y tres décadas al pie del cañón, Iron Maiden publica este lunes 'The final frontier', su 15º trabajo de estudio, que presentará el sábado 21 en Valencia, en el concierto que cierra su gira internacional.

Se cumplen tres décadas desde que Iron Maiden asaltase las tiendas de discos de todo el mundo por primera vez, con su álbum homónimo de debut. Herederos del rock progresivo de bandas como Led Zeppelin, Black Sabbath o Deep Purple, y tras la estela de otros grupos británicos pioneros del *heavy metal* como Judas Priest o Motörhead, los cuales habían surgido en Londres cinco años antes, fue fundado por iniciativa del bajista, teclista y compositor Steve Harris.

El es el único que hoy se mantiene de la formación original, acompañado desde 1981 por Bruce Dickinson como vocalista (ausente entre 1993 y 1999), pero el sonido y el tirón de Iron Maiden permanecen inalterables al paso de los años, y continúa engancharo a las nuevas generaciones, como demuestran sus conciertos y los 80 millones de copias vendidas que les avalan.

Este mismo lunes aparecerá en todo el mundo *The final frontier*, su 15º disco de estudio, tras cuatro años de silencio discográfico (el periodo más largo de toda su trayectoria en que no han grabado material nuevo), en los que han publicado el recopi-

latorio *Somewhere back in time* (2008) y el directo *Flight 666* (2009).

Producido por un colaborador habitual como Kevin Caveman Shirley, el disco comenzó a cobrar forma a principios de este año en los estudios Compass Point, en las islas Bahamas, donde en la primera mitad de los 80 ya habían grabado los tres discos que siguieron a su obra maestra, *The number of the beast*. «El estudio tenía las mismas vibraciones y permanecía igual que en 1983. ¡No había cambiado nada! El mismo postigo roto en la ventana, la misma alfombra... Todo. Era misterioso, pero nos sentimos muy relajados en un ambiente tan familiar y con tanta historia. Creo que esto se refleja en la manera de tocar y en la atmósfera del disco», señala Dickinson.

Ilustrada por Melvyn Grant, la portada del álbum presenta una nueva evolución de Eddie, el inseparable compañero de viaje de la banda desde sus inicios, que ha protagonizado todas sus portadas y conciertos. El personaje, creado por Derek Riggs, recrea una de las imágenes del espectacular primer videoclip del álbum, que acompaña al tema *Satellite 15...* *The final frontier*, una inesperada obertura en dos partes, extraña y plagada de distorsiones, que calienta motores como prólogo para el disco de mayor duración que han

entregado hasta la fecha, con más de 76 minutos de rock duro que no se hace esperar y ya arrasa desde *El Dorado*, un estallido épico lleno de coros, que han elegido como primer single.

Oscuras, amenazadoras y explosivas aparecen las letras y los sonidos que pueblan *Mother of mercy* y *The talisman*, los coros se apoderan de *Isle of Avalon* o *The man who would be king*, la psicodelia se adueña de piezas como *Starblind*, y la vieja escuela metalera reaparece en *The alchemist*, en un disco en el que no podía faltar una gran balada (*Coming home*) y un cierre a la altura del conjunto, la melódica *When the wind blows*, inspirada en el inolvidable cómic homónimo postnuclear de Raymond Briggs que llevó al cine Jimmy Murakami en 1986.

Por si fuera poco, Iron Maiden ha elegido España para cerrar su gira mundial con un recital que tendrá lugar el próximo sábado, 21 de agosto, en el Auditorio Marina Sur de Valencia. Una gran oportunidad para los amantes del *heavy* de disfrutar del único concierto en nuestro país de una gira de tres meses que ha recorrido Estados Unidos, Canadá y gran parte de Europa. Las entradas están ya a la venta a través del portal de internet Ticktackticket.com, al precio de 66,70 euros, gastos de gestión incluidos.

> LIBRO

TIERNA NOSTALGIA

Libro a libro, desde que aparecieron sus relatos cortos reunidos en *Quisiera que alguien me esperara en algún lugar* (publicados en España en 2001 por primera vez) hasta la melancolía que tiñe *El consuelo* (2008), la francesa Anna Gavalda continúa ganando lectores a pasos agigantados. En esta ocasión su editorial habitual en castellano, Seix-Barral, ha recuperado su primera novela (publicada en Francia en 2001) y la ha publicado por primera vez en el idioma de Cervantes con el título *La sal de la vida* (12 euros). Desapareciendo entre la naturalidad de su prosa, Gavalda traza en este exquisito relato un retrato emocionante de cuatro hermanos atrapados por las exigencias de la madurez, que se reúnen quizá por última vez para hacer un cariñoso y nostálgico guiño a la infancia, dejando de lado (aunque sea sólo por un día) sus problemas cotidianos. La autora de *Juntos*, nada más recupera el paraíso perdido de la infancia y la complicidad fraternal, en esta oda llena de ternura y humor que se devora en un suspiro y termina antes de que nos queramos dar cuenta, como la felicidad.



> ARTE

CIUDADANOS DEL MUNDO

El Museo de Arte Contemporáneo Esteban Vicente de Segovia acoge hasta el próximo 12 de septiembre la exposición *Huellas de la ciudad*, una muestra colectiva coordinada por Eva Navarro, que analiza a través de diferentes lenguajes creativos (fotografía, escultura, pintura y videoarte) el eco que la ciudad en que viven ha tenido en el trabajo de cinco artistas, y de qué manera ellos contribuyen a transformar o enriquecer el paisaje urbano que les rodea. De esa forma, la propia Eva Navarro establece un diálogo poético entre Amsterdam y Segovia a través del formato audiovisual; Sofía Madrigal representa en sus pinturas distintos espacios madrileños de una forma visceral y volumétrica; Patricia Azcárate explora en territorios donde lo íntimo se metamorfosea con el paisaje natural; Eloísa Sanz alterna una técnica de collage con formatos en los que rompe el marco bidimensional de la pintura; y Jorge Represa representa con una mirada mágica entornos de Venecia y Florencia. Incluido en la entrada del museo, 3 euros.





PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Las viejas glorias nunca mueren, aunque sea por un puñado de dólares. Sylvester Stallone ha reclutado a Bruce Willis, Mickey Rourke, Schwarzenegger y Jet Li, entre otros, para **Los mercenarios**. Pero nos vamos a detener en **DOLPH LUNDGREN**, que ya coincidió con Sly en **Rocky IV** donde daba vida a Iván Drago, un rubiales de la URSS con muy malas pulgas -en la imagen-. No tuvo suerte en el celuloide este sueco de 52 años...

EL EQUIPO A



javier m. faya
coordinación

DESCEREBRADA SERIE B

Un grupo de soldados son injustamente acusados de un crimen. Vuelven a casa como mercenarios.

Analizando dos películas diametralmente opuestas en intenciones y forma como **Narc** y **Ases calientes** podemos intuir cómo la carrera de Joe Carnahan ha perdido en contención formal para dar paso a un espectáculo hiperviolento sobrecargado de testosterona, personajes llevados al límite del absurdo y un ritmo endiablado. Es al Carnahan de la segunda y no al de la primera al que la adaptación de **El equipo A**, todo un icono para una generación entera de televidentes fanáticos, aclamaba a gritos.

Aquella generación de los 80 que creció con **MacGyver**, **V** o la que nos ocupa se ha hecho mayor. El director, haciendo gala de un gran sentido común, prefiere lo que se hizo en **Misión: imposible** o **Los ángeles de Charlie**: dejar de lado su modelo y dar un nuevo enfoque al producto que tiene entre manos. Y éste ha ido más por el camino del trabajo de McG que por el de Brian de Palma. Para entendernos, que ha preferido ir hacia la acción descerebrada sin mayor pretensión que la del divertimento puro y duro.

Aplaudo esta decisión pues, como dije antes,

se necesitaba alguien que prefiriera divertir antes que aleccionar. Esto no quiere decir que la película se aleje del todo de su referente. Ahí tenemos a ese M.A. que tiene miedo a volar; esa furgoneta tan característica que aunque dure poco en pantalla nos hace añorar tiempos mejores; el discurso final que servía de introducción para la serie; el tema central de la misma y unos cameos inesperados que juegan a despertar la nostalgia del espectador. Ayuda un cuarteto de actores que, por separado, cumple con creces. Liam Neeson es el perfecto sucesor de George Peppard; Quinton *Rampage* Jackson es un M.A. Barracus más sonriente y menos duro que el original pero prácticamente idéntico en lo demás; Sharlto Copley pone la dosis justa de locura a su particular Murdock y Bradley Cooper juega con su sonrisa y sus armas de seducción para encarnar a Fénix. Juntos no están a la altura del equipo original, pero en la nueva adaptación resultan el relevo perfecto como el escuadrón recién salido de Iraq, que no Vietnam.

Carnahan recurre a su obra anterior para presentar a sus personajes mediante el montaje paralelo durante los primeros minutos, y como anticipo de lo que vendrá después, un amasijo de secuencias de acción exageradas e imposibles con humor a raudales donde lo de menos es el guión y el desarrollo de personajes

convincentes. Porque sabe lo que se trae entre manos y que lo importante es ver en acción a los protagonistas y hacer que el público se divierta. Aquí lo que importa es el entretenimiento que se olvida nada más salir de la sala. ¿Acaso esperaban una adaptación seria? Si lo fuera, perdería el espíritu de su madre catódica.

ESPÍAS Y MODA

Hoy concedemos dos deseos. Si quieres ser un buen espía necesitas esta libreta especial con tinta china de **Noche y día**. Y si prefieres estar a la última, DVD doble de **The september issue**. Por cierto, ¿crees que se llevará el *morao* este otoño? ¿Por qué? Escribe a: cine@serviciosdepremsa.com.

EL CONCURSO



gerardo
medina
texto

TENDENCIAS

BLACKBERRY SE RENUEVA

RIM lanza un nuevo smartphone con pantalla táctil, pero conservando el teclado físico, perfecto para hacer la competencia al iPhone4.



RIM BLACKBERRY TORCH

Se ha hecho esperar, pero ya está entre nosotros la nueva BlackBerry Torch, un dispositivo que promete admirar a los amantes de los smartphones de RIM, ya que sigue con la esencia de los terminales de la firma, pero incluye algunas novedades.

Lo primero que nos ha gustado es su apariencia externa, ya que guarda el teclado detrás de la pantalla táctil de 3,2 pulgadas. La idea es aprovechar mejor el monitor, pero no prescindir del Qwerty de toda la vida, mucho más práctico a la hora de gestionar correos electrónicos.

Además, estrena un nuevo sistema operativo, el BlackBerry 6, que mejora notablemente la navegación, que se realiza con trackpad óptico.

También se ha perfeccionado la interfaz de uso y se ha integrado el uso de redes sociales, a la vez que se han añadido novedades en la mensajería, como la posibilidad de enviar mensajes a grupos o la geolocalización de puntos de interés en un mail.

En cuanto a su especificaciones, la nueva BlackBerry Torch tiene unas dimensiones de 11,2x6x1,4 centímetros, pesa 166 gramos, viene con 512 Mb de memoria Flash, 4 Gb de disco duro, conectividad WiFi y Bluetooth, GPS y una cámara de 5 megapíxeles.

Su batería aguanta hasta seis horas de conversación, 30 horas de reproducción de audio y seis de vídeo.

Se ha puesto a la venta esta semana en EEUU a un precio de 199 dólares. Ahora solo queda esperar a que llegue a Europa.



APRENDE A DIBUJAR CON NINTENDO

NINTENDO ART ACADEMY

Los juegos para consolas, últimamente, nos deparan bastantes sorpresas. Ya no solo son peleas, aventuras, retos, deportes... sino que intentan buscar la interactividad con el usuario. Después de que Nintendo nos ayudara a mejorar en la cocina con su título para la DS, ahora intentará apoyarnos en la perfección de nuestros dibujos de la mano de *Art Academy*, una herramienta que, usando la pantalla táctil a modo de lienzo y el puntero como si fuera un pincel o un lápiz, te introducirá en las técnicas de la pintura.

Este juego convertirá tu consola portátil en un caballete donde ensayar los bocetos que se te propongan. Pero, además, incluye un plan de estudios para empezar a aprender de la mano de un profesor que te guiará sean cuales sean tus aptitudes artísticas.

Este maestro virtual te dará las nociones básicas sobre mezcla de acuarelas o cómo captar la atmósfera de un paisaje, consiguiendo que te conviertas en un experto de esta disciplina y, además de conocer los diferentes movimientos artísticos, pongas en práctica las enseñanzas sobre cuadros de pintores como Cézanne o Picasso.

Contarás con la ayuda de estar usando una paleta del siglo XXI: podrás, por ejemplo, crear una cuadrícula para tener una referencia clara donde encajar tu dibujo, usar una lupa para cuidar hasta el mínimo detalle de tu obra maestra o usar la cámara de fotos de la consola para inmortalizar la imagen que luego querrás llevar a tu lienzo portátil.



Los lápices, por ejemplo, tienen minas de diferentes durezas: 2B, HB, 2H, lo que te posibilitará dibujar líneas duras y suaves. A medida que vayas superando las lecciones aprenderás también a utilizar la goma de borrar para crear efectos interesantes. La función de colorear contiene pinturas acrílicas y acuarelas. Además, cuentas con tres pinceles de punta redonda y tres de punta plana, que te ayudarán a crear líneas finas o gruesas utilizando tu lápiz táctil.

Diez colores conforman la paleta básica del juego, aunque hay 20 espacios vacíos en los que crear tus propias mezclas. Puedes controlar la cantidad de pintura que pones en tu pincel, para crear diferentes efectos, así como la sequedad o humedad del pincel, lo que hará que la pintura sea más o menos transparente.

Art Academy llegó al mercado el pasado 6 de agosto.

EL ENFOQUE, PRINCIPAL NOVEDAD DE LO ÚLTIMO DE FUJIFILM

FUJIFILM FINE-PIX F300EXR

Continuamos con las cámaras de fotos que están a punto de aparecer en el mercado. Si la semana pasada te presentábamos las últimas de Sony, hoy toca el turno de las de Fujifilm, que quieren demostrar que las compactas siguen siendo una buena alternativa a las réflex y han lanzado la FinePix F300 EXR, que como principal característica tiene el enfoque por detección de fase.



Esta función consiste en que sea mucho más rápido y no sea el habitual por contraste, de modo que este dispositivo viene con un autoenfoco de solo 0,158 segundos.

El nuevo sensor EXR te permite utilizar las dos maneras de encuadrar tus fotos. Es más, será él el encargado de decidir cuál de las dos utilizar según las condiciones de luz.

Al margen de esta opción, también te contamos que esta cámara hace fotos panorámicas de 360 grados, tiene un zoom de 15 aumentos, viene con una pantalla de tres pulgadas e incorpora el disparo automático bebé, que, usando la tecnología de reconocimiento de rostros, hace la foto justo cuando el niño mira de frente a la cámara.

Este dispositivo, del que no conocemos su precio, llegará a mediados de septiembre.

LA BELLEZA ESTÁ EN EL EXTERIOR

DELL

Después de haberte atosigado durante semanas con diferentes modelos de portátiles, hoy vamos a ser más superficiales y nos centraremos en la apariencia externa de ellos.

Lo cierto es que, además de las prestaciones, el diseño es también un punto importante a la hora de comprarnos un ordenador. Por eso, para que te olvides de ese punto y te centres solo en el interior, te proponemos lo último de Dell, una serie de pegatinas para tu carcasa, de modo que puedas adornar el portátil como



prefieras y cambiarlo de vez en cuando para que no llegues a cansarte nunca de él.

Compatibles con los Inspiron Mini 1012 y los Studio 14, 15 y 17 (obviamente, todos ellos de Dell), estos adhesivos, creados por la compañía en colaboración con Traedles (una tienda on line) llegarán a lo largo de este mes a Europa a un precio estimado de 70 euros.

ORANGE LANZA SU PROPIO TELÉFONO ANDROID

ORANGE JAL

Ya era hora de que Orange se decidiese a sacar un teléfono móvil propio. Después de la espera, lo va a hacer por todo lo alto, ya que no se va a tratar de un terminal al uso, a esos simples que nos tienen acostumbrados otras teleoperadoras.

La multinacional francesa se ha propuesto contentar a sus clientes y presentará un dispositivo Android llamado Orange JAL que, además, se venderá a un precio bastante asequible (se habla de unos 170 euros).

De lo poco que hemos podido conocer, te comentamos que no cuenta con un teclado físico, por lo que vendrá con una pantalla táctil, de la que no sabemos su tamaño. Además, sí se ha confirmado que integrará una cámara de 3 megapíxeles y Android 2.1.

Aún no han anunciado cuándo llegará al mercado.



CALOR Y CONDUCCIÓN

No superar los límites de velocidad establecidos, respetar la distancia de seguridad y revisar el estado del coche antes de salir son consejos repetidos continuamente en aras de nuestra seguridad. Pero no debemos olvidarnos de los efectos causados por las altas temperaturas.

Todos sabemos que el alcohol es el mayor enemigo al volante, pero no el único. Las altas temperaturas pueden tener efectos similares sobre la conducción, especialmente cuando dentro del vehículo hace más de 35 grados. En estas condiciones, quien está al volante deja de percibir una de cada cinco señales de tráfico y sus errores aumentan.

Desde la Asociación de Consumidores (OCU) se recomienda usar, si es posible, el aire acondicionado y no hacer comidas abundantes ni ricas en grasas antes de conducir. De sobra es sabido que una digestión pesada, combinada con el calor del verano, incrementa peligrosamente la sensación de somnolencia. Por otro lado, la Asociación Española de Prevención de Accidentes de Tráfico (APAT) recuerda que tanto calor como el que se está viviendo en la mayor parte de nuestro país «provoca cierto malestar personal, agotamiento y sensación de sopor, aspectos que son incompatibles con la necesaria concentración al volante» y, por tanto, con una conducción segura.

Para combatir los rigores del estío, los expertos recomiendan hidratarse con frecuencia, parar a descansar cuando aparezca el sueño o demasiado cansancio y bajar la ventanilla del coche si no se dispone de aire acondicionado. Todo ello, antes de sufrir un despiste capaz de provocar un accidente de tráfico. La mayor parte de las veces, las distracciones no vienen solas, sino que se producen porque el conductor no tiene en cuenta el estado en el que se encuentra, tanto a nivel físico como mental. Desde APAT reiteran que «el calor en el coche, el cansancio acumulado, la falta de humildad, el *a mí no me pasa...* están en el origen de muchos percances en la carretera».

Otros consejos de la OCU son parar y descansar cada dos horas de viaje, no superar los límites de velocidad establecidos, planificar el trayecto, revisar el estado del coche antes de salir o respetar la distancia de seguridad. Y respecto al alcohol, este mismo organismo recomienda que la tasa máxima en sangre sea de 0,5 g/l (0,25 mg/l de alcohol en aire espirado) -lo que podría equivaler a tomar dos cervezas- y señala que el nivel no empieza a bajar hasta una hora y media después de la ingesta.

Ni siquiera el uso del *manos libres* del móvil es aconsejable, ya que atender una llamada resta capacidad de concentración y ralentiza cualquier reacción del conductor en caso de pe-

ligo. Por la misma razón, mirar la pantalla del GPS puede resultar peligroso: es más conveniente dejarse guiar únicamente por las instrucciones de voz.

ALTERACIONES DEL VIAJE No obstante, además del calor hay otros factores que pueden entorpecer el bienestar en un viaje, y el más común es el mareo. El que se da en

los trayectos también se denomina cinetosis y se define como la aparición de náuseas, vómitos y síntomas producidos por la aceleración y desaceleración lineal y angular de manera repetida. Puede aparecer en viajes por mar, aire, carretera... o en atracciones y ni afecta a todo el mundo, ni a todos de la misma manera.

Los estímulos visuales y los factores emocionales (miedo, ansiedad) actúan junto con el

clara
guzmán
texto

ángel
ayala
foto



movimiento para precipitar un ataque. Entre los dos y los 12 años es la franja de edad en la que más suele darse este tipo de mareo, aunque algunos adultos siguen sufriendo este problema a lo largo de toda su vida. Los ancianos pueden experimentar más susceptibilidad al mareo cinético.

De forma previa a las náuseas se suelen producir bostezos, hiperventilación, palidez, somnolencia y sudor frío. Y justamente antes de los vómitos el individuo se siente débil y es incapaz de concentrarse. Pero con la exposición prolongada al movimiento, el paciente se pue-

de adaptar y recuperar el bienestar. No obstante, los síntomas pueden volver a aparecer si aumenta el movimiento o se reanuda tras una parada breve.

Los medicamentos utilizados habitualmente en la cinetosis suelen provocar somnolencia. En algunos pacientes esto puede resultar útil, ya que el sueño puede hacer menos desagradable el viaje. Pero las personas que tomen este tipo de medicación no deben conducir el vehículo, debido a la probable reducción de la capacidad de respuesta psicomotriz derivada del consumo de estos fármacos.



PREVENIR EL MAREO

- Colocarse en la zona de menor movimiento (la cubierta de un barco, el asiento delantero del coche o, en el caso de los aviones, en los más cercanos a las alas).
- Evitar la lectura.
- No fijar la vista sobre las olas u otros objetos en movimiento.
- Evitar el exceso de alcohol o las comidas copiosas antes de emprender el viaje.



EN PEQUEÑAS DOSIS

LOS MÁS SENSIBLES SE MAREAN MÁS

Los seres humanos somos conscientes de nuestra posición porque disponemos de tres controles perfectos: El sistema vestibular, los órganos de visión que nos informan de nuestra posición y el sistema que, coordinado, nos indica cual es nuestra posición en la tierra. Hacia la derecha, la izquierda, subido en una escalera o en la bodega de un barco. Para tener equilibrio es necesaria la coordinación de los tres sistemas.

Por eso, el oído no solo sirve para oír. Dispone de unos líquidos y unas células que son como pelillos que nos informan del movimiento. Si nos ponemos de pie, ellas son las que nos transmiten la información de que estamos de pie y de que tengamos la sensación correcta de que estamos erguidos. Cuando el cuerpo se mueve para un lado, el líquido humedece, por decirlo así, los pelillos de un lado. Esa sensación se transmite al cerebro. Y el cerebro da las órdenes para que los músculos y el cuerpo adopten la postura necesaria para guardar el equilibrio. El cerebro compensa el movimiento gracias al control que tiene sobre éste. Si hay mucho movimiento, nuestro sistema de control envía al cerebro muchos avisos, incluso contradictorios. El cerebro actúa, hasta que no sabe si las informaciones que recibe son las correctas. Surge entonces la primera sensación de mareo, la desorientación de nuestra posición con la tierra. Después, y ante la insistencia de informaciones erróneas, surge la irritación vestibular que está directamente relacionada con la producción de náuseas y vómitos. Y tanta relación tiene con los canales semicirculares del oído que, por ejemplo, los sordomudos no se marean nunca.

Marearse no es un síntoma de debilidad, como popularmente se cree. Al revés: La propensión al mareo denota un buen y vigoroso funcionamiento sensorial. Y prueba de ello es que los más propensos son los niños de enseñanza primaria, quienes, como está demostrado, tienen la facultad de percepción sensorial particularmente aguda. La conclusión que extraen los especialistas es simple, pero llamativa: El mareo está en relación directa con la sensibilidad.

¿Y qué podemos hacer contra él?

Viajar con niños obliga a tomar otras precauciones. Piense que en gran parte les sucede esto porque no tienen referencias lejanas. Cuando un bebé va en su silla de seguridad, más alto, y viendo a través de la ventanilla, se marea menos. Si no es posible que tengan visión lejana, tome precauciones. Media hora antes, déle la pastilla adecuada.

Si hace la comida por el camino, que sea ligera. Que no lean, ni fijen la vista en un objeto cercano. Intente establecer juegos de palabras. Mantenga el coche ventilado y fresco. Evite giros bruscos. Y haga un descanso cada cierto tiempo.

El mareo, si tiene planificado su viaje en barco o en avión, es muchas veces inevitable. Sobre todo, en barco. Recuérdese que mareo viene de mar. Si se es propenso, se deben tomar precauciones medicamentosas.

Se estima que un tercio de la población es muy sensible a esta afección, otro tercio se considera moderadamente sensible y el otro ligeramente sensible. Solo pueden excluirse de marearse las personas que padecen una lesión grave en el oído interno, como algunos casos de sordera.

ramón
sánchez
ocaña
experto en
salud

EL TERMÓMETRO HUMANO

Nuestra casa, el trabajo, las tiendas, los establecimientos públicos... todos estos enclaves poseen aparatos de aire acondicionado en verano y nosotros pasamos demasiadas horas respirando un aire que debemos cuidar para que se mantenga limpio.

Cuando los días de calor se prolongan en una sucesión que parece no terminar nunca, encontrar el descanso resulta difícil, especialmente a la hora de dormir. Las grandes ciudades, en las que el nivel de contaminación se funde con las altas temperaturas, son las que sufren los peores efectos del verano. Y es en ellas donde más se utiliza el aire acondicionado, aunque no siempre de manera adecuada. Según la Sociedad Madrileña de Neumología y Cirugía Torácica (Neumomadrid), el mal uso de estos aparatos causa el 50 por ciento de los resfriados de verano y origina la mitad de las bajas laborales de estos meses.

Una utilización incorrecta de estas máquinas puede afectar a nuestra salud, sobre todo cuando existe alguna enfermedad respiratoria crónica. El motivo es que el aire que producen es un irritante de las vías aéreas, lo que en determinadas personas puede provocar cuadros parecidos al asma bronquial. Según la neumóloga Concha Prados, del Hospital La Paz de Madrid, «por la noche el límite de temperatura que nos impide conciliar el sueño reparador está alrededor de los 27°C y, en todo caso, es aconsejable no bajar de los 25°C». Por otro lado, no hay que olvidar que las grandes diferencias de temperatura provocadas por el aire acondicionado contribuyen al aumento de patologías en las vías respiratorias, como laringitis o faringitis.

Por su parte, la Asociación General de Consumidores Asgeco Confederación, insiste en mantener de manera constante los 25°C, ya que «una diferencia con el exterior superior a 12°C no es saludable». A esto hay que unir el enorme gasto energético que supone usar durante muchas horas seguidas este sistema de refrigeración. En

nuestro país, el pasado 7 de julio el intenso calor provocó una marca histórica de consumo eléctrico, hecho que nos debe ayudar a recordar ciertos aspectos de seguridad: el primero de ellos, limpiar periódicamente los filtros de aire de los aparatos eléctricos, ya que se pueden acumular bacterias y hongos en su interior como legionella y aspergillus. Y no desdeñar los hábitos que se han seguido siempre, como instalar toldos donde más da el sol y evitar abrir puertas y ventanas para ventilar cuando más calor hace para reducir el consumo.

Por otra parte, desde esa entidad advierten de que los aparatos de aire acondicionado han de llevar obligatoriamente una etiqueta de clasificación energética que permite conocer de forma rápida la eficiencia del aparato, dividida en siete clases que se identifican por un código de colores y de letras que van desde el color verde y la letra A, los que menos consumen, hasta el color rojo y la letra G, los que más gasto suponen.

julia martínez
texto
victor
ballesteros
foto



EL ODIO SOLO ANIDA EN CORAZONES PEQUEÑOS

Sé que es muy difícil, prácticamente imposible convencer a una persona corroída por el odio y el deseo de ver sufrir a su enemigo, de que lo único que nos reporta este destructivo sentimiento humano es la propia auto destrucción. El que odia, por desgracia, ya lleva en su propio sentimiento emponzoñado de maldad su mayor castigo y desgracia.

En los últimos meses, me he visto obligado a tratar varios casos de odio recalcitrante y crónico alimentado por las personas a lo largo de varios años y puedo asegurar que me he encontrado con seres humanos tan depauperados y empobrecidos, mental, emocional y espiritualmente, que hasta su aspecto físico era deplorable y preocupante. Solamente el perdón y el amor tienen poder suficiente para vencer el odio y hasta arrancarlo de nuestro corazón. El sabio de verdad nunca odia y tampoco permite que los sentimientos negativos aniden en su mente.

Decía Víctor Hugo que cuanto más pequeño es un corazón, más odio alberga, y es verdad que esos corazones que casi siempre respiran odio y deseos de venganza, llegan a insensibilizarse hasta el punto de ahogarse en su propio veneno y enfermar. El perdón siempre es liberación y enriquecimiento espiritual. No hay fuerza más contundente que el amor-perdón.

Cualquiera que en estos momentos siga sin ofrecer el perdón, dominado por el odio, la rabia, la ira y el deseo de ver dañado y destruido a un semejante, debe caer en la cuenta de que se ha convertido en el más terrible enemigo de sí mismo. A mi modesto entender, lo que sucede es que el sentimiento del odio impide que afloren los sentimientos positivos y anula la inteligencia al tiempo que nos arrebatamos todos los atisbos de sabiduría esencial y nos instala en la necedad más obtusa. Solo así puede explicarse que el ser humano se deshumanice tan rápidamente por el odio y en su necesidad transitoria aplique todas sus energías y su tiempo a la venganza.

Es entonces cuando percibimos al hombre en su faceta más deplorable y miserable, porque el odio le despoja de los sentimientos más nobles y generosos y empequeñece su corazón y su inteligencia.

Acertadamente decía Stern que «solamente los espíritus valerosos y nobles saben la manera de perdonar, mientras que el ser vil no perdona nunca, no está en su naturaleza». Aprendamos la única venganza del hombre sabio y bondadoso que es el perdón y la comprensión.

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

SE NECESITA MÁS INVESTIGACIÓN

El 90 por ciento de los casos de Parkinson tiene origen desconocido. Así lo asegura el profesor de Biología Molecular del Centro de Biología Severo Ochoa en la Universidad Autónoma de Madrid, Alberto Martínez Serrano. Durante su intervención en un curso de verano de la Universidad de Málaga explicó que, en la actualidad, se investiga en terapias que generen neuronas humanas a partir de células embrionarias y células madre que se obtienen del tejido fetal. Como posible cura a esta enfermedad, Martínez expuso que existen técnicas quirúrgicas consistentes en la implantación de estimuladores en el cerebro que consiguen, «al menos durante períodos razonables de tiempo de dos o tres años», aliviar los síntomas del paciente, «pero no frenan la enfermedad».



COMEN... LO QUE COMEMOS

En medio de la polémica sobre la conveniencia de prohibir alimentos o, por el contrario, educar en salud, la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas asegura que los niños tienden a seguir los mismos hábitos alimentarios que se practican en casa. Un informe del Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento muestra que el consumo de frutas y hortalizas en niños está por debajo de las recomendaciones de ingesta de fibra dietética, la mitad de la cantidad ideal, y que es insuficiente. Los hábitos que se adopten en el hogar serán mucho más educativos que toda la pedagogía que se emplea para concienciar a los pequeños en la necesidad de comer bien.

EN SALUD, ¿QUIÉN DECIDE?

Hasta hace bien poco era el médico el que, casi exclusivamente, tenía esta capacidad, pero las cosas cambian y los pacientes quieren ser más autónomos en el proceso de sus enfermedades; para lo que es necesaria la información.

¿Qué esperan los pacientes de su médico? Naturalmente, una solución a su problema de salud. Pero no solo eso. Desean tiempo, atención y explicaciones sobre su afección. Ya no nos conformamos con un diagnóstico ininteligible y la administración de un tratamiento. Queremos saber qué nos pasa, por qué, qué está en mis manos para mejorar, qué alternativas terapéuticas existen, cuáles son sus efectos... Es decir: información. Y ésta es la única vía para que la *autonomía del paciente* sea una realidad, para poder decidir entre diferentes opciones cuál es la mejor.

Con el paso de los años, el denominado paternalismo está dando paso a una relación distinta entre el enfermo y el galeno. Un estudio en el que participa la Universidad de Granada ha mostrado cómo existe esa inquietud por tener información y por hacer valer su opinión en la población, incluso en las patologías más leves. En concreto, la investigación analizaba la relación con el médico de familia y concluía que los pacientes confían en que ese especialista escuche y tenga en cuenta su punto de vista, especialmente cuando se trata de un problema familiar.

Pero esta necesidad de conocimiento sobre los problemas de salud no se limita a la Atención Primaria, que era el ámbito que investigaba este trabajo. Cuando se trata de otras patologías de mayor gravedad a las asistidas por el médico de familia, aún se hace más necesaria, si cabe, una adecuada información al enfermo. En el caso particular del cáncer, y tal como se ha puesto de manifiesto en los encuentros de la

clara
guzmán
texto



Universidad Menéndez Pelayo de Santander, especialistas y afectados se mostraron absolutamente conscientes de la importancia de una adecuada información: si se transmite todo al paciente de forma idónea se logra un mejor cumplimiento de la terapia, una mayor seguridad en el enfermo y la posibilidad de que, cada vez con más frecuencia, el paciente sea parte activa en todo el proceso de la enfermedad.

Sin embargo, en ocasiones el facultativo no tiene la suficiente formación en comunicación para poder dar las explicaciones como conviene hacerlo. «En este momento -explicaba Ma-

ría Antonia Gimón, presidenta de la Federación Española de Cáncer de Mama- no podemos pedir a los médicos algo para lo que no han recibido preparación, pero sí que hemos de hacer una llamada para que los cursos de formación en comunicación que se están llevando a cabo en algunas comunidades autónomas se extiendan a todas. De esa forma, los especialistas en Oncología podrán mejorar sus habilidades de comunicación con las personas afectadas por el cáncer, una enfermedad cuyo diagnóstico tiene un efecto devastador en la mayoría de las ocasiones».



maría
jesús
álava
psicóloga

DISFRUTEMOS DE LAS FIESTAS POPULARES

Aprovechar todo el esplendor de los festejos que estos días celebran muchas localidades españolas ayuda a olvidar las dificultades del día a día y supone una inyección importantísima de felicidad en estos tiempos difíciles.



FOTO: LUIS LÓPEZ ARAICO

Hoy, 15 de agosto, día de la Virgen, es la fecha en la que un gran número de pueblos celebran sus fiestas populares.

Seguramente desde la psicología se ha hablado poco de la importancia que tiene esta jornada en la geografía española. Sin embargo, para muchos de nuestros lectores el 15 de agosto puede tener connotaciones muy especiales.

Muchos pueblos están engalanados y preparados para ofrecer un programa muy atractivo a sus habitantes y a los miles y miles de visitantes y veraneantes que llenarán sus calles.

Sin duda será un gran día para los niños, pero también para los adolescentes, jóvenes, adultos y personas mayores que, llenos de ilusión, están dispuestos a disfrutar al máximo de esta fecha tan especial.

¿Alguna vez nos hemos preguntado cuánta alegría y cuánto bienestar producen estas fiestas? Los que hemos tenido la suerte de vivirlas sabemos cómo se quedan grabadas en nuestra memoria y cómo al cabo de los años siguen presentes dentro de nosotros.

Miles de recuerdos, de situaciones simpáticas, de escenas entrañables..., están ligadas a días como hoy.

Si lo pensamos fríamente: ¡cuánto bien producen estas fiestas!, cuántos males han ahuyentado, cuántas alegrías han producido, cuántos reencuentros y cuántas relaciones se han iniciado en el transcurso de sus celebraciones.

Seguramente son un antídoto ideal contra el pesimismo, el desánimo, la insatisfacción y la tristeza. ¡Qué mejor medicamento que la alegría compartida y el disfrute espontáneo de miles de personas bailando y saltando al ritmo de esas músicas tan alegres que no cesan hasta altas horas de la madrugada, y que nos acompañan en la vuelta a casa!

Ojalá a lo largo del año tuviéramos muchos días como hoy, y no lo digo por el hecho de no trabajar, sino por el beneficio que producen a nivel emocional. ¡Cuánta alegría generan y cuánto optimismo compartido!

En alguna ocasión me han preguntado si las fiestas populares no son una especie de opio que se ofrece a las personas para que és-

tas se vuelvan menos críticas y resulten más fácilmente manipulables. Entiendo que puede haber opiniones de todo tipo y las respeto, ¡cómo no podría ser de otra forma!; incluso asumo que puedan existir a veces intereses algo oscuros que intenten utilizar todos los resortes a su alcance para comprar voluntades, pero, por favor, no nos carguemos todo lo que suene a alegría; no minemos todo lo que suene a fiestas compartidas y a reencuentros llenos de felicidad. Podemos pasarnos la vida mirando solo lo negativo que hay a nuestro alrededor, y nos aseguraremos estados emocionales llenos de pesimismo y de tristeza, o podemos afrontar la vida con ilusión, con ánimo, con esperanza y con ganas de superar las dificultades, y no por ello somos menos conscientes, ni resultamos más fáciles de adoctrinar. ¡No nos confundamos!: las dificultades no se vencen desde el negativismo, sino desde la positividad, la perseverancia y la confianza en nuestras posibilidades.

CONSEJOS PARA PASAR UN BUEN DÍA DE FIESTA

- Desde por la mañana acojamos el día con una amplia sonrisa.
- Participemos al máximo en las actividades festivas que haya a nuestro alrededor.
- Acompañemos, disfrutemos y animemos a los niños en sus juegos.
- Bailemos con las charangas y saltemos como si formásemos parte del mejor equipo del mundo.
- Compartamos mesa, chistes y conversaciones.
- Disfrutemos como si fuéramos eternamente jóvenes.
- Cantemos sin temores, con la fuerza de los tenores.
- Bebamos con prudencia y siempre picando algo, para que no nos haga daño y...
- Recordemos que la alegría es la mejor compañía, la mejor medicina y el mejor regalo que podemos tener.

GASTRONOMÍA



FESTEJANDO AL ALBARIÑO

La localidad de Cambados homenajea un año más a este excelente vino blanco gallego, que se ha de beber frío y, preferiblemente, acompañando a una buena mariscada.

Cambados, la capital del Salnés, celebró recientemente un año más la gran fiesta de su hijo predilecto: el albariño, ese vino del mar, del fin del mundo, que cada año, y van 58, es homenajeado en una fiesta colosal y multitudinaria, una fiesta del vino. Este año tocó catar albariños de 2009. El Consejo Regulador ha calificado a esa añada como *muy buena*. Yo le hubiera subido la nota: los albariños del nueve están mejor que los del ocho, y mira que éstos estaban buenos; pero la última cosecha les gana. Esta vez sí que vale la pena recomendar que se beba el albariño del año; no siempre es así.

Esa manía de pedir albariños del último año ha estado vigente hasta hace nada. La gente había decidido que el albariño era un vino joven y, en consecuencia había que beberlo al año siguiente de su vendimia; las añadas anteriores ya no valían. Un error, pero de bulto: los albariños, cuando se hacen bien, y hoy se hacen muy bien, tienen una capacidad de evolución en botella magnífica, que hace que crezcan, que estén perfectos en su segundo, tercer y hasta cuarto año. Eso los albariños que llamaremos *normales*, que los elaborados sobre lías durante tres años en depósito de acero tienen unas expectativas de vida mucho más largas.

En fin, catamos y decidimos que el premio se iba para un vino del Condado de Tea, el Señorío de Rubiós. Es una bodega que lleva funcionando cuatro años... y ya ha estado tres veces en el podio de la Fiesta del Albariño. Lo hacen bien. De todas maneras, este año los catadores coincidimos en que la intensidad aromática de los vinos probados era muy baja, eran vinos muy planos en nariz; es curioso, porque los vinos de esta añada que he bebido en casa no me dieron esa impresión; también es verdad que en las catas de Cambados, este año, encontramos que la temperatura del vino era demasiado baja, y eso anula bastantes sensaciones.

Hay tres temperaturas que hay que tener en cuenta al hablar de vino: la de cata, que al consumidor no le interesa para nada; la de servicio, y la de consumo. La de servicio ha de ser un poco más baja que la de consumo, porque el vino tarda muy poco en calentarse una

vez en la copa. Y sí, un blanco ha de beberse a unos 10 grados... pero debe catarse un poco por encima de esa temperatura.

El albariño es un vino con mucha literatura dentro, y muy buena literatura. Y buena prensa, además, porque ya era elogiadísimo cuando no lo merecía demasiado, en los tiempos de Cunqueiro y Castroviejo, cuando abrir una botella de albariño era una lotería, que te podía salir estupenda, pero que también podía salir deleznable. La elaboración correcta llegó a esta zona hace poco más de 20 años, un cuarto de siglo si acaso. A partir de ahí, el vino mantiene una regularidad, en lo posible, notable.

Por eso se ha convertido en uno de los blancos más apreciados, junto a los verdes de Rueda y, si acaso, los godellos de Valdeorras. El albariño es un vino marino, y se le nota la cercanía del océano en ese puntito de salinidad que tiene en la boca. Por eso se entiende tan bien con todos los productos marinos, especialmente con los mariscos como las centollas, las nécoras, las cigalas... y los moluscos como las almejas, los mejillones o las navajas. La ostra le va bien, pero parece que las ostras piden champán...

El albariño es vino para comer y vino para chatear, para tapear. Ha de beberse fresco, que no helado: el frío excesivo anula unas cuantas propiedades del vino, buenas y malas. Acostúmbrense, con los blancos, a poner en las copas poca cantidad, pero más veces: no debemos darle ocasión de calentarse: el calor resalta los defectos, y no es eso.

A la temperatura correcta, entonces. Una mirada al vino, limpio, de color amarillo brillante. Una primera sensación olfativa con el vino quieto: ahí habrá uva, manzana... Agitamos la copa, hacemos girar el vino, olemos de nuevo: ya aparecen toques florales, a lo mejor algún cítrico... Y ya un sorbo, largo y lento, paseando el vino por la boca. Al tragarlo, nuevas sensaciones frutales en la nariz... y apetece otra copa. No se la nieguen: el albariño hay que disfrutarlo. Eso sí, puestos a ello, no se olviden de que los taxis funcionan muy bien: si hay una cosa clara es que el vino y el volante son totalmente incompatibles. Disfruten del vino todo lo que quieran, pero... no se la jueguen a copas.



TRIUNFADOR EN LA CATA.

Señorío de Rubiós recibió el primer premio de la cata de albariños de esta edición de la fiesta de Cambados.



Cojín de **H&M HOME**

LA VIDA EN ROSA



Cartera de rafia de **MIRA LA MARELA**



Clásicas **HAVAIANAS** en rosa flúor



Diseño de **ROGER VIVIER**



Sujetador en raso negro y fucsia, de **ETAM**



Bolso veraniego de **NORTH SAILS**



AGATHA RUIZ DE LA PRADA



Bolso deportivo de la firma **HAVAIANAS**

Sandalias de plataforma, de **CUPLE**



Estética sport de los 80 de la mano de **ROXY**



Bailarinas de **FURLA**, con detalles metálicos

DESTELLOS ÁCIDOS



LONGCHAMP. Colección primavera-verano 2010

HAVAIANAS en miniatura



PINCELADAS MULTICOLOR

Tonos comodín como el marfil y el beige, protagonistas de las últimas temporadas veraniegas como el carne o 'nude' y tendencias de 2010 como el rosa marcan el verano. Pero las enamoradas de los colores llamativos están de enhorabuena, porque no desaparecen: son los que tiñen los complementos de estos meses... y los del próximo otoño

COLORES ELÉCTRICOS

Plataformas estampadas de **CUPLE**



Bolso con flecos **CUPLE**



FURLA

Sandalias de **HOSS INTROPÍA**



Gafas de sol con montura azul de **SPRINGFIELD**

Pedrería en azul y turquesa de **MONET** de venta en El Corte Inglés



Fulard de **TOMMY HILFIGER**



Tonos lila para la firma **HAVAIANAS**



>LIBRO



Imágenes Los textos van acompañados de espectaculares instantáneas.

LA FUNDACIÓN L'ORÉAL ANALIZA EN UN LIBRO LA BELLEZA EN LOS ÚLTIMOS 100.000 AÑOS

La Fundación Corporativa L'Oréal ha impulsado la publicación del libro *100.000 años de belleza* (ed. Gallimard), un trabajo que tiene por objetivo mostrar al mundo que la belleza y la apariencia, lejos de ser algo banal, han sido siempre trascendentales para el hombre a lo largo de las diversas civilizaciones y culturas que han existido.

En palabras de la responsable de la fundación del gigante cosmético galo, Béatrice Dautresme, la obra «pone de relieve las implicaciones sociales y psicológicas de la belleza, ya que si no prestásemos atención al aspecto, no podríamos tener vida social, y si no pudiésemos tomar decisiones estéticas, no habría civilizaciones».

Dautresme considera que «en un momento en que las formas que toma la belleza son cada vez más diversas y la gama de herramientas y recursos disponibles son cada vez mayores, este libro fomentará el debate y el diálogo sobre un tema fascinante».

Por su parte, la directora Editorial del libro, Elisabeth Azoulay, subraya que la intención de este proyecto es «proporcionar una fuente de documentación y un marco de referencia para fomentar la libertad, el desarrollo y la autoestima de cada individuo».

La publicación reúne aportaciones de 300 escritores de 35 nacionalidades, entre los que se encuentran antropólogos, arqueólogos, etnólogos, sociólogos, artistas, filósofos, historiadores, críticos de arte, conservadores de museo y psiquiatras.

El libro se divide en cinco volúmenes, que tratan las cinco principales fases de la historia de la belleza, desde la Prehistoria hasta el Futuro, pasando por la Antigüedad, la era Clásica y la Modernidad, y se puede adquirir a través de internet en amazon.com y virgin.com

La Fundación Corporativa L'Oréal nació en 2007 con el fin de «embellecer el mundo día a día», apoyándose en los valores y en el negocio del grupo cosmético «para reforzar y perpetuar el compromiso de éste con su responsabilidad social».

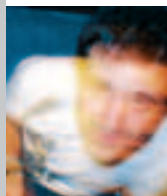
Es la segunda fundación corporativa en tamaño de Francia y cuenta con un presupuesto de 40 millones de euros, destinados a la promoción de investigaciones científicas en el campo de las ciencias humanas.



+ INFORMACIÓN

Agatha Ruiz de la Prada 913104483 www.agatharuizdelaprada.com/
Cuple www.cuple.es/ / **El Corte Inglés** 901122122/ Etam www.etam.es/ / **Furla** www.furla.com/ / **Havaianas** 944914678 / **Hoss Intropía** 91 399 31 12/ **Longchamp** www.longchamp.com/ / **Mango** 900150543 www.mango.com/ / **Mira la Marela** 600 555 907 www.miralamarela.com/ / **NorthSails** 91 319 26 34 www.northsails.com/ / **Pepe Jeans** www.pepejeans.com/ / **Roger Vivier** 00 33 1 53 43 00 00 / **Roxy** 93 209 84 09/ **Springfield** 902452545 www.spf.com/ / **Tommy Hilfiger** 91 429 81 13/

miriam
erviti
coordinación



HOGUERAS DE VERANO

PEPÓN NIETO, UN TIPO CERCANO Y ADICTO A LA DIVERSIÓN

En uno de los más importantes corazones turísticos de Madrid, en la Plaza Mayor, concretamente, vive un actor gordito y simpaticón («no te creas, puedo llegar a ser bastante borde», aclara él) al que todo el mundo llama **Pepón Nieto**. «Bueno, todo el mundo no -explica, mientras toma un café en uno de los bares que hay junto a su casa-. Mi familia me llama José, o José Antonio, y en el colegio, hasta que cumplí los 15, me llamaban Pepe. Lo de Pepón vino cuando dejé de ser el niño delgadillo y esmirriado que era a otro más gordo y un amigo de mi pueblo empezó a llamarme así. Cuando hice teatro en la Universidad Popular, en Marbella, lo utilicé de forma oficial». Ahí, en aquel grupillo de aficionados al teatro fue donde ese adolescente que aún no había cumplido los 16 comenzó a darse cuenta que aquello de la interpretación le interesaba enormemente. «Antes, simplemente, no lo había pensado. La verdad es que cuando era pequeño no tenía esa vocación por actuar en la obra de fin de curso del colegio ni por subirme a un escenario ni nada de eso. En realidad, no tenía una vocación marcada para nada. Yo un día quería ser bombero, otro médico, otro... Y así todo el rato». Pero entonces, cuando el niño Pepón por casualidad comenzó a actuar, se aficionó. «Sí, pero sobre todo porque me divertía muchísimo. Yo entonces lo único que quería era divertirme, pasármelo bien, y actuando lo conseguía», dice, como recordando tiempos remotos muy felices.

-Y ahora, ¿te sigues divirtiendo?

-Sí, por supuesto, y es algo que pierden de vista muchos actores. Yo creo que no hay que perder la capacidad para divertirse, sorprenderse y emocionarse con este trabajo, que es tan duro y tan cansado, por otra parte. Al fin y al cabo, estoy haciendo lo que me gusta, y eso hay que valorarlo.

En estos momentos, tras meses colgando el *no hay entradas* en el Teatro La Latina de Madrid, anda de gira con *Sexos*, la tronchante obra de teatro en la que comparte protagonismo con **Adriana Ozores, Anabel Alonso y Federico Celada**. Con este último, por cierto, también ha compartido reparto estos últimos años en *Los hombres de Paco*, la conocida serie de A3 que ya ha terminado. «Lamentablemente», dice Pepón. Y añade: «Han sido cinco años y siete temporadas», dice, suspirando, mirando hacia un punto indeterminado, nostálgico. «El final de la serie hay que asumirlo, pero lo cierto es que todos sus integrantes formarán parte de mi vida. Nos tenemos un afecto inmenso. Y eso ha sido lo más importante: las relaciones entre nosotros, el trato, la complicidad... Porque, además, ninguno de los actores o actrices del reparto habíamos trabajado antes juntos».

-Parece que te llevas bastante bien con los compañeros de profesión, ¿no? -le pregunto, conocedor de las rencillas que se cuecen en el oficio.

-Es un mundo muy competitivo, pero sí, en esta profesión tengo buenos amigos. Pero la gente con la que salgo normalmente a tomar algo en mi día a día no tie-

ne nada que ver con esta profesión. Es algo que necesito para desconectar, por una cuestión de salud mental.

Sea con amigos del cine o de fuera del cine, lo cierto es que a Pepón Nieto una de las cosas que más le gusta hacer es una cenita en casa con sus íntimos, escuchar y bailar flamenco a poder ser («para mí es la mejor terapia que existe. Si estoy mal, me pongo flamenco y mi estado de ánimo cambia»), relajarse y reírse en un pub mientras toma una copa, o incluso, por qué no, irse de marcha hasta las tantas. «Sí, soy juerguista, para qué decir otra cosa. Ahora menos, con el trabajo casi no puedo salir por la noche».

-¿Y qué es lo que echas de menos de Marbella? -le pregunto, pues sé que el actor siente un profundo amor hacia «su pueblo» (como dice él), esa ciudad en la que vivió hasta que un buen día de sus 19 años hizo su maleta y se vino a vivir a Madrid.

-Sí, porque aquí en Madrid la gente es de barrio, pero yo soy de pueblo. Yo viví en Marbella cuando era un pueblo. Y voy cada vez que puedo. Fui muy feliz allí. Crecí un tanto asalvajado, la verdad, nos lo pasábamos bomba, mis hermanos, mis primos, mis primas, todos juntos, jugando en la calle todo el día, a matar, a los prisioneros, y yendo a la playa a hacer hogueras... Los recuerdos de mi infancia están llenos de momentos maravillosos, una infancia que estuvo ligada a la hostelería, porque mis padres han tenido bares toda la vida. Eso te marca como actor. ¡De verdad! Yo creo que hay una manera de ser actor especial en la gente que se ha criado en bares. Piensa que todo lo que te pasa, te pasa de cara al público. O sea, si te da una torta tu padre, o te dice lo que sea, pues lo hace delante de todo el bar, por lo que vas perdiendo la vergüenza. No sé si me explico...

-Y tus padres y tu familia, cuando saliste del pueblo y te hiciste famoso, se sentirían muy orgullosos de ti, ¿no?

-Yo creo que sí. -dice, sonriendo placenteramente.

Sí, seguro, no puede ser de otra forma porque Pepón Nieto, a parte de ser buen actor, es un tipo cercano, cariñoso, alguien que cuando habla desprende un amor incondicional hacia los suyos. Ahora, cuando ya no es ningún jovencuelo, a sus 43 años y sin haber sentido ninguna crisis de edad («¿crisis? Qué va, me encuentro estupendamente»), dice que se plantea el futuro sin grandes metas, que pretende seguir disfrutando de la vida como hasta ahora. «Quedarme, como mínimo, como estoy ahora. Y poder seguir trabajando como hasta ahora, no tener que vivir nunca esa sensación horrible de estar pendiente de un teléfono que no termina de sonar».



NOS SALIMOS



España está que se sale. Entre el Mundial, el beso de **SARA CARBONERO** e **IKER CASILLAS** (valorado en ¡dos millones!), la prohibición de los toros en Cataluña y la visita de **MICHELLE OBAMA**, la publicidad gratuita que está teniendo nuestro país es inconmensurable. A este paso, igual salimos de la ruina y todo. No tan positivo resultó, por ejemplo, el titular de *The Times* el día que la primera dama estadounidense pisó suelo patrio: *Michelle se va de vacaciones a la España racista*. Casi nos chafa la fiesta. No me dirán que la acusación no es grave. Porque si nos hubieran acusado de chorizos o especuladores, todavía uno podía comprenderlo. Pero, ¿racistas?, ¿de qué? Hombre, un poco sí lo somos, eso hay que reconocerlo. Pero ni más ni menos que el resto de los países modernos. El caso es que la mujercísima del Dios Obama, aunque algo agobiada, se lo pasó de lo lindo en Marbella, esa ciudad que intenta desesperadamente recuperar el brío que tuvo años ha, con su hija y su comitiva de ¡unas 60 personas! Un día compró dos bolsos de 40 euros cada uno y otro viajó a Granada, esa hermosa ciudad, donde le regalaron una mantilla española, bailó flamenco y quedó maravillada con la Alhambra. Sabemos que las habitaciones del hotel de lujo de Benahavis (de hasta ¡3.000 euros!) en el que se alojaron las pagó cada cual de su bolsillo. Porque, ay la que se hubiera armado si la estancia de Michelle la hubieran pagado con el dinero de los contribuyentes americanos. De hecho, en EEUU ya hay quien la llama María Antonieta. ¡Qué exagerados! Seamos serios: no ha estado en nuestro país ni una semana. Y vale que el hotel era de cinco estrellas, carísimo, pero lo cierto es que, probablemente, ella no haya tenido que pagarlo. Como tampoco habrá pagado ni restaurantes ni nada de nada pues, como es sabido, si una primera dama de EEUU visita tu restaurante o tu hotel ya tienes para vivir del cuento, como mínimo, un año. Donde no acudió fue a la gala solidaria que amadrinaron en Marbella **EVA LONGORIA** y **ANTONIO BANDERAS**. La mujer desesperada la había invitado por activa y por pasiva pero la buena de Michelle, que, no lo olviden, también es humana (¿alguien soportaría semejante aluvión diario de flashes y miradas en vacaciones?), prefirió cenar en la tranquilidad de sus amigos y, probablemente, tirarse pronto en su gran cama del hotel viendo cualquier programa. Comprensible. Al fin y al cabo, al día siguiente le esperaba un vuelo y una comida Real: había aceptado la invitación de nuestros Reyes, con los que comió en el Palacio de Marivent de Palma de Mallorca. También estaban nuestra Princesa **LETIZIA** y nuestra Infanta más elegante, **ELENA**. «¿Le ha gustado España?», le preguntarían. «*Oh, yes, yes, is really beautiful*», respondería con su ancha sonrisa. Luego tras el intercambio obligado de lugares comunes y cumplidos y después de ingerir los ¡cinco platos! con los que fue recibida, empachaditas, Michelle y **SASHA**, madre e hija, fueron directas al aeropuerto. Un avión las llevaría a Washington. Adiós a las vacaciones. Como dijo Antonio Banderas, esperamos que vuelva. Con su marido, a poder ser. A ver si así Marbella vuelve a brillar definitivamente, que ya le toca.

INFINITI M37

MOTOR

MOTOR	V6 3.7L
POTENCIA	320 CV
VELOCIDAD MÁX.	250 KM/H
0 A 100 KM/H	6,2 SEG
LONGITUD	4,94 M
PESO	1.840 KG
PRECIO	DESDE 51.613 EUROS



TECNOLOGÍA DE ALTOS VUELOS

Acaba de hacer su aparición la berlina de lujo de Infiniti. Destaca por su impronta innovadora y su carácter singular. Su precio, desde 51.600 euros.

Desembarca con un diseño inspirado en el espectacular prototipo *Essence*, que lució figura el pasado año por las citas automovilísticas más importantes de medio mundo. Desde la división de lujo de Nissan apuestan con este *superclase* por ofrecer una firme alternativa a las berlinas tradicionales del segmento de alta gama.

El M37 llega impulsado por el motor de gasolina V6 de 3.7 litros que disfruta de una potencia de 320 caballos. Con esta capacidad, su velocidad máxima está limitada electrónicamente a 250 kilómetros por hora, y exhibe una notable capacidad de aceleración al plantarse en los cien en tan sólo 6,2 segundos. Su consumo, no demasiado elevado para un coche de este calibre, es de 10,2 litros a los 100, mientras que su nivel de emisiones supera con creces los 200 gramos de CO2 por kilómetro recorrido.

El aspecto del M37 destaca por hacer gala de un diseño atlético, deportivo y con grandes dosis de dinamismo.

La berlina mide casi cinco metros con lo que dispone de un espacioso habitáculo orientado a ofrecer una gran comodidad a cada uno de los ocupantes. El volumen del maletero es de 500 litros, sin abatir los asientos.

El M37 es el modelo más avanzado en el plano tecnológico de toda la gama *M* de Infiniti, con diferentes mecanismos de ayuda a la conducción agrupados bajo la denominación *Dynamic Safety Shield*. En la versiones *Premium*, incluye el sistema de intervención en el ángulo muerto, que detecta los vehículos que circulan por el carril contrario y se asegura de que la berlina deportiva no traspase la línea divisoria que separa ambos viales.

Equipamientos comunes a todas las versiones son la caja de cambios automática de siete relaciones, los faros bi-xenon, los asientos delanteros con regulación electrónica de 10 posiciones o la cámara de visión trasera. Llega al mercado con cinco niveles de equipamiento y precios que oscilan entre los 51.613 euros de la versión más sencilla y los 64.290 de la versión *S Premium*.

GARANTÍA DE AHORRO

El *Pilot Sport 3* incrementa la seguridad del vehículo y reduce el consumo de combustible.



El nuevo neumático de Michelin, el *Pilot Sport 3*, proporciona una adherencia con la que supera con creces a su predecesor. Añade una gran precisión al volante con lo que aumenta el placer en la conducción y la seguridad al reducir, según las pruebas realizadas, la distancia de frenado en tres metros respecto al *Sport 2*.

Al mismo tiempo, las cualidades dinámicas de la goma y su resistencia a la rozadura desembocan en un mayor ahorro del combustible y en una mayor longevidad del *calzado*.

El neumático tiene vocación mundial y se pondrá a la venta en cada uno de los cinco continentes. A su vez, está destinando a un gran número de categorías de vehículos. Así, puede equipar las versiones deportivas de coches urbanos y compactos y berlinas más grandes y potentes. Este neumático de altas prestaciones ya calza a coches de la talla del A5 de Audi o el Mercedes E 63.

FRENO A LA CONTAMINACIÓN ACÚSTICA

HONDA OFF ROAD

La firma nipona adapta su gama de motocicletas *off road* a la nueva normativa europea sobre ruidos. Una ley que ha obligado a los ingenieros de la marca a trabajar en esta dirección, modificando el escape y la caja del filtro de aire de sus principales buques insignias en el campo del motocross. En este contexto han salido a la palestra la nuevas y mejoradas CRF 450R y CRF 250R, con un nuevo silenciador *SUS*, más largo y de mayor capacidad. En ambos modelos se ha optimizado la entrega de potencia a medio régimen con un cuerpo de inyección más estrecho.

Sin embargo, la adaptación a las leyes ambientales no ha hecho perder frescura a dos de las máquinas más poderosas y ligeras de su categoría, que mantienen una excelente respuesta cuando accionamos el acelerador. Su mayor impulso se logra, en parte, gracias a su renovado sistema de arranque.

Una de las notas características de la a CRF 450R, de cuatro tiempos con 107 kilos de peso, la pone la facilidad de su manejo con una suspensión trasera revisada. Dispone de un nuevo amortiguador para mejorar la precisión y estabilidad de la dirección. El piloto disfrutará de un mayor control sobre su motocicleta en todo momento gracias a una centralización de las masas que facilita los saltos y las maniobras en el aire. Mientras, la 250R también ha experimentado cambios para alcanzar un nivel de pilotaje más potente y agresivo. Llegarán en 2011. De momento, no ha trascendido su precio.



DARWIN AWARDS

Hoy, paletitos míos, otro infausto día 15 de agosto, trataré no solo de aliviar esa pena que sentís al ver cómo agonizan verano y vacaciones, sino que, de paso, quiero proporcionaros una meta que sostenga vuestras penosas existencias durante todos esos meses de sórdido invierno que están tan ahí mismito: los Premios Darwin.

¿Cómo que cual? Sabed, recua de ignorantes, que son unos prestigiosos galardones que se otorgan a aquellos que logran autoeliminarse del acervo genético de la manera más imbécil y espectacular posible. U sea, para entendernos, se trata de honrar a quienes contribuyen a mejorar la especie ahorrándonos su descendencia y que, además, lo hacen a lo grande.

Lo mejor de todo es que los requisitos para llevárselo parecen redactados pensando en vosotros. A ver si no; en número: 1.- *Imposibilidad de reproducción*, es

eneuve
periodista

parecen redactados pensando en vosotros. A ver si no; en número: 1.- *Imposibilidad de reproducción*, es

decir, que el candidato debe estar muerto -tranquilidad... o haber quedado estéril. Vamos, que sea incapaz de reproducirse en una isla desierta llena de mujeres o tíos, según toque.

2.- *Excelencia*: Mayormente lo que vendría a ser una asombrosa falta de sensatez, acompañada por una imprudencia sensacional. Se excluyen pues actividades vulgarmente idiotas como, por ejemplo, fumar en la cama.

3.- *Autoselección*; u sea, que la cagada sea onanística. Digamos que no vale cargarse a nadie con una bomba, pero acabar con uno mismo fabricando un cañón que lanzara dicho artefacto en un intento por desatascar la chimenea sí sería aceptable.

4.- *Madurez*. Locos no. El nominado debe estar en su sano juicio. Y 5.- *Veracidad*, puesto que el acontecimiento debe ser auténtico y poder comprobarse.

Como os veo esa cara de bobos de quien no se está coscando, ahí van algunos ejemplos de actividades galardonadas que os permitirán entender por qué estos premios

son perfectos para vosotros, so panolis:

Malabarismos con granadas de mano; dejar un cigarrillo encendido en un almacén lleno de explosivos; saltar de un avión para grabar a paracaidistas sin haberse puesto el paracaídas; iluminar un depósito de combustible usando un mechero para comprobar si está lleno; jugar a la ruleta con una pistola automática, que carga siempre la siguiente bala en la recámara; chocar contra una ventana y morir intentando demostrar que el cristal era irrompible. Esas cosas.

Pues claro, qué os decía yo, ahí lo tenéis... hay algo que sí sois capaces de hacer bien. Venga, poneos a ello enseguida. ¡El Darwin es vuestro! -Ah, y si tenéis dudas: www.darwinawards.com.



NUMERO 200
15 DE AGOSTO DE 2010

APAGA Y VÁMONOS



TODA UNA
AVENTURA

KOEN VAN WEEEL (EFE)

Una imagen sin doble lectura, simple, transparente, sin efectos secundarios y que nos devuelve a un tiempo que, pese a todo, sigue ahí, vivo en la memoria durante toda la vida. Hablamos de la infancia, de un periodo crucial en la existencia de cualquier persona. Tiempo de formación, de juego, de descubrimientos, de asombro permanente y de aventura, como la que protagoniza el niño de la fotografía, captada en un camping holandés en un día

de lluvia. El pequeño aventurero desafiaba a los elementos montado en su bicicleta de madera dispuesto a superar, en proporción, un enorme desafío: para él, casi un lago, para el resto, solo un charco. Concentrado, absorto en su gesta, nuestro Tom Sawyer particular se abre camino en solitario, ajeno a la tormenta. Pisar los charcos, calarse hasta los huesos, tropezar, caer y volverse a levantar; experimentar el riesgo aunque sea concentrado en un

palmo de agua sucia. Probar, en definitiva, lo prohibido, lo que no se debe hacer; atreverse a incumplir las normas sin sopesar el castigo y disfrutar de la «hazaña» son, también, reacciones y comportamientos infantiles que, de cuando en cuando, nos pueden servir para hacer un alto en el camino de adultos y replantearnos hábitos, responsabilidades adquiridas y convencionalismos generalmente vanos y prescindibles.

El viento nos hace llegar lejos.



El Iberdrola Team participa en el Circuito Audi Med Cup.





CASTILLA Y LEÓN HAY UN CAMINO EN TI



ENCONTRARÁS DESEOS QUE HACEN CAMINO.
ESCUCHARÁS SILENCIOS QUE CUENTAN HISTORIAS.
RECORRERÁS LUGARES MÁGICOS QUE NO OLVIDARÁS NUNCA.
DISFRUTARÁS DE SUEÑOS QUE SON PARA SIEMPRE.

Mant



XACOBEO 2010
Castilla y León



Junta de
Castilla y León

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA

www.turismocastillayleon.com
902 20 30 30



CASTILLA Y LEÓN