

# O SACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Semana de 28 de mayo al 3 de junio de 2011 - Número 241

## MÚSICA

El regreso de Lady Gaga

## DOM PÉRIGNON

Uno de los mejores  
vinos del planeta

## JARDÍN BOTÁNICO

Oasis natural en  
el centro de Madrid

## MIREN IBARGUREN

# DE AÍDA AL ESTRELLATO



CÁNCER  
DE CUELLO  
DE ÚTERO

ROTA VIRUS

F. TIFOIDEA

GRIPE

SARAMPIÓN

DIFTERIA

RUBEOLA

TÉTANOS

POLIO

PAPERAS

RABIA

VARICELA

# MÁS VALE PREVENIR...

**la vacunación salva  
cada año millones de vidas**

NUEVAS  
VACUNAS EN  
DESARROLLO

SIDA

DENGUE

ALZHEIMER

Sanofi Pasteur MSD es la única empresa farmacéutica europea dedicada exclusivamente al desarrollo de vacunas, siendo líder en este área.

Nuestro reto es seguir investigando para desarrollar vacunas innovadoras frente a más enfermedades.



REAL JARDÍN BOTÁNICO **\_8**  
Universo 'vegetal' en pleno Madrid



DOM PÉRIGNON **\_18**  
Excelencia en la copa



LADY GAGA **\_22**  
La reina del pop, de estreno

## MIREN IBARGUREN **\_14**

De actriz de éxito en conocidas series de televisión a joven promesa del cine español

## CINE **\_23**

Hollywood estira la saga de 'Piratas del Caribe' en una cuarta entrega con presencia de 'Pe'

## TENDENCIAS **\_24**

RIM presenta su Blackberry Bold 9900, un modelo más estilizado y de pantalla táctil

## SALUD **\_26**

Consejos para dejar de fumar con motivo de la celebración del Día Mundial sin Tabaco

## AVANCES **\_28**

La menor inversión no frena la investigación para conocer mejor las enfermedades crónicas

# SUMARIO

NÚMERO 241

## HOY FIRMAN EN OSACA

alberto urdaci **\_4**



alfredo urdaci **\_6**

*Una tarde con Robert Harris*

javier ares **\_7**

ramón sánchez-ocaña **\_27**

bernabé tierno **\_28**

pilar riobó **\_30**

caius apicius **\_31**

## SANIDAD **\_29**

Incógnitas de la sensibilidad química múltiple

## ALIMENTACIÓN **\_30**

Los peligros de las dietas restrictivas

## GASTRONOMÍA **\_31**

Los auténticos Pimientos del Padrón

## CRÓNICA SOCIAL **\_34**

La modelo Kate Moss brilla en París

## MOTOR **\_37**

Llega el Opel Zafira Tourer

## MODA **\_32**

Todo sobre el bikini



FOTO: RALF PASCUAL



NÚMERO  
29 DE MAYO DE 2011

## SEGUNDA PIEL

Habría que conseguir que se entendiera la educación como una segunda piel, algo que se lleva puesto del primer al último día de vida, pero no es así y esta declaración de principios y finales se pierde en el limbo de los buenos propósitos y las mejores intenciones porque, y aún tenemos bien presente la última campaña electoral para comprobarlo, la educación, la enseñanza, nunca está de moda, ni ocupa ni preocupa a los responsables políticos salvo en ocasiones puntuales, es decir, cuando es utilizada como mecha de refriegas y debates que no suelen conducir a nada, mientras, y por regla general y por lo que nos toca, los medios de comunicación solo nos ocupamos del asunto cuando se produce un nuevo episodio de acoso o maltrato o sale a la luz el enésimo informe Pisa que deja a nuestros escolares y al propio modelo por los suelos.

Pero hay que insistir porque la educación lo es todo; es formación, es progreso, futuro, conocimiento y refugio de por vida; nuestro mejor bagaje y garantía para afrontar los retos cotidianos y las carencias de un sistema que no evoluciona al ritmo de los tiempos ni ofrece suficientes respuestas a las necesidades y demandas de una sociedad cada vez más plural, compleja y tecnificada.

La educación es un gran motor, no solo de conocimiento, sino también económico y de empleo, como lo prueba que entre 2001 y 2010 fue la segunda ocupación que más creció en España, totalizando 101.896 nuevos profesores de enseñanza primaria, infantil y especial. Entender la educación como una segunda piel es un objetivo inaplazable y no puede estar sujeto al vaivén político ni depender de la coyuntura económica.

juanjo  
saiz  
subdirector  
de OSACA



**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

tino barriuso

## RESACA

De qué se ocupa uno la semana siguiente a unas elecciones muy movidas? De ellas, claro... Se habla de un giro a la derecha: se diría que al fin la gente ha virado la proa hacia el sentido común, después de siete años de pesadilla. Porque lo que es la derecha, centrada en demasiada gente para centrarse en algo, no ha hecho nada: mostrar de nuevo la indignancia oratoria de su líder, seguir arropándose de gente cuando menos sospechosa en algunas circunscripciones y fabricarse un primo de Zumosol cabreado en Asturias.

Para cabreo el de la gente de la Puerta del Sol. Uno, irritado hace mucho tiempo, sabe que la indignación es el comienzo de algo que hay que articular. Digamos que hay dos tipos de ira: la escalar y la vectorial, por usar los precisos términos de la física. La escalar es el caldo de cultivo del fascismo en cualquiera de sus dos laderas: la que viste de rojo la fragua y la que teñía de verde la primavera que volverá a reír llevan al mismo pantano en el que se pudre el aire. Solo sirve para propiciar el voto lumpen: ese que ha recogido Bildu gracias a la temeraria e irresponsable composición de nuestro sistema judicial. La indignación de tipo escalar, mayoritaria entre los jóvenes que han salido a la calle, que han captado una hermosa energía desconocida para ellos (no para la de sus padres, aquella de la que se reía Ismael Serrano hace unos años) busca organizarse. Es-

pero que no sea tarde pero no las tengo todas conmigo: que la razonable iglesia de la rosa y el puño, que lleva 22 de los 29 últimos años gobernando España, que nos introdujo en la CE y en la OTAN, por poner dos ejemplos, se haya visto invadida y controlada por la terrorífica orden de los zapatinos me hace desesperar bastante: como a muchos socialistas sin ir más lejos.



Hay que reconocer que muchas de las propuestas más necesarias surgidas de la calle, del orden y del deseo de gente muy competente, ya estaban en el ideario de UPyD, que salió a la calle tres años antes y con tres millones de parados menos. Hoy son la quinta fuerza, después de un proceso organizativo destinado en buena medida a poner grilletes a los sueños. No me gustaría que al partido de Rosa Díez, señora que mantiene intacta toda mi admiración, le sucediera lo que al atractivo y extinto CDS: más les vale vigilar la llegada de políticos gastados y de arribistas y conservar hasta donde puedan a los magníficos individuos de la primera oleada. Los que queden. Y absorber buena parte de esa limpia energía que la llenado nuestras

plazas pidiendo, como ellos, una reforma de la ley electoral, un retorno de competencias al poder central y una política transversal: cuando hay un problema las soluciones no son de izquierdas o de derechas, son buenas o malas. Y a veces una es óptima, y ésa es nuestra propuesta, aunque la que formule usted. La verdad es la verdad, dígala Agamenón o su porquero: en aquella vieja sentencia machadiana el átrida estaba de acuerdo y el porquero no...

Hay tanto porquero en la política española que es tarea hercúlea limpiar nuestros establos, como si fueran de Augias. Pero hay que hacerla. Y ya ha empezado: algo muy bello se ha movido en la calle y algo malo de solemnidad está caducando a ojos vistas. Sería bueno que el partido ganador pusiera también fecha de caducidad a la parte que le sobra, que no es pequeña. De momento estamos de resaca: y valió la pena, aunque duela un poquito la cabeza...

«  
MUCHAS DE LAS  
PROPUESTAS SURGIDAS DE  
LA CALLE, DEL ORDEN Y DEL  
DESEO DE GENTE MUY  
COMPETENTE, YA ESTABAN  
EN EL IDEARIO DE UPYD, QUE  
SALIÓ A LA CALLE TRES AÑOS  
ANTES Y CON TRES MILLONES  
DE PARADOS MENOS



Selección Oro

Jamón Serrano bodega Especialidad Tradicional Garantizado (ETG)

EL CHATO

JAMONES EL CHATO, S.A.  
Ctra. Toledo-Ávila, km. 26  
45500 TORRIJOS (TOLEDO)  
Tel.: 925 761 991 Fax: 925 762 756  
www.jamoneselchato.com  
chatos@jamoneselchato.com



Jamón Serrano reserva Especialidad Tradicional Garantizado (ETG)

ESPAÑA E HIJOS

EMBUTIDOS Y JAMONES ESPAÑA E HIJOS, S.A.  
Ctra. Torrijos-Puebla de Montalbán, km. 9,1  
45517 ESCALONILLA (Toledo)  
Tel.: 925 758 223 Fax: 925 758 443  
www.espanahijos.com  
info@espanahijos.com



Jamón Serrano gran reserva Especialidad Tradicional Garantizado (ETG)

SÁNCHEZ ALCARAZ

SÁNCHEZ ALCARAZ, S.L.  
C/ Escibar, 211-212 Pol. Ind. Monteboyal  
45950 CASARRUBIOS DEL MONTE (Toledo)  
Tel.: 918 609 187 Fax: 918 171 844  
www.sanchezalcaraz.com  
info@sanchezalcaraz.com



2010

XXI EDICIÓN

# GRAN SELECCIÓN VUELVE A EMOCIONARTE

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



## Premio Gran Selección 2010

Jamón Serrano reserva Especialidad Tradicional Garantizado (ETG)

ESPAÑA E HIJOS

EMBUTIDOS Y JAMONES ESPAÑA E HIJOS, S.A.  
Ctra. Torrijos-Puebla de Montalbán, km. 9,1  
45517 ESCALONILLA (Toledo)  
Tel.: 925 758 223  
Fax: 925 758 443  
www.espanahijos.com  
info@espanahijos.com



Castilla-La Mancha

www.jccm.es



alfredo urdaci

# UNA TARDE CON ROBERT HARRIS

**H**oy vengo dispuesto a bajarles a ustedes del pedestal del entusiasmo. La ilusión y la decepción son las dos monedas que han circulado en los mercados de estos días. Unos dicen sentirse eufóricos con la victoria, signo de cambio, anuncio de la *tierra prometida*. Para otros no bastan pomadas para curar las heridas. ¡Cuántos despachos recogidos estos días entre lágrimas y recuerdos! ¡Cuántos cargos en plena mudanza! Son tiempos de tribulación, como aquellos en los que Ignacio de Loyola, sabio y santo, aconsejaba no hacer cambios. Pero les aseguro que lo que de verdad afecta a nuestras vidas no suele aparecer ni con ruido ni con furia. Dios no está en los tumultos, decía algún ermitaño, explorador de lo profundo.

Para curarme de estos males de la emoción que embarga los discursos de la política suelo leer las notas de una tarde que pasé con Robert Harris, un periodista y escritor británico que ha tratado a casi todos los primeros ministros del Reino Unido en las tres últimas décadas. De sus años de proximidad con Tony Blair salió una novela (*The ghost writer*), luego convertida en la película *El escritor*. Harris piensa que la gran fuerza de los grandes políticos estriba en su ca-



pacidad de mirar las cosas con distancia, incluso con indiferencia. «El truco de la política», me decía ante un gintonic con rodajas de pepino, «consiste en que te de igual lo que digan de ti, sin llegar a ser un monstruo. Tienes que saber mentir y a la vez convencer, creerte tus propias mentiras con un grado de convicción tal que traslades al auditorio una fe rocosa en lo que afirmas. Los políticos que llegan a lo más alto están dotados de una naturaleza peculiar, un político de élite tiene una

falta absoluta de autorreflexión». ¿Y qué sienten cuando han ganado unas elecciones? «Nada. Los mejores no sienten nada, están pensando en la siguiente fase, en el discurso que harán cuando tomen posesión. La gente que tiene mucho éxito no reflexiona, y esa es la razón por la que tienen éxito. Siguen avanzando, y por eso necesitan a alguien que escriba su historia, porque ellos son incapaces de pararse a meditar sobre lo que les está pasando».

La charla con Harris y la infame calidad del brebaje que nos sirvieron me recordó otra charla con el psiquiatra americano Robert Hare. Hare es famoso en el mundo clínico por su trabajo con los peores criminales del sistema penitenciario de toda América, desde Canadá hasta Colombia. Sus conclusiones se sintetizan en un test mediante el que se puede conocer el grado de psicopatía de un sujeto. Usted mismo a través de internet puede hacerse con las preguntas y someterse a una prueba. Los psicópatas son sujetos incapaces de sentir nada por sus semejantes. No digo yo que los políticos lo sean. Lo afirma Hare. Los grandes políti-

cos, según el científico, como los grandes dirigentes de empresas, tienen una gran capacidad de situarse por encima de la realidad emocional del resto de las personas. Toman decisiones que envían al paro a centenares de empleados, o firman decretos de guerra que arrasarán poblaciones, sin que les tiemble la mano. Luego por la noche van a casa, arropan a los niños y son tiernos con sus mujeres. No tienen por qué ser criminales. De hecho, la mayoría no lo es. Ante mi cara de asombro Hare me respondió: «Y son útiles, la sociedad necesita que en situaciones de riesgo y momentos críticos alguien tome las decisiones que nadie se atreve a adoptar».

«**HARRIS PIENSA QUE LA GRAN FUERZA DE LOS GRANDES POLÍTICOS ESTRIBA EN SU CAPACIDAD DE MIRAR LAS COSAS CON DISTANCIA, INCLUSO CON INDIFERENCIA. «EL TRUCO DE LA POLÍTICA», ME DECÍA ANTE UN GINTONIC CON RODAJAS DE PEPINO**»

javier ares

# EXAMINA, QUE ALGO QUEDA

La profesora le pregunta al alumno: «A ver, Jaimito, ¿quiénes fueron los Reyes Católicos?». Y el avisado alumno responde con arrojo y decisión: «En España, señorita, casi todos los reyes fueron católicos».

Si no fuera por lo que se adapta a los tiempos modernos el viejo chiste vendría a despedir un cierto tufo a naftalina, de puro antiguo. Es uno más de aquellos que despertaban nuestra hilaridad infantil con aquel astuto muchacho que tan inocentemente maquillaba su ignorancia.

-A ver, Jaimito: una palabra que tenga cinco íes.

-Eso es difícilísimo, seño.

Jaimitos ha habido muchos en la historia de España, aunque no tantos como ahora, que parecen haber abandonado los comics para instalarse físicamente en los pupitres de los centros escolares. Dan fe de ello los numerosos escritos de los que algunos profesores levantan actas y que la red informática ayuda a divulgar. Alumnos despistados y atrevidos que no dudan en lanzar al aire su ignorancia con tal de no dejar una pregunta en blanco. Desde aquel que escribió que una Encíclica es «un buque de hierro que flota en el mar» (¿qué, si no?) a quien no dudó en señalar al odontólogo como «ese animal carnívoro que se alimenta de presas vivas».

A mí los que más me divierten son los enteraos, aquellos que no dudan ni un ápice en corregir la historia afirmando rotundamente que

«la conquista de Méjico fue realizada por los extremeños Menéndez y Pelayo» (que ya hay que hilar fino), que Atenas «fue fundada por Cesar octavo a gusto» (vamos, que se quedó tan pancho) o que «Cristo fue crucificado entre sus dos guardaespaldas» (que eso es estar al día y punto).

La Historia Sagrada es, de hecho, un inagotable caudal de perlas estudiantiles en las que la osadía toma su asiento. Así, aquel estudiante que aseguró convencido que «los israelitas en el desierto se comían a los patriarcas» (Moisés preferiría haberse ahogado en la cesta) o aquel otro que nos descubrió que «Caín mató a su hermano Abel con una molleja de burro» (que ya tuvo que emplearse a fondo, el muy bestia).

Más disculpables, pobrecitos, son los que echan mano de la lógica para despejar las dudas. ¿Qué va a ser el pediatra sino el «médico de los pies»? ¿Cómo no va a ser el Barroco el «arte de las cosas hechas con barro»?

¿Quién puede dudar de que la fe es «lo que Dios nos da para entender a los curas»? ¿Acaso no es cierto que los estimulantes del sistema nervioso son «el café, el tabaco y las mujeres»?

¿Es mentira que un círculo es una línea pegada por sus extremos para formar un redondel?

Los hay, también, que se preocupan por demostrar que están a la última en Geografía y nos recuerdan que «hay 150 continentes, a los que ahora se les llama Carrefour», y otros que

aprenden más en la tele que en los libros y que llegan solos a la conclusión de que «en Holanda de cada cuatro habitantes uno es vaca». Qué culpa tienen ellos de que la ciencia y la medicina avancen una barbaridad y hayan descubierto que «el corazón es un músculo que está siempre en movimiento, menos en los cadáveres que está parado».

Imagino a esos jóvenes estudiantes afanándose en el estudio de cosas que poco o nada les interesan y sufriendo por unas notas que a saber para qué les servirán, y despiertan en mí una enorme ternura. Mi solidaridad en estos días para con ellos.



JAIMITOS HA HABIDO MUCHOS EN LA HISTORIA DE ESPAÑA, AUNQUE NO TANTOS COMO AHORA, QUE PARECEN HABER ABANDONADO LOS COMICS PARA INSTALARSE FÍSICAMENTE EN LOS PUPITRES DE LOS CENTROS ESCOLARES

**HORARIOS****ENTRADA**

El Jardín Botánico abre todos los días, excepto Navidad y Año Nuevo. El horario es de 10,00 a 21,00 horas en mayo, junio, julio y agosto (otros meses, consultar en [www.rjb.csic.es](http://www.rjb.csic.es)).

**PRECIO**

La entrada cuesta dos euros y medio, con descuentos para grupos y estudiantes. Niños y jubilados, gratis.



d.h.  
texto  
ángel ayala  
fotos

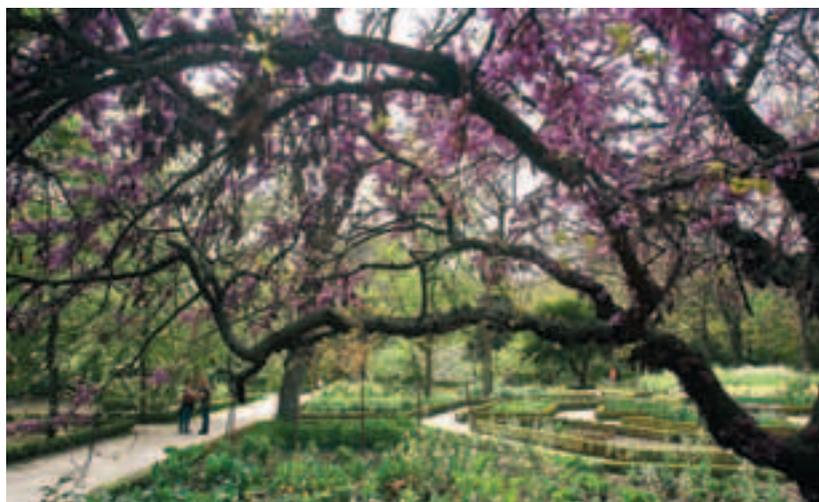
# EL BOSQUE ENCANTADO

EN PLENO CENTRO DE MADRID FLORECE EL ESPACIO DE DIVULGACIÓN NATURAL MÁS IMPORTANTE DE ESPAÑA DENTRO DE UN RECINTO EN EL QUE SE EXPONEN, ESTUDIAN Y CONSERVAN CERCA DE 5.000 PLANTAS PROCEDENTES DE TODOS LOS RINCONES DEL PLANETA. EL REAL JARDÍN BOTÁNICO CELEBRA AHORA EL 230 ANIVERSARIO DE SU TRASLADO A SU ACTUAL UBICACIÓN EN EL PASEO DEL PRADO, EL MISMO AÑO QUE NACIONES UNIDAS HA DEDICADO A LOS BOSQUES. UNA OPORTUNIDAD ÚNICA PARA RECORDAR EL ESENCIAL PAPEL DE LOS ESPACIOS VERDES E INSISTIR EN LA NECESIDAD DE PRESERVARLOS PARA LAS FUTURAS GENERACIONES.



La época de la floración es una de las más interesantes para visitar el Jardín Botánico. Las familias aprovechan estos días para que los más pequeños disfruten y conozcan las plantas.

Bajo estas líneas se encuentra uno de los bonsáis donados por Felipe González. Debajo de él, una vista del 'árbol del amor' florecido y, a su derecha, unas plantas de alcahofas de la huerta del recinto.



Una joven lee una novela de misterio a la sombra de un tejo, mientras tres jubilados intercambian conocimientos sobre agricultura contemplando unas acelgas. Cerca, en el Paseo de los Olivos, un parado medita sobre su incierto futuro y observa cómo una pareja escenifica su amor al amparo de los tulipanes. A pocos metros de allí, dos ejecutivos cierran un negocio ante la regia estatua de Carlos III, al mismo tiempo que un grupo de jóvenes hablan de revolución dentro del invernadero. Diariamente, el Real Jardín Botánico de Madrid es escenario de cientos de historias, protagonizadas por personas anónimas que aprovechan este oasis de naturaleza y paz para abstraerse de la vorágine de la capital. Es un lugar al que madrileños y gentes de fuera acuden en busca de belleza, conocimiento y tranquilidad.

El final de la primavera y el comienzo del verano es una etapa especialmente hermosa para

contemplar las cerca de 5.000 plantas de todo el mundo -1.500 de estos ejemplares son árboles- correspondientes a la colección exhibida de forma permanente en este recinto que recorre el Paseo del Prado, escoltado por el Retiro, el Museo del Prado y los librerías de la Cuesta Claudio Moyano. En esta época, muchas de las plantas procedentes tanto de la Península Ibérica

**EN LAS OCHO HECTÁREAS DEL RECINTO SE PUEDE APRECIAR LA COLECCIÓN QUE HA AGLUTINADO LA INSTITUCIÓN, Y DE LA QUE FORMAN PARTE MÁS DE 1.500 ÁRBOLES**

como de fuera de las fronteras españolas florecen, convirtiendo el parque en una amalgama de colores no apta para alérgicos al polen. Pese a lo que pudiera parecer, toda esa marabunta vegetal de las alrededores de ocho hectá-

reas que ocupa esta instalación, dependiente del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), no solo desempeña una función estética, sino que es necesaria para el estudio, conservación y divulgación de la Botánica. De



hecho, además de la realidad viva, entre sus colecciones destacan un herbario con más de un millón de pliegos, la biblioteca y el archivo -con cerca de 10.000 dibujos-.

Una vez que se accede al Real Jardín Botánico -a través de la Puerta del Rey o de la de Murillo-, el desnivel del terreno en el que se encuentra el recinto hace que éste se divida en cuatro terrazas. La primera, la más baja y, por lo tanto, la más extensa de todas, es la llamada Terraza de los Cuadros, donde se presentan las colecciones de plantas ornamentales, aromáticas, medicinales, los rosales antiguos, junto a la huerta y los frutales -la institución advierte explícitamente de la prohibición de comer sus frutos-, dentro de los cuadros geométricos formados con setos de boj que rodean pequeñas fuentes. A continuación se halla la Terraza de las Escuelas Botánicas, algo más pequeña que la anterior, y donde se expone la colección taxonómica de plantas, ordenadas filogenéticamente por familias. Gracias a esta disposición, el visitante puede hacer un recorrido por el reino vegetal desde las variedades más primitivas a las más evolucionadas.

La Terraza del Plano de la Flor es la más elevada de todas. Está dividida en 25 figuras o arriates curvilíneos, limitados por setos, cuatro glorietas y una central con un estanque y un busto de Carlos Linneo. La componen una gran variedad de árboles y arbustos plantados sin orden aparente. En su límite este se sitúa el Pabellón Villanueva, edificado en 1781 como invernáculo, y que actualmente se utiliza como galería de exposiciones temporales. La terraza está bordeada por un emparrado de hierro forjado que sirve de apoyo a diversos tipos de vid.

En la zona norte de esta terraza se sitúa el invernadero Graells, una estructura del siglo XIX, donde se observan plantas tropicales, acuáticas y briófitas. Junto al anterior se puede visitar el invernadero mayor y más moderno, el llamado de Exhibición, que se halla dividido en su interior en tres ambientes de diferentes exigencias de temperatura y humedad, (tropical, templado y desértico). Aquí, el aficionado a la botánica puede descubrir infinidad de ejemplares exóticos, una gran variedad de cactus e incluso algunas plantas carnívoras.

La última es la Terraza alta o de los Laureles, que fue añadida como ampliación del Jardín en 2005. Es de dimensiones bastante más reducidas que las anteriores y se encuentra detrás del Pabellón Villanueva. Está destinada a albergar colecciones especiales, entre ellas, la que más destaca es la de Bonsáis donada al centro por el ex presidente Felipe González, gran aficionado al ancestral arte japonés del cuidado de árboles en miniatura.

**UNA HISTORIA EN VERDE** Desde su fundación en el siglo XVIII, el Real Jardín Botánico mantiene el objetivo de conservar la mayor cantidad posible de especies botánicas para su estudio. Gran parte de las colecciones de la institución provienen de las expediciones que científicos españoles han realizado por to-



## CAMPAMENTO DE VERANO

### EDUCACIÓN NATURAL PARA LOS MÁS PEQUEÑOS

Los bosques. ¿Qué son? ¿Cómo funcionan? ¿Por qué son importantes? Son algunas de las cuestiones que, a través de juegos, talleres, experimentos y manualidades se irán descubriendo a lo largo del campamento de verano *El Bosque animado*, que con motivo del Año Internacional de los Bosques organiza el Real Jardín Botánico. Una actividad en la que se trabajará la observación del mundo natural, la relación sostenible del ser humano con el medio y la sensibilización hacia actitudes de conservación de estos ecosistemas, tan importantes para el buen funcionamiento del planeta.

### A QUIÉN VA DIRIGIDA ESTA ACTIVIDAD

Estos cursos son para niños de cinco a 11 años.

### FECHAS, DURACIÓN Y PRECIO

Campamentos de una semana del 27 de junio al 29 de julio de 09,00 a 14,00 horas. El precio es de 80 euros por niño y semana.

do el mundo y que los jardineros del organismo se han encargado de cuidar para su análisis y exhibición.

Fue en 1755 cuando el monarca Fernando VI ordenó la creación del Real Jardín Botánico de Madrid, que se instaló en la Huerta de Migas Calientes, en las inmediaciones de lo que hoy se denomina Puerta de Hierro, a orillas del río Manzanares. Contaba con más de 2.000 plantas, recogidas por José Quer, botánico y cirujano, en sus numerosos viajes por la Península, u obtenidas por intercambio con otros botánicos europeos. A partir de 1774, Carlos III dio instrucciones para su traslado al actual emplazamiento del Paseo del Prado, donde se produjo la inauguración oficial en 1781, lo que hace que este año se celebre el 230 aniversario. Sabatini -arquitecto real- y Juan de Villanueva, encargado del diseño de edificios tan representativos como el Museo del Prado, se hicieron cargo del proyecto. En esos años se construyeron las tres terrazas escalonadas, se ordenaron las plantas según el método de Linneo -uno de los botánicos más importantes de la Historia- y se levantaron también la verja que rodea el Jardín, los emparrados y el invernáculo llamado Pabellón Villanueva.

Desde su creación, en el Jardín se desarrolló la enseñanza de la Botánica, se auspiciaron expediciones a América y al Pacífico, se encargaron los dibujos de grandes colecciones de láminas de plantas y se acopiaron importantes herbarios que sirvieron de base para describir nuevas especies para la ciencia.

A pesar de la anterior etapa de esplendor y al igual que ocurrió con otras muchas instituciones españolas, la Guerra de la Independencia trajo al recinto años de abandono y tristeza, en los que se hicieron esfuerzos no siempre exitosos por mantenerlo dentro de las corrientes científicas del Viejo Continente.

En 1857, siendo Mariano de la Paz Graells director del organismo, se emprendieron reformas importantes que aún perduran, como el invernadero que lleva su nombre y la remodelación de la terraza superior. También en esta época se instaló un zoológico, que 12 años más tarde, siendo ya director Miguel Colmeiro, se trasladó al Jardín del Buen Retiro.

En la década de 1880 a 1890, el parque sufrió importantes pérdidas, debido a la segregación de dos hectáreas para construir el edificio que actualmente ocupa el Ministerio de Agricultura, y a causa de un ciclón que en 1886 derribó un total de 564 árboles de gran valor, aunque se logró salvar gran cantidad de especies.

En el primer tercio del siglo XX se iniciaron las investigaciones en el campo de la micología, y adquirieron un elevado nivel las desarrolladas en el de la micromicetología. La labor científica de la institución ha ido mejorando desde entonces y actualmente funcionan dos grandes departamentos: el ya mencionado de Micología, y el de la Biodiversidad y Conservación, que trabaja en todo lo relacionado con la diversidad vegetal, en concreto de las plantas vasculares, tanto del ámbito mediterráneo como del tropical y subtropical.



En el llamado invernadero de Exhibición se dan las condiciones necesarias para conservar plantas típicas de los climas tropical, templado y desértico.

Después del olvido propiciado por la Guerra Civil, en 1939 el Real Jardín Botánico resurge y pasa a depender del CSIC y tres años más tarde es declarado Jardín Artístico. Sin embargo, las décadas de la dictadura de Franco fueron de penuria y abandono hasta el extremo de que en 1974 tuvo que ser cerrado para abordar profundas obras de restauración, que acabaron devolviéndole su estilo original. Estos trabajos se llevaron a cabo entre 1980 y 1981, encargándose al paisajista Leandro Silva la labor de devolver a los jardines su trazado anterior en niveles aterrazados. En 1981, coincidiendo con el bicentenario de su traslado, fueron inauguradas las reformas por los Reyes de España, que en 1993 acudieron también al recinto para apadrinar la puesta en marcha del moderno invernadero de Exhibición.

Después de estos dos siglos de avatares, en la actualidad el Jardín Botánico de Madrid disfruta de cierta placidez institucional bajo la dirección de Gonzalo Nieto Feliner, y afronta el futuro con la misma incertidumbre que el resto de organismos del Estado, que han visto cómo la crisis económica ha recortado sus presupuestos hasta límites difícilmente soportables.

**EL AÑO DE LOS BOSQUES** Este 2011 es de especial importancia para el Jardín Botánico ya que ha sido declarado por Naciones Unidas como Año Internacional de los Bosques. Con este motivo, el centro español ha organizado una serie de exposiciones temporales y ponencias para concienciar a la población sobre la importancia de respetar las áreas verdes del mundo, auténticos pulmones de un planeta con un *asma* crónico.

Según el último informe de la Organización de la ONU para la Agricultura y la Alimentación (FAO) *Situación de los bosques del mundo*, lanzado recientemente en Nueva York, la deforestación sigue su avance internacional-

mente sin que se esté haciendo gran cosa por frenar su expansión.

El área total de bosque existente en el planeta asciende a algo más de 4.000 millones de hectáreas, que corresponden al 31 por ciento de la superficie total de la Tierra, siendo la Federación de Rusia, Brasil, Canadá, Estados Unidos y China los países que representan más de la mitad del total de estas zonas verdes. El informe revela que en 2010 la tasa de

peñan un papel vital en su gestión, conservación y desarrollo sostenible en todo el mundo, pero se subestima su derecho a usar los recursos forestales locales y a obtener beneficio de ellos. Pero, la concienciación ciudadana también es una parte fundamental de cara al mantenimiento de los bienes medioambientales. Y es ahí donde la labor de organismos como el Real Jardín Botánico es fundamental, sobre todo de cara a los niños.

De esta manera, el centro organiza visitas guiadas, además de un gran número de actividades a lo largo de todo el año para que los más pequeños puedan disfrutar de un espacio de divulgación y entretenimiento en contacto con la naturaleza.

El público general también puede realizar visitas temáticas recorriendo, por ejemplo, el recinto a través de sus árboles más representativos. Pino del Himalaya, almez, secoya, *ginkgo biloba*, roble, árbol del hierro, pino carrasco, tilo, palmera canaria, haya, olmo del Cáucaso, ciprés, plátano de sombra o granado son solo algunos de los ejemplares de este particular recorrido, que se puede completar con una visita a la colección de Bon-

sáis. Pero, en esta época del año, de floración, es un momento ideal para disfrutar de lirios, rosales, tulipanes, rododendros, lilas y demás plantas que impregnan de variados colores el recinto del parque, dotado también de un olor embaucador procedente de las plantas aromáticas que alberga.

Más allá del oportunismo cromático, el Real Jardín Botánico es un espacio de disfrute sensorial, un lugar para respirar retazos de la naturaleza de todo el mundo esparcidos por un coqueto recinto en pleno centro de Madrid. Allí, el visitante sigue viendo, protagonizando o imaginando historias. Puede que, en este momento, bajo un viejo olmo, un joven esté escribiendo un cuento sobre el embrujo de un bosque encantado.



## EL REAL JARDÍN BOTÁNICO REALIZA INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS EN LOS ÁMBITOS DE LA MICOLOGÍA Y DE LA BIODIVERSIDAD

deforestación y pérdida de bosque por causas naturales, aunque seguía siendo alarmante, se estaba reduciendo. A escala mundial, disminuyó de unos 16 millones de hectáreas al año en la década de 1990 a aproximadamente 13 millones en los dos últimos lustros.

La FAO recuerda que los millones de personas que dependen de los bosques desem-

&gt;ENTREVISTA

**MIREN IBARGUREN**

actriz

**«CON EL CINE ESPAÑOL TENEMOS QUE QUITARNOS MUCHOS FANTASMAS DE ENCIMA»»**

Sentarse a charlar con **Miren Ibarguren** (San Sebastián, 23 de mayo de 1980) es hacerlo con el futuro más latente del cine nacional. Desde que llegara a los hogares de todo el país en 2005, con la serie de Antena 3 *A tortas con la vida*, su carrera no ha dejado de bullir; ahora presenta *¿Estás ahí?*, una divertida comedia romántica de tintes fantásticos (y fantasmagóricos) en la que se pone a las órdenes de Roberto Santiago y coincide con otro de los grandes valores del humor llegado de Euskadi, su buen amigo Gorka Otxoa. Es simpática y divertida, hasta el punto de resultar graciosa incluso cuando no pretende serlo, algo que no siempre le parece satisfactorio, confiesa. Nos citamos con ella en el que pensamos que es el mejor lugar posible para la entrevista, una sala de cine. Y, al iniciar nuestro diálogo, descubrimos no sin cierta sorpresa que este no es siempre el espacio ideal para conversar con un actor. Aunque sea con alguien tan efervescente y cautivador como Miren.





**¿Cómo está?**

Regular, la alergia no me tiene en mi mejor momento. ¡Hay mucho polvo aquí!

**Es fantástico que coincida en un rodaje con un buen amigo como Gorka Otxoa.**

La verdad es que sí, es una maravilla, una coincidencia increíble, no pasaba desde que trabajamos juntos en *Goenkale*, en la tele vasca. Y tengo que decir que Roberto Santiago me ha cuidado mucho. Ni Gorka ni yo le dijimos que éramos amigos desde hace 15 años, ¡hasta hemos sido compañeros de piso! No queríamos condicionar nada. Entre los tres hemos logrado una intimidad genial, que nos ha permitido llegar hasta aquí. Estoy muy contenta.

**¿Qué tal interpretar al espectro de una chica muerta?**

Bueno... la verdad es que meterte en la piel de un muerto es tan chungo como suena. Lo que hice fue enfocar mi trabajo desde las ideas más emocionales del personaje, sobre las ideas de saber irse y dejar marchar; a partir de ahí, todo salió más o menos bien, creo. Ha sido divertido y complejo a la vez, estar muerta y enamorada a un tiempo.

**Es verdad que, a pesar del tono cómico de la película, se tratan temas profundos.**

Claro, hay mucha rabia en la pareja principal. Es muy complicado tener que cortarlo todo de golpe, pero las relaciones a veces son así. A todos nos ha pasado; hay ocasiones en las que es imposible y tienes que parar de raíz y seguir otro camino. Ana, mi personaje, refleja eso desde el lado de quien no se quiere ir, de quien no quiere tirar para adelante. Pero es lo que hay, aunque es imposible que no duela...

**Y es estupendo extraer la comicidad de una situación tan trágica como la muerte prematura.**

Ya lo creo, hasta que comience con un entierro puede ser divertido. Todo puede serlo, incluso la tragedia, y eso está muy bien. El guión me gustó mucho desde el principio. Consigue algo muy difícil, unir carcajadas y lágrimas de emoción. Hemos visto a gente salir de los pases con los ojos llorosos y todo.

**¿Ha sido difícil rodar las escenas más fantasmagóricas?**

Un poco sí, porque había que rodarlo todo tres veces, una conmigo, una sin mí y otra con el actor que hace de Claudio, el otro fantasma que vive en la casa. Pero bueno, cada rodaje tiene sus cosas, y yo estoy encantada con este.

**¿Estás ahí? se basa en la obra de teatro de Javier Daulte. Imagino que las ha visto.**

Sí, es muy bonita. No se parece a nada que hayas podido ver anteriormente, de verdad. Eso creo yo, al menos. Y el protagonista en teatro era Paco León, así que, ¡qué puedo decir!

**¿Cómo lleva que le ofrezcan principalmente papeles de comedia?**

No te voy a engañar, me gustaría que mi carrera diera un giro para avanzar también por otros derroteros. Lo bonito de la profesión de actriz, uno de los aspectos que más me gusta, es variar; poder dar vida a personas distintas es muy emocionante. Pero también soy consciente de que llevo muy poco tiempo en esto, llevo muy poco tiempo en la vida del público, así que estoy tranquila. Todo llegará.

«HA HABIDO UN TIEMPO EN EL QUE CASÍ SE CONSIDERABA FEO VER CINE ESPAÑOL»

«EL ÉXITO ES UN TIPO DE ESTADO EN EL QUE NO TE ENTERAS DE MUCHO, TODO SE VUELVE CONFUSO»

**Es cierto que le han lanzado al público hace poco. ¿Está viviendo este momento de éxito profesional con mucha intensidad?**

La verdad es que entras en una especie de estado en el que no te enteras de mucho. Me considero muy afortunada, he tenido mucha suerte desde que he llegado a este mundo. ¡No he parado!

**¿No se lo esperaba?**

Bueno, yo me vine a Madrid para una serie de Antena 3 que se llamaba *A tortas con la vida*, que se emitió a partir de 2005. Ahora miro para atrás y me parece que ha pasado una eternidad, han pasado un montón de cosas.

**¿Recuerda con claridad esos primeros pasos en la televisión?**

Al principio todo iba más lento, era más pequeña, tenía más ilusión... luego te vas llevando decepciones y las cosas cambian un poco. Decepciones y alegrías, claro, pero tu percepción de las cosas cambia. Soy como otra persona distinta de la que era entonces, pero eso es la evolución de cada uno, ¿no?

**Sí, pero suena un poco escéptico.**

No, no, qué va. Me encanta lo que hago, y aún me queda mucho por recorrer. ¡Estoy feliz de la vida! Lo que pasa es que soy un poco ambigua, es mi forma de ser, y a veces no se me interpreta bien; hay cosas para las que soy la chica más extrovertida del mundo, y otras para las que soy la más tímida de todas. Dentro y fuera del trabajo.

**Da la impresión charlando con usted de que esta vis cómica que suelen tener sus papeles nace de sí misma como algo más bien natural.**

Uf, no lo sé. ¿Sabes qué me pasa mucho? Estoy con alguien, con amigos, con quien sea, y cuento una cosa seria, de verdad, y se ríen. Siempre lo mismo, y me dicen «qué graciosa eres». Por un lado está bien, pero por otro parece que no me toman en serio. ¡Hago gracia aunque no lo pretenda!

**Pero en los papeles que le ofrecen van un poco más allá, aparece más histriónica. ¿Le cuesta llegar a ese punto?**

¡Qué va! En absoluto. Así soy yo también, un poco histriónica.

**Soraya, su papel en la serie *Aída*, es el que le ha puesto en el punto de mira de un público amplio. Supongo que el principio fue complicado.**

Sí, porque había un temor inevitable por la salida de Carmen Machi. Yo entraba y ella salía cuando era el puntal de la serie; de hecho, se sigue llamando así. Pero si te digo la verdad, me pasa un poco lo que comentábamos de mis inicios; lo recuerdo todo un poco confuso, parece algo muy lejano aunque en realidad no ha pasado tanto tiempo. El personaje de Soraya no estaba nada definido cuando entré.

**Pero salvó el trance, y de qué manera. La serie sigue siendo un éxito.**

De algún modo encontramos un filón, pero en ese sentido hay que quitarse el sombrero ante los guionistas, que son una auténtica pasada, es increíble la capacidad que tienen. Empezaron a escribir, a escribir, a escribir, y hemos acabado encontrando a la Soraya que es ahora. La evolución de este papel ha sido muy bo-



«EL BAILE DE BIBIANA FERNÁNDEZ EN 'TACONES LEJANOS' ME IMPULSÓ A SER ACTRIZ»

«LO BONITO DE ESTA PROFESIÓN ES VARIAR. PODER DAR VIDA A PERSONAS DISTINTAS ES MUY EXCITANTE»

nita para mí, a nivel personal y a nivel profesional. Es genial.

**Y es genial para todos, además, porque Paco León, Ana Polvorosa o Mariano Peña están ahí, trabajando sin parar también en cine.**

Es muy divertido, porque como estamos todos a tope siempre hay un ambiente genial, ¡y siempre tenemos que ir a algún estreno de uno u otro! Da mucha vidilla, la verdad.

**¿Tiene que pelear mucho para conseguir otro tipo de papeles más allá del registro al que nos tiene acostumbrados?**

Todo ese tema del encasillarse es muy relativo. La gente acaba resultando muy pesada con la cuestión del encasillamiento. Lo importante aquí es trabajar. ¿Qué te encasillan? Pues bueno, yo qué sé. Si te soy sincera, a mí lo que más me preocupa es que me aburra yo, eso lo tengo más que claro.

**Y no le pasa.**

De momento, no.

**Pero aún así le apetece hacer algo distinto.**

Sí, claro, cómo no. Eso sí, lo contrario de hacer comedia no es hacer drama. Me apetece un dramón, claro, pero también algo bélico, imagínate. Una película en la que tenga que ir montada a caballo galopando entre un montón de gente. Y me gustaría salir fuera, también. De momento no me ha llegado nada, te anticipo la respuesta. México, Argentina, me encantaría; o Suecia, de repente, hacer cine en Polonia, cualquier cosa. El cine, además, es cada vez más internacional, más abierto, así que puede pasar.

**Sin abandonar el teatro, claro. ¿Qué le aportan las tablas?**

Me ordena la cabeza, así de claro lo tengo. Tienes todo bajo control, con el mismo escenario, el mismo texto, estás con tus compañeros, todo fluye de otro modo. Lo tengo claro, pero al tiempo tampoco sé cómo sucede, cómo pasa. Me da placidez.

**Y fuera del trabajo, ¿qué le mantiene en equilibrio?**

Es curioso que me lo preguntes, porque siempre pienso que a veces debería salir más del trabajo, dejarlo más a un lado. Me mantienen fuera mis amigos, mi familia, por supuesto. Y pasear en bici. La bicicleta me deja muy, muy fuera de todas las tonterías. Tengo una de esas pequeñas, que se pliegan, y en cualquier momento la cojo, la monto y me voy. Y un perro que tengo, que es majísimo; me encanta jugar con él, me aísla. Aunque me gustaría tener un topo.

**¿Un topo?**

Sí, es mi animal favorito. Pero son súper difíciles de coger, ¿no lo sabes? Ni te imaginas. Cuando era pequeña mi padre me cogió uno, y la verdad es que no sé cómo, fue como un milagro, le vino Dios a ver. Lo cazó en el monte, en Euskadi. Fue genial, me lo dio y le hice como un refugio en una bolsa de caramelos Ricola. Qué genial, ahora que pienso en ello. No conozco a nadie que haya cazado un topo.

**Su padre, su héroe.**

¡Ya lo creo!

**Hablando de su familia, ¿cómo llevan que sea una actriz tan popular y conocida? ¿Le han apoyado siempre?**

Están muy orgullosos, pero no siempre me han

## DE PAULA A ANA PASANDO POR SORAYA



Miren Iburguren solo ha necesitado seis años para incrustarse en nuestro imaginario artístico colectivo. Desembarcó en la parrilla nacional con su papel de Paula en *A tortas con la vida*, emitida por Antena 3 entre 2005 y 2006. Tras un par de cameos en *Aquí no hay quien viva*, debutó en el cine con su Paulina de *Las 13 rosas* (2007), bajo la dirección de Emilio Martínez Lázaro. Y sucedió lo inevitable: la oportunidad llegó de mano de los responsables de *Escenas de matrimonio*, que se quedaron prendados de ella ofreciéndole el rol de Sonia, que la catapultaría casi definitivamente. Casi, porque convertida ya en musa de miles de espectadores -su posado para la revista *Man* ya es un clásico, uno de los más buscados en la red de redes-, faltaba por llegar Soraya, la hija perdida de Carmen Machi a la que lleva interpretando con éxito revolucionario desde 2008. Además, fue Elena, lo mejor de la comedia musical *Una hora más en Canarias*, de David Serrano, y ahora refleja en *¿Estás ahí?*, desde el papel protagonista de Ana, lo complicado de las relaciones de pareja cuando los impedimentos son insuperables. Un talento que suma y sigue.

apoyado, por supuesto. Había momentos en los que no lo veían claro. Como en todas partes, pasa en todas las casas, faltaría más. Tú quieres estudiar una cosa, tus padres te dicen otra. Las madres, concretamente. Las madres siempre tienen algo que decir. Y la mía más. Es muy complicado plantearle a tu familia que quieres ser actriz. Ahora les parece lo más normal del mundo. Pero yo empecé cuando tenía 14 años, me metí en una escuela de teatro y tuve mucha suerte al participar en una obra, *Sin vergüenza*, que fue un exitazo. Me ficharon para la serie *Goenkale*, de la televisión vasca, y luego... Madrid y *A tortas con la vida*.

**Pero una vez en la capital no entró en ninguna escuela de interpretación.**

No, no tuve tiempo, todo pasó muy rápido. Mi guía es Fernando Piernas, es quien saca lo mejor de mí. Es el que me mueve, el que sabe lo que puedo hacer y hasta dónde puedo llegar. Es genial, es el maestro que me inspira.

**Siempre ha querido ser actriz, entonces. ¿Qué referentes tiene?**

Sí, desde luego. Cuando era una niña siempre me disfrazaba y jugaba, lo típico. Pero las películas de Almodóvar me impulsaron definitivamente. Recuerdo el baile de Bibiana Fernández en el patio de la cárcel en *Tacones lejanos*, haciendo un aspa con los brazos, con un *short* y una camisa con un nudo en la cintura. Y pensé «¡hala, yo quiero hacer eso!».

**¿Se lo ha dicho a Bibiana?**

No, no la he podido conocer, pero tengo ganas de hacerlo... Me marcó mogollón, igual que

Victoria Abril en *Átame*, cuando aparecía con las venas hinchadas y yo pensaba «vaya, ¡es que se le hinchan las venas de verdad!». Flipaba con ella.

**Actrices clásicas, directores clásicos como Almodóvar y Vicente Aranda... ¿cómo ve el cine español en este momento?**

Es la pelea de siempre, algo que se centra más en el debate que en hacer las cosas bien realmente. Hay que quitarse muchos fantasmas de encima, conseguir que la gente deje de decir que nuestro cine es malo. Es sorprendente que sean los propios españoles quienes lo digan: «He visto una película española y es una porquería; no vuelvo». ¿Cuántas castañas americanas nos tragamos al año? Y ponen por la tele *American Pie 4* y la vuelves a ver. ¡Es increíble! En ese sentido, creo que se está perdiendo un poquito el criterio. Ha habido un tiempo en el que se consideraba casi feo ver cine español.

**¿Cree que está cambiando? La comedia de aquí está en buena forma con *No controles*, *Primos*, *No lo llames amor...* llámalo *X*, etcétera.**

Hay que tener esperanza, claro que sí. Pero lo digo en un sentido general. Es como los que afirman que las películas japonesas son aburridas. No se puede pensar así, en un sentido tan amplio, sin criterio.

**Redunda en lo que comentábamos antes del encasillamiento.**

Eso es. Mira, hemos vuelto a lo mismo sin darnos cuenta. Es una forma curiosa de acabar una conversación, ¿verdad?



Lujo y 'hermosura'. La marquesa de Pompadour lo tuvo tan claro que afirmó que «Dom Pérignon es el único que hace más hermosas a las mujeres después de beberlo».

# TODO UN PLACER

juanjo saiz  
texto

dom  
pérignon  
fotos

**DICEN QUE MARIDA EXTRAORDINARIAMENTE BIEN CON EL CAVIAR, CON LAS OSTRAS, EL JAMÓN IBÉRICO DE BELLOTA, LA TRUFA BLANCA PIAMONTESA Y EL ACEITE DE LIGURIA, AUNQUE EN ALGUNOS CASOS TALES UNIONES SON MEROS CLICHÉS, SEGÚN LOS ENTENDIDOS, QUE, SIN EMBARGO COINCIDEN EN QUE DOM PÉRIGNON ES «UNO DE LOS MEJORES VINOS DEL MUNDO», COMO YA ANTICIPÓ HACE DOS SIGLOS Y MEDIO SU CREADOR, PIERRE PÉRIGNON, UN MONJE BENEDICTINO Y UN VISIONARIO.**

**D**esde el piso 50 de la Torre Espacio nada es lo que parece, salvo el cielo con sus cuatro nubes, hoy amocilladas. A esta altura los camiones hormigonera hacen honor a su apellido y los operarios de la obra que empieza a perfilarse a la sombra de los cuatro colosos de cemento y vidrio apenas son puntos móviles sobre un tablero de arena.

Pero no nos han citado aquí, no solo, para disfrutar de las vistas de Madrid ni del imponente diseño de unos edificios, éstos sí, que han cambiado o al menos redibujado el perfil de la ciudad. El prestigio de la marca y la ocasión lo merecen, y por ello los promotores del evento han elegido este escenario para realizar una cata poco común de un producto exclusivo: Dom Pérignon, el champán francés por excelencia cuyo origen se remonta a 1668, año en el que el monje benedictino Pierre Pérignon alumbró entre los muros de la abadía de Hautvillers lo que ya por aquel entonces no dudó en calificar como «el mejor vino del mundo», sin saber, lógicamente, que gracias a su buen hacer, mejor ojo y probado gusto, este espumoso nacido en la mítica región francesa de Champagne acabaría convirtiéndose en sinónimo de exquisitez, calidad y excelencia, atributos que siguen siendo perfectamente válidos para identificar una añada extraordinaria, la de 1996.

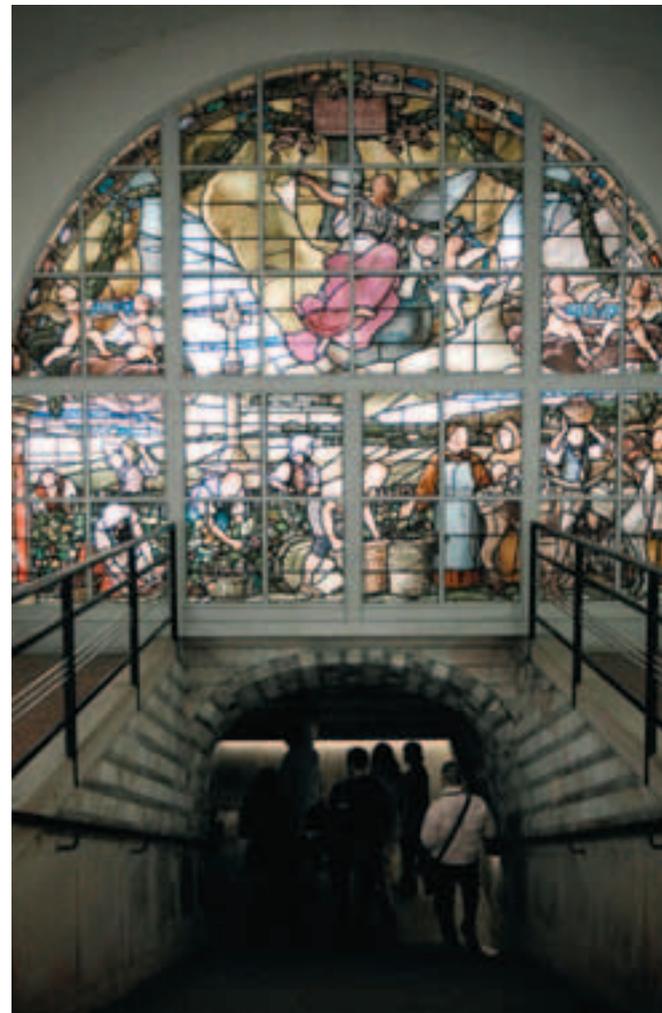
Y es que nunca antes había sido factible

**DOM PIERRE PÉRIGNON FUE PIONERO EN MEZCLAR DISTINTAS VARIEDADES DE UVA Y EN UTILIZAR TAPONES DE CORCHO SUJETOS CON ALAMBRE Y BOTELLAS DE GRAN ESPESOR**



### BODEGA MONACAL

Panorámica general de la bodega Dom Pérignon, monje benedictino que aquí aparece reproducido también en piedra, y distintas vistas de unas instalaciones que acumulan historia, fama y prestigio mundial.



### CARA A CARA

La añada de 1996 resultó muy atípica por la climatología, sobre todo porque la incidencia del viento del norte en los viñedos fue sensiblemente mayor que en periodos anteriores, provocando una mayor maduración de la uva por deshidratación. La crítica especializada calificó esta campaña simplemente como 'buena', lo cual no impidió que Dom Pérignon produjese uno de sus mejores champagnes de los últimos tiempos, el Oenothèque 1996, un producto que destaca por su frutalidad, por la viveza de sus burbujas y su frescura, aspectos a los que hay que se suman, según el enólogo de la casa, Vincent Chaperon, una notable mineralidad y cremosidad en boca.

\*Dom Pérignon Vintage 1996 envejeció durante siete años en bodega y fue degollado (libre ya de levaduras) en 2003, permaneciendo posteriormente en botella durante otros siete años.

\*Dom Pérignon Oenothèque 1996, considerado actualmente una de las 'joyas de la corona' de la firma francesa, no en vano ha recibido la puntuación más elevada en la historia del champán, envejeció en sus bodegas por espacio de 12 años, fue degollado en 2009 y ha sido puesto a la venta en 2011.

La diferencia entre ambos productos radica en el distinto tiempo de maduración (no confundir con envejecimiento) con las lías o levaduras muertas propias del vino, agentes que le otorgan aromas y matices de sabor característicos, además de protegerlo de la acción del oxígeno que penetra en el botella a través del tapón.

descubrir y comparar dos momentos de la vida de un vino mítico, uno al lado de otro (*side by side*); dos interpretaciones de la misma añada pero con distintos niveles de maduración: Dom Pérignon Vintage 1996 y Dom Pérignon Oenothèque 1996, ambos presentados en un mismo cofre de «limitadísima» edición (solo se pondrán a la venta 4.000 estuches en todo el mundo, a un precio unitario de 500 euros).

La cosecha de 1996 estuvo marcada por una primavera parca en lluvias, un tiempo cambiante en verano y periodos cálidos antes de la vendimia, lo que se tradujo, sobre todo en el caso de la uva pinot noir, en una intensa ma-

duración que, llegado ahora el momento de su cata, despliega un inabarcable abanico de sensaciones para el auténtico gourmet, que no es nuestro caso, aunque tomamos nota y aprendemos a apreciar sus aromas a praliné combinado con limón e higos secos, sus notas de yodo y turba, la energía, en definitiva, de unos vinos excepcionales, rasgos que se acrecientan conforme nos van descubriendo sus insospechados matices, que nos hablan de aromas, sabores y texturas que uno, lego casi total en la materia, no hubiera imaginado lejos de los estantes de una frutería o del obrador de un maestro pastelero.

Según el jefe de bodega Richard Geoffroy, en el Dom Pérignon Vintage 1996 «la pera blanca y el pomelo confitado evolucionan hacia notas de fruta seca, bizcocho, chocolate en polvo y un toque de vainilla, en claro contraste con las notas florales y minerales de Dom Pérignon Oenothèque 1996», un vino que se mantiene «increíblemente vibrante», que también sobresale por su refinamiento y que resulta «bondadoso y más delicado en el paladar que el Vintage» gracias a su prolongado contacto con la levadura. «Es -sentencia Geoffroy- la recompensa por el tiempo adicional de maduración».

&gt;ENTREVISTA

**VINCENT CHAPERON** enólogo

# «DOM PÉRIGNON ES UNA TENTACIÓN EN LA QUE HAY QUE CAER POR LO MENOS UNA VEZ EN LA VIDA»

Procede de una familia de larga tradición vitivinícola asentada en la región francesa de Libournais. Tras estudiar ciencias y biología en Burdeos y graduarse en la Escuela Nacional de Agronomía de Montpellier en 1998, **VINCENT CHAPERON** (Pointe Noire, Congo, 1976) pasó una temporada en Chile conociendo sus vinos y sus métodos de elaboración. Un año después se unió a la firma Moët & Chandon, propietaria también de la bodega Dom Perignon. Especialista en todo lo relacionado con la industria del corcho, un elemento esencial para la preservación y el desarrollo del champán, es desde hace 11 años enólogo asistente y mano derecha del jefe de bodega (chef de Cave) de Dom Perignon, Richard Geoffroy.



j. saiz  
texto  
dom  
pérignon  
fotos

**Entre las responsabilidades de este joven pero ya reputado enólogo, amante de la vela, de Japón y su cultura, también se incluyen la supervisión del proceso de maduración, degüelle y embotellamiento de los vinos, así como la coordinación de la vendimia, prensado de la uva y ensamblaje de los caldos. Icono del lujo y el buen gusto, Dom Pérignon no es líder en ventas de champán pero sí en prestigio y reconocimiento internacional, como se encarga de remarcar Chaperon.**

**¿Para un enólogo trabajar en Dom Pérignon es alcanzar la meta?**

Claramente. Creo que no existe una casa más atractiva e interesante. En Dom Pérignon estoy siempre en un proceso de continuo aprendizaje y, al mismo tiempo, puedo desarrollar y poner en práctica todo lo que sé y voy conociendo. **Es usted un privilegiado, un hombre con suerte ya que con apenas 35 años ha al-**

«**NUESTROS VINOS SOLO SE ELABORAN CON UVA CHARDONNAY Y PINOT NOIR; ES UN COMPROMISO DE LA CASA**»

**canzado la cima.**

Sí, es cierto, pero me quedan muchas cosas por aprender. Mi objetivo en la vida es intentar seguir la saga, la historia y la aventura de Dom Pérignon, y créame que no es una tarea fácil.

**La clave o el secreto de un buen champán reside, en gran medida, en su proceso de maduración, en el contacto del vino con las levaduras.**

Sí, es una etapa fundamental, pero hay muchas más cosas, muchas decisiones que tomar antes de llegar a ese momento, empezando por el inicio de la vendimia, porque después de la cosecha la uva ya no evoluciona. Seguidamente, hay que encontrar el punto justo en el proceso de ensamblaje de los distintos vinos tranquilos, blancos y tintos, sin burbujas, que hayan sido seleccio-

«**LA CLAVE DE ESTE NEGOCIO PASA POR ENTENDER LA TIPICIDAD, EL CARÁCTER ÚNICO DE CADA REGIÓN**»

nados; determinar el porcentaje que vamos a utilizar de cada uno de ellos para realizar el ensamblaje de nuestro champán también es una decisión delicada que requiere mucho análisis y conocimiento para no errar en el resultado final.

**¿Después, una vez realizado el degüelle, ya no hay marcha atrás?**

Nada, tras el degüelle la suerte está echada y ya no hay más que hacer.

**¿Los viñedos que surten a Dom Pérignon son todos de su propiedad?**

En un 98 por ciento, aunque siempre buscamos la mejor uva y si es de otros viticultores, no importa, también la compramos, no hay problema.

**¿Con qué variedades de uva se elabora Dom Pérignon?**

Con chardonnay y pinot noir, exclusivamente. Es un compromiso de la casa y trabajamos para alcanzar el perfecto equilibrio entre ambas variedades durante el ensamblaje. Esta es nuestra filosofía.



**¿Qué parámetros deben cumplir los vinos de Dom Pérignon para alcanzar la máxima calidad y obtener la etiqueta de Oenothèque?**

Las palabras a veces son demasiado pobres para poder expresar realmente lo que se siente. No obstante, en la nariz buscamos la mineralidad, el aroma a pan tostado, a humo, yodo,... que resulte algo muy fresco y aromático. También intentamos que alcance un carácter vibrante. La vibración en la fruta es una cosa que solo existe en Champagne y esto es debido a que, por nuestra ubicación geográfica, tenemos pocas horas de sol y entonces la maduración de la uva es muy limitada, pero lo compensamos con un alto nivel de vibración de la fruta. En la boca, buscamos el lado táctil, que el vino acaricie el paladar; que quien lo consuma aprecie una textura de seda; que no resulte demasiado agresivo ni afrutado ni excesivamente estructurado. Buscamos un vino sensual y seductor.

**¿Hay que ser un entendido para disfrutar de todos los matices contenidos en un Dom Pérignon?**

Sí y no. Dom Pérignon se bebe y se entiende fácilmente por su equilibrio, por su carácter sedoso y elegante. No obstante, para el consumidor que quiere profundizar, los matices son enormes, sobre todo en el caso de nuestro Oenothèque. Es un producto que requiere tiempo para poder apreciar sus cualidades completamente.

**¿Les falta o les sobra algo a los cavas españoles en comparación con el champán?**

Creo que cada bodega, cada región tiene que tener su propia visión. Para mí no sería inteligente querer reproducir un producto fuera de tu territorio natural, y creo que es un criterio compartido por los productores de cava y de cualquier otra denominación del mundo. La clave de este negocio pasa por entender la tipicidad, la particularidad, el carácter único de cada región para luego poder expresarlo de una manera más pura e intensa en sus vinos.

**¿Le gusta el cava?**

Hay cavas que me gustan mucho. Algunos productores de cava han entendido perfectamente lo que pueden obtener de calidad en su región. No obstante, creo que el cava, por su diferente maduración fruto de sus muchas horas de sol, es mucho más concentrado y estructurado; no tiene el equilibrio que tenemos en Champagne. No puedo decir que sea ni mejor ni peor porque la noción de calidad es algo muy subjetivo...

**Dom Pérignon y jamón Joselito. Suena casi ofensivo con la crisis que nos está tocando vivir, sobre todo en España.**

Sí, es cierto y se nota la crisis. La gente ha comprado menos Dom Pérignon, pero es normal porque es un producto de lujo, lo mismo que el jamón Joselito. Son tentaciones y placeres en los que, al menos una vez en la vida, hay que caer, catar y dejarse llevar.

>MÚSICA

Con un único disco y un EP publicados, Lady Gaga había acaparado tantas portadas como protagonismo en las discotecas de todo el mundo. Ahora regresa con 'Born this way', un segundo álbum de estudio lleno de ritmos pegadizos, magníficas baladas, techno, rock e incluso guiños a flamencados.

# NACIDA PARA BAILAR



El verano de 2008 irrumpía en las pistas de baile de medio mundo una neoyorquina de 22 años con el nombre artístico de Lady Gaga. De un plumazo, y gracias a *singles* arrolladores como *Just dance* o *Poker face*, su álbum de debut, su estrafalario vestuario y sus polémicas apariciones en público la convirtieron en el icono de una generación, capaz de barrer de un plumazo a divas del pop como Madonna o una Britney Spears en horas bajas.

Todo el mundo comenzó a preguntarse quién era esa desconocida que llevaba un lustro pateándose la escena musical de Manhattan

antes de que el rapero Akon le brindase su primera oportunidad discográfica. Descarada y deslenguada, aprovechó el envite, y cuando aún no se habían apagado los rescoldos de su primera gira internacional sorprendió publicando un EP con ocho canciones (*The fame monster*) que, según ella, completaba el *ying* y el *yang* de su primer compacto. No se trataba de un trabajo menor ni de transi-



ción; temas como *Alejandro*, *Bad romance* o *Speechless* dan buena fe de ello.

Y ahora Lady Gaga está de vuelta, cinco premios Grammy después y tras conseguir dos récord Guinness, con su segundo álbum de estudio bajo el brazo (*Born this way*) y dispuesta a seguir dando que hablar. Muchos se le echaron encima con el primer *single* del álbum, que presta su título al conjunto, al tildarlo de ser una mera apropiación del *Express yourself* de Madonna; otros esperaron a atacarla en el estreno de su irreverente segundo videoclip, *Judas*, donde presenta a los discípulos de Cristo como motoristas; y muchos serán los que sigan prestando atención a cada uno de sus movimientos para despellejarla, pero *Born this way* es un gran disco. Quizá no llegue al calificativo del mejor de la década que ella misma se atribuyó en un reciente encuentro con sus fans, pero desde luego que los 14 temas que lo integran apenas tienen desperdicio.

La fiebre disco arranca con *Marry the night*, una canción de estribillo simplón y ritmo imparable que recuerda grandes *hits* discotequeros de principios de los 90. Dejando al margen la denostada (pero reivindicable) *Born this way* y la fallida *Judas* (de acuerdo, es un quiero y no puedo ser como *Bad romance*), el disco incluye auténticas delicias como el desparrame de techno robótico que empapa *Government hooker* (donde canta que se piensa beber todas sus lágrimas), la elegante extravagancia *Bloody Mary* o la divertida *Electric chapel*, que arranca con guiños a Bon Jovi para seguir caminos puramente electrónicos, todo ello sin olvidar las dos maravillas que ponen el broche de oro al conjunto: *You and I* y *The edge of glory*. La primera seguramente sea la mejor canción de todo el disco, con sus inesperados coros *gospel*, sus palmas y el solo de guitarra de la parte final; mientras que el tema que cierra el compacto es una canción de amor simplemente brillante.

Entre medias, la experimentación y el eclécticismo no cesan. Así, la nueva diva del *dance* se atreve con ritmos mariachis y a flamencados en *Americano* (donde canta en castellano sobre bases rítmicas no muy alejadas del *Don't let me be misunderstood* de Santa Esmeralda, que Tarantino incluyó en el *score* de *Kill Bill*), o a rapear en alemán en *Scheiße*, otro de los temas imprescindibles de este trabajo. Todo ello junto a piezas nada desdeñables como *Hair*, *Bad kids*, el *kitsch* que impregna *Heavy metal lover* o la ochentera *Highway Unicorn (Road to love)*. Nunca se había ido, pero la reina de las pistas de baile ha vuelto, y pretende quedarse por mucho tiempo.

>LIBRO

## MACABRO JUEGO

Inocencia, culpa y vértigo, mucho vértigo, son algunos de los elementos que salpican las páginas de *Sorry* (Seix-Barral, 20 euros), la primera novela publicada en castellano del croata Zoran Drvenkar. En ella, cuatro amigos deciden crear una empresa que gestiona disculpas en nombre de terceras personas, para eliminar viejas rencillas. El negocio se complica cuando alguien requiere sus servicios tras cometer un brutal asesinato y todos se ven envueltos en una frenética pesadilla en forma de macabro juego.



>MÚSICA

## QUE NO MUERA EL POP

Formados a finales de los 70 en Birmingham, Duran Duran fue una de las bandas más icónicas de los años 80. Nick Rhodes, John Taylor y Stephen Duffy han permanecido en la formación desde los inicios, y para su décimo tercer álbum han contado con la aportación revitalizadora del DJ y productor Mark Ronson. El resultado es *All you need is now*, un trabajo con 14 temas de pop desenfadado entre los cuales destacan *Girl panic!*, *Blame the machines* o el arrebatado funk *Safe (in the heat of the moment)*.



>ARTE

## ATÍPICO CREADOR

Autodidacta, sordomudo de nacimiento y analfabeto, James Castle



(1899-1977) dio forma a lo largo de su prolífica trayectoria a un imaginario creativo propio, inspirado en la cultura popular que le rodeaba. El Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía ha organizado, hasta el próximo 5 de septiembre, la primera exposición dedicada en España a su trabajo, que, bajo el título *Mostrar y almacenar*, reúne medio millar de piezas como dibujos realizados con hollín, libros hechos a mano y construcciones fabricadas con trozos de cartulina.

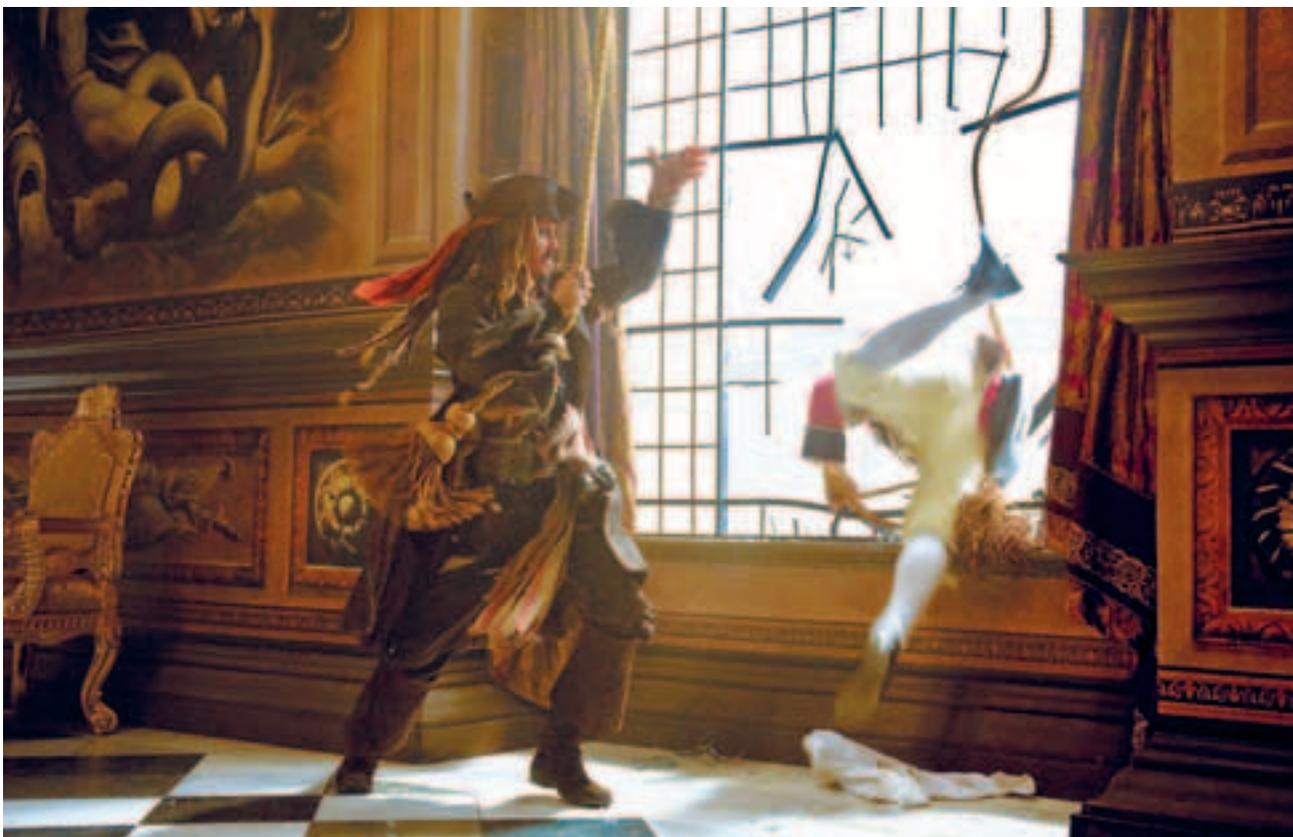


## PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Warner Bros acaba de anunciar que, en unos días, comienza el rodaje de la tercera entrega de las aventuras de **BATMAN** según lo ve Christopher Nolan: **The dark knight rises**. Junto al oscarizado Christian Bale veremos, en tres continentes, a Anne Hathaway, Tom Hardy y Marion Cotillard. De momento, mientras nos frotamos las manos, podemos ir jugando en la PS3 a **DC Universe**, donde puedes elegir ser ese héroe o villano.

javier m. faya  
coordinación

## PIRATAS DEL CARIBE: EN MAREAS MISTERIOSAS



## ¿LA CUARTA O LA PRIMERA?

Jack Sparrow se encuentra con un antiguo amor, Angelica, hija de Barbanegra, que le usa para encontrar la Fuente de la Eterna Juventud.

Rob Marshall es un director especializado en musicales de éxito como **Chicago**, **Nine** o **Annie**, por lo que resultaba más que previsible que, al meterse en mareas misteriosas -si se me permite jugar con el título de la película- con esta cuarta entrega de **Piratas del Caribe**, iba a imponer su sello. Ciertamente es que no se ponen a bailar los protagonistas, pero casi, porque las secuencias de acción se suceden sin parar a un ritmo trepidante, en detrimento de un guión que parece empezar de cero, sin tener en cuenta para nada las otras tres partes. Y la verdad es que tampoco le viene nada mal, pues la saga estaba más que agotada, con **En el fin del mundo**, donde se *hundió* el barco con reflexiones filosóficas del *todo a cien* y una trama enrevesadísima.

j. m. f.  
texto

Sin duda, se ha recuperado la magia de **La maldición de la perla negra**, que ofrecía puro cine de aventuras para toda la familia, sin más pretensiones. Vamos, como la atracción de Disneyworld que inspiró este póquer de superproducciones. ¡Qué se le podía pedir a un *paseito* en un barco de no más de cinco minutos!

Así, Marshall regresa a los orígenes -de donde quizás no se tenía que haber ido su antecesor, Gore Verbinsky-, en cuanto al planteamiento del producto, simplificando y blanqueando todo al máximo, e imprimiéndole

más acción. Es decir, se ha *palomiteado* todo, o lo que es lo mismo, se ha creado un producto de *usar y tirar*.

Porque, no nos engañemos, Jack Sparrow, al que vuelve a dar vida una vez más Johnny Depp, que seguro que vuelve a estar nominado a los Oscar -ya le va tocando, la verdad- por su magistral interpretación, está más quemado que la oreja de Nicky Lauda... Y es que, por mucho que lo resuciten con o sin cangrejos, es un personaje más que predecible, por mucho que nos encante, como es el caso concreto del que firma.

Los mayores detractores de **Piratas del Caribe: en mareas misteriosas** critican que desaparecieron del reparto Orlando Bloom, que imprimía un toque de ingenuidad que hacía de contrapeso a su amigo Harrison Ford con pañuelo -muchas similitudes se encontraron con **La guerra de las galaxias**-, y Keira Knightley, que ha pesado mucho en la interpretación de Penélope Cruz, que parece una mala copia de ella. Quizás no sea culpa de ella y sí de la bisoñez del director, que solo lleva en sus alforjas cinco películas. Eso sí, nuestro Óscar Jaenada lo borda y, posiblemente, se quede a vivir en Hollywood una larga temporada.

En definitiva, la saga se desnaturaliza porque se había llegado a un callejón sin salida. Menos mal que la genial banda sonora de Hans Zimmer sirve de hilo conductor de este aceptable *spin off* de Jack Sparrow.

## ✓ LO MEJOR

Las **escenas de acción**. Se nota que Rob Marshall es especialista en coreografías y musicales, aunque para eso era mejor haber fichado a John Woo. **Óscar Jaenada** lo borda, y el ataque de las **sirenas** es para enmarcar.

## ✗ LO PEOR

La saga se resucita de mala manera porque no había otra forma. El espíritu de la trilogía **se desnaturaliza** con una producción que se convierte en un nuevo castillo de fuegos de Jack Sparrow, que comienza a cansar.

## PAPERBLANKS

La prestigiosa casa **Paperblanks** nos ha mandado algunas de sus joyas hechas papel: una libreta de direcciones de la colección **Pastoral impulse**, una tamaño *mini* de la colección **Felinos fantásticos**, tres tamaño *mini*, dos de la colección **Manuscritos bellos** (Poe y Darwin) y una de la colección **Alma y lágrimas**. Debes decirnos si te hubiera gustado haber escrito un diario o te daba miedo. Escribe a: [cine@revistaosaca.com](mailto:cine@revistaosaca.com).

EL CONCURSO



## TENDENCIAS



## CARACTERÍSTICAS

PANTALLA CAPACITATIVA DE 2,8 PULGADAS

TECLADO QWERTY Y TRACKPAD

PROCESADOR DE 1,2 GHZ

728 MB DE RAM

8 GB DE MEMORIA INTERNA

CÁMARA DE CINCO MEGAPÍXELES

BLACKBERRY 7 OS

CONECTIVIDAD WIFI Y HSP+ TRIBANDA

GPS



## RIM BLACKBERRY BOLD 9900

RIM vuelve al ataque con una nueva BlackBerry. En este caso, es la Bold 9900, que mantiene la esencia de estos dispositivos, pero incorpora grandes prestaciones para abrirse un importante hueco en el mercado.

Lo primero que hay que destacar es su pantalla táctil de 2,8 pulgadas. A pesar de venir, como todas sus hermanas, con teclado Qwerty completo y touchpad, el monitor capacitativo es una de las principales atracciones. Con una resolución de 640x480 píxeles, ahora el manejo de este aparato es mucho más cómodo.

También es de admirar su acabado, ya que la Bold 9900 ha sufrido la *operación bikini* y ha perdido grosor, quedándose en 10,5 milímetros, que le dan un perfil mucho más estilizado, aunque mantiene sus 66 milímetros de anchura,

por lo que sigue siendo necesario utilizar las dos manos para utilizarlo. El borde exterior brillante de acero y la carcasa de fibra de carbón mejoran su acabado. Pesa 130 gramos.

Entre otras novedades, nos encontramos con un nuevo procesador a 1,2 Ghz junto a una memoria RAM de 768 Mb y un almacén interno ampliable de 8 Gb. También cuenta con cámara de fotos de 5 megapíxeles, flash KED, autoenfoco y grabación de vídeo a 720p. Incluye GPS, conectividad WiFi de doble banda y tecnología NFC.

Por último, integra el nuevo sistema operativo de BlackBerry en su versión 7, del que todavía no conocemos muchos datos. Como tampoco sabemos cuál será su precio, aunque no se hará esperar mucho, ya que llegará al mercado español en verano.

Lo último de la compañía se presenta con un diseño mucho más estilizado y una interesante pantalla táctil que ayudará a que la experiencia sea mucho más fácil y su manejo, más cómodo.

# BLACKBERRY BOLD 9900, EL NUEVO CONCEPTO DE SMARTPHONE DE RIM

## UNOS AURICULARES PARA HACER NATACIÓN

### PIONEER SE-CL331

Continuamos con nuestra serie dedicada a los *gadgets* resistentes al agua. Hoy es el turno de lo último de Pioneer, sus nuevos auriculares SE-CL331, que te permitirán escuchar música mientras practicas tu deporte favorito, aunque sea la natación, ya que son sumergibles hasta un metro de profundidad. Además, también te permiten la oportunidad de lavarlos y eliminar cualquier rastro de sudor o suciedad, y puede usarse al aire libre en días de lluvia.

Para garantizar un perfecto ajuste, también cuentan con un novedoso sistema de enganche ergonómico, que evita que se muevan.

Asimismo, vienen con cuatro pares de tapones de distintas tallas para que utilices los que mejor se adapten a tu oído.

La resistencia al agua se consigue gracias a un filtro especial, compuesto de una malla de doble capa y un anillo de goma.

El cable en forma de Y mide 1,2 metros de longitud para evitar interferencias e incluye un gancho para que no se tense, de forma que aumenta la estabilidad, impide que los auriculares se caigan y elimina el ruido provocado por el roce del cable con la ropa.

Disponibles en tres colores (azul, rosa y blanco), también incluyen una pequeña funda para protegerlos durante el transporte. Ya los puedes encontrar a un precio de 39,90 euros.

Más información: [www.pioneer.es](http://www.pioneer.es).



## ALTAVOCES CUIDADOS Y PRÁCTICOS FIRMADOS POR BANG&OLUFSEN

### BANG&OLUFSEN BEO VOX2

Bang&Olufsen siguen sorprendiéndonos con sus nuevos lanzamientos. Si hace poco presentábamos su innovadora televisión de 3D, hoy le toca el turno a unos altavoces con una estética impecable, como bien nos tiene acostumbrados la firma danesa.

Se llaman BeoVox2 y están disponibles en dos tamaños (tres y cinco pulgadas) y dos colores, aunque también puedes optar por esconderlos e incrustarlos en la pared, ya que son modelos pasivos que necesitan de un amplificador externo que se puede compartir con otros altavoces de la instalación.

Si optas por dejarlos al descubierto (algo más acertado, que para algo la compañía cuida el diseño de sus aparatos: para lucirlos), podrás girarlos y orientarlos a donde quieras que llegue el sonido.

De momento, desconocemos su precio, pero algo nos hace intuir que no serán precisamente baratos.



## EL TODO EN UNO DE ACER TAMBIÉN SE SUMERGE EN EL MUNDO DE LAS 3D

### ACER Z5763

Acer se ha sacado de la manga un ordenador bastante interesante. Y es que no solamente es un todo en uno, ese tipo de dispositivos que tanto nos gusta, sino que, además, nos promete visión en tres dimensiones.

Se llama Z5763 y ofrece una pantalla de 23 pulgadas FullHD compatible con la señal 3D. Eso sí, parece que las compañías no evolucionan en este aspecto, ya que para ver las imágenes tridimensionales necesitaremos gafas compatibles con tecnología Nvidia.

Además, este aparato aparece con lo último de Intel Core, i7 e i5, gráficas como la Nvidia GeForce GT 440, hasta 16 Gb de memoria RAM, su

disco duro puede alcanzar los 2 Tb, unidad Blu-ray 3D, sintonizador de TDT e integra conectividad WiFi y Bluetooth.

En cuanto al resto de prestaciones, nos encontramos con altavoces integrados de 5W de potencia y webcam de dos megapíxeles.

Su precio será de unos 1.250 euros.

Si quieres saber más, entra en [www.acer.es](http://www.acer.es).



## CONVIERTE TU TELE EN UN SISTEMA DE VIDEOCONFERENCIAS



### LOGITECH REVUE

Estamos acostumbrados a que por el mercado aparezcan webcam para portátiles y tabletas. Generalmente, esos dispositivos vienen con cámara integrada, por lo que muchas veces los periféricos no son en absoluto necesarios.

Por eso, lo que hoy te presentamos no es un aparato para PC, sino orientado para las televisiones, más concretamente, para las Viera de Panasonic.

Estos monitores, que destacan por llevar integrado el soporte Skype, que permite establecer conferencias, amplían sus posibilidades gracias a esta webcam de Logitech, llamada Revue, que convertirá el televisor en un sistema de videoconferencias en alta definición.

Esta cámara cuenta con óptica Carl Zeiss, enfoque automático, doble micrófono (uno de ellos es de cancelación de ruido externo) y es capaz de girar casi 80 grados sobre sí misma. Además, puedes enfocar objetos que estén a una distancia de hasta siete centímetros con gran precisión.

Su precio rondará los 150 dólares (poco más de 100 euros).

El próximo martes se celebra el Día Mundial sin Tabaco, un momento ideal para plantearse dejar a un lado el cigarrillo. Uno de los consejos que dan los especialistas para abandonar este nocivo hábito es no proponerse retos a largo plazo, sino ir superando los pequeños desafíos de cada día.

# HOY NO VOY A FUMAR

**L**a conmemoración el próximo martes del Día Mundial sin Tabaco, podría llevar una vez más a hacer balance. Si bien es cierto que desde la entrada en vigor de la Ley Antitabaco el número de personas que ha decidido dejar el vicio se ha incrementado, esta fecha también invita a una nueva reflexión sobre la conveniencia de abandonar el hábito, que es el objetivo de esa conmemoración de la Organización Mundial de la Salud (OMS). No en vano, el tabaquismo es la principal causa prevenible de mortalidad en el mundo, según este organismo, y se prevé que este año más de cinco millones de personas fallecerán por problemas cardíacos, accidentes cerebrovasculares, cáncer, dolencias pulmonares u otras enfermedades relacionadas con el tabaco. La OMS alerta además de que, en esas cifras, no están incluidas las cerca de 600.000 personas (de las que más de una cuarta parte serán niños) que morirán por haber estado expuestas al humo de tabaco ajeno.

julia  
martínez  
texto

Con estos datos a la vista, se celebra en España la denominada *Semana sin Humo*, una campaña que los médicos de Atención Prima-

ria ponen en marcha para reducir las cifras de adictos al tabaco. Con el lema *No sigas ese tren. Desengáñate*, en esta edición la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) hace especial hincapié en los centros de salud de toda España en el tabaquismo pasivo e incide en la conveniencia de respirar aire libre de humos.

Si son bien conocidos los trastornos causados por el tabaco en fumadores, lo cierto es que la inhalación de aire contaminado por su humo provoca también enfermedades respiratorias, agravamiento del asma en niños y adultos, patologías agudas y crónicas del oído medio, enfermedad isquémica coronaria, cáncer de pulmón o síndrome de la muerte súbita del lactante, entre otros.

Por otra parte, se advierte sobre la desprotección de los más pequeños, al no poder ellos mismos evitar voluntariamente la exposición a esos humos. De ahí que los especialistas hagan algunas recomendaciones que, aunque pudie-

ran parecer de sentido común, en muchas ocasiones no se cumplen. Por ejemplo, evitar fumar en casa, en el coche y, en general, en todos los lugares cerrados.

En cualquier caso, y por encima de todos los consejos, el más elemental es el abandono del vicio, advirtiendo de los múltiples beneficios que esa decisión reporta. Solo un dato: después de un año de haber dejado el tabaco, el riesgo de infarto cardíaco baja a la mitad.

**¿CÓMO HACERLO?** Sin lugar a dudas, ésta es la pregunta que tantos fumadores se hacen cada día.

Como toda decisión importante, requiere un tiempo de reflexión y preparación. Por eso, la primera pauta es elegir un día a lo largo de los 30 siguientes-

## CONSEJOS PARA DESPUÉS DEL DÍA D:

- No piense «no fumaré en toda la vida», sino en «hoy no fumaré».
- Si aparece un deseo muy fuerte de encender un cigarrillo, piense que es pasajero y recuerde los motivos que le han llevado a dejarlo.
- Si tiene insomnio, evite la cafeína. Tome infusiones relajantes y haga más ejercicio.
- Si está más cansado, aumente las horas de sueño.
- Dejar el tabaco y mantener el peso es posible: intente comer más frutas, beber más agua y zumos y practicar algo de deporte.

Fuente: SemFYC

tes.  
Ese será el Día D y, a partir de entonces, habrá que ir allanando el camino. ¿Cómo? Desde semFYC consideran que es bueno comunicar la decisión a la familia, amigos, compañeros... solicitando su ayuda. Lo es también hacer una lista con los motivos para dejar los cigarrillos e identificar las situaciones que cada uno

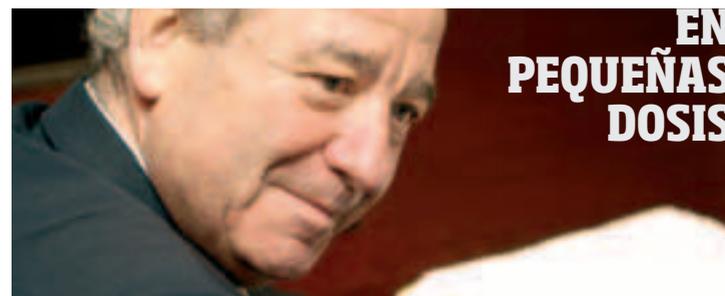
asocia más al tabaco, intentando buscar alternativas. Igualmente, si se han realizado intentos anteriores, conviene analizar las causas que llevaron a la recaída para evitar cometer esos errores de nuevo.

¿Terapia de choque? En los días previos al Día D puede ser bueno buscar lugares de consumo habitual de tabaco (en el coche, tomando café) y probar a no hacerlo; es decir, hacer un primer intento por no fumar rápidamente cuando a uno le apetece. Por otra parte, hacer ejercicio, aprender a relajarse y pedir



ayuda al médico, enfermera o farmacéutico, puesto que hay tratamientos que pueden ayudar a superar la adicción.

**HAY QUE PROPONÉRSELO** Sin lugar a dudas, la voluntad de dejarlo es clave para el éxito. Pero, con motivo de este Día Mundial, la OMS hace también un llamamiento a los responsables políticos para que se cumplan las obligaciones del Convenio Marco para el control del tabaco, entre las cuales se encuentra proteger las políticas de salud pública de los intereses de la industria tabaquera, adoptar medidas de precios e impuestos para reducir la demanda de tabaco y proteger a la población de la exposición al humo, entre otras.



## ELLAS LO SUFREN MÁS

Si hasta hace pocos años el cáncer de pulmón ocupaba el tercer o cuarto lugar en cuanto a incidencia entre las mujeres, hoy es el primero, como confirmaba el jefe de Neumología del Hospital Valle de Hebrón, de Barcelona. Ya tiene una afectación igual o superior al de mama. Y este hecho, dramático por sí mismo, lo es más si se analiza la mortalidad. El peor pronóstico del tumor pulmonar (por la dificultad de detección precoz y de tratamiento) lo sitúa, al igual que en el caso de los varones, en el primer lugar de causa de muerte por cáncer. Y la razón es perfectamente conocida y evitable, porque no depende más que de la voluntad de cada uno: es el tabaco.

(Íntimamente tenemos que decirle algo: Si conoce a 100 personas que fumen más de 25 pitillos, debe saber que por lo menos 40, no van a llegar a los 65 años).

Y hay que recordar que cuando las mujeres fuman como los hombres, mueren como los hombres. E insistir en que de los cuatro tipos de tumores pulmonares relacionados con el tabaco (epidermoide, de células pequeñas, de células grandes y adenocarcinoma) los tres primeros se asocian histológicamente con el consumo de cigarrillos. Pues bien, hoy aumenta la incidencia de adenocarcinomas entre las mujeres, quizá porque ellas fumaban más las marcas *light*. Aunque ya está prohibida su comercialización en España, es curioso que el tipo *light* aparezca ahora con toda su nocividad. Y es que, aunque se elegía para disminuir la agresión del tabaco, no se lograba; porque para conseguir la dosis requerida de nicotina, se fumaba en mayor cantidad. Y lo más grave: se hacían unas inhalaciones mucho más profundas.

Es verdad que hasta hace poco tiempo el tabaquismo era un problema que afectaba solo a la salud de los hombres; pero en los últimos años se está convirtiendo en un problema para las féminas, sobre todo para las más jóvenes. El consumo sigue siendo más alto entre los hombres pero no así en los grupos de adolescentes. Hay más ex fumadores que ex fumadoras y crece a un ritmo más rápido el número de hombres que dejan de fumar que el de mujeres. La epidemia del tabaco ya está descendiendo en los varones, pero en las féminas no ha alcanzado todavía su techo y no lo hará hasta bien entrado el siglo XXI.

Y es que en ellas, la preocupación por el peso y su posible aumento al dejar de fumar puede frenar la decisión de dejar el tabaco. Según la doctora Planchuelo, presidenta del Comité de Prevención del Tabaquismo, la nicotina hace que las personas fumadoras pesen unos tres kilos menos de lo que sería su peso normal (la nicotina disminuye el apetito y aumenta la tasa metabólica). Al abandonar el tabaco hay una tendencia a recuperar el peso normal previo con un aumento aproximado de dos kilos y medio en los hombres y tres en las mujeres. El 40 por 100 de las adolescentes creen que fumar es una forma de controlar el peso. Muchas mujeres no aceptan el hecho de engordar más al abandonar el tabaco. Pero es así: la distribución femenina de la grasa hace que los incrementos de peso se noten más que en los hombres. En ellas se marca en las caderas y en ellos, en la cintura. Y además, hay una notable distorsión en la percepción del peso ideal: la mayor parte de mujeres con un peso normal tiene la sensación de que deberían pesar menos. Los estudios más recientes indican que la ganancia de masa corporal que se produce al dejar de fumar es moderada y transitoria en la mayoría de los casos y no puede constituir una barrera para el abandono del tabaco. Y se puede luchar contra esos kilos poniéndose en manos de un experto en deshabituación tabáquica.

**ramón  
sánchez-  
ocaña  
experto en  
salud**

El aumento de la esperanza de vida hace que sea preciso mejorar en el conocimiento de las enfermedades crónicas. En España, la colaboración público-privada garantiza la excelencia de la investigación biomédica a pesar del retroceso sufrido en la inversión.

## EL MARIDAJE PERFECTO



Los casos de enfermedades crónicas crecen de manera proporcional al aumento de la esperanza de vida. Esta es una de las razones por las que, en la actualidad, la investigación biomédica que se lleva a cabo en nuestro país abarca la mayoría de las patologías más prevalentes en la sociedad. Sin embargo, según señala el profesor Juan Rodés, presidente científico de la Fundación Pfizer y moderador del I Foro de Investigadores, «habida cuenta de que el tiempo que viven los ciudadanos se ha incrementado espectacularmente en estos últimos 100 años, queda todavía por mejorar el conocimiento sobre las alteraciones crónicas y el envejecimiento, haciendo particularmente hincapié en la calidad de vida de estas personas».

Para Joaquín Arenas, subdirector general de Evaluación y Fomento de la Investigación del Instituto de Salud Carlos III, probablemente uno de los retos a los que se enfrenta la investigación biomédica en España es acortar y mejorar el intervalo entre un hallazgo básico y su aplicación clínica, especialmente en las enfermedades de mayor impacto para la población nacional. «Se trata de potenciar la transferencia de conocimiento desde el laboratorio hasta el hospital y a la prevención de las enfermedades de mayor morbimortalidad para la ciudadanía, como son el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, inflamatorias, neurodegenerativas y neuropsiquiátricas», subraya.

ana  
ortega  
texto

Respecto al estado actual de la investigación en España, «en los últimos años la producción científica cualitativa y cuantitativa se ha incrementado de forma relevante, posiblemente como consecuencia de una mayor inversión en investigación, desarrollo e innovación, y también como resultado del mayor número de científicos que trabajan en este campo», señala Arenas.

«Hay que insistir y proseguir con la misma filosofía, potenciando, si fuera posible, su financiación -añade el profesor Rodés-, ya que podría mejorar si hubiese una situación financiera para la investigación en relación con el PIB similar a la de los países de nuestro entorno».

En este sentido, el contexto económico actual ha provocado un retroceso en la inversión en este campo, aunque se han conseguido recursos que permiten garantizar que los trabajos de laboratorio se mantengan en un nivel de excelencia. Además, se insiste en buscar medios para abrir vías de colaboración entre instituciones, entidades y organismos públicos o privados.

Para Rodés, «se trata de un aspecto que debería ser considerado en un futuro inmediato. De hecho, uno de los retos actuales de este campo es establecer una política mejor definida sobre la relación que debe existir entre investigación pública y privada. La participación activa de las entidades anónimas en la investigación biomédica del sector público es esencial para el desarrollo de dichas tareas en nuestro país», expone convencido.



### LA CAPACIDAD DE ELEGIR

El amable lector ha oído maravillas sobre las bondades de la obediencia, de que sigamos los dictámenes de los demás, de no tener la responsabilidad de estar al mando de la propia vida. Pobreza, castidad y obediencia son los tres votos que rigen en los monasterios de religiosos y religiosas de diversas órdenes. Estas personas, dedicadas a la oración y al cultivo del espíritu, por decisión propia, eligen una vida apartada del mundanal ruido y seguramente logran una plenitud interior que difícilmente conseguimos los demás mortales que día a día nos enfrentamos a incontables momentos en los que es necesario decidir, y de esa decisión no solamente dependemos nosotros sino otras personas cercanas.

Pues bien, «poder elegir», según demostró Kennon Sheldon, de la Universidad de Missouri, es un importante requisito para tener el control de uno mismo y ser feliz. Este investigador formó un conjunto numeroso de estudiantes que clasificó según su autonomía y posibilidades de elegir: en el primer grupo estaban los estudiantes que habían fijado sus objetivos ellos mismos; en el segundo, aquellos a los que se los habían marcado otras personas. La investigación demostró que los alumnos del primer grupo que decidieron personalmente sus metas, no solo lograron más fácilmente lo que se habían propuesto, sino que, además, consiguieron más pequeños éxitos al principio que les motivaron para el esfuerzo. Su motivación y compromiso fue mayor y, sobre todo, se mostraron más felices que los estudiantes que solo se limitaron a obedecer y llevar a cabo lo que habían decidido otros por ellos.

Decía Miguel Servet: «Mi libertad va conmigo», y estar al mando de la propia existencia prepara como pocas cosas para una vida más motivadora y feliz. Nos ayuda a reafirmarnos en la idea de que *podemos*, porque «creemos que podemos», que diría Virgilio.

He observado, asimismo, que las personas acostumbradas a tomar decisiones y cambiar cuando lo más aconsejable es cambiar, están dotadas de incontables pensamientos *salida* que generan soluciones y alternativas, frente a los pensamientos *barrera*, que anidan mucho más en las mentes de las personas dependientes, que se han ejercitado poco en la práctica diaria de la toma de decisiones.

En realidad, educar a un ser humano es capacitarle para que sepa decidir lo mejor para sí y para los demás. Nada tan difícil como decidirse, pero también, nada más necesario en la vida.

bernabé  
tierno  
psicólogo y  
escritor

## EL SOL, BUENO PARA EL ASMA

La vitamina D, que se absorbe principalmente gracias al sol, es un factor de protección frente al asma infantil. Un nuevo estudio liderado por investigadores valencianos constata un mayor riesgo de padecer este problema respiratorio para los niños que viven en ciudades más frías y húmedas, ya que en ellas las horas de luz solar son más limitadas. El informe destaca que las condiciones climáticas, sobre todo la radiación solar, explican en muchos casos la alta variación geográfica en la prevalencia de asma en España. Aún así, los investigadores se muestran cautos e insisten en que se hacen necesarios más estudios sobre el tema.

INFANCIA

MATERNIDAD



## 800.000 PAREJAS CON PROBLEMAS DE FERTILIDAD

El retraso en la edad de la maternidad es, según los ginecólogos, la principal causa del aumento en las cifras de parejas con problemas de fertilidad, que en España alcanza las 800.000. La edad media en la que la mujer tiene su primer hijo es 31,8 años. Los especialistas han destacado en el congreso de la Sociedad Española de Ginecología que la probabilidad de que una mujer de 35 años se quede embarazada es de, aproximadamente, la mitad que la de una de 20 años. En una fémina de 40 años, la posibilidad se reduce al 10 por ciento.

# UN PROBLEMA SIN RESPUESTA

La sensibilidad química múltiple es una enfermedad cada vez más común sobre la que pende un gran número de incógnitas. Los investigadores le siguen el rastro a esta patología con especial incidencia en España.

**H**emos de reconocer que en nuestra vida diaria estamos expuestos a una gran variedad de elementos químicos que no siempre tolera el organismo. De hecho, en muchas personas puede desencadenar la aparición de dolores, picores, problemas cognitivos y cansancio. Y, aunque cada vez se registran más casos, todavía no hay consenso médico ni tratamiento para este trastorno. De hecho, la Organización Mundial de la Salud aún no lo considera como una enfermedad, ni la ha incluido en sus manuales y alertas sanitarios; sin embargo, muchos médicos están de acuerdo en que la denominada sensibilidad química múltiple (SQM) no solo existe como tal, sino que, además, va en aumento.

Quienes padecen este trastorno ven reducida su calidad de vida y aún no hay ningún tratamiento específico para remediarlo. Por el momento, la única solución consiste en mantenerse alejado del agente químico causante del problema, una vez localizado. Junto con la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica, está considerada como patología de sensibilización central producida por factores ambientales.

Según el doctor Santiago Nogué, jefe de Toxicología del Servicio de Urgencias del Hospital Clínico de Barcelona, «es una enfermedad del mundo industrializado que presenta síntomas homogéneos como son migraña, crisis de ansiedad, confusión, erupción cutánea o asma». Precisamente, investigadores de este centro

julia  
martínez  
texto

han estudiado durante dos años a unos 50 afectados por este trastorno, desencadenado en la mayoría de los casos por el contacto con perfumes, ambientadores, detergentes y el humo del cigarrillo. Y han concluido que este desorden parece ser cada vez más frecuente entre la población. El doctor Nogué añade: «Sabemos que pue-



de originarse en el uso cada vez mayor de productos químicos en nuestra vida cotidiana, los cuales al mezclarse con algunas moléculas que se introducen en los alimentos y la contaminación ambiental, pueden derivar en una sensibilidad química múltiple». El especialista destaca que, «al presentar sensibilidad a distintos productos, los afectados pueden sufrir reacciones en lugares muy distintos. Además, éstas se agravan con el paso del tiempo y pueden llegar a obligar al paciente a usar una mascarilla cada vez que va al supermercado».

La SQM sigue siendo objeto de debate en la comunidad médica, ya que mientras algunos profesionales cuestionan su existencia, otros se inclinan a pensar que es un desorden desencadenado por la exposición a productos químicos en el medio ambiente. En España, uno de los centros de este debate, es el citado Hospital Clínico de Barcelona, donde, según sus toxicólogos, cada año se reciben entre 50 y 60 casos nuevos de este trastorno, lo que significa que cada semana les llega un nuevo afectado.



dra. pilar  
riobó  
médico  
especialista en  
endocrinología  
y nutrición

# CONSECUENCIAS DE LAS DIETAS

**Alrededor del 95 por ciento de las personas recuperan su peso inicial entre uno y cinco años después de finalizar una etapa de alimentación restrictiva, que en algunos casos puede derivar en problemas importantes para la salud.**

Con la llegada del calor comienza la *operación bikini* y con ella, la proliferación de todo tipo de dietas y productos para perder peso. A menudo se considera que todo lo *natural* es completamente saludable e inofensivo. Sin embargo, además de la pérdida de peso, una alimentación restrictiva puede tener otras consecuencias.

El estudio *Minnesota* se realizó con objetores de conciencia norteamericanos de la Segunda Guerra Mundial, para estudiar los efectos de la restricción de alimentos. A los jóvenes, con peso normal, se les sometió a una dieta severa. Al principio, los kilos se perdían rápidamente pero llegaba un momento en que el peso se estabilizaba y tenían que reducir aún más el consumo de calorías para continuar bajando.

Además, los sujetos mostraron alteraciones del estado de ánimo como fatiga, depresión o irritabilidad, y cierta obsesión con los alimentos. Cuando se reintrodujo la alimentación normal, se intentó hacerlo de forma gradual. No obstante, los analizados presentaron una enorme voracidad, y la recuperación de masa corporal fue más rápida, e incluso algunos engordaron muy por encima de su peso inicial.

El 95 por ciento de las personas recuperan lo que han perdido entre uno y cinco años después de finalizar la dieta. Este hecho puede provocar un cierto sentimiento de decepción. Estudios recientes han mostrado que los intentos de perder kilos parecen estar asociados con una subsiguiente mayor ganancia de peso (igual o mayor a dos kilogramos). Ello puede ser debido al llamado *efecto de la manzana*

*prohibida*. Según esta hipótesis, en muchas personas cuando son privadas de determinados tipos de alimentos se produce una gran voracidad. De alguna forma, los ciudadanos que permanentemente se encuentran a dieta, acaban desinhibiendo su conducta de alimentación en situaciones de ansiedad o depresión. Es decir, la voracidad inducida por una privación permanente de alimentos, tiene como consecuencia un descontrol frecuente ante los alimentos, lo que facilita la ganancia de peso.

Asimismo, la realización de dietas estrictas de forma sucesiva puede ralentizar el ritmo de pérdida de peso. Este dato es de gran importancia desde el punto de vista clínico, porque un mayor tiempo de dieta facilita el desánimo y la violación de la misma.

La relación entre las dietas hipocalóricas y la anorexia, la bulimia y la sobreingesta compulsiva es muy estrecha y afecta a entre el 0,8 y el 2 por ciento de nuestras adolescentes. La práctica de dietas es un antecedente constante en estas pacientes y parece que puede precipitar el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria en personas con autoestima muy dependiente de la silueta corporal y un estado de ánimo depresivo. Los episodios de restricción calórica severa, tal y como ocurre en los casos de bulimia, provocan un atracón que, a su vez, genera ansiedad y le lleva, habitualmente, a iniciar algún tipo de maniobra para purgarse. Así se instaura un círculo vicioso muy peligroso. Precisamente, el tratamiento de la bulimia consiste en romper la cadena de comportamiento en la que se enlazan dieta restrictiva-episodio de voracidad-conducta purgativa.

Al final, volvemos a lo de siempre. Para adelgazar lo mejor es un cambio en el estilo de vida, una dieta moderada, aumento del ejercicio físico y alguna estrategia de relajación para controlar el apetito y prevenir los atracones frecuentemente asociados a la tensión emocional.



## GASTRONOMÍA



# LOS DE PADRÓN SON DE HERBÓN

## EL VINO

Los pimientos procedentes de las orillas del río Ulla encierran un ritual a la hora de cocinarlos y comerlos. Siempre hay que tener la lengua preparada, porque unos pican 'e outros non'.

**A**unque en su lenguaje cotidiano los considere una cosa sin demasiada importancia, la verdad es que el consumidor español aprecia mucho los pimientos; una cosa es que diga «no vale un pimiento» o, jugando al mus, amenace «a la mano, con un pimiento», y otra muy distinta es que no le gusten en el plato. Verdes, si tocan verdes, y rojos, si de eso se trata. Ahora hay más variedades, de más colores, muy bonitos ellos, que hacen platos que quedan preciosos; pero no dejan de ser una novedad. Al consumidor patrio le van, en rojo, los pimientos morrones, los de Murcia, los del Bierzo, los navarros del piquillo -y, si llega a conocerlos, los *de cristal*-. En verdes, sin embargo, hay dos orígenes que dominan: Guernica y Padrón.

Con permiso de mis amigos vascos, que adoran los pimientos de Guernica y hacen bien, porque son buenísimos, yo he de romper una lanza por los padroneses. No voy a discutir cuáles tienen mejor sabor o textura; solo diré que los de Padrón tienen un aliciente añadido: a lo mejor pican. Ya se sabe: unos pican *e outros, non*.

Vayamos a Padrón, entonces, y tratemos de aclarar algunas cuestiones. La primera: *pimientos de Padrón* no es una Denominación de Origen. ¿Qué quiere decir esto? Pues que, como pasa con el queso Camembert, pueden cultivarse donde a cada cual le parezca mejor. Resulta que *pimiento de Padrón* es el nombre de la variedad, por lo que no puede ser una IGP (Indicación Geográfica Protegida). De manera que, al final, se ha optado, para poner un necesario orden, por crear la D.O. protegida *Pimientos de Herbón*.

Es justo. No se supo defender el nombre de Padrón en su día, y ahora se les da el del lugar donde los padres franciscanos empezaron a cultivarlos, en la orilla coruñesa del fronterizo Ulla. «Mínimos y franciscanos», llama a estos pimientos, en su *Del Miño al Bidasoa*, otro ilustre natural de la zona, don Camilo José Cela.

Ustedes, por si acaso, cerciórense de que sus pimientos de Padrón son, efectivamente, vecinos del río Ulla, por

el que aún suben lampreas en invierno. Como ya saben, estos pimientos se comen fritos. Enteros. Bueno: hay dos tendencias. Los padroneses, como mi amigo Pepe Domingo Castaño, les quitan el rabito, y así los comen pinchándolos con un palillo y cogiendo dos o tres de cada vez, como hacemos todos los gallegos con el pulpo.

**ESPECTÁCULO** Fuera de Padrón, a mucha gente le gusta servirlos con rabito, para cogerlos -de uno en uno- por él, lo que brinda la posibilidad de, a la menor sospecha, morderlos por debajo de su zona más ancha, donde están las traicioneras pepitas. Esto, como comprenderán, elimina toda emoción, y comer pimientos de Padrón ha de ser algo emocionante. Porque lo cierto es que uno espera que salga alguno picante, incluso muy picante, y, claro, que no le toque a él. El amante de los pimientos de Padrón agradece que, en una ración, le entren unos cuantos que piquen de una forma educada, que le calienten la boca sin alfombrársela; pero tiene la inconfesada esperanza de que a algún miembro del grupo le toque uno particularmente rabioso: de una ración de estos pimientos se espera no solo placer gastronómico, sino espectáculo.

Así que, amigo lector, si es a usted a quien le toca ese pimiento que parece proceder directamente de los dominios de Pedro Botero, colabore. Exagere el gesto. Haga teatro. Sus amigos se reirán, no de usted, sino con usted, que es muy distinto. Le darán consejos: usted, ni caso. Ni se le vaya a ocurrir refrescar la boca con un trago de vino, ni mucho menos con un sorbo de agua.

Échele un poco de pan o, como una amiga mía, madrileña, atrévase a llevarse a la boca otros dos ejemplares: si pican -dice ella- no voy a estar peor, y si no pican, alivian muchísimo.

Ahora: usted ha pinchado con su palillo un pimiento de Herbón frito como mandan los cánones, con su color verde brillante; al pasarlo sobre las gotas de aceite del fondo de la bandeja, captura por casualidad un grano de sal gorda; se lleva el conjunto a la boca, y la explosión sávida es una experiencia maravillosa, una sensación de plenitud, de perfección: Qué importa que unos piquen *e outros non*.

Ah: recuerden que esto del picante va aumentando a medida que avanza la temporada: en junio les picarán muy pocos, pero en agosto... Avisados quedan.

### GUITIÁN SOBRE LÍAS

D.O. VALDEORRAS

Bodegas La Tapada, más conocidas por Guitián, nombre de la familia propietaria, es una firma líder del resurgimiento de la uva Godello en Valdeorras, una comarca que, emulando el ejemplo de Rías Baixas, se ha convertido en otro foco de interés para los blancos de Galicia.

El proyecto de esta bodega arranca en 1985, cuando los hermanos Guitián replantan hasta nueve hectáreas de viña en la finca familiar, íntegramente con cepas de Godello. A partir de ese momento, la firma se ha convertido en un referente en lo que a vinos blancos se refiere.

### Cata:

Guitián sobre lías es un caldo fermentado sobre sus lías en depósitos de acero durante ocho meses y madurado en botella. De color amarillo pajizo, posee aromas de fruta y flores blancas. En boca es suave y algo untuoso, redondo y con buena acidez.

### Recomendación:

Por algo más de 12 euros la botella, este vino es ideal para acompañar una buena mariscada en tierras gallegas.





De marcado estilo retro, con estampados de lunares, de flores campestres o en animados colores, con sujetadores con aro y relleno y modelo 'balcónée', que realza al máximo el pecho, de prendas inferiores mínimas o tipo culottes... La moda de baño de este año abarca todos los estilos y busca favorecer a las mujeres. Las propuestas de la diseñadora Guillermina Baeza son un ejemplo.

La coquetería de una Brigitte Bardot que rompió moldes en Cannes es una actitud que retoma Guillermina Baeza en su colección de baño 2011 a través de las formas sugerentes de sus diseños, donde apuesta por el bikini sin dejar de lado elegantes bañadores. El trikini desaparece en esta colección, pero no lo hacen los *culottes* y el palabra de honor.

¿Cuál es la base de **Chercher la Femme, la colección 2011 de Guillermina Baeza?**

La creatividad es la base de toda la colección, y está inspirada en la vida, en los recuerdos que tengo de final de los años 50 y principios de los 60, una época en la que yo era joven y que fue fantástica para mí. Y en Cannes, ciudad que visitaba mucho en los años 70 porque me fascinaba la libertad que en ella había.

¿Qué destacaría de sus propuestas para este verano?

Es una colección muy femenina, la sensualidad que desprende se une a una reivindicación de la mujer y es una oda a la feminidad. Y a la vez está adaptada a la mujer actual.

Para crear colecciones de baño nuevas cada año, ¿en qué aspectos se puede innovar?

Se innovaba en tejidos, pero ahora con la crisis hay menos innovación y debemos agudizar más el ingenio, la creación. Esto se nota en nuestras colecciones porque son muy detallistas, y cada una se percibe como distinta aunque siempre hay un sello.

¿Qué detalles destacaría en esta?

Perlas, lazos, bordados *richelieu* sobre *vichy* y volantes son los detalles que aportan el toque final de distinción, sello reconocible de la marca, como también los drapeados en lycra que se mimetizan con las prendas y dan volumen.

¿Un consejo para mantener el estilo en ropa de baño?

Dos: tener conocimiento del propio cuerpo y que el estilo que se elija esté de acuerdo a como se viste para la calle. Antes eran dos cosas distintas, por un lado estaba el estilo de ropa que uno se ponía en su vida cotidiana y el traje de baño era otra cosa. La firma Guillermina Baeza ha hecho que la ropa de baño deje de ser un mero complemento y se introduzca en al moda. Así que mi consejo para



Guillermina Baeza, diseñadora

que siente bien es que se adapte al estilo de cada mujer, y para eso ofrezco muchas posibilidades, para que cada mujer pueda encontrarlo.

Antes hablaba de crisis, ¿cómo sobrevive en la coyuntura actual?

Con mucha perseverancia. Todo lo que he aportado a la moda es creatividad, que para mi es muy importante, y perseverancia. Hemos pasado otras crisis, hemos estado arriba y abajo, pero lo que es importante es tener claras las ideas. Yo siempre he tenido muy claro que mi sitio estaba en la moda de baño. Ahora se está viviendo una época dura, pero tengo ánimos para seguir porque creo en lo que estoy haciendo, y porque estamos dentro de una sociedad de consumo y esto tiene que seguir, no se puede tirar la toalla.



Roxy (35 euros)



Etam (39 euros)



Naf Naf (59,90 euros)



Naf Naf (49,90 euros)



miriam  
erviti  
coordinación



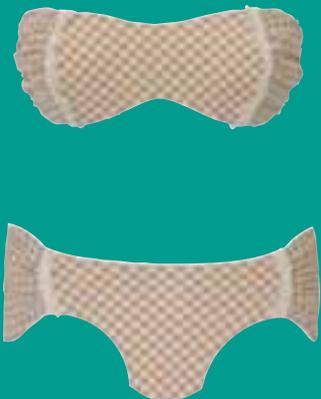
Énfasis, de venta en El Corte Inglés (25,90 euros)

# UN VERANO DE BIQUINIS

## PARA TODOS LOS GUSTOS

La prenda de baño estrella de esta temporada estival es de dos piezas, aunque la moda se adapta a los gustos infinitos de las mujeres y el bañador entero no desaparece.

**Guillermina Baeza**  
(71,70 euros)



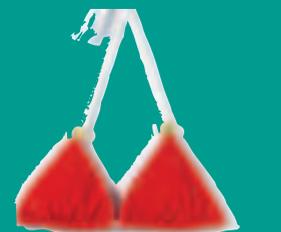
**Guillermina Baeza**  
(60,30 euros)



**Calzedonia** (50 euros)



**Guillermina Baeza**  
(58,20 euros)



**Énfasis**, de venta en El Corte Inglés (35,90 euros)



**Women' Secret**  
(32,95 euros)



**+ INFORMACIÓN** Calzedonia [www.calzedonia.com](http://www.calzedonia.com)

El Corte Inglés 901122122 Etam

[www.etam.es](http://www.etam.es) Guillermina Baeza

[www.guillerminabaeza.es](http://www.guillerminabaeza.es) Havaianas

944914678 Kipling 915199115

[www.kipling.com](http://www.kipling.com) Naf Naf 972596800

Roxy 932098409 Women' Secret

902459545 [www.womenssecret.com](http://www.womenssecret.com)



**Roxy** (55 euros)

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

## RETIRA

**Los colores tradicionales para labios y uñas.** Cuando llegue el mal tiempo, volverán a ser protagonistas.

## RESCATA

**Los tonos vivos.**

Para las seguidoras de tendencias más atrevidas, esta temporada se llevan las uñas en colores estridentes y flúor en tonos vibrantes y texturas mates. También los labios se tiñen de colores sensacionales y radiantes gracias a jugosos brillos.



**MINI COLORAMA EN COLOR TURQUESA (MAYBELLINE NY, 3,99 EUROS)**



**BRILLOS DE LABIOS GLAM SHINE FRESH (L'ORÉAL PARIS, 9,99 EUROS)**

compras clave compras clave compras

**Bolso en la piscina y en la playa.** Para que quepa en él todo lo necesario con lo que pasar un día al sol debe ser grande y con dos asas para mayor comodidad. Y para, además ir a la moda, teñido en los colores de la temporada: en alguno de los tonos ácidos que marca el verano o con estampado animal, que sigue siendo tendencia.

## EL CHOLLO

**ÉNFASIS**, de venta en El Corte Inglés (25,90 euros)



## EL CAPRICHIO

**KIPLING** (99,90 euros)



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

### ¿Cómo se aplican las cremas reductoras y anti celulíticas?

Se utilizan masajeadando en las áreas problemáticas (muslos, caderas, estómago, glúteos, parte superior de los brazos...) con movimientos ascendentes, y son más efectivos si se aplican sobre la piel exfoliada.

Para luchar eficazmente contra la retención de líquidos y la celulitis Gil Amsallen, un kinesoterapeuta experto en el drenaje linfático manual, ha concebido para Vichy un ritual de masaje para asociar la eficacia cosmética del producto que se aplica a la acción mecánica. Si se realiza todos los días se favorecerá el drenaje natural, y solo necesita cinco minutos para seguir estos cinco pasos:

**1. El bombeo manual.** Los dedos ligeramente separados y flexionados efectuarán cinco presiones de mediana intensidad apretando y relajando (un segundo por pulsación)

**2. El alisamiento circulatorio.** Tras aplicar una nuez de producto se hacen largos movimientos circulares y fluidos.

**3. Los surcos profundos.** Con los dedos abiertos, se apoyan las yemas firmemente sobre la piel y se deslizan cinco veces a modo de rastrillo.

**4. El masaje anticelulítico.** Se pellizca un poco la piel con las dos manos masajeadando, moviendo la piel como si fuese una ola. Se repite tres veces.

**5. Masaje anti retención de líquidos.** Con las dos manos se hace un círculo que recoja el tobillo y se deslizan subiéndolas hacia arriba hasta llegar a la parte alta del muslo (cinco veces).

**REDUCTOR DEL VOLUMEN DE LA CINTURA Y EL VIENTRE, DE BIOTHERM (39 EUROS)**

**AQUADESTOCK DE VICHY, TRATAMIENTO REDUCTOR QUE EN UN SOLO GESTO COMBATE LA CELULITIS Y LA RETENCIÓN DE LÍQUIDOS (25,99 EUROS)**

**LECHE CORPORAL REAFIRMANTE PARA PIEL SECA Q10 PLUS, DE NIVEA (5,99 EUROS)**





## CRÓNICA SOCIAL

KATE MOSS ESTRELLA EN  
PARÍS, PENÉLOPE EN MADRID

Casi al mismo tiempo en que nos enterábamos que **Pete Doherty** ingresará por tercera vez en la cárcel, **Kate Moss** brillaba en París como nueva imagen de Mango. Su ex más polémico, que llegó a decir cosas de ella como «es una tía muy chunga y con muy mal carácter», y al que tuvimos en Madrid en un impagable concierto en la Joy Eslava hace un mes, pasará seis meses en prisión tras reconocerse culpable ante el juez en un delito de posesión de drogas. La historia de su detención sí que es chunga: hay una muerte de por medio, la de la directora **Robin Whitehead**, que rodaba un documental sobre el cantante cuando, un buen día de enero de 2010, fue encontrada sin vida en su casa de Londres. ¿El motivo del fallecimiento? Sobredosis por drogas. ¿Y de quién eran las drogas? Bingo: de Pete Doherty y dos amigos. Será la tercera vez que esté en la cárcel. Mientras, su ex, Kate Moss, la tercera modelo mejor pagada del mundo, aparecía radiante en el Pompidou de París, que es donde Mango ha presentado este año su colección Otoño/Invierno.

La *topno* se separó del afamado Ferry Richardson, director del corto que ella misma protagoniza para la firma. Parece que, poco a poco, va sentando la cabeza. Su belleza misteriosa sigue intacta, pero sus sonadas juergas van disminuyendo. Si cuando salía con Doherty iba, para gozo de los *paparazzis*, de fiesta en fiesta y de colocón en colocón, ahora sus apariciones se miden con cuentagotas. Parece que ha optado por una vida nueva, mucho más tranquila, algo a lo que, sin duda, ha contribuido su prometido, Jaime Hince, guitarrista de The Kills, al que conoció en 2007 y con el que se casará (con vestido de Galliano o no, aún no se sabe) dentro de muy poco tiempo.

Los tabloides británicos más amarillos la siguen llamando, eso sí, *Cocaine Kate*, pues no olvidan aquel escándalo de 2005 en el que medio mundo vio a la modelo esnifando cocaína. Entonces perdió varias campañas, pero luego la contrataron otras firmas igualmente importantes y por el triple de dinero. Y ahora es Mango la que ha pagado un auténtico fortunón por la estrella. La firma española puede pagar eso y mucho más: **Isak Andic**, su fundador, es uno de los fijos en las listas *top ten* de hombres más ricos de nuestro país. Por eso este año, en lugar de hacer la fiesta celebración en Madrid



**PENÉLOPE CRUZ SE MOSTRÓ MUY ATENTA CON LOS FANS QUE LA ESPERABAN EL DÍA DEL ESTRENO.**

para que la disfrutáramos todos, han pagado vuelo y hotelazo cinco estrellas a unas cuantas *celebrities* nacionales. Entre ellas, sus preferidos y enchufados, ya saben: los más pijos de la alta sociedad madrileña, **Naty Abascal** y sus hijos, **Rafa Medina**, que por supuesto fue con su esposa **Laura Vecino**, y **Luis**, del que no sabemos si sigue o no sigue con la rica pero insulsa heredera **Amanda Hearst**; **Jaimé de Marichalar**, del que ya nadie se acuerda, ¡**Rosauro Baro!** (nadie sabe qué pintaba allí, pero le invitaron) y, entre otros, **Adriana Abascal**, que tiene un *superpiso* en París del que, por cierto, me cuentan que hace tiempo que no paga el alquiler. Y es que los ricos, a veces, también lloran.

En Madrid tuvimos, menos mal, a otra estrella internacional: **Penélope Cruz**, nuestra *Pe*, que ¡al fin!, después de arrastrar taconazo (les juro que no había visto un tacón más alto en mi vida) para presentar su *Piratas del Caribe 4: en mareas misteriosas*, por Disneyland (California), Munich, Cannes (mejor no recordar el vestido de corte sirena y escotadísimo que lució), Londres y Moscú (donde, por cierto, aprovechó para estar con su marido, pues Javier Bardem, ¡oh casualidad!, impartía allí una conferencia a alumnos de una escuela de interpretación), llegó a Madrid, radiante. Lo de acceder a ella, eso sí, se convirtió en poco menos que una pesadilla: la rueda de prensa matutina con el director, actores (sin **Johnny Depp**, lástima) y Penélope Cruz fue reducidísima (muchos periodistas quedaron fuera). «Es por cuestiones de seguridad», comentó alguien de la organización. Pero, ¿desde cuando somos peligrosos los periodistas? Es sabido que nuestra actriz más internacional teme bastante a la prensa española, que es la que, al fin y al cabo, ha estado con ella desde sus comienzos. A los medios españoles no les concedió entrevista alguna en su estancia en Madrid. Bueno, rectifico: concedió exclu-

sivamente a medios informativos de televisión, y previo documento firmado con compromiso de no hacer preguntas personales. Pero, ¿no era que ante preguntas impertinentes siempre puede haber una respuesta inteligente? En España Penélope Cruz estuvo muy simpática, eso sí, y sorprendió mucho que en la *première* del filme, en los gigantescos y nada glamourosos multicines Kinépolis, atendiera a algunos medios. Ella iba radiante, guapísima, con un modelo escotado de Armani Privé y decir, no dijo nada destacable («estoy muy contenta», «ha sido una experiencia increíble trabajar en esta película», bla, bla, bla...) pero hay que reconocer que fue un detalle que se parara a atendernos, pues pensábamos que, como otras veces, pasaría de largo por la alfombrar cual estrella altiva y distante, como el que oye llover.

Lo que nos preguntábamos allí todos es por qué en EE UU es tan locuaz y concede tantas entrevistas y en su propio país, ninguna. Misterioso. Por ejemplo, sabemos que Penélope acudió (y fue su quinta vez, por lo menos) al *late night* americano de la NBC que conduce Jay Leno, donde se mostró muy pero que muy dicharachera y contó, incluso, detalles de la celebración de su 37 cumpleaños. «Me puse tan nerviosa que cuando fui a apagar las velas me quemé el pelo», le dijo al *showman*, entre risas. ¡Nos hubiera gustado tanto que lo contara, por ejemplo, en el programa de Eva Hache!

Pero hay mucho más. En la edición británica de *GQ* habló, incluso, de ¡su hijo Leo! «Desde el segundo en que ves esa cara tu vida ha cambiado para siempre...». Concluyendo: que no sabemos qué dieta ha seguido (ella ha declarado que solo sigue la «dieta mediterránea», aunque las especulaciones son muchas), pero que en vivo y en directo se la ve más guapa y delgada incluso que en las fotos y que en televisión. Y que quizás, quién sabe, alguna vez en la vida le podamos hacer una entrevista de verdad.

## REVUELTAS JUVENILES, DULCES ESTRENOS Y TRISTES DESPEDIDAS

Paz Vega ha salpicado, sin pretenderlo, la crónica social de la semana. Y es que un cartel gigante con su bello rostro presidía la Plaza del Sol de Madrid, que como saben ha sido el escenario de las reivindicaciones de los indignados del 15-M. Lo vivido en Madrid por este asunto ha sido emocionante, pues en Sol se ha creado una especie de micro-ciudad asombrosamente bien organizada en la que no ha habido ni un solo altercado, pero esto es tema para otro lugar. Lo que procede contar aquí es que ha sido casi cómico ver cómo, día tras día, el gigantesco rostro de Paz Vega iba desapareciendo. Si al principio lucía hermosa, acabó llena de pintadas, dibujos y letreros. L'Oreal, eso sí, se frotaba las manos: el nombre de la marca ha salido en medio mundo.

Y mientras los jóvenes seguían multiplicándose, también hubo tiempo para ir al teatro. «Mi cara ha cambiado desde que estoy haciendo esta obra. Me siento maravillosamente feliz y entregada a este trabajo. Me satisface mucho no tener que depender de que me llamen o no me llamen, y aquí lo tengo todo, un buen guión, una buena compañía y un público maravilloso y entregado al que le encanta lo que damos. Por eso me viste tan contenta», me contaba Loles León al día siguiente del esperado estreno de *La gran depresión*, obra que protagoniza con su íntima amiga Bibiana Fernández. Y sí, es cierto, yo nunca había visto en su rostro un reflejo tan evidente de felicidad. El público se entregó totalmente y los amigos, famosos o no, que son muchísimos, acudieron en masa para apoyarlas. Bibiana repartía besos y abrazos en la fiesta posterior como el que reparte caramelos. Estaba eufórica. «¿Que cómo consigo relajarme? No lo consigo. Estoy como un rottweiler, a punto de tirarme al cuello de la gente. Alcohol y tranquilizante, no hay otra. Esto es un infierno. Pero libertad es elegir, así que trato de vivir en él de la forma más armoniosa posible. Además, una vez que se pasa el agobio, vuelves a tu ser, y entonces eres persona, y te reconfortas con todo lo que te rodea y te das cuenta que eres una privilegiada», me contaba Bibiana Fernández días antes del estreno de su obra. Estaba atacada: ha tenido que compaginar el teatro, *El programa de Ana Rosa* y la promoción, que ha sido brutal. Sin duda la noche del estreno se sintió reconfortada, apabullada por él éxito, las muestras de cariño y la amistad.

La semana terminó con una noticia triste: *SLQH* se despedía. Patricia Conde lloraba en directo y el equipo entero lloraba también detrás de las cámaras.

Son muchos los espectadores que echarán de menos la originalidad y el fino humor de un programa que no será fácil de olvidar. Y los cronistas sociales les echaremos mucho, mucho de menos también: desde hace años, reportera, cámara y redactor eran presencia fija en todos los *photo calls* de todos los eventos. Siempre llegaban los primeros y se iban los últimos. Y, sobre todo, eran buenos compañeros que trabajaban de la forma más honesta. Harán otros programas. Seguro.





OPEL ZAFIRA TOURER

MOTOR



ELEGANCIA EN GRAN FORMATO

**BMW K1600 GT**

Su porte majestuoso en lo estético es equiparable a la solidez que pone de manifiesto a través de sus grandes cualidades mecánicas. La marca alemana BMW ha dado en el clavo con el lanzamiento de su *Gran Turismo*, con sus dos variante GT y GTL.

Montan un motor de seis cilindros en línea que pesa 102 kilogramos. El propulsor entrega una potencia de 170 caballos. Es una *Touring* hecha para emprender viajes de gran calibre y permanecer durante largos ratos a bordo de la motocicleta. Por este motivo, la respuesta de su mecánica es tan ágil como regular. Además, incorpora el conocido sistema *Ride by Wire* que suaviza toda la entrega de potencia. La viajera fija su velocidad en 220 kilómetros por hora.

A pesar de su gran apariencia y, aunque hay que atesorar experiencia en el mundillo, tan solo pesa 340 kilos, lo que la convierten en una moto manejable. Con lo que respecta al equipamiento, dispone de numerosos dispositivos para garanti-



zar la seguridad del motorista. Sobresalen como novedad los faros de xenón con adaptación automática en las curvas para garantizar la visibilidad en todo momento. Al mismo tiempo, dispone de frenada ABS de última generación, suspensión regulable y navegador extraíble.

La variante GTL es más compleja y con elementos que incrementan su comodidad para un transitar más sosegado. Cuesta 23.300 euros frente a los 22.300 de la GT.

MÁXIMA FLEXIBILIDAD

El monovolumen de la firma alemana da un paso y ofrece uno de los habitáculos más capaces de su clase. Con un sistema de asientos 'camaleónico', se erige como un vehículo llamado a colmar las necesidades de movilidad de la familia.



**E**l nuevo Opel Zafira Tourer hará su presentación mundial en el transcurso del Salón Internacional del Automóvil en Frankfurt, el próximo mes de septiembre. Llega para ofrecer una perfecta mezcla de funcionalidad y bienestar, regada con los valores de calidad *premium* heredados de la berlina deportiva Insignia.

La tercera generación del monovolumen compacto se distingue por su gran flexibilidad en el habitáculo con un sistema de asientos *Flex7* totalmente rediseñado. Mientras la tercera fila se puede plegar completamente en el suelo del maletero, la segunda está formada por tres asientos individuales que se mueve con independencia el uno del otro haciendo del Zafira Tourer un gran *transformista*.

El énfasis en el confort personal hace que el Zafira Tourer sea mucho más que un vehículo familiar. En total, ofrece 710 litros de volumen de carga en la configuración de cinco plazas y de hasta 1.860 litros cuando los asientos

están plegados. También dispone de numerosos huecos y recovecos para dejar objetos. El familiar también incorpora el sistema integrado de transporte de bicicletas *Flex-Fix*, que ya usan más de 60.000 clientes de Opel.

En su diseño, el Zafira Tourer destaca por su aspecto afilado y deportivo, con una silueta que recuerda a un tren de alta velocidad. La visibilidad del conductor se ha mejorado gracias al rediseño del frontal, a sus grandes ventanillas y al reposicionamiento del retrovisor exterior, montado en el panel de la puerta. El monovolumen incorpora numerosos mecanismos de ayuda a la conducción como el control de crucero adaptativo, el radar con frenado anticolidión así como el sistema de cámara frontal *Open Eye*.

En cuanto a su mecánica, incluye tres motores diésel con potencias de 110, 130 y 165 caballos. Mientras, en gasolina incluye dos motores 1.4 con potencias de 120 y 140 caballos. Todos están disponibles con cambio de seis velocidades manual y automático.



UNA HISTORIA QUE CONTAR

La iniciativa 'Beetle Stories' premiará al que mejor recoja la esencia del mítico 'escarabajo' en un vídeo.

Con motivo del próximo lanzamiento del nuevo Beetle, Volkswagen presentó en febrero la iniciativa *Beetle Stories*. Se invitaba a los usuarios y del mítico *escarabajo* a compartir sus experiencias a través del portal web [www.beetlestories.com](http://www.beetlestories.com).

La marca ha seleccionado 50 relatos y reta a estudiantes y escuelas de diseño a convertirlos en vídeos que

muestran la esencia del Beetle y sirvan para engrandecer su leyenda. El plazo de recepción de estas piezas finaliza el próximo 3 de julio.

El ganador disfrutará de una beca para realizar un curso en la escuela de diseño que él prefiera.

iyán juárez coordinación

# APAGA Y VÁMONOS



FOTO: T. Melville/ Reuters



FOTO: Pablo Talamanca / EFE

## NOTAS

La princesa Beatrice asistió de esta guisa a la reciente boda entre el príncipe Guillermo y Kate Middleton. Un tocado, bautizado 'asiento del váter', que ya ha sido subastado por 30.000 dólares. La pancarta no requiere más explicación, y de postre, nada mejor que un paseo por el campo tras tanta emoción electoral.



FOTO: Farooq Khan / EFE

## CON CONTROL

Las discusiones, la preocupación por no llegar a fin de mes, una infidelidad y un despido son las situaciones que producen mayor subida de tensión entre los españoles.



Según un estudio realizado por PiC Solution, perteneciente al grupo Artsana, marca especializada en productos para el cuidado personal de la salud, un 82,2 por ciento de los encuestados considera la hipertensión como una enfermedad muy grave o bastante grave, sin embargo, en España un tres de cada 10 afectados no es consciente de padecerla y un 60% de los enfermos podría no estar debidamente controlado.

En cuanto a las personas que consiguen ponerles la tensión por las nubes, los jefes se posicionan como la figura más determinante en el aumento de presión arterial de los españoles, según el 29% de los encuestados, seguido de la pareja y la suegra, con un 19,3% y un 10,9%, respectivamente.

## NO ME TENSES MUCHO, JEFE

Por profesiones, un 42,8% de los consultados considera que ser autónomo es la categoría profesional con la que más asocian la hipertensión, seguido de empresarios o políticos, con un 25,3% y un 16,7%, respectivamente. Ser famoso, funcionario, miembro de la Casa Real o religioso obtienen cifras inferiores al 4% de las respuestas.

El ejercicio físico moderado, como caminar al menos 3 veces por semana, cuidar la alimentación, reducir el consumo del tabaco y relajarse evitando el estrés, son las claves principales que los expertos sanitarios aconsejan para prevenir enfermedades cardiovasculares. A estas recomendaciones se suma el control de la presión arterial, mediante la automedida de la misma, para mejorar la calidad de vida del paciente.



# INNOVADORES

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

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

Cuando encuentras tu camino,

**NO HAY VUELTA ATRÁS**



Medina  
*del Campo*  
Medina  
*de Rioseco*

VALLADOLID  
3 MAYO - 6 NOVIEMBRE  
2011

LAS EDADES  
DEL HOMBRE

Passio



[www.lasedades.es](http://www.lasedades.es)