

# O SACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Semana del 10 al 16 de julio de 2010 - Número 195

## SALUD

Verano e infecciones de oído

## GARCÍA DE CORTÁZAR

Reflexiones de un historiador

## DE LA CUADRA SALCEDO

25 años de la ruta Quetzal

XACOBEO 2010

# LAS VOCES DEL CAMINO





*Naturísimos*

Un sabor natural en un mundo donde las cosas  
ya no saben a lo que tienen que saber.



**Naturísimos de Campofrío.**  
Sin conservantes, sin colorantes.





**MIGUEL DE LA QUADRA-SALCEDO \_8**  
25 años siendo el alma de la Ruta Quetzal



**'ECLIPSE' \_23**  
Los vampiros invaden la pantalla



**GARCÍA DE CORTÁZAR \_12**  
Otra forma de contar la Historia

## **CAMINO DE SANTIAGO \_16**

La Ruta Jacobea narrada por los protagonistas del itinerario: los peregrinos

## **CULTURA \_22**

Los 26 mejores temas de Oasis, un año después de anunciar su ruptura definitiva

## **TENDENCIAS \_24**

Packard Bell lanza un 'netbook' mini, pero con grandes prestaciones como la alta definición

## **PREVENCIÓN \_26**

Evitar los problemas de oído tanto en el mar como en la piscina durante el verano

## **AVANCES \_27**

Ya está disponible en España la vacuna 13-valente contra el neumococo

# SUMARIO

NÚMERO 195

## **HOY FIRMAN EN OSACA**

tinio barriuso **\_4**



antonio pérez henares **\_6**

*santiago bajo la luna llena*

ramón sánchez ocaña **\_26**

bernabé tierno **\_28**

pilar riobó **\_30**

eneuve **\_38**

## **ALIMENTACIÓN \_30**

La relación entre los pesticidas y la hiperactividad

## **GASTRONOMÍA \_34**

Las sardinas, una delicia a pie de playa

## **MODA \_32**

Formas diferentes de acertar siempre con un pantalón

## **MOTOR \_37**

Apúntese a la lista de espera para tener el primer deportivo eléctrico de Tesla

## **CRÓNICA SOCIAL \_34**

Eva Longoria, elegante y discreta



**óscar del hoyo**  
**director de OSACA**

FOTO: JESÚS J. MATÍAS



**NÚMERO 195**  
11 DE JULIO DE 2010

## **SANTIAGO**

Fue hace ya cinco años. Mi abuela materna acababa de fallecer y yo tenía una promesa pendiente conmigo mismo: hacer el Camino de Santiago. Con la única compañía de mi mochila y del bastón de montaña de mi padre, decidí emprender la ruta desde León, desconociendo por completo todo lo que me iba a encontrar hasta llegar a Monte do Gozo.

Sin lugar a dudas los tres primeros días fueron los más duros. La extraña soledad del novato que se enfrenta a sus propios miedos, la incómoda tendinitis de la rodilla izquierda surgida por querer llegar cuanto antes al albergue en una etapa rompepiernas... Debo admitirlo. Durante esas jornadas tuve la tentación de dejarlo, de abandonar, de buscar el primer pueblo grande para coger un autobús y volver a casa. Pero no fue así. Mientras descansaba en la senda, con mi rodilla dolorida, cerca de la bella localidad de Molinaseca, vi a un hombre mayor, bajito, extremadamente delgado, de pelo canoso y que iba a un ritmo considerable. Me sorprendió la fortaleza que tenía a su edad y decidí seguir sus pasos hasta llegar al final de la etapa.

No fue hasta dos días después cuando volví a toparme con este amigable hombre. A pesar de lo temprano que era, el sol ya pegaba con mucha fuerza y Santiago -así se llamaba- sufrió un golpe de calor que le dejó tocado. Instintivamente decidí acompañarle hasta un lugar con sombra, donde pudiera recuperarse. Allí me contó que era de Irún, que su mujer había fallecido hacía unos años y que ya era la sexta vez que completaba la ruta desde Roncesvalles. Hoy he hablado con él por teléfono. Tenemos una bonita amistad. De nuevo está haciendo el Camino -su decimoprimer vez-, se encuentra muy cerca de O Cebreiro y yo siento admiración y una sana envidia por él.



**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

# UN INVIERNO EN LA HABANA

Levo años persiguiendo, rastreando como un detective, a un gran novelista dentro del género policíaco. Lo he encontrado: la cultísima amistad de mi amiga Fina no solo me ha permitido disfrutar de otra Mallorca, al alcance de muy pocos (y no por cuestiones de cartera, qué tontería...) sino conocer a un maravilloso escritor. Para quienes ya lo conozcan, mis disculpas por el retraso: para quienes no sepan quién es Leonardo Padura, cubano por más señas, les presento a un amigo para toda la vida y a una excelente compañera para este verano: casi tanto como Fina y Julián.

Uno sabe que ha encontrado una gran novela cuando contempla con absoluta tristeza que el libro se acaba: sabe que dentro de poco va a ser expulsado del paraíso. Una novela es una casa, una ciudad, una tierra que habitas, a veces con desgana, otras con indignación ante la chapuza final (¡hay tantos novelistas que cuadran a hachazos sus historias!), a veces con admiración y un punto de frío, como cuando eres invitado a un palacio... Otras veces, directamente, te rindes: ¡qué malo es esto, caray!

Y a veces con absoluta pasión. Se trata de novela negra y lo primero que se pide es que nadie dé una puntada sin hilo. Uno lee a los suecos y tiene la sensación final de haber oído tocar a la Filarmónica de Berlín *Paquito el chocolatero* mientras el primer violín baila el Ase-

rejé: pasan demasiadas cosas imposibles. Es más fina cosiendo Donna León, acaso excesivamente liviana: siempre pasa lo que tiene que pasar y te cuesta coger cariño a alguien. Porque se trata también de novela: y cada puntada de ésta, *Pasado perfecto*, está dada con un hilo vivo, que reconoce tus arterias. Nada sucede que no sea tuyo, que no hayas visto, que no haya cruzado tus entrañas: aunque, como yo, jamás hayas pisado La Habana. Eso es ser un gran novelista.

La primera sorpresa, para alguien acostumbrado a Lezama o a Carpentier (o a Cabrera), es una austeridad verbal muy eficaz: siempre la palabra justa y el uso de la situación como alternativa infinitamente decente al discurso. *Pasado perfecto* es casi una sugerencia gramatical, ese pretérito doble, simple y compuesto, en el que el segundo opera casi como presente (el destierro del indefinido tiene su gracia, como si el pasado no estuviera lleno de sombras; y la pervivencia del anterior tampoco es manca: no puede haber un pretérito posterior a no ser que hablemos de taquiones). En el presente alguien desaparece en Año Nuevo y su cadáver llega

con los Reyes; en el pasado ese alguien fue compañero del detective y le levantó limpiamente a la chica que adoraba en secreto. Nada nuevo. Como tampoco es nuevo que el pasado opere sobre el presente. Lo raro es la delicadeza de esa operación, en la que no se desfigura lo que fue ni se inventa la vida de nuevo: se basta sola. Eso te hace, lector, ser todos a la vez: la novela es tu casa. Entiendes al muerto y al asesino, entiendes el pasado y el ahora, com-

prendes que la niña eligiera decentemente al que iba para ministro aunque sintiera un tironcito hacia el que nunca sería Hemingway. Y te alegras, porque está invadida de un humor justo y medido, ese homenaje a Les Luthiers que hace que, cuando por fin se produce el encuentro amoroso, el tercero se produzca en el cuarto. Nada mejor para estos calores que pasar un invierno en La Habana, de la mano de un mago llamado Leonardo. Padura, por más señas.



tino barriuso  
Es profesor, columnista  
y escritor



UNA NOVELA ES UNA CASA,  
UNA CIUDAD, UNA TIERRA  
QUE HABITAS, A VECES CON  
DESGANA, OTRAS CON  
INDIGNACIÓN ANTE LA  
CHAPUZA FINAL, A VECES  
CON ADMIRACIÓN Y UN  
PUNTO DE FRÍO, COMO  
CUANDO ERES INVITADO A  
UN PALACIO... OTRAS VECES,  
DIRECTAMENTE, TE RINDES



# XII EDICIÓN PREMIOS JOVEN AIRÉN 2009



## 1ER PREMIO JOVEN AIRÉN PEDROTEÑO

Vinos Colaman, S. A. T.  
C/ Goya, 15. 13620 Pedro Muñoz - CIUDAD REAL  
Telf.: 926 586 410. Fax: 926 586 656  
[www.satcolaman.com](http://www.satcolaman.com)  
[colaman@satcolaman.com](mailto:colaman@satcolaman.com)

## PREMIO MEJOR ENSAMBLADO TOMILLAR

Sdad. Coop. de Castilla-La Mancha  
Virgen de las Viñas  
Ctra. Argamasilla de Alba, s/n  
13700 Tomelloso  
CIUDAD REAL  
Telf.: 926 510 865  
Fax: 926 512 130  
[www.vinostomillar.com](http://www.vinostomillar.com)  
[vinostomillar@vino.com](mailto:vinostomillar@vino.com)



## PREMIO MEJOR VINO ECOLÓGICO CLEARLY ORGANIC

San Isidro, Sociedad Coop.  
Castilla-La Mancha  
Bodegas Latúe  
Camino de la Esperilla, s/n  
45810 Villanueva de Alcardete  
TOLEDO  
Telf.: 925 166 350  
Fax: 925 166 673  
[www.latue.com](http://www.latue.com)  
[info@latue.com](mailto:info@latue.com)



## PREMIO MEJOR ESPUMOSO LATÚE

San Isidro, Sociedad Coop.  
Castilla-La Mancha  
Bodegas Latúe  
Camino de la Esperilla, s/n  
45810 Villanueva de Alcardete  
TOLEDO  
Telf.: 925 166 350  
Fax: 925 166 673  
[www.latue.com](http://www.latue.com)  
[info@latue.com](mailto:info@latue.com)



# Airén, 09

PURO ARTE

antonio pérez henares

# SANTIAGO BAJO LA LUNA LLENA

**H**abía visto Santiago de Compostela bajo varias luces. Pero a este año Xacobeo y a la invitación de participar en un encuentro internacional de Escritores de Viajes le debo haberlo visto por vez primera bajo la luna llena. Y solo por ello hubiera merecido la pena acercarse a la hermosísima ciudad gallega cuya noche iluminada por el astro nocturno daba un plus de belleza, embrujo y dulzura a sus c pulas, sus plazas y sus piedras.

La luna se asom , remontando sobre las más altas torres de la catedral, a la plaza del Obradorio que había estado repleta durante todo el día de peregrino y ba i  todo el espacio con la caricia de su luz suave. Yo march  a la parte de atrás del gran templo, buscando los soportales sombríos para, desde allí, disfrutar aún más del juego de su reflejo entre las sombras.

Era noche para estar y disfrutarla en soledad, pero aún mejor en compa a. Era noche para dejarse acariciar por los recuerdos, pero aún más para compartir el momento. Era noche para hablar quedo, mirar al cielo y aguardar el beso.

Pasaron las horas lentamente, navegó la luna sobre la ciudad entera y el viajero se sintió dichoso de que la ciudad que lleva como apellido Campo de la Estrella le re-

galara una noche donde éstas brillaron menos para rendirle pleitesía, aunque fuera solo por esta vez, al resplandeciente satélite de la ahora oscura Tierra.

Han sido unos días hermosos los pasados en Galicia y muy interesante la propuesta que esperamos tenga continuidad de un encuentro por el que han pasado escritores como Javier Reverte, Cristina Morato, Soledad Puertolas, Julio Llamazares y tantos otros

y donde los organizadores han tenido a bien que este que les escribe hablara de sus libros *Un sombrero para siete viajes*, *El pájaro de la aventura* y de quien de alguna manera los propició, Miguel de la Quadra Salcedo, cuya biografía *El último explorador* escribí junto con el doctor de la Ruta Quetzal, Antonio Franco. El libro está absolutamente agotado y uno no pudo dar solución a los lectores que se lo demandaron.

Sent  también que su protagonista no estuviera tampoco presente por encontrarse, precisamente, en plena expedición en tierras

mexicanas, pero sí que precisamente el periplo este año finalizara cuando regrese a España a esta ciudad que ahora yo dejo con nostalgia y emoción. Espero que a

ellos también cuando lleguen con el barco costeando por Portugal hasta desembarcar en las proximidades de Padrón también se les ofrezca una luna llena.



antonio pérez henares  
periodista y escritor



ERA NOCHE PARA ESTAR Y DISFRUTAR EN SOLEDAD, PERO AÚN MEJOR EN COMPA A. ERA NOCHE PARA DEJARSE ACARICIAR POR LOS RECUERDOS, PERO AÚN MÁS PARA COMPARTIR EL MOMENTO. ERA NOCHE PARA HABLAR QUEDO, MIRAR AL CIELO Y AGUARDAR EL BESO

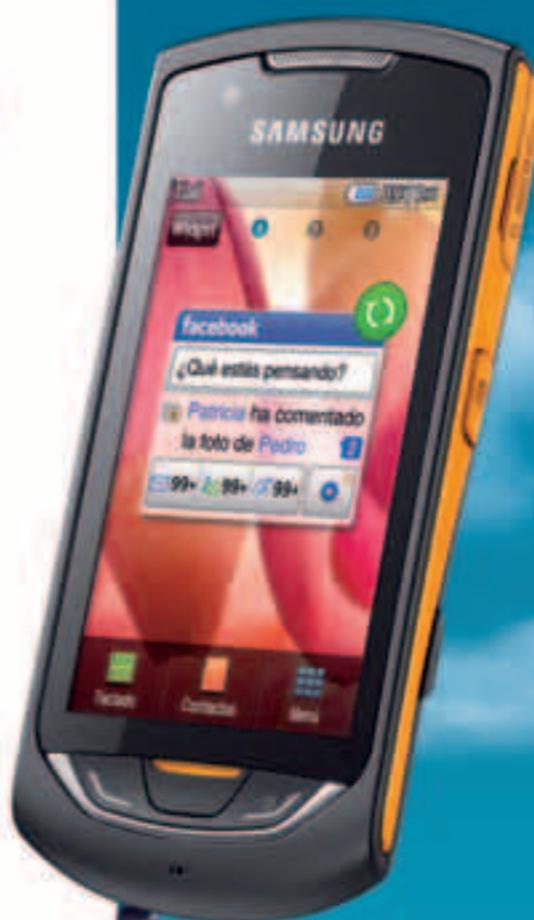
**Ven a Movistar**  
**Habla y manda SMS con**  
**toda tranquilidad,**  
**con las Tarifas Planas.**

Desde

**9,95€/mes**  
hasta final de año

Además llévate este **Samsung Onix -S5620** por **0 €**  
Queremos conocerte.

1004  
Tienda Movistar  
[www.movistar.es](http://www.movistar.es)



# UN CUARTO DE SIGLO EMULANDO A COLÓN

**PASEANDO POR LA CIUDAD DE VERACRUZ, LUGAR DE INICIO DE LA RUTA QUETZAL 2010 QUE AHORA ANDA YA POR ESPAÑA, SU CREADOR, MIGUEL DE LA QUADRA-SALCEDO, PARECE UN PERSONAJE DE OTRA ÉPOCA. CHAQUETA CLARA, SOMBRERO A JUEGO, LIGERA MELENA, TRADICIONAL BIGOTE Y UN ELEGANTE BASTÓN QUE LE AYUDA A LLEVAR SUS 78 AÑOS MARAVILLOSAMENTE, LE DAN UN AIRE COLONIAL, MAJESTUOSO QUE DEJA ENTREVER UNA VIDA APASIONANTE DEDICADA A VIAJAR, EXPLORAR Y DIVULGAR LO APRENDIDO. EN LA 25 EDICIÓN DE ESTE PROGRAMA, SU PROYECTO MÁS AMBICIOSO, UNIR A JÓVENES DE AMBOS LADOS DEL ATLÁNTICO, SE MUESTRA ORGULLOSO Y SORPRENDIDO POR SU ÉXITO. «ESTE PROYECTO ES UNA FILOSOFÍA DE VIDA, UNA SEMILLA QUE FRUCTIFICA AHORA, CUANDO VEMOS QUE HAY CHICOS CUYOS PADRES VINIERON A LA PRIMERA EDICIÓN. Y ESA SEMILLA SEGUIRÁ VIVA PORQUE ESTÁ BIEN SEMBRADA», SOSTIENE. ÉL ES SU ALMA, EL REY SU INSPIRADOR Y EL BBVA, LA ENTIDAD QUE LO HACE POSIBLE.**

maría  
verza  
texto

«HAY QUE LOGRAR QUE LOS CHICOS VUELVAN A ESCRIBIR LA HISTORIA DE AMÉRICA Y DE ESPAÑA EN COMÚN», ASEGURA DE LA QUADRA-SALCEDO

**T**ras una apariencia hosca, Miguel de la Quadra-Salcedo, que recibe a OSACA en un hotel veracruzano, rezuma cordialidad, Historia e historias y convierte la

entrevista en un viaje al pasado en el que es posible imaginar a Hernán Cortés llegando a Veracruz en sus barcos, a Catalina de Erauso (la monja alférez) desenvainando su espada disfrazada de hombre, o a la indígena Malinche, la enamorada de Cortés, aprendiendo español gracias a un cura que viajaba con el conquistador. «Hay que viajar ligero de equipaje pero con la maleta llena de libros», repite una y otra vez. «Si no, uno se pierde en esta globalización mal contada porque los errores en internet se multiplican».

Deportista, perito agrónomo, reportero, explorador, documentalista, pero por encima de todo viajero romántico hasta la médula, este madrileño de nacimiento y navarro de adopción, sitúa el verdadero origen de la Ruta en el mundo del deporte que le enganchó de niño, en las aventuras de Telémaco, el de la Odisea. «Aprendí a tirar el disco como él, creía que mi padre era Ulises y soñaba con ir a las Olimpiadas» (lo que finalmente consiguió). Gracias a ese deporte, viajó por primera vez a América, a Puerto Rico, en 1956. «Al volver fue cuando me di cuenta de que estábamos perdiendo a unos amigos de 500 años a los que apenas co-

nocíamos, que debíamos mantener vivos nuestros cromosomas iberoamericanos». «Ahora tenemos un regalo, los inmigrantes, y hay que lograr que los chicos de uno y otro lado vuelvan a escribir la historia en común, como sucedía antes».

El deporte le marcó de joven, le proporcionó una buena condición física de la que todavía disfruta, pero, sobre todo, le inculcó el espíritu de sacrificio, el afán de superación y sobre todo la austeridad, valores en declive que intentan transmitir en la Ruta. «La maravilla de los años de crisis es que produce en los jóvenes ganas de superarse y es la austeridad la que forma el espíritu, junto con la investigación y el descubrimiento», un pozo sin fondo en el que «todos los días hay nuevos hallazgos».

El primer viaje iniciático para iberoamericanos, entonces llamado Aventura 92, se hizo en 1979 con la celebración del V centenario del Descubrimiento de América en mente. «La idea surgió en una cena con amigos míos y el Rey Don Juan Carlos, quien me preguntó qué se podía hacer para que los jóvenes iberoamericanos nos conocieran y nosotros no nos olvidáramos de América. Le propuse repetir lo que hicieron en España en 1933, cuando todos los jóvenes intelectuales de la época hicieron un crucero por el Mediterráneo y una generación entera nunca olvidó ese viaje», recuerda el fundador de la iniciativa.







La propuesta, una expedición de 40 días que cada año transcurre por caminos distintos de Latinoamérica y España aprovechando una efeméride (este año es el bicentenario de la independencia de México y el centenario de su Revolución) cuajó y ya han pasado por el programa 8.000 jóvenes de toda América, Europa, y hasta Marruecos e Israel, chavales de 15 a 17 años, de distintas épocas y sociedades que Miguel de la Quadra está convencido que son «los que cambiarán el mundo».

En la actualidad, hay más chicas que chicos (antes era al revés), llegan con más información y, como apunta uno de los colaboradores de De la Quadra, «son más altos y con mejores cámaras de fotos», pero no cambia

la experiencia de hacer amigos de otro continente, convivir con otras culturas y con lo más bello o lo más duro de la Naturaleza, según toque.

«No nos metemos con lo que piensan», señala De la Quadra. «Que hagan lo que quieren, lo único importante es que descubran quiénes son y que lo hagan al lado de un latinoamericano, así no

olvidarán los secretos y valores que todavía no están caducos en América». De uno de ellos, la familia, él hace buena gala viajando acompañado de dos de

**LA RUTA QUETZAL HA LLEVADO YA A MÁS DE 8.000 JÓVENES DE 15 A 17 AÑOS POR TODOS LOS RINCONES DE IBEROAMÉRICA**

sus hijos y su mujer, Marisol Azurmendi, compañera inseparable desde que se casaron en Japón en 1965.

«En estos años he aprendido lo que somos, que yo no lo sabía. Como me dijo Pablo Neruda en una entrevista hace años, *España se llevó todo pero nos dejó todo*, somos mestizaje, ida y vuelta de las Españas, por mucho que ahora miremos más a Europa».

### PRÓXIMO OBJETIVO: CHINA

En estas 25 ediciones, se han visitado todos los países de América Latina y la asignatura pendiente es «el gran salto a China». «Toda la conquista pasó por dos embudos: el camino cruzando la selva de Panamá para ir a Améri-



1	2	3
4	5	6 7

- 1 De la Quadra-Salcedo saluda a unos indígenas durante una expedición en 1979.
- 2 El fundador de La Ruta Quetzal sigue al pie del cañón a pesar de sus 78 años.
- 3 Los aventureros disfrutaban de unos cochinitos al pincho.
- 4 De la Quadra-Salcedo recibe un reconocimiento a su trayectoria.



- 5 El pasado deportista del aventurero le ha permitido no perderse ninguna expedición.
- 6 La iniciativa trata de reforzar el vínculo entre España e Iberoamérica.
- 7 Miguel de la Quadra-Salcedo es el 'alma mater' de La Ruta Quetzal.

ca del Sur y desde Veracruz a Ciudad de México y Acapulco (en el Pacífico mexicano), para desde allí saltar a Manila y China», el viaje que confía hacer en próximas ediciones y en barco, su transporte favorito, «otra forma de viajar».

Desde su primer contacto con América han pasado 54 años y miles de kilómetros muchos de ellos recorridos como reportero de televisión. «Recuerdo esa época con cariño. El problema era que te emocionabas con el perdedor, como en Vietnam, y luego cuando llegaban a mandar se nos corrompían los mitos, así que, como quería ser objetivo y era imposible, me dediqué a hacer películas de Historia, de aventuras, de descubrimientos», programas

que, en muchos casos, marcaron época (*A toda plana*, en los 60, *El mundo en acción*, en los 70 o *A la caza del tesoro*, en los 80...).

Todavía siente emoción al pensar que estuvo en el nacimiento de países, como Bangladesh, pero no destaca un viaje sobre los demás. «Siempre viví en profundidad cada país porque no he viajado con maleta y en hotel de cinco estrellas, estaba con la gente y trabajaba con ellos, como camionero, ballenero, en oficinas salitreras, recorriendo Perú a pie durante dos meses, estudiando la selva colombiana...».

Atravesó Asia, sufrió en Vietnam o Camboya, viajó por África, cruzó una decena de veces el Atlántico en barco y dejó parte de su al-

ma en la selva del Amazonas. Vio de cerca la muerte y no cuando le condenaron a muerte en el Congo por rodar un fusilamiento en los 60, uno de sus episodios más conocidos, sino años más tarde «cuando iba con Israel en la guerra del Yom Kippur (1973) y los sirios nos tiraban napalm». También conoció muchas cárceles -«no estaban mal», bromea-, como las de Mozambique o las soviéticas, donde le encerraron por espía por hacer fotos en el Transiberiano.

Sus historias no tienen fin, sus planes sí, los resume en uno solo: «Hacer camino, la filosofía que intento transmitir». La jubilación, ni mentarla. «¿Qué es eso? Me pondré los zapatos al revés para no saber si voy o vengo».

>ENTREVISTA

## FERNANDO GARCÍA DE CORTÁZAR

profesor, historiador y escritor

# «LAS MUJERES NOS VAN A COMER EN SIGLO XXI»

juanjo saiz  
texto

juan lázaro  
fotos

Con más de medio centenar de libros en su haber, incluido el *bestseller* 'Breve Historia de España', **FERNANDO GARCÍA DE CORTÁZAR** (Bilbao, 1942), Premio Nacional de Historia 2008, regresa a las librerías con 'Leer España' (Planeta), texto en el que combina relatos puramente históricos con pasajes literarios de un sinfín de escritores que vivieron los hechos en primera persona y que nos hacen la historia de España más cercana y emocionante. Polibio, Tácito, San Isidoro de Sevilla, Averroes, Jesús Fernández Santos, Borges, Conan Doyle, Saint Simon, Pérez Reverte, Stephen Crane, y otros muchos autores asoman a las páginas de esta original, amena y documentada obra.

Inquieto, observador, escritor e historiador profesional de raíz vocacional, Fernando García de Cortázar es un noctámbulo irredento. Escribe todos los días del año, «también en Navidad», hasta las cinco de la madrugada. Duerme apenas cuatro horas (de cinco a nueve) y una siesta de 30 minutos. Mientras promociona por todo el país su último libro, este lúcido jesuita y veterano profesor de la Universidad de Deusto avanza en la elaboración de una novela de ficción basada en un personaje real. No quiere dar más pistas aunque añade que será «un gran friso de las ideologías, pasiones y sentimientos del siglo XX, pero también del miedo y de la inseguridad que ha provocado este tiempo en el hombre».

**Leer España ofrece, entre otras posibilidades, la oportunidad de reencontrarse o descubrir a los clásicos de la literatura universal. ¿Era un objetivo o un añadido?**

Amabas cosas. Como decía Italo Calvino, siempre hablamos de releer a los clásicos porque eso supone que los hemos leído, aunque hay mucha gente que no lo ha hecho. Con este libro también quiero demostrar a los historiadores que la historia hay que hacerla con la literatura pues en caso contrario quedaría alicorta, enferma, no integral. Además, creo que la historia, que es la ciencia del cambio, ha cambiado poco en sus métodos y en su forma de expresarse y por ello an-

do yo ahí, metiéndola empujones. A veces no nos damos cuenta de que la historia es un magnífico instrumento de educación ciudadana que, sin embargo, solo cumple su papel cuando realmente llega y se hace entender por el hombre de la calle. Me da pena esa imagen que muchas personas tienen de la historia como algo pesado, prolijo, cuando resulta que narra el deseo de supervivencia del hombre, el deseo de cambio, la utopía. La clave está en saber acomodarse siempre al lector y a los gustos de cada época. Otro problema es que desde la llegada del hombre a la Luna ya no nos vale con el documento escrito, también exigimos el documento visual, pero también necesitamos el testimonio literario. No es verdad que una imagen valga más que mil palabras, pero sí lo es que una palabra fecundando a una imagen hace a la imagen irresistible.

**Sintetizar sin perder la sustancia de los hechos es un reto al alcance de muy pocos. ¿Cómo se consigue?**

Estoy de acuerdo. Esa es la clave. Escribir es rehusar, decía Ortega, y Voltaire defendía que el secreto para no aburrir es no contar todo... El historiador lo que debe hacer es comentar lo más importante y hacerlo desde el presente, desde las preguntas que el hombre de hoy se está planteando ahora mismo porque no todo vale en historia. Hay que jerarquizar los conocimientos.

**¿Su mito literario preferido?**

*Fausto.*

**¿Y en lengua castellana?**

*El Quijote.*

**¿Y cuál cree que nos identifica mejor a los españoles del Siglo XXI?**

Creo que ninguno. La literatura española es la que más arquetipos ha creado, empezando por el gran mito de *El Cid*, la mayor manifestación de la manipulación de la memoria histórica porque el Poema fue escrito ciento y pico años después de su muerte con un claro objetivo: afirmar la preeminencia de Castilla sobre León, y de la monarquía sobre los nobles. Pero esto se ha hecho en todas las épocas. Tenemos el mito de Don Quijote, aunque lo contraponemos a Don Sancho porque a los españoles no nos gusta mucho volar. También hemos creado el gran mito de Don Juan, estudiado por literatos pero también por psiquia-





tras, empezando por Freud; el mito de Carmen... Creo que todos ellos nos han hecho daño porque los arquetipos literarios duran mucho más que los históricos y es muy fácil acogerse a ellos.

**¿No le parece que el pícaro es el arquetipo que mejor nos define a los españoles?**

Hombre, la verdad es que me cuesta generalizar cuando se trata de un aspecto negativo, pero sí, creo que los españoles somos un poco granujas y un poco pícaros. Mezclamos la chapuza con la modernidad, y como país a veces no se valora lo suficiente. Y no quiero decir que tengamos que andar sacando pecho continuamente, pero sí recordaría una frase de Lope de Vega en *La Dragontea*, que venía a decir, poco más o menos: *Cuántas hazañas, cuántas glorias. Pues si tienes quien las haga, por qué no tienes quien las diga*. En una palabra, nos cuesta reconocer el éxito o el trabajo bien hecho dentro, pero ense-

«LOS  
ESPAÑOLES  
SOMOS UN  
POCO  
PÍCAROS Y  
UN POCO  
GRANUJAS.  
MEZCLAMOS  
CHAPUZA  
CON MODER-  
NIDAD»

guida ensalzamos lo que vemos o nos llega del extranjero. Esto es muy grave porque repercute en la falta de ambición en política internacional. **Muchos escritores, quizás también la literatura en general, sintoniza fácilmente con lo marginal, con los perdedores. ¿Por qué no los historiadores?**

Esta pregunta me encanta porque, efectivamente, la literatura siempre ha sabido reflejar muy bien el lado oscuro, el drama, lo maldito, pero la historia la hacen los ganadores y nace desde el poder. Es un instrumento más que utiliza el soberano para reafirmarse en el poder. Aquí radica también, a mi juicio, la riqueza de este libro porque los textos literarios en él incluidos nos aproximan a los perdedores, a los momentos de naufragio, de dolor.

**Defiende que las víctimas del terrorismo de ETA «son los últimos perdedores de**

**nuestra historia». ¿En qué lugar de esa lista colocaría a los parados?**

Pues muy cerca de aquellos, pero sin olvidar que las víctimas del terrorismo ya no están aquí para contarlos. No obstante, los parados son el reflejo de una España que siempre ha existido. Son los grandes perdedores del desarrollo económico y, en estos momentos, también de una España improvisada, frívola, que no toma las medidas a tiempo y que está causando más dolor que el que era previsible que ocasionara una crisis grave.

**Usted se decidió por la Historia porque, manifestó en su momento, pensó que «el conocimiento del pasado le acompañaría más que la estética literaria y le explicaría mejor el mundo que la poesía». ¿Sigue pensando que la situación que vivimos es consecuencia de la historia y que si regre-**

**sáramos a ella no cometeríamos muchos de los errores que hoy repetimos?**

No. No todo lo que ocurre en la historia es fruto de un proceso o de un largo o pequeño movimiento social. Cuenta también cada momento y cada individualidad. Si nos detenemos en el tiempo actual, yo creo que la improvisación del jefe de Gobierno, su falta de preparación, su falta de respeto hacia los españoles, a los que parece querer engañar continuamente, su pensamiento alicorto está agravando notablemente la situación. Churchill decía que los políticos se distinguían de los estadistas en que aquellos solo trataban de ganar las próximas elecciones, mientras que los estadistas se preocupaban por la mejora y la grandeza de la sociedad a la que servían. En este caso, no hay que buscar antecedentes en el pasado porque es su personalidad la que está influyendo decisivamente en la política actual del Gobierno y de su propio partido.

**Metidos en harina y sin abandonar el ruedo nacional, ¿cómo valora la labor que está desarrollando la oposición?**

Rajoy fue elegido por Aznar y su partido para gobernar y si no hubieran sucedido los incidentes trágicos del 11-M, el PP gobernaría. Dicho esto, no sé si es el mejor político para llevar la oposición, que, contestando a su pregunta, está un poco desorientada y otro poco acomplejada. Esa imagen que trata de dar Zapatero, casi de situarles fuera del juego democrático, pues a veces influye mucho en ellos y se acomplejan. Deberían ser mucho más claros en muchos aspectos, como en su idea de España o de la batalla lingüística, por poner algún ejemplo. Me parece que los políticos del PP son contemporizadores en exceso.

**Volvamos, si le parece, a la arena literaria. ¿En su caso, como sentenció McLuhan, el medio, media; el medio es el mensaje? Es decir, ¿hasta qué punto le preocupan el estilo, los recursos literarios, el ritmo de la narración? ¿No es un peligro para el rigor y la fidelidad de los hechos expuestos prestar tanta atención a la forma?**

Comparto las palabras de McLuhan, pero discrepo respecto de los riesgos que puede correr el mensaje por prestar excesiva atención a la forma. Los historiadores españoles tienen un gran nivel en Europa, pero muchas veces les falla la transmisión, la comunicación, sobre todo cuando se ponen a escribir libros. Tan importante es saber historia como saber contarla. Me molesta que vosotros, los periodistas, solo llamáis escritores a los que hacen ficción y no a los que hacemos historia y nos esforzamos con una cierta voluntad de estilo en mejorar.

**¿El éxito de la novela histórica puede deberse precisamente a las carencias narrativas de los profesionales de la materia?** Por supuesto. Pero carencias narrativas también tienen muchos novelistas que cultivan el género histórico. Me sorprende esta floración tan numerosa de escritores y escritoras. Suelo decir que la novela histórica es un género muy difícil y desde el *Guzmán de Alfarache*, de Mateo Alemán, hasta *Fortunata y Jacinta*, prácticamente pasan dos siglos y no se publica una sola novela importante en España. Entonces,

«LA IGLESIA TIENE QUE CAMBIAR, TIENE QUE APROBAR EL MATRIMONIO DE LOS SACERDOTES Y DAR CABIDA A LA MUJER EN SU SENO»

«COMO HISTORIADOR DEBO SER OPTIMISTA Y ENTIENDO QUE CAMINAMOS HACIA UN MUNDO MEJOR»

«EN ESPAÑA LO IMPREDECIBLE NO ES EL FUTURO, SINO EL PASADO PORQUE ESTÁ PROFUNDAMENTE MANIPULADO POR EL PRESENTE»

¿cómo es que ahora se produce esta avalancha de autores y de textos? Pues la explicación es sencilla: la gente interesada en la historia, que considera que es importante conocerla, quiere creer que está aprendiendo historia cuando lee una novela de las de ahora, de esas de los arcanos, de misterios, de los templarios, de los masones, pero no son propiamente históricas porque contienen, en no pocos casos, multitud de anacronismos, como presentar sociedades del siglo XIV con ideas, sentimientos o actitudes típicas del siglo XXI, y esto sí es grave.

**Como jesuita e historiador, conoce como pocos los fundamentos de la Iglesia, sus virtudes pero también sus zonas oscuras. ¿Por qué la cúpula eclesiástica sigue actuando al margen del hombre de hoy?**

Porque no ha hecho una reflexión clara y rotunda de cuál es su servicio en el siglo XXI y qué es lo que se pide de ella. Las instituciones son históricas. Yo pertenezco a una gran institución, que es la Compañía de Jesús, que fue fundada con una cierta vocación intelectual en el siglo XVI por Ignacio de Loyola para combatir la Reforma protestante y para difundir el mensaje en el mundo entero, pero entiendo que este mensaje que pudo servir en el siglo XVI igual hay que cambiarlo para el tiempo presente. A pesar de que nosotros creamos que las instituciones religiosas y la Iglesia han cambiado, la transformación no ha sido suficiente para dar respuesta a los problemas actuales. Creo que se debe a una falta de adaptación, de acomodación a la gente de hoy y de aquí puede venir también la tremenda crisis vocacional que registran todas las instituciones religiosas. Al final ocurre como en los partidos políticos, que no se hacen un verdadero examen sobre a quién están sirviendo, para qué, qué es lo que pide el católico de hoy, y por ello actúan con unas ciertas rémoras de tradición que no se insertan en el puro Evangelio.

**¿Y qué postura mantiene sobre el matrimonio de los sacerdotes, sobre el aborto o los anticonceptivos?**

Tengo opiniones personales al respecto, pero no significan nada. Solo son las opiniones de Fernando García de Cortázar y no las de un miembro de la Compañía de Jesús.

**¿La pregunta no procede?**

Sí, claro que procede, pero creo que lo que yo diga o piense ante tales cuestiones no aporta nada. Sin embargo, sí opino, y así lo digo, que la Iglesia tiene que cambiar, tiene que aprobar el matrimonio de los sacerdotes y dar cabida a la mujer en su seno. La Iglesia ha dado ejemplos de un clarísimo antifeminismo durante toda su existencia y debe tratar de cambiar esto cuanto antes.

**También reconoce que la mujer es la peor tratada en el curso de la historia.**

Sí, eso es cierto. La mujer es la gran perdedora, también en la historia de la Iglesia. Más allá del sacerdocio femenino y de que más del 80 por ciento de las clientelas de la Iglesia son mujeres, sin embargo, no existe una sola jueza eclesiástica. Pero insisto. El matrimonio debiera ser claramente opcional; dejar al sacerdote que elija.

**Defiende el papel de la Historia como «instrumento de cambio del mundo» Pero,**

**siendo realistas, hoy el mundo vive de espaldas a la Historia.**

Yo creo que no. La esencia de la Historia es el cambio, el progreso, la transmisión de la utopía, pero la utopía en el sentido de mejora, porque si no genera fascismos, como la gran utopía nazi que solo produjo terror, o la utopía franquista de la democracia orgánica que deparó falta de libertad para los ciudadanos. Como historiador, debo ser optimista y entiendo que caminamos hacia un mundo mejor, en el que los derechos individuales tendrán mayor presencia.

**Pero hoy manda lo inmediato, el presente.**

Bajo ese punto de vista, sí. La velocidad de los cambios es tal que todo enseguida se convierte en pasado, incluso nuestra memoria se hace frágil respecto a acontecimientos que tenemos cercanos, como puede ser la Transición. Suelo decir que uno de los problemas de España es que aquí lo impredecible no es el futuro, sino el pasado porque está profundamente manipulado por el presente. La Historia en España muchas veces se reduce a fechas, a acontecimientos y no es una historia como proceso. Además, ahora la Historia ha perdido pie porque se está convirtiendo en un objeto puramente culturalista, sin ninguna incidencia en la vida pública ni en las actitudes de los políticos.

**Usted milita en el bando de los que «se arriesgan a denunciar con el arma de la Historia el poder vigente que premia y castiga, subvenciona o margina». ¿No le ha generado problemas esta forma de enfrentarse a lo establecido, a la norma?**

Ah, sí. Enormes, enormes problemas. Pero he elegido este camino y espero no alejarme de la ruta. He tenido conflictos con la Iglesia por mi libro *Los pliegues de la tierra*, un estudio del papado del siglo XX muy crítico sobre todo con el pontificado de Juan Pablo II, pero ahora los últimos acontecimientos (Marcial Maciel, casos de pederastia, etc.) me están dando la razón, y quizás los jesuitas, que son muy oportunistas, reivindicquen este libro que inicialmente, al menos *sotto voce*, condenaron. Siempre he defendido que los que tenemos voz debemos emplearla. Tengo que ser la voz de los sin voz. Yo no abandono al País Vasco, a pesar de que esté muchísimo tiempo en Madrid. La historia está obligada a hacer un balance de aciertos y de errores, debe ser un instrumento que sirva para hacer una denuncia. Si no, es un vano entretenimiento que, encima, a veces no entretiene, como vemos por lo que dice la gente. Para eso es mejor organizar un concurso de bacalao al pil-pil. La historia debe tener un cierto carácter, como una especie de sacerdocio, de enseñar a la gente a ser mejor.

**Como profesor de largo recorrido y escuela, ¿cuáles son los males de la educación en España y qué soluciones propone?**

Principalmente, el inmovilismo; no buscar nuevas rutas de transmisión de los conocimientos. La universidad vive de espaldas a lo que está ocurriendo más allá de sus muros. Creo que cualquier sistema educativo debe perseguir una mayor participación del alumno, en cuanto que protagonista activo de su formación. En el caso de las titulaciones de letras y humani-



dades, el modelo británico me parece el más acertado porque fomenta el papel del alumno pero sin relegar al profesor, que mantiene con los estudiantes una comunicación mucho más fluida y directa, en detrimento de las clases magistrales y el dictado maquinal de apuntes. Además, al alumno se le exige mucho más que aquí en ámbitos esenciales como es la creación personal, la lectura y la escritura.

**¿Dejar en manos de los políticos un asunto tan importante como las reglas que deben marcar la formación de las nuevas generaciones es delegar en exceso?**

Sí, sin duda. Nos gusten más o menos, son nuestros representantes porque así lo hemos decidido, o lo han decidido, en unas elecciones, pero, como pasaba en la Edad Media, deben actuar conforme a un, digámoslo así, libro de instrucciones y contar con la opinión de la sociedad. Lo que está muy claro es que la Educación nunca puede ser objeto de pelea entre los dos grandes partidos sino un objetivo básico de consenso.

**¿Y el papel de los padres y su responsabilidad en la formación de sus hijos?**

Le respondo con una frase, no textual, de Antonio Machado, que decía que podía suspender a un alumno simplemente conociendo a su padre o a su abuelo. Creo que ahora los padres son más requeridos por los responsables de los centros educativos, aunque tampoco sé si por ello mejoran los resultados de sus hijos. También es cierto que ahora son más permisivos y, cuando surge el conflicto, se suelen poner de su lado, quedando en entredicho el profesor o el director.

**¿Usted defiende la separación de los alumnos por sexo en las aulas. Los chicos con los chicos y las chicas con las chicas, como antaño?**

Pues no lo sé, pero es innegable que una chica de 16 años es ya una mujer hecha y derecha y en su desarrollo normal a esa edad suele ser más madura que los chicos. Me fijo mucho en los autobuses escolares y el otro día viajaba en uno repleto de alumnos de un conocido colegio de Madrid y me llamó la atención que las chicas hacían lo que querían con sus compañeros. Se lo comenté al profesor que iba con ellos y me respondió que es la tónica general. Ellas están mucho más desarrolladas y suelen tener mejores notas que los varones. Las mujeres nos van a comer en el siglo XXI (sonríe) y cada vez estoy más convencido, en expresión del genial Paco Umbral, de que las *marujas* somos los hombres, que estamos más pendientes de la bota de un jugador de fútbol que de cualquier asunto realmente importante.

**Quizás nos iría mejor a todos si nos impartieran una asignatura del tipo Historia para la Ciudadanía.**

Por supuesto. Es que la Historia es el gran instrumento de la ciudadanía y nos ayuda a relativizar, a combatir absolutos, ya sean religiosos, políticos o patrióticos. Y también tenemos un gran aliado en la Literatura porque es un magnífico instrumento de crítica.

**¿De quién se fía usted hoy en día?**

De mis lecturas, de mi fe, del mensaje evangélico, que me acompaña mucho. Soy un hombre de esperanza. Sé hacer cuentas, como decía Dante.

# UN CAMINO DE CONTRASTES

**RUBÉN, CAROLINA, ITZÍAR, CHRISTINA, PEDRO, CARMEN, HEILEEN, DANIEL Y VLADI SON PEREGRINOS QUE, CAMINANDO UNOS DESDE FRANCIA Y OTROS DESDE RONCESVALLES, SE DIRIGEN HACIA LA CIUDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA. ALGUNOS HAN COINCIDIDO EN LA LOCALIDAD RIOJANA DE SANTO DOMINGO DE LA CALZADA O EN LAS CASTELLANAS DE CASTROJERIZ O CARRIÓN DE LOS CONDES. AUNQUE NO TODOS ELLOS LLEGARÁN EN EL TRANCURSO DE ESTE AÑO XACOBEO HASTA LA TUMBA DEL APÓSTOL, UN LUGAR MÁGICO EN EL QUE COMPARTIR EMOCIONES DESPUÉS DE HABER ALCANZADO LA META, SABEN QUE MÁS ADELANTE LO CONSEGUIRÁN.**

santiago  
ibáñez  
texto

jesús matías  
fotos

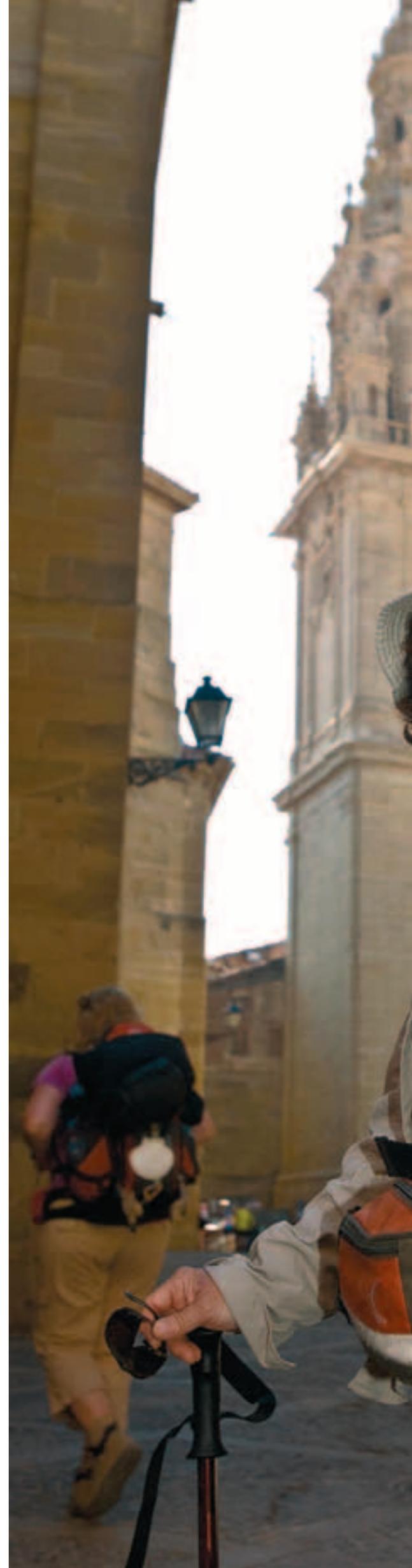
**I**tzíar es vasca. «De Urretxu», puntualiza con una amplia sonrisa, que deja al descubierto una dentadura espléndida -no podía ser de otra manera, es odontóloga-. Hace años que venía dándole vueltas a la idea de hacer el Camino de Santiago y, por fin, aceptó la propuesta de una amiga. Dejó a los pacientes de su clínica privada en manos de otra profesional y juntas partieron hace unos días desde Roncesvalles.

Aunque ambas son creyentes, «que no religiosas», matiza, no fue el motivo para embarcarse en esta aventura. Les interesaba el recorrido y se lo tomaron como una actividad deportiva, sin ningún punto de espiritualidad. Y así fue hasta que, en tierras navarras, discutieron y cada una continuó por su lado, «las dos hemos salido beneficiadas», comenta. A pesar de esto, Itzíar Oñatibia está convencida de que el Camino une a quienes lo transitan, porque «coincides con personas abiertas y generosas, que te ayudan», asegura.

Esta guipuzcoana ha recorrido alrededor de

**Rubén** | País Vasco

«Esta experiencia me la he planteado como un reto personal. La primera etapa fue la más inaccesible, pero también la más hermosa»





**Itziar Oñatibia** | Guipúzcoa

«Me atraen los templos sencillos. Son como esas personas discretas que terminan agigantándose»

25 kilómetros diarios hasta llegar a Santo Domingo de la Calzada, su última etapa de este verano. A sus 57 años, le sigue agradando sentir bajo sus pies el empedrado del casco histórico de los pueblos y ciudades como cuando era una cría.

Le atraen los edificios antiguos y, más que las iglesias monumentales, los templos que aparentemente son insignificantes. «Son lugares que comparo con esas personas humildes y discretas, que siempre terminan sorprendiéndote. La paz que transmiten los transforma en importantes, como si de repente cobraran vida, agigantándose», afirma pensativa. Es la razón por la que en el centro neurálgico de La Rioja Alta, ha invertido parte de la mañana en examinar con detalle la ermita de Nuestra Señora de la Plaza, situada frente a la Catedral. Le ha interesado especialmente su fachada barroca. Y resalta la hornacina bajo la espadaña con la imagen de la Virgen, Patrona de la ciudad, que también preside el retablo del interior.

Está cansada. «Noto los cinco kilos en la espalda». Dentro de la mochila, además del cepillo de dientes, guarda dos juegos de ropa interior, un saco de dormir de microfibra -especial para viajes-, una pastilla de jabón, unas zapatillas, vaselina para las ampollas, dos camisetitas, dos pares de calcetines gruesos y otros dos finos, un paraguas y un impermeable. Aunque faltan unos minutos para que el reloj de la plazoleta anuncie que son las 10 de mañana, el sol brilla con fuerza e Itziar elige del soportal el único banco a la sombra, para liberarse de la carga y darse un respiro.

«Buen camino», le desea una mujer de edad avanzada al pasar a su lado. La señora, vecina del pueblo, se detiene, gira sus pasos hacia la peregrina, se acerca y le pregunta si conoce *El milagro de la gallina que cantó después de asada*, y le explica que es una leyenda muy antigua, divulgada desde la Edad Media. Y, sin aspavientos, la interpreta a su manera para ella. Le aclara que, en la Basílica que cobija el sepulcro de Santo Domingo -uno de los personajes más venerados del Camino de Santiago- en recuerdo de este suceso, se mantiene un gallo y una gallina vivos durante todo el año. «Siempre de color blanco», matiza la narradora y, bajando la voz y abriendo mucho los ojos, le descubre que «proceden de donaciones de los devotos».

Anécdotas de este estilo son las que animan a esta guipuzcoana a retomar la caminata la próxima primavera. Sumará kilómetros como lo ha hecho estos días: a veces en grupo y otras sola, pero marcando ella el ritmo. Del trazado, resalta la variedad de paisajes que ofrece Navarra y su esmerada

señalización para facilitar la travesía a los caminantes, «detalles que deberían cuidar mejor en La Rioja», apunta, aunque califica con un sobresaliente los albergues de ambas comunidades que, según ella, «están perfectamente equipados».

**DOS ITINERARIOS** Quienes deciden dirigirse a Compostela ya en territorio español pueden escoger entre dos itinerarios, a partir de los Pirineos. Desde Somport, en la frontera con Francia, o saliendo desde Roncesvalles, en Navarra. A partir de aquí, el sendero será solo uno.

Muchos de estos peregrinos han recorrido ya por territorio galo distintas rutas que confluyen en Saint Jean Pied de Port, último pueblo francés antes de llegar al límite con la Península Ibérica. Son gentes que proceden de diversos puntos de Europa, pero que van más o menos dispersos. Será después de los collados pirenaicos cuando empiecen a encontrarse unos con otros en albergues, monasterios o casas particulares, que les proporcionarán cobijo, y en la propia vereda al hacer un alto para reponer fuerzas.

Rubén Sánchez Mohedas, de 35 años, veci-

**Pedro Eslava** | Barcelona

«Me sorprende que algunos agricultores mayores respondan a mis 'buenos días', con el mayor de los silencios»



Christina Doxakis | California

«Escuché en la ciudad de San Francisco que existía en Europa un trazado singular capaz de unir a los peregrinos que lo frecuentan. Soy testaruda y pedí a dos de mis hijos que me acompañaran, para mezclarnos entre ellos»

«Tomo notas para publicar un libro protagonizado exclusivamente por mujeres que he conocido en el Camino»

no de San Sebastián y árbitro de ACB, consciente de que el trayecto no es un maratón ni una pista donde se pone a prueba la resistencia física, se planteó esta experiencia como un reto personal y partió de la mencionada localidad francesa. Indica que «el primer tramo», en el que hay que salvar 1.000 metros de altitud en menos de 15 kilómetros, «es el más difícil, aunque también el más hermoso», porque «transcurre entre bosques de hayas, robles de hojas anchas, castaños, fresnos y alisos», comenta.

A Rubén le acompaña una amiga que vive en Santiago de Compostela y que decidió seguirle por una promesa relacionada con el estado de salud de un familiar cercano.

Iniciaron el recorrido en un día de lluvia con niebla cerrada. A él le sorprende encontrarse con más extranjeros que españoles, sobre todo italianos, canadienses y franceses. Su compañera de viaje, Carolina Novío, está radiante porque ha aprobado unas oposiciones de la *Xunta*, a la que espera de inmediato incorporarse. La pareja discute de cuando en cuando para acabar más tarde haciendo las paces, «son las *ventajas* de la convivencia», comentan restándole importancia. Donde les apetece se detienen para tomar un refresco y una cerveza o en este caso un café acompañado de *un ahorcadito*, hojaldre típico de Santo Domingo de la Calzada, relleno de crema de almendra, que saborean «sin prisa, pero sin pausa».

De la experiencia vivida hasta ahora, a este deportista se le ha quedado grabada la interpretación del canto gregoriano con que les obsequió a las seis de la mañana un alemán en el albergue de Roncesvalles, «el silencio primero y los aplausos después de los 120 peregrinos que ocupábamos las literas de la nave fueron impresionantes», rememora. Sin embargo, Carolina escoge del panorama andado «un campo de amapolas en medio de tanto verde».

La pareja, que camina entre 30 y 35 kilómetros diarios, tiene previsto llegar al *Monte Do Gozo* el 15 de julio, después de 27 días.

Pedro Eslava, barcelonés, electricista autónomo de 41 años, inició también el recorrido en la frontera francesa. Le gusta patear. «Mis pies están acostumbrados a estas botas o viceversa», dice, señalando su calzado, que ahora pisa 35 kilómetros cada jornada.

Las etapas, que por este año dará por concluidas en Burgos, necesitaba hacerlas, en parte, «por desconectar de la vida laboral». Cuando se apagan las luces a las 10 de la noche en el aposento de turno y le resulta casi imposible conciliar el sueño por los «inacabables ronquidos de unos y otros», puntualiza, echa en falta a su mujer, que no se sumó a la caminata porque «no es lo suyo», recalca sonriendo.

Este catalán, a medida que ha ido cubriendo tramos sin dejar de sorprenderse por la diferencia de paisajes de las comunidades autónomas, ha descubierto el carácter bien distinto de los ciudadanos que las habitan. Se le hace extraño que algunos agricultores mayores respondan a sus «buenos días», con el mayor de los silencios. «Tal vez estén acostumbrados a ver pasar demasiados peregrinos», puntualiza con una pizca de ironía. Por eso, cuando le desean «Buen camino», lo agradece doblemente.

De las prendas que lleva en la mochila, Pedro ha reservado un pantalón y una camisa, que se ha resistido a utilizar, porque «debo estar presentable en el tren que me devuelva a Barcelona».

**HOSPITAL DE SAN ANTÓN** Para los peregrinos que llegan a Castrojeriz, situada a 48 kilómetros de Burgos y uno de los hitos más importantes de todo el trayecto, la primera sorpresa la constituye el Hospital General de San Antón. El casco antiguo de la villa, en la parte media-baja de la falda de la monta-



**Carmen Rovira** | Teruel

«Liberarme definitivamente hace unos meses del trabajo de la fábrica, para el que se requería un esfuerzo físico, me ha dado la oportunidad de realizar este sueño»

«Lo más dificultoso hasta ahora son los senderos pedregosos, con pendientes que no acaban nunca»



ña, configura uno de los trazados urbanos más largos por los que discurre el Camino. En el extremo oeste de su Plaza Mayor está situado el albergue municipal de San José, que se mantiene de la voluntad de los caminantes. En el interior del recinto, un cartel aconseja: *Valora lo que encuentras y sé solidario*. Apoyada en un banco de madera de la terraza, Heileen Murphy, de 45 años, embadurna sus brazos y sus piernas con un aceite bronceador que le dejan

la piel brillantísima, «para protegerme del sol», aclara, y se expone descaradamente a sus rayos cubierta con una enorme pabela de paja. En su país, Irlanda, es profesora de matemáticas y de geografía. «Este azul del cielo es único, maravilloso; me gustaría pintarlo, pero no sabría hacerlo. En la ciudad en la que vivo, se empeña en mostrarse siempre grisáceo».

Heileen comenzó su aventura en los Pirineos y los kilómetros que le quedan los comple-

tará a pie como hasta ahora, alrededor de 30 diarios. Interesada por los comentarios de unos profesores que habían realizado parte del recorrido, se propuso imitarlos. Su determinación ha sido recompensada con creces al estar en continuo contacto con la naturaleza, sin trasladados en autobús o ferrocarril. Disfruta del silencio del sendero y con el canto de los pájaros. No tiene hijos, pero sí tres gatos, que ha dejado al cuidado de unos vecinos. «Siento devoción por

**Heileen Murphy** | Irlanda

«Si pudiera hacer magia, robaría los campos de cereales ondulados y los guardaría en la mochila para evitar que me sancionaran»

«Admiro el Románico de las iglesias, que en mi país no existen porque las destruyeron todas al ser colonizado»

«El azul de este cielo es único, maravilloso; en el lugar en el que vivo se empeña en mostrarse permanentemente grisáceo»





**Daniel Gómez Lorenzo** | Tenerife

«No es cierto que para salir airoso de esta aventura sea necesario ir provisto de cartera grande y mochila pequeña»

«Lo más caro del viaje es el traslado de la bicicleta. Me sale bastante más costosa que mi pasaje»

«No echo en falta el mar en tierra adentro, porque continúa en Tenerife. En cambio, disfruto de la increíble belleza de los ríos, de la visión de caballos en libertad, de vacas pastando en el monte y hasta de la sorpresa de un corzo que cruzó veloz a escasos metros»

los animales», se disculpa, y cuenta un hecho del trío de mininos como si se tratara de niños traviesos. Esta educadora ha quedado impresionada por la visión de una bandada de buitres cerca de Burgos, junto a Tardajos, y por las cigüeñas oteando el horizonte desde los campanarios. «Si pudiera hacer magia», comenta con una provocativa carcajada, «robaría los campos de cereales ondulados y los escondería en la mochila para evitar que me sancionaran».

Admira el Románico de los santuarios que no puede disfrutar en Irlanda, porque «los destruyeron todos cuando fue colonizada», explica cambiando el semblante antes de recobrar la sonrisa para afirmar que «sois afortunados por tener un patrimonio tan importante». Es católica. Después de impartir sus clases, acostumbra a visitar una iglesia para meditar, depositar unas monedas y dejar encendida una vela.

En el Camino ha congeniado con Christina Doxakis González-Rose, una griega hija de mexicanos, que vive desde hace 31 años en

San Francisco (California), y con Carmen Rovira, vecina de Alcorisa (Teruel), la mayor del grupo, prejubilada de 62 años y que, a su manera, hace para nosotros de traductora. Las tres se han hecho inseparables y llegarán juntas a Compostela.

Christina nació en Atenas hace 58 años, aunque aparenta muchos menos. La acompañan dos de sus tres hijos, de 17 y 19 años. Es investigadora privada y ejerce de defensora en casos de criminología. Le gusta su trabajo como le agradan Barcelona y Andalucía, donde residió unos meses hace algún tiempo. «Lo que estoy descubriendo ahora es otra España». Fue en San Francisco donde le comentaron que existía en Europa una travesía que une a los peregrinos de todas las clases sociales que lo frecuentan. «Soy testaruda y quise mezclarme entre ellos», asegura. Los dos primeros tramos le resultaron durísimos, hasta el punto de querer arrojar la toalla, pero recobró el entusiasmo cuando en el primero de los al-

bergues le dijeron que se notaba que era «una mujer con coraje». Aunque se declara agnóstica, siente «absoluto respeto por los creyentes». Esta abogada toma apuntes para escribir un libro poblado por mujeres con las que ha coincidido en el Camino.

Lo primero que hará la turolense Carmen Rovira al regresar a su casa será darse de alta en internet, «para mantener el contacto con las personas que voy conociendo». Liberarse definitivamente del trabajo de la fábrica hace unos meses, «para el que se requería un notable esfuerzo físico», le dio la oportunidad de llevar a cabo este sueño. Viajó a Santiago hace 20 años en autobús, coincidiendo que era también Año Xacobeo, pero no se sintió peregrina. «Ahora es distinto», asevera. Lo más dificultoso para ella son los senderos pedregosos, con pendientes «que no acaban nunca», como cuando llegó a Arrés, «un pueblecito precioso» de Zaragoza, habitado por apenas 20 personas. Se imagina su llegada a la Plaza del Obradoiro, en el corazón de Compostela, donde arriban cada día cientos de peregrinos, «como un acto emotivo», y lo compara con el parto de una mujer después de nueve meses de embarazo. «Tuve un hijo que falleció a las cuatro semanas y sé lo que es dar a luz», sostiene. Al Santo le pedirá por la salud de su marido, por la de ella y por las personas a las que quiere. Son sus tres deseos.

**BILLETERA GRANDE** En plena Tierra de Campos, se levanta Carrión de los Condes (Palencia). En la plaza que lleva todavía el nombre del dictador que mandó durante cuatro décadas en España, el tinerfeño Daniel Gómez Lorenzo, monitor deportivo de 29 años, está pendiente de los movimientos de un hombre que trata de acomodarse junto a la puerta del primitivo templo de Santiago, del que solo queda la portada románica del siglo XI. Se trata de un caminante ruso con el que ha coincidido en algún albergue. «Es un músico extraordinario», comenta en el instante en que surgen las primeras notas de su flauta travesera.

Daniel, que viaja solo, respetando todas las señalizaciones del Camino -nunca por carretera-, no está de acuerdo con el dicho popular de que para llegar hasta Santiago desde Saint Jean Pied de Port, donde empezó, *se necesita cartería grande y mochila pequeña*. Lo tiene programado. Aparta cada mañana un billete de 20 euros para sus gastos. Se alimenta de ensaladas, cerveza, café y fruta, que adquiere en supermercados. Lo más caro es el traslado de la bicicleta, ya que todas las compañías aéreas han igualado los precios para transpostar este tipo de vehículos y le resulta «más costoso que mi pasaje». No echa en falta el mar en tierra adentro, «porque sé que continúa en Tenerife» y, a cambio, disfruta de «la increíble belleza de los ríos, de la visión de grupos de caballos en libertad, de vacas pastando en el monte y hasta de la inesperada sorpresa de un corzo que cruzó veloz a escasos metros». Inició la ruta el 15 de junio y, tras recorrer 60 kilómetros diarios, esperaba llegar a la Plaza del Obradoiro el pasado 5 de julio.

Carrión de los Condes, donde se dice que es el lugar en el que el viajero podrá comer como un

Wlodzinielzz Majcherren | Polonia

«He realizado el trayecto desde Roncesvalles a Compostela y viceversa 15 veces hasta ahora»

«Busco un mecenas que edite mi última novela, donde los personajes hacen la misma ruta que los peregrinos del Camino, pero a la inversa. La narración comienza el mismo día en el que la ciudad de Santiago fue elegida Patrimonio de la Humanidad en 1985 por la Unesco»

rey, descansar con la tranquilidad de un monje y divertirse como un villano, forma parte del paisaje casi familiar de Wlodzinielzz Majcherren, que prefiere que le llamen *Vladi de Polonia*. Nació hace 45 años en O'swiecion-Auschwitz, donde era taxista. Al divorciarse, dio otro rumbo a su existencia. Desde entonces sobrevive en España. Quince son las veces que ha realizado el trayecto de Roncesvalles a Compostela y viceversa hasta ahora; va de albergue en albergue, buscándose la vida, prestando sus servicios como hospitalero. Ha publicado tres libros en su país y reclama un mecenas que publique su última novela, donde los personajes hacen la misma ruta que los peregrinos, aunque a la inversa, desenvolviéndose en escenarios como Santa María de Unate (Navarra), la Basílica de San Isidoro (León) y en el entorno de la Catedral compostelana. La narración comienza, según él, el mismo día en el que la ciudad de Santiago de Compostela fue elegida Patrimonio de la Humanidad en 1985 por la Unesco.

«¿Si soy creyente?», repite, elevando la voz sorprendido por la pregunta. «No me ofenda. Soy caballero templario», responde por primera vez en perfecto castellano.



> MÚSICA

**oasis**

# CUANDO ÉRAMOS REYES

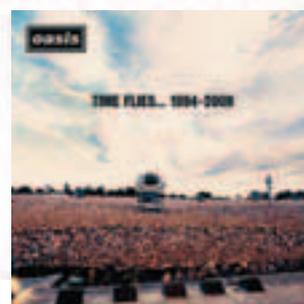
Un año después de anunciar su ruptura definitiva, Oasis reúne sus 26 mejores temas en 'Time flies... 1994-2009', un recopilatorio doble con todas las canciones que los encumbraron a la cima de la música.



El 28 de agosto de 2009, instantes antes de aparecer en el escenario del festival Rock en Seine, en los alrededores de París, los iracundos Liam y Noel Gallagher tuvieron una de sus interminables peleas. Estaban en plena gira europea de presentación de *Dig out your soul*, su notable séptimo álbum de estudio, y el enfrentamiento resultó ser definitivo. Liam destrozó la guitarra de su hermano Noel (compositor de la mayor parte de los éxitos del grupo) y, dos horas después de anunciar la cancelación del concierto y del resto de la gira, éste anunciaba en la web del grupo: «Con algo de tristeza, he decidido dejar Oasis esta noche. La gente escribirá y dirá lo que quiera, pero simplemente no puedo seguir trabajando con Liam ni un día más». Se ponía así punto y final a un grupo marcado por la polémica, capaz como

ningún otro de crear tendencia en los años 90, y de erigirse en banderas orgullosas y chulescas del brit pop, un movimiento musical efervescente que resucitó Manchester y en el que contaban como enemigos íntimos con bandas de la talla de Pulp o Blur.

Para recordar su legado y dar lustre a las canciones que les hicieron vender más de 70 millones de discos en todo el mundo, Sony BMG acaba de publicar *Time flies... 1994-2009*, un doble recopilatorio que reúne todos los *singles* del grupo a lo largo de su trayectoria, desde el irresistible *Supersonic* hasta el más reciente *Falling*



*down*, sin olvidar clásicos como *Some might say*, *Don't look back in anger* o la imprescindible *Wonderwall*, votada en 2005 como la mejor canción británica de todos los tiempos.

Fueron los reyes del mambo, y no dudaron de su condición en ningún momento. Arrogantes y retadores, afirmaban sin pudor ser «el mejor grupo del Planeta», adoptando una pose desafiante que, junto a un puñado de excelentes canciones, les elevó a los altares del pop. Llenaron los estadios de medio mundo, pero su momento cumbre llegó en el verano de 1996 tras publicar los impecables *Definitely maybe* y *(What's the story) Morning glory?*, su popularidad estaba disparada a niveles desconocidos desde los Beatles, y en las tardes del 10 y el 11 de agosto de aquel año, 250.000 espectadores vibraron con dos conciertos que habían superado los dos millones y medio de peticiones de entradas (uno de cada 20 ingleses pidió un tique para verlos). Aquellas veladas marcaron el techo de la banda y, precisamente la estampa de esa multitud expectante aguardando la salida de los Gallagher, ha sido la imagen escogida como portada del recopilatorio.

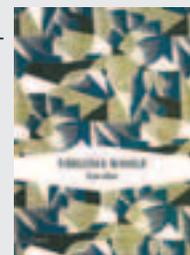
El disco se ha lanzado en varios formatos, con dos y tres discos (el tercero adicional incluye su actuación en el iTunes Festival 2009), cinco vinilos y acompañado de un dvd que recoge los 36 vídeos grabados por el grupo, incluyendo las versiones británica y norteamericana de algunos *clips* que jamás antes se habían puesto a la venta. El audiovisual también trae metraje del último directo que se grabó del grupo (el 21 de julio en el Roundhouse de Londres), y versiones en vivo de temas como *Gas panic!* o *Little by little*, junto con audiocomentarios de cada uno de los integrantes del grupo en algunos vídeos.

Con Noel centrado en su carrera en solitario (en marzo ofreció sus primeros conciertos, que no incluían nuevas canciones), y el resto de ex Oasis (Liam, Gem Archer, Andy Bell y Chris Sharrock) reagrupados en Beady Eye (prevén lanzar su primer disco en 2011), parece cerrarse definitivamente, quizás, una de las páginas más brillantes de la música anglosajona contemporánea.

> LIBRO

## ELOGIO DE LA MELANCOLÍA

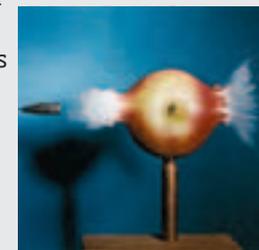
Pocos libros ha dado la literatura tan hermosos y conmovedores como *Las olas*, de Virginia Woolf. Al precio de 21,90 euros, Lumen acaba de recuperar el clásico de la londinense, donde con una exquisita prosa rebosante de lirismo, exploraba con alarmante solvencia los límites de los tiempos narrativos. En *Las olas*, Woolf traza seis monólogos interiores cruzados de otros tantos personajes, a los que descubrimos como niños dedicando sus vidas a pueriles juegos de recreo y con los que crecemos hasta acompañarles en su camino a la madurez y la profunda melancolía. Con una destreza deliciosa, la autora incluye una serie de interludios que fragmentan el relato y a la vez lo tejen en torno a la suave cadencia de unas olas que intentan sin éxito escapar del mar que las arropa y sacude. La mortalidad, la soledad, la conciencia grupal y la trascendencia son algunas de las cuestiones que desliza en un relato protagonizado por seres que, desde su silencio, claman: «Nos meten en un torbellino y nos separan. La conciencia de mi propio ser casi perece; mi rebeldía. Me arrastran hacia dentro, me hunden, me elevan hasta el cielo».



> ARTE

## TIEMPO DETENIDO

La sala de exposiciones BBVA-AZCA (en el madrileño Paseo de la Castellana) acoge hasta el próximo 25 de julio cerca de un centenar de fotografías tomadas por el ingeniero electrónico norteamericano Harold Edgerton, un científico que a comienzos de los años 30 se dedicó a captar mediante fotografías instantes imperceptibles para el ojo humano. La salpicadura de una gota de leche, una bala atravesando una manzana o los movimientos generados durante el vuelo de un ave, un atleta o un tenista son algunas de las insólitas imágenes presentes en la antología *Anatomía del movimiento*, primera exposición individual dedicada a Edgerton en la península, que se incluye dentro del certamen PHotoEspaña 2010. Junto a 95 instantáneas, la muestra alberga también un documental y diversos materiales de trabajo inventados por el propio artista, un pionero del maridaje entre arte y ciencia, cuyos avances fueron tenidos en cuenta en momentos clave de la historia de la humanidad como el desembarco de Normandía.





## PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Posiblemente, nunca gane un Oscar, un César, un Goya o lo que sea, pero la modelo francesa **LAETITIA CASTA** sigue intentándolo en el mundillo del cine. Si en **Astérix** se limitó a sonreír y poco más, en **Gainsbourg (vida de un héroe)** se luce un poco más. En este *biopic* sobre el polifacético artista -fue pintor, músico, director, actor, escritor y compositor-, esta bella *gabacha* da vida a una de sus grandes conquistas, Brigitte Bardot.

### ECLIPSE



## Y TODAVÍA QUEDAN DOS

Edward insiste a Bella para que se case con él. Mientras, Victoria prepara un ejército de vampiros.

**L**una nueva acababa justo en el momento en que Edward pedía la mano de Bella. **Eclipse** termina cuando Edward le hace entrega a Bella del anillo de pedida. Normalmente, en cualquier otra película, estos acontecimientos ocurren uno a continuación de otro. ¿Quieres casarte conmigo? Ahí está el anillo. O al revés: muestran la sortija y hacen la petición. Pero en la saga las cosas ocurren con mucha parsimonia. Son necesarias dos horas para pasar de un instante al otro.

David Slade dijo en su momento que no dirigiría ningún capítulo de esta serie ni borracho. No era extraño pues tenía en su haber dos cintas con estilo propio: la magnífica **Hard Candy** y la peculiar mirada a los vampiros de **30 días de oscuridad**, bastante más *gore* que la presente. Finalmente, aceptó estando sobrio. Resultado: hay algunas cosas interesantes, un ritmo más animado, buenas escenas de acción, pero... No puede salirse del *Te quiero muchísimo; yo a ti más*.

Lo mejor que se puede decir de esta película, y eso ya es un notable avance, es que no aburre. Slade tiene oficio y, para empezar, nos presenta

una secuencia oscura, gótica, agobiante, en las calles de Seattle. Inmediatamente llega el acaramelamiento, pero al menos ha mostrado una pauta de diferencia.

Hay tres *flash back* que aportan algo de interés a la historia y que tratan de profundizar un poco en la personalidad de los secundarios, muy planos hasta ahora. Pese a todo, queda claro que la buena plantilla de actores y actrices está desaprovechada. Dakota Fanning tiene unas pocas líneas de diálogo para justificar el sueldo, Bryce Dallas Howard apenas tiene la oportunidad de lucirse y Jodelle Ferland transita en un par de secuencias con un personaje que ha perdido parte de su presencia en la sala de montaje: aparece y desaparece de modo extraño sin apenas interés para la trama.

Quien gana puntos es Taylor Lautner (Jake). De la manga larga de la primera parte pasa a la corta en la segunda, y ahora en plan pecho lobo, para deleite de féminas. Pese a los diálogos delirantes y ridículos de la tienda de campaña, es el mejor actor de todo el reparto.

Slade se luce aquí y allí con algunos movimientos de cámara, *travellings* cenitales y otras habilidades. Donde destaca, sin duda, es en la pelea final de los neófitos contra los vampiros y los hombres lobo. Acostumbrados a ver escaramuzas de todo tipo, sorprende que aún haya alguien con imaginación para ofrecer algo original.

Nuestro paisano Javier Aguirresarobe lo hace genial. Este director de fotografía presenta de modo maravilloso los paisajes y logra ofrecer un estilo unificador que otorga a la película una ambientación característica. Sea la oscuridad de Seattle, los bosques de Forks o la tormenta de nieve. Filme entretenido y ñoño, sin más.

## SHIN CHAN

[HTTP://SHINCHAN.LUK.ES/](http://shinchan.luk.es/)



EL CONCURSO

Ahora que acaba de salir en DVD la película **Shin chan a ritmo de samba**, hoy sorteamos cinco *packs* de la película y un peluche de este pequeño héroe vestido de *hip hop*. Por cierto, ¿qué harías si tuvieras un hijo y-o sobrino como Shin chan? Escribe ya a: [cine@serviciosdeprensa.com](mailto:cine@serviciosdeprensa.com).



© 2006 Usui Yoshito./Futabasha SHIN-EI Animation TV Asahi Corporation./ All Rights Reserved.

gustavo de prado texto

# TENDENCIAS



## LO PEQUEÑO ES GRANDE

Packard Bell presenta su nuevo netbook, el dot a, un dispositivo de reducido tamaño, pero con grandes prestaciones, como la alta definición en su pantalla táctil multigestos.



### **PACKARD BELL DOT A**

Últimamente te hemos abordado con un montón de portátiles. No es para menos, porque este sector es el que más innova y lanza más dispositivos cada semana.

Hoy le toca el turno al netbook de Packard Bell, el dot a, un ordenador compacto y fácil de transportar y que, pese a su reducido tamaño, nos trae grandes prestaciones.

Diseñado para aquellos que se preocupan por el estilo y que quieren disfrutar del entretenimiento en cualquier sitio, este portátil es tremendamente fácil de utilizar y cuenta con una batería de hasta siete horas con una carga para que puedas estar conectado en todo momento.

Sus 11,6 pulgadas son suficientes para que disfrutes de la alta definición de su pantalla. El monitor es táctil multigestos, ideal para desplazarse por documentos, girar imágenes, hacer zoom y navegar, todo ello sin ratón, solo con tus dedos.

Además, pese a ser un netbook, está equipado con un teclado de tamaño completo para una escritura cómoda.

Su grosor es de menos de una pulgada y pesa cerca de 1,4 kilos.

Con la más reciente tecnología de AMD para portátiles ultrafinos, el dot a te permite ver películas y vídeos de internet en alta definición, reproducir títulos populares de videojuegos y obtener todos los beneficios de Windows 7.

Por primera vez, un netbook puede admitir una visualización excepcional en alta definición en una amplia gama de periféricos, transmisión de audio y vídeo, y protección de contenido digital de elevado ancho de banda (HDCP). El puerto HDMI permite conectar el ordenador a todos los televisores de alta definición.

Es perfecto para la edición completa de fotos y vídeo y para almacenamiento y uso compartido avanzado: disco duro de hasta 640 GB y 4 GB de memoria RAM, lector multitarjetas y la versión completa de Adobe Photoshop Elements 8 están entre sus activos.

Con el procesador móvil de doble núcleo AMD Athlon Neo K325, el procesador móvil mononúcleo AMD Athlon Neo K125 o el procesador mononúcleo AMD serie V V105 con tarjeta gráfica ATI Mobility Radeon HD 4225, dot a te permitirá disfrutar de una nítida reproducción de alta definición en un equipo muy portátil tan pequeño como una revista. Puedes llevarlo a casi todos los sitios y compartir tus películas, canciones, fotografías y juegos favoritos con tus amigos.

Está ya disponible en las tiendas especializadas a un precio de 499 euros.

## GIGASET CONTINÚA AMPLIANDO SU GAMA DE TDT



### GIGASET M500T

Ampliando su gama de equipos para la TDT, Gigaset lanza este nuevo decodificador, que cuenta también con SCART (un euroconector), entrada y salida RF y reproductor DiVX.

El M500T es un completo sintonizador de televisión digital terrestre que incluye lector de Dvd y puerto USB en el frontal, para permitir la reproducción de fotos, música y vídeo.

Además, es compatible con una unidad de almacenamiento masivo (HDD) y dispone de búsqueda automática de hasta 1.000 canales, soporte para teletexto, subtítulos y lista de emisoras favoritas.

Asimismo, contará con actualizaciones de software.

Está ya a la venta a un precio de 54,90 euros.

## MONTA UN KARAOKE EN TU DS

### NINTENDO JAM WITH THE BAND

Siguiendo la estela de aclamados juegos musicales como *Guitar Hero*, *Rhythm Paradise* o *Wii Music*, *Jam with the Band* está pensado para poner a prueba tu creatividad y oído musical. Este título añade interesantes novedades al panorama de juegos musicales. Para empezar, te permite escribir tus propios temas en el editor de canciones del juego, utilizando hasta ocho partes diferentes de cada tema incluido en una colección de más de 50 instrumentos. También puedes crear tus propias melodías simplemente tarareándolas en el micrófono de la Nintendo DSi.

Disfruta rasgando las cuerdas de tu guitarra virtual sobre la pantalla táctil de tu consola o demuestra que tu chorro de voz no tiene comparación en el modo karaoke, usando el micrófono de la DS. El juego analizará tu estilo en cuestiones de canto y te sugerirá el género musical que más se adapta a tus habilidades.

*Jam with the Band* ha sido especialmente diseñado para atraer a un gran espectro de amantes de la música. Viene con unas 50 canciones ya instaladas, aunque muchas más estarán disponibles para su descarga a través de la Conexión WiFi de Nintendo. Además, podrás publicar tus propias «versiones» de los distintos temas, para que otras personas las descarguen. A través del sitio web

dedicado, podrás conocer los temas más nuevos y populares disponibles y valorarlos.

El juego ofrece un interesante modo de mayor dificultad, en el que pasarás de usar combinaciones de uno a cuatro botones, a utilizar de ocho a diez botones. También podrás presumir de manejo del lápiz táctil en los diferentes desafíos musicales. Monta una banda con tus amigos: con una copia del juego, hasta ocho personas pueden tomar parte en una canción y demostrar su talento musical.

Podrás empezar con los 50 títulos que vienen grabados, desde Michael Jackson hasta Lady Gaga, pasando por Madonna o Queen.



## LOS TELEVISORES SON PARA EL VERANO

### SAYTES S1901

¿A quién no le gusta ver la tele tirado en una butaca en el jardín al lado de una piscina? Un lujo al alcance de unos pocos afortunados. Pues bien, quien pueda disfrutar del sol veraniego de esa forma tan audiovisual habrá temblado en más de una ocasión al percatarse del peligro de que su televisor acabe chamuscado por una improbable, aunque posible zambullida en el agua.

Como nuestra 'labor' es intentar solucionararte la vida en el extenso mundo de los *gadgets*, hoy toca presentarte la Saytes S1901, una televisión LCD resistente a cualquier líquido.

La idea es muy buena, pero igual es necesario mejorarla. No es un dispositivo lleno de prestaciones, pero nos conformamos con sus 19 pulgadas y con la garantía de que, aunque llueva un poco o se te caiga una cerveza encima, no hay que preocuparse. Incluso podríamos aventurarnos a ponerlo en el baño, ya que, según indican desde la compañía, podría aguantar debajo de la ducha.

Además, el mando a distancia también es resistente al agua.

Incluye conectores para televisión, Dvd, HDMI y VGA, de modo que hasta lo puedes usar como monitor para tu ordenador.

Solo tiene 75 milímetros de profundidad, así que no ocupa mucho espacio y es perfecto para colocarlo colgado en una pared cualquiera.

Llegará a lo largo de julio al mercado a un precio que desconocemos, pero hay un dato más que nos resulta curioso: incluye una función espejo opcional. Lo dicho, igual es hora de poner una tele en el baño.



## UN TELÉFONO FIJO PARA LLEVARSE DE PASEO

### MEDION

Desde Medion nos venían sorprendiendo en los últimos meses con sus nuevos ordenadores y portátiles. Ahora, la firma alemana va más allá y se atreve también con el sector de la telefonía.

Aparece en los mercados el nuevo inalámbrico de la firma, el S-63003, que, además de contar con un diseño muy atractivo, destaca por su sensibilización con el medio ambiente. Así, este terminal eco reduce la radiación en un 99 por ciento cuando se encuentra apoyado sobre su base.

Lo puedes usar tanto dentro como fuera de casa, ya que cuenta con un radio de operación de 50 metros en interiores y hasta 300 en exteriores, gracias a la tecnología DECT.

Además, posee memoria CID, que permite ver el número de teléfono de las llamadas entrantes en su pantalla.

Está ya a la venta en Media Markt y cuesta 29,95 euros.

Más información en [www.medion.com](http://www.medion.com).



# PARA ESCUCHARNOS MEJOR

Aunque no lo recordemos, casi todos hemos padecido en nuestra infancia alguna infección de oído; un órgano muy importante y, a la vez, muy frágil que, por tanto, hay que tratar con especial cuidado.

**D**olor y fiebre son los síntomas que aparecen en los más pequeños cuando existe infección de oído. En los adultos, sin embargo, los problemas más recurrentes son la pérdida de audición, otitis, exceso de cerumen y vértigos. En la estación veraniega existe un riesgo añadido para contraer este tipo de infecciones y está en las piscinas y en el agua del mar. Algo de lo que parece que aún no somos muy conscientes, al contrario de lo que sucede con otros riesgos estivales, especialmente aquellos procedentes del sol. Así, cuidamos nuestra piel y nuestros ojos de sus posibles

clara  
guzmán  
texto

efectos nocivos y, sin embargo, olvidamos por completo los oídos.

En las piscinas, el cloro, y el pH, así como otros productos químicos, pueden irritar este órgano y la piel del conducto auditivo, lo que produce el cierre de la trompa de Eustaquio y acentúa el riesgo de infección. Por tanto, resulta fundamental queelijamos aquellas instalaciones que tengan limpiezas frecuentes y un control estricto del estado del agua.

En las playas, el principal riesgo está en la presencia de bacterias y de partículas sólidas como algas y en la existencia de cuerpos extraños, principalmente arena, que favorece la retención de cerumen y restos de piel, factores que promueven la

aparición de otitis. Solo debemos bañarnos en aquellas que estén en posesión de la bandera azul, que son las que ofrecen mayores garantías.

Aún queda un gran camino por recorrer hasta que interioricemos la necesidad de cuidar la higiene del oído. Porque, en el fondo, tal y como afirma el doctor Miguel Caballero, otorrino del Hospital Clínico de Barcelona, «además de los factores medioambientales y la exposición a fuertes ruidos, la gran mayoría de los problemas de esta parte del cuerpo tienen su origen, directa o indirectamente, en la falta de cuidado personal, como una acumulación excesiva de cera en el pabellón. De hecho, el 54 por ciento de los españoles no sabe cómo prevenir estos trastornos, sobre todo en los



meses de verano». Así, el doctor Caballero añade que «es fundamental que reeduquemos a la población en la prevención e higiene del oído». Debemos saber que el motivo de consulta otológica más frecuente en los períodos vacacionales se refiere a la sensación de pérdida brusca de audición de uno o ambos oídos después del baño, y esto puede evitarse fácilmente con una buena limpieza de la zona en cuestión. La causa de esta patología se debe a que aparecen los síntomas de la presencia de un tapón de cerumen, el cual, al entrar en contacto con el agua se dilata y provoca la obstrucción completa del conducto auditivo externo.

**HÁBITOS SALUDABLES** En 2008 se realizó el primer estudio Audimer sobre Hábitos de Higiene del Oído en el que se advertía que más de 21 millones de ciudadanos sufrían la incómoda presencia de tapones y el 48 por ciento de la población los había tenido en alguna ocasión. El tercer trabajo en este campo, realizado durante el presente ejercicio, desvela que un 32 por ciento de los españoles no hace nada para prevenir los problemas de oídos, sino que simplemente deja que se vaya sola la suciedad o aguanta hasta que la obstrucción aumente de tamaño y no le quede más remedio que acudir a la consulta del otorrino. Por su parte, el 36 por ciento utiliza bastoncillos para eliminar la cera y un 18 por ciento soluciones de agua marina. Este segundo compuesto es mucho más adecuado a la hora de limpiar los oídos, ya que es un sistema delicado y seguro que elimina el riesgo de lesiones del conducto auditivo externo y de perforaciones del tímpano, que son los principales problemas con los que se encuentran habitualmente los especialistas como consecuencia de la mala práctica y el uso de los bastoncillos, ya que «mediante su utilización se erosionan las capas superficiales de la piel, permitiendo que la flora bacteriana o fúngica saprófita del oído pueda entrar y provocar la infección».

Las principales ventajas de las soluciones de agua de mar son su carácter natural, el hecho de ser isotónico, estéril, sin conservantes para evitar alergias, sin gases propelentes y rico en bicarbonatos, lo que favorece la disgregación del cerumen y contiene minerales y oligoelementos que disuelven los ácidos grasos. Antes de llegar a nuestros oídos, el líquido se somete a un cuidadoso proceso de biotecnología marina, donde se esteriliza y purifica, sin dejar de perder ninguna de sus cualidades beneficiosas para la higiene del oído. Aplicarla dos o tres veces por semana es lo recomendable para un correcto hábito de higiene.

### PARA UNA MEJOR HIGIENE AUDITIVA:

- Debe elegir piscinas que garanticen una limpieza frecuente.
- En las playas, siempre aquellas con bandera azul.
- No utilizar bastoncillos de algodón para la limpieza diaria. Lo mejor es hacerla con agua de mar.
- Acudir a las revisiones de oídos con la frecuencia que se merecen.



EN  
PEQUEÑAS  
DOSIS

## EL RUIDO, UNA BASURA QUE NO RETIRAMOS

El ruido nos afecta mucho más de lo que creemos. Es un residuo que nuestro modo de vida produce, una basura más, pero que no retiramos. Solamente la sufrimos. Y, además, de una forma bastante impotente. Esa moto que pasa torpedeando el aire deja tras de sí cientos de taquicardias y conversaciones rotas. Nadie le recrimina y le dice que es una forma de ensuciar el ambiente tan grave como otra contaminación. Nos indignamos cuando el aire o el agua se contaminan y no solemos poner el mismo énfasis hablando de la polución acústica. No somos conscientes de que también el ruido ensucia el ambiente. Con el riesgo añadido de que afecta de manera directa a nuestro oído, un órgano de impresionante precisión. Es capaz de reconocer al segundo 300.000 informaciones, porque el nervio auditivo tiene 30.000 fibras procedentes de las terminales sensitivas y que se concentran en una membrana que mide 30 milímetros de largo, por 0,5 de ancho. Como un cable telefónico en prodigiosa miniatura.

El problema más grave es que al ruido ambiental añadimos la moda de los auriculares permanentemente enganchados a la oreja. Nuestros muchachos ignoran que este órgano necesita 16 horas de reposo para compensar dos de exposición a altos niveles. Por eso se va reduciendo el umbral de audición y por eso se precisa cada vez de mayor volumen. No es que nos adaptemos al ruido, es que cada vez vamos oyendo menos. La conclusión de los expertos es clara: las nuevas generaciones van a ser más sordas. (El 30 por ciento de los profesionales de música rock tiene pérdidas auditivas por traumatismo acústico). Los aficionados al ritmo metido directamente en el oído pueden soportar hasta 100 decibelios durante un tiempo largo. Así las células se exponen a esa vibración sin tener tiempo de descansar. No se recuperan y la pérdida de capacidades es lenta, pero segura. Y los expertos hablan de que el oído puede soportar ese volumen unas seis horas por semana, como máximo.

El peligro es múltiple. Pero hay un efecto devastador que debemos conocer. Porque el oído es un órgano que no recibe más energía cuando trabaja más, sino todo lo contrario. Por eso, ante el mismo estímulo, si es fuerte y se repite, irá reaccionando cada vez menos...

Y hay comparaciones que, cuando menos, resultan curiosas. Un muchacho de 18 años que tenga costumbre de oír música con auriculares tiene la misma agudeza auditiva, por término medio, que la de un anciano de 80 años que viva en África central. Claro que en África, el oído resulta imprescindible para muchas cosas, aunque aquí sirva para poco.

De todos modos, el trastorno más grave, porque es irreversible, es la pérdida progresiva de la audición. La gran verdad -y a la vez, la gran paradoja- es que el volumen de la música acaba matando el oído.

ramón  
sánchez  
ocaña  
experto en  
salud

Desde mediados de junio está disponible en España la vacuna antineumocócica que protege frente a 13 tipologías de esta bacteria. Una gran oportunidad para evitar la otitis media infantil y otras patologías más graves como sepsis, bacteriemia (presencia de bacterias en la sangre) y meningitis.

## LA NUEVA VACUNA CONTRA EL NEUMOCOCO

**L**os más pequeños y sus padres están de enhorabuena. Concretamente los lactantes y niños de entre seis semanas y cinco años, que desde ahora tienen una buena ayuda para luchar contra las bacterias que les causan una enfermedad tan común como la otitis media, o tan graves como la neumonía, sepsis y meningitis. Es la vacuna 13-valente que está disponible en España desde mediados del mes pasado después de que la Comisión Europea la aprobara en diciembre.

Esta inmunización es un paso de gigante frente a la anterior, ya que casi dobla los serotipos del neumococo contra los que protege, pues estamos ante «la mayor cobertura posible frente a la enfermedad neumocócica con vacunas conjugadas disponibles», determina el profesor Serafín Málaga, presidente de la Asociación Española de Pediatría. Por su parte, para el doctor José María Bayas, presidente de la Asociación Española de Vacunología, «la llegada de la nueva vacuna es, sin duda, una buena noticia para la población infantil, en el sentido de que puede ampliar de forma impor-

ana  
ortega  
texto

que en los años venideros estos productos puedan ser empleados también en adultos en situaciones de riesgo».

Otra de las buenas noticias que acompañan



a este nuevo fármaco tiene que ver con la resistencia de algunos tipos de neumococo, como el 19A, uno de los que ha emergido de forma más agresiva en la última década y que, según Málaga, «es el más prevalente en las formas invasivas de la enfermedad neumocócica en menores de dos años en España y está asociado a la multiresistencia a los antibióticos».

Con este incremento de la protección, se espera que esta vacuna sirva en España de barrera frente a los serotipos causantes de más del 80 por ciento de las patologías producidas por la bacteria, después de que se obtuvieran excelentes resultados en los 13 estudios clínicos en fase III que se han realizado sobre una muestra de más de 7.000 niños. Los expertos insisten, además, en que ésta puede administrarse junto a otras vacunas y que también la pueden recibir todos los niños que hayan comenzado la inmunización con la versión anterior de este preparado, la 7-valente, cuya protección cubría menos serotipos.

### PREGUNTAS FRECUENTES

#### ¿Qué es el neumococo?

Es un microbio, una bacteria, que habitualmente puede encontrarse en la garganta o las vías respiratorias de los seres humanos pudiendo pasar de unos a otros a través del contacto estrecho. Hay hasta 90 variedades (serotipos) aunque solo un grupo reducido de ellos produce la mayoría de las infecciones graves.

#### ¿En cuántas dosis se administra la vacuna?

La vacuna se administra en cuatro dosis, tres durante el primer año de vida, pudiendo comenzar a las seis semanas, y una dosis de recuerdo que se recomienda administrar entre los 11 y los 15 meses de vida.

#### ¿Es grave esta afección?

Según las estimaciones que hizo la OMS en 2002, la enfermedad neumocócica es la principal causa mundial de mortalidad prevenible mediante vacunación en niños menores de cinco años.



## AUTOESTIMA Y SUSPICACIA

He observado que la baja autoestima casi siempre lleva aparejada la suspicacia y la desconfianza y las personas que han sido engañadas, humilladas e infravaloradas, aunque tengan reacciones que aparentan vitalidad y energía, en realidad no pueden sobreponerse al sentimiento de frustración, de sospecha y de inseguridad.

Cuando el amable lector se encuentre ante una persona que se distingue por su permanente *mosqueo*, puede tener la certeza de que está ante alguien que ha sido maltratado psicológicamente y que el daño que ha padecido se mantiene en activo y se despierta siempre que cualquier circunstancia le lleva a recordar que en situaciones semejantes se comportó de manera temerosa, desconfiada y con un sentimiento de infravaloración de sí mismo.

Si alguien confía en una persona suspicaz, observará que su sentimiento de inferioridad es tal que no cesa de intentar desmontar todos los argumentos que prueben su valía, aptitudes y calidad humana.

Hace unos años pasó por mi consulta un matrimonio formado por un caballero estupendo, enamorado de su esposa y muy optimista y positivo que no hacía sino sentirse orgulloso y valorar las cualidades de su esposa. El problema de esta pareja era que ella, la esposa, había desarrollado un tremendo sentimiento de baja autoestima. Ella misma decía: «Sé que el problema soy yo porque, aunque parece que me voy a comer el mundo, la realidad es que tengo la autoestima por los suelos y me siento frustrada e inferior a los demás. Mis padres hasta que salí de casa con 19 años, no cesaron de decirme que no valía para nada y que estaría condenada al fracaso de por vida. Ahora, cuando mi esposo me valora y reconoce méritos y cualidades, no le creo y me parece que se comporta así por compasión y todavía me siento peor».

¿Qué se puede hacer en estos casos? Como afirmo en el libro *Poderosa mente*, no hay otra alternativa que desprogramar nuestra mente de la rutina, del lamento y la desconfianza y reprogramarla focalizando nuestro pensamiento en todo lo bueno, valioso, sentirnos

con méritos y cualidades y no permitir que el daño emocional del pasado se vuelva a instalar en el presente. En definitiva, ser el mejor y más entusiasta amigo de ti mismo.

bernabé  
tierno  
psicólogo y  
escritor

## INMUNIZACIÓN FRENTE AL HONGO 'CANDIDA ALBICANS'

Un grupo de investigadores españoles ha identificado uno de los mecanismos que debilita la resistencia del *Candida albicans*, un hongo que vive en las mucosas del ser humano y puede causar infecciones en la piel y la vagina. Según la doctora Elena Fernández, miembro de la Red Española de Investigación en Patología Infecciosa, «en el ser humano coexisten organismos que no son dañinos, pero que en gran número y con las defensas disminuidas, pueden perjudicar la salud. Es el caso de este hongo, capaz de pasar al torrente sanguíneo y provocar trastornos en diferentes órganos». Éste, en concreto, es responsable de la infección más difundida en el mundo que afecta al menos una vez en la vida al 75 por ciento de las mujeres en edad fértil.

## INFORMACIÓN PARA PACIENTES CON CÁNCER

Los pacientes con cáncer tienen a su disposición una nueva plataforma en la que obtener información sobre su enfermedad. El portal [www.oncosaludable.es](http://www.oncosaludable.es) da respuesta a las dudas sobre actividad laboral tras el cáncer, ejercicio físico, cuidados de la piel, etc. y ofrece consejos para tolerar mejor la medicación y comprender diferentes aspectos de la patología. El objetivo último es que tanto pacientes como familiares se sientan mejor antes, durante y después del tratamiento. Los contenidos de esta web han sido realizados y supervisados por especialistas de la Sociedad Española de Oncología Médica.



# DORMIR... PARA DESPERTAR

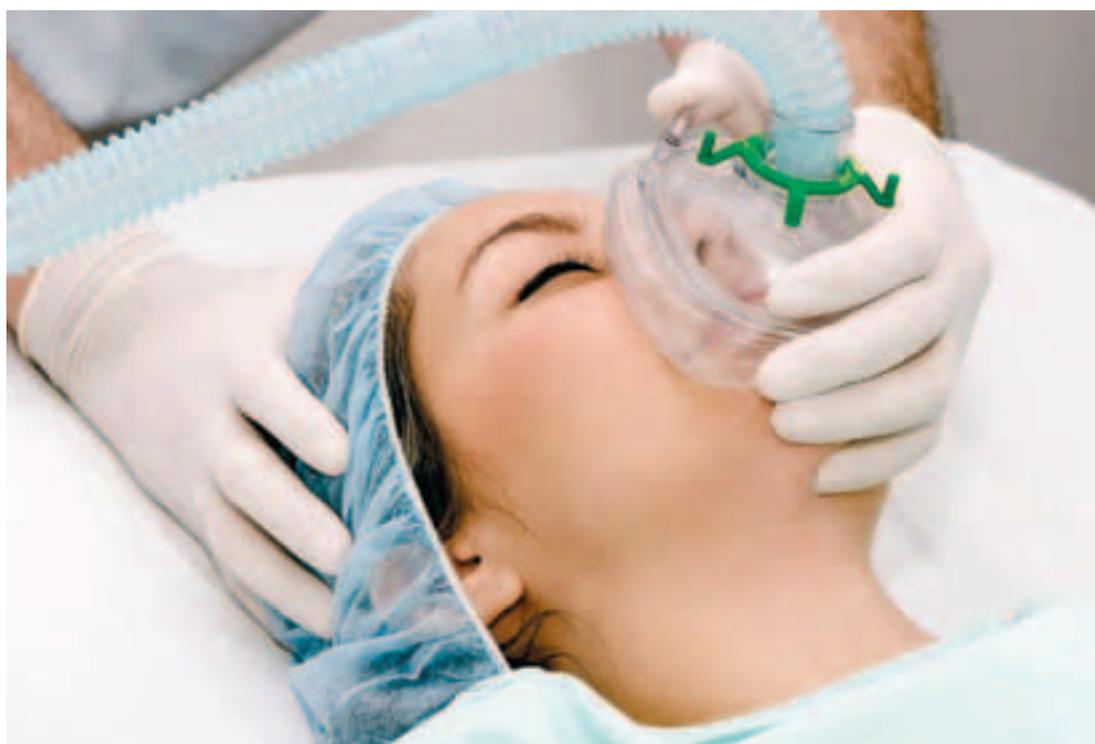
Recuerde aquella ocasión en la que esperaba tumbado en la camilla el inicio de una intervención quirúrgica. ¿Qué le causaba más inquietud, la operación en sí o ser anestesiado y sentir que se despierta en el quirófano?

La especialidad de anestesiología es una de las más importantes en la práctica médica, pero también una de las más desconocidas por la población general. Desde que en las antiguas civilizaciones comenzaran a usarse los narcóticos vegetales como la adormidera, la mandrágora y el cannabis indica (hachís), cultivados en Persia o en India, se ha avanzado mucho en las técnicas anestésicas. Éstas permiten llevar a cabo las operaciones más complicadas, y a ellas debe su enorme progreso la cirugía. Independientemente de la técnica, para lograr el efecto deseado, se hace siempre necesaria la colaboración del paciente, que ha de cumplir con una serie de normas de forma rigurosa. De esa manera será posible que la intervención se lleve a cabo en el momento previsto y con garantías.

Algo imprescindible que el especialista en este campo ha de saber es si el paciente consume alcohol, tabaco o drogas, ya que estas sustancias afectan al organismo igual o más que cualquier medicación. Otro aspecto importante es cumplir con el ayuno recomendado porque, de lo contrario, el contenido gástrico podría pasar a la laringe y de ahí a los pulmones -situación denominada broncoaspiración- y provocar serias complicaciones respiratorias.

Durante toda la cirugía el anestesista es el encargado de controlar las constantes vitales del paciente. Su papel va mucho más allá de dormir al enfermo. Durante todo el proceso es quien controla su tensión, ritmo del corazón y respiración, así como la temperatura corporal, entre otras. Y su trabajo empieza en el preoperatorio, donde se observa la situación de la persona que se va a someter a la intervención y se es-

Julia  
Martínez  
texto



tudian aquellas cuestiones que pueden condicionar la operación.

Y algo a lo que temen muchos pacientes antes de enfrentarse a una visita al quirófano es: ¿Me despertaré durante la operación? Hoy está demostrado que no es posible que alguien pueda recuperar la consciencia. La monitorización cerebral permite llevar a la persona a un plano anestésico adecuado que facilita realizar la cirugía con éxito sin que el paciente se dé cuenta de lo que está pasando a su alrededor. Según el doctor Pere Vila, médico adjunto del Servicio de Anestesiología del Hospital Germans Trias i Pujol de Badalona, «cuando no existía la monitorización del paciente sí era po-

sible que se despertara, incluso se han descrito casos de trastornos psiquiátricos por este motivo, aunque siempre hablamos de un despertar de la consciencia, es decir que solo se oyen voces». A su juicio, los miedos a la hora de afrontar una operación son comprensibles y entiende que, entre ellos, se encuentre el temor a ser sometido a las sustancias que frenan la actividad normal del cerebro.

Por otro lado, antes de volver al mundo real, ya se trata el dolor y durante la fase en la que el enfermo se recupera de la anestesia se inicia el procedimiento necesario para atenuar las molestias postoperatorias. Es lo que se conoce como analgesia preventiva.



dra. pilar  
riobó  
médico  
especialista en  
endocrinología  
y nutrición

# PESTICIDAS Y DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

Un estudio relaciona esta alteración del comportamiento, que se da sobre todo en niños, con las sustancias químicas que se usan en las plantaciones en las que se cultivan frutas y verduras. Una razón más para lavar siempre bien los vegetales, sobre todo si se van a consumir crudos.



**E**l Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) afecta a entre el dos y el cuatro por ciento de los niños y genera problemas en el colegio, en casa y también tiene consecuencias de carácter social. Se trata de menores que parece imposible controlar, no se están quietos, no terminan las actividades que comienzan, tienen dificultad para prestar atención en el clase y, si el paciente es adulto, también pueden surgir alteraciones en el ámbito profesional. A los afectados por esta enfermedad les cuesta trabajo seguir instrucciones, pierden los objetos necesarios para su actividad, olvidan las cosas y se distraen con facilidad. Pero también son impulsivos e hiperactivos, son inquietos, no pueden estar sentados, interrumpen continuamente y tienen dificultades para esperar su turno. Por ello, son considerados *niños difíciles* o que tienen problemas de comportamiento.

No se conoce la causa del TDAH. Existe una tendencia familiar. Parece que los niños que sufren esta alteración no producen suficientes neurotransmisores en las áreas del ce-

rebro responsable de organizar el pensamiento. Se ha relacionado el desarrollo de este mal con el consumo de tabaco durante el embarazo, o la exposición a ciertas toxinas del medio ambiente, tales como el plomo, colorantes y conservantes de alimentos, pero no se han confirmado posteriormente.

Ahora, un nuevo estudio relaciona el déficit de atención e hiperactividad con los pesticidas. Los investigadores evaluaron los datos de prevalencia de este trastorno y las concentraciones urinarias de dialkyl fosfato, una sustancia que indica exposición a pesticidas organofosforados, en 1.100 niños y adolescentes de ocho a 15 años, de los cuales, alrededor del 10 por ciento cumplía los criterios diagnósticos de TDAH. Globalmente, según aumentaban los niveles de me-

tabolitos de dialkyl fosfato, también se incrementaba el número de casos de la enfermedad. En particular, los pequeños con niveles más altos, tenían el doble de probabilidades de padecerla.

La principal fuente de exposición a los pesticidas para los bebés y los niños es la dieta, ya que, por ejemplo, muchas frutas pueden contener restos de pesticidas. Los chavales tienen un mayor riesgo de toxicidad por los organofosforados, debido a que su cerebro en desarrollo es más susceptible.

Los síntomas del TDAH con frecuencia mejoran a medida que evoluciona el crecimiento y aprenden a adaptarse. El tratamiento suele incluir fármacos para mejorar la atención y la concentración y disminuir los comportamientos impulsivos. Suele ser útil el tratamiento psicológico, no solo para los niños, sino también para los padres, para que aprendan a convivir con ellos.

Por lo tanto, esta es otra razón para lavar bien las frutas y verduras, sobre todo si se van a comer crudas.

## GASTRONOMÍA



# SARDINAS DE VERANO

Los espetos granadinos en la playa es una de las maneras tradicionales de preparar este pescado azul tan apreciado tanto en el norte como en el sur de la Península.

**L**a propuesta era de las que no se pueden rechazar: bajar a La Herradura, quizá uno de los últimos lugares de la costa meridional española que aún merece el calificativo de *paraíso*, con el propósito de saborear unas sardinas al espeto. Y, encima, por San Juan, que ya se sabe que *por San Juan, la sardina pringa el pan*. Nunca hemos disimulado nuestro amor por las sardinas asadas por cualquier procedimiento, incluyendo, naturalmente, los espetos granadinos o malagueños. La cosa prometía y valió la pena. Comimos casi hasta hartarnos, en el hipotético caso de que uno pueda hartarse de sardinas, espetadas con ciencia en la playa, en el restaurante La Sardina, cuya buena cocina escoltó al plato protagonista.

Hacia pocos días que la autoridad a la que se supone competente había derogado un ucace por el que quedaban prohibidos los espetos en las playas granadinas: se impuso el sentido común, creo. Entiendo que haya gente a la que le moleste que le asen sardinas bajo la ventana de su apartamento de la playa, cómo no lo voy a entender; pero no creo que esa molestia justifique la prohibición de una actividad tradicional que, sin duda, tiene muchos más partidarios que adversarios.

Otra cosa es el problema planteado por la propia existencia de los chiringuitos playeros, asunto en el que no entraremos, aun reconociendo que no siempre es justificable la utilización por un particular de una parcela de suelo público; pero aquí también chocamos con la tradición y con el hecho de que a la gente le gustan las playas de dos maneras: o vírgenes, cosa cada vez más escasa, o con chiringuitos donde comer y beber.

Los espetos son unas medias cañas en las que se ensartan las sardinas, pasando la caña junto a la espina y clavando los espetos en la

arena, a barlovento de las brasas; porque si se colocasen a sotavento las sardinas no solo se asarían, sino que se ahumarían, que es una cosa que conviene evitar. Hay que tener mano para colocar bien los espetos y para

darles la vuelta; si todo se hace bien, y la materia prima es buena, el resultado es delicioso y uno no se conforma con las siete u ocho sardinas de cada espeto: repite. Luego todo le sabrá a sardinas, pero a eso ha venido. La materia prima, la sardina del sur, es la misma especie que la del norte, pero son distintas. Las sureñas se me antojaron más pequeñas que las gallegas o cántabras y, desde luego, bastante menos grasas, lo que hace que haya que extremar las precauciones para que no se queden demasiado secas al asarlas. Como ocurre en todos estos casos de conflicto entre géneros de una u otra procedencia, hay incondicionales del producto mediterráneo y hay quienes proclaman la superioridad de la sardina cántabra. Ciertamente, el uso de los espetos en lugar de las parrillas o la brasa directa facilita que las sardinas así tratadas no pierdan totalmente su jugosidad, que sería un desastre; las del norte tienen grasa para aguantar más el calor directo.

Yo, desde luego, prefiero no tener que elegir entre unas sardinas malagueñas o granadinas y otras de Santurce o de Malpica: todas me merecen un respeto imponente y son dignas de mi más alta estima. De modo que me atengo rigurosamente a las circunstancias y me ciño al producto local, que es una cosa, además, que suele dar los mejores resultados. De modo que, cambiando el ejemplo, en Galicia comeré cigalas de Marín, en Huelva cigalas de Huelva y en la Costa Brava cigalas de Palamós, sin entrar en discusiones estériles e inútiles respecto a cuáles son mejores: para mí, las que tengo delante, y punto.

Ah: ustedes ya están en ello, pero déjenme terminar recordando que a las sardinas asadas no les sientan bien los cubiertos, y deben comerse a mano, aunque se ponga uno perdido, y que, en mi modesta opinión, su compañía perfecta es un vino blanco fresquito.

## EL VINO

### PAZO DE SEÑORANS

D.O. RIAS BAIXAS

El pazo de Señorans está enclavado en Vilanoviña, en la localidad pontevedresa de Meis. El edificio, propiedad del matrimonio formado por Soledad Bueno y Javier Mareque, comienza a tener temperamento vinícola en 1989, aunque el cultivo del viñedo, hasta las ocho hectáreas actuales, que anteriormente se dedicaban al cultivo de kiwis, se inicia a principios de la década de los 80.

### Cata:

Pazo de Señorans es un albariño de referencia que en su versión joven cuesta unos 12 euros la botella. De color amarillo pálido con reflejos verdosos, en nariz posee aromas de frutas blancas maduras. En boca tiene muy buena entrada, de paso elegante y fresco con volumen y buena estructura con una acidez muy equilibrada.

### Recomendación:

Ya sea en el norte o en el sur de España, un albariño bien fresco es el acompañamiento ideal para una espeta o una *sardiñada* en la playa.



# UN PANTALÓN, TRES ESTILOS

Con una de las prendas de esta temporada se crean diferentes 'looks' para vestir con acierto en cualquier situación. Los complementos adecuados convierten a un pantalón en la compra perfecta para la oficina, el ocio e incluso los compromisos más formales.



Hoss Intropia

Hoss Intropia (200 euros)



Javier Simorra



Cortefiel (39,90)

**INFORMAL.** Para conseguir ese estilo que los profesionales de la moda denominan *casual* y que consiste en vestir con ropa informal pero que no llega a ser de sport, se imponen los pantalones de moda de verano, tipo cargo (estética militar) o *jodhpur* (anchos a la cadera y tobillos). Con ellos, con prendas holgadas en la parte superior y con accesorios confeccionados en tejidos naturales como una pulsera de rafia y un sombrero de paja se consigue el estilo *neo-hippie* tan de moda. Para completar un *look* cómodo se acompañan de sandalias planas y bolsos bandolera.

Tommy Hilfiger (130 euros)



Pepe Jeans



Tommy Hilfiger (CPV)



Nice Things (59,50 euros)



Nice Things (17 euros)



Tous



Pandora

Gloria Ortiz (79 euros)



**URBANO.** Un pantalón de talle alto con mucha caída es el uniforme perfecto de oficina si se combina con una americana. Unos zapatos de piel con cuña como los de Gloria Ortiz, de venta en El Corte Inglés, y un bolso de color neutro son los complementos perfectos para crear una imagen profesional. Una buena compra es un bolso tipo *hobo*: tiene el tamaño perfecto para que quepa de todo sin resultar excesivamente grande y su única asa hace que sea cómodo de llevar colgado del hombro. Respecto a los accesorios, éstos deben ser sencillos y limitarse a unos pendientes y una pulsera o un collar discreto.

Mango



**+ INFORMACIÓN** Boss Watches 902 87 71 87 /Cortefiel 902453545 El

Mango



Corte inglés 901122122/ Hoss Intropia 91 399 31 12 Javier Simorra www.javiersimorra.com Mango 900150543 www.mango.com Nice Things www.nicethings.es Pandora 902 87 71 87 Pepe Jeans www.pepejeans.com Tommy Hilfiger 91 429 81 13 Tous 902410440 www.tous.es Yono Taola 677538300 www.yonotaola.com

**Modelo Miss Boss de Boss Watches (415 euros)**



Yono Taola



Hoss Intropia



Cortefiel (39,90 euros)

**Tommy Hilfiger (189 euros)**



**SOFISTICADO.** Para los eventos señalados un pantalón de noche en color negro, ancho y confeccionado en tela con caída es perfecto si se combina con un cuerpo de seda o una camisa de diseño. Unas sandalias metalizadas con tacón y una cartera de mano con cierre de boquilla completan una imagen elegante y sofisticada. Este estilismo admite excesos en accesorios como brazaletes y collares, y el toque definitivo viene dado por un estiloso reloj. El de caja cuadrada con pequeños cristales adornando el bisel es de Boss Watches.

miriam erviti coordinación

in/out in/out in/out in/out in/out in/out  
**RETIRA**

**Los inconvenientes del aire acondicionado.**

**NICE THINGS (25 EUROS)**



**RESCATA**

**Pañuelos y fulares.** Para evitar las consecuencias negativas que tienen los cambios bruscos de temperatura es imprescindible no desprenderse de un foulard o pañuelo que ayude a proteger la garganta. Con el estampado en cuadros vichy de Nice Things o el de seda de Gloria Ortiz, de venta en El Corte Inglés, el estilo está asegurado.



**GLORIA ORTIZ (36 EUROS)**

compras clave **compras clave** compras

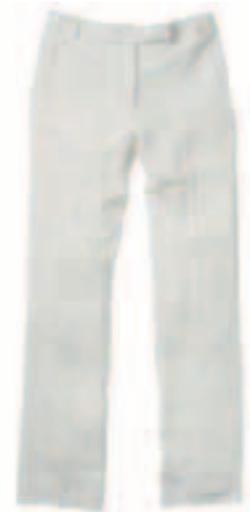
**Pantalón blanco.** Es un básico del armario veraniego. Combinado con una camiseta de rayas marineras, evocando el estilo que pusiera de moda Coco Chanel, se consigue una imagen chic que se mantiene imperturbable a lo largo de las décadas.

**EL CHOLLO**

**CORTEFIEL (49,90 EUROS)**



**EL CAPRICHITO TOMMY HILFIGER (130 EUROS)**



S.O.S. S.O.S. **S.O.S.** S.O.S. S.O.S. S.O.S. S.O.S.

**¿Cómo se puede conseguir una manicura perfecta con poco tiempo?**

La primera regla para lucir unas manos atractivas es la hidratación, tan importante como la del rostro. Lo recomendable es utilizar una crema de manos diariamente, por la mañana o después de tener contacto prolongado con el agua, masajeando suavemente hasta que el producto sea absorbido. En las uñas se aplica realizando movimientos circulares desplazando las

cutículas hacia atrás. Para realizar una manicura exprés, éstos son los pasos:

1. En un recipiente que contenga zumo de limón se sumergen las uñas para eliminar las manchas.
2. Se liman suavemente con una lima de cartón y se empujan las cutículas suavemente hacia atrás con un bastoncillo de algodón o palo de naranja.
3. Aplicar dos capas de color con una pincelada en la parte central de la uña y después los laterales, dejando secar entre una y otra.
4. Sellar el color y dar brillo con una última capa de laca transparente.



**DIOR VERNIS (21 EUROS)**



**CREMA DE MANOS Y UÑAS DE JUVENA (30 EUROS)**



## CRÓNICA SOCIAL



**Eva Longoria**  
FOTO: Jorge Andreu

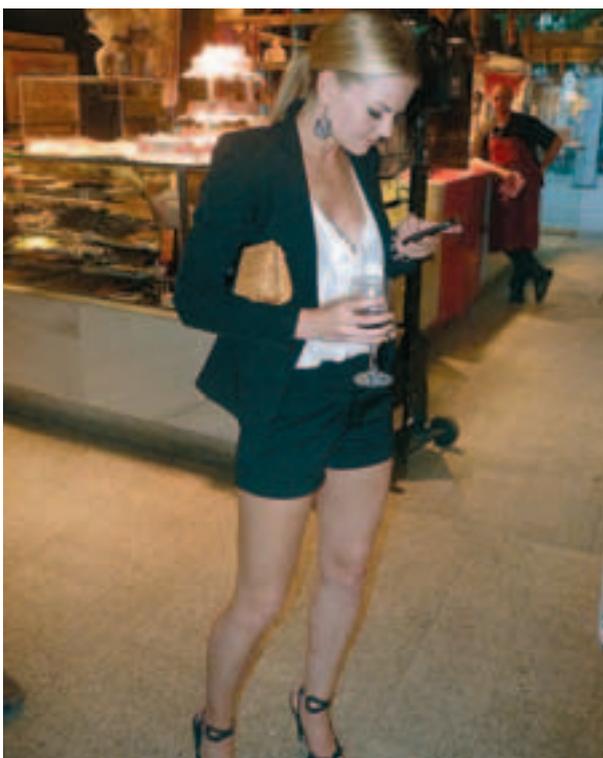
**N**o descubrimos nada nuevo si decimos que la fama puede cambiar a las personas. Entre sus muchos peligros, puede convertir en engreída y terriblemente

egocéntrica a una persona que, sin las adulaciones recibidas por su propia notoriedad, no lo hubiera sido nunca. Sin embargo, hay muchos otros personajes públicos que, ¡oh milagro!, parecen no haber cambiado siquiera un ápice a cómo eran antes de ser conocidas.

**Antonio Banderas** sería el caso más claro, pero hay muchos más. **Eva Longoria**, por ejemplo. Confieso que yo no sabía que tenía tantísimos admiradores. De ahí mi enorme sorpresa cuando, documentándome sobre su vida antes de asistir a un acto que amadrinó la semana pasada, entré en su Facebook y descubrí que le habían realizado más de 3.000 comentarios (¡3.000!) a una actualización de estado tan simple como: *De compras por Madrid*. Oh, sí, Eva Longoria, conocidísima por su papel en *Mujeres desesperadas*, tiene aduladores en todo el mundo. Y, sin embargo, la actriz norteamericana, de impresionante belleza racial, parece muy sencilla y campechana. Risueña y divertida, cortó por un día sus vacaciones en Venecia y se plantó en Madrid para amadrinar una nueva gama de frigoríficos. ¿Sola? No, no vino sola, ni tampoco acompañada de su marido, el baloncestista **Tony Parker** (con el que vive una permanente luna de miel, según ella misma), que se quedó esperándola en Venecia, entretenido en sus propios asuntos. La actriz se plantó en Madrid con... ¡siete amigas! y ¡en avión privado! Cara le debió salir la broma a LG, pero lo cierto es que lo pasaron de fábula. Mientras Eva hacía la presentación, las descubrí a ellas, sus amigas, en un lugar apartado del mercado de San Miguel, tomando tranquilamente una cañita y un plato de jamón serrano. «Primero hemos comido en Casa Lucio, ¡nos han gustado tanto los huevos con patatas! Y luego hemos pasado toda la tarde de compras. En Zara, que es nuestra tienda preferida. ¡Hemos acabado con la mitad de las existencias!», me contó **María Bravo**, que, como el lector recordará, salió con **Bruce Willis** años ha y ahora está casada con un hombre millonario: **Jean Cartier**, biznieto del creador de la firma francesa de joyas. María Bravo, que nació en Málaga, pero que vive feliz en Los Ángeles, es íntima amiga de Eva Longoria, algo que se nota, pues se deshace en elogios al hablar de su amiga. «Su belleza, de ella destacaría su belleza, pero sobre todo la interior». A su lado, sonría otra de sus compañeras, la cantante **Jennifer Morrison**, conocida por la serie *House*. Qué tipazo, qué sonrisa, qué simpatía la de esta mujer... Me dejó verdaderamente asombrado. Tratamos de comunicarnos en inglés con escaso éxito, así que volví a hablar con María Bravo, que me contó que salían esa misma noche para Venecia, en una hora. «¿Con los vestidos, con los tacones?», le pregunté, asombrado. «Con los tacones, ni tiempo a cambiarnos nos va a dar...».

Algo más tarde, atendidos los compromisos profesionales, Eva Longoria aparecía en busca de sus amigas, escoltada por dos orangutanes dos por dos que la protegían como a un presidente. Me dio tiempo a preguntarle por esa polémica cláusula de su serie que, según se dice, le impide ser madre en los próximos 10 años. «¡Qué va,

# CERCANOS Y FAMOSOS



Jennifer Morrison



María Bravo



Mabel Lozano y Mariví Bilbao



Rodrigo García

es absolutamente falso! No sé de dónde han sacado eso. Yo nunca firmaré algo así». Alivio. Luego me contó que el vestido que llevaba le había costado solo «80 dólares» y los zapatos 45. «¿Ves como para ir bien no hace falta gastarse mucho dinero?», me dijo, divertida, y ahí fue cuando los hombres tamaño armario ropero que protegen sus movimientos separaron definitivamente nuestros destinos.

En la semana también hubo espacio para el cine. **Mabel Lozano** presentó con éxito *Las sabias de la Tribu*, un documental en el que hace saltar por los aires todos los tópicos que hay sobre las mujeres maduras. Bien. La apoyaron en su pre-estreno un montón de caras conocidas, entre la que destacamos (por su simpatía, por su llaneza, por su magia) a la actriz **Mariví Bilbao**, que forma parte del documental. No sabemos si Mabel Lozano diri-

giría documentales si no estuviera casada con el productor **Eduardo Campoy**. Tampoco si **Rodrigo García** haría películas si no fuera hijo del prestigioso escritor, mundialmente conocido, **Gabriel García Márquez**. El caso es que nos alegramos de que las haga porque *Madres e hijas*, su última película, por cuyo estreno vino a Madrid la semana pasada, es verdaderamente maravillosa. «¿Es muy crítico tu padre contigo?», le pregunté al cineasta en la terraza de la Casa de América, donde nos invitaron a vino y jamón después de ver su película. «Él no es nada duro conmigo, todo lo contrario. Le encanta todo lo que hago», aseguró Rodrigo, que vestía con vaqueros y zapatillas de deporte. Definitivamente, la fama es un privilegio que, mientras a unos les sirve para convertirse en los perfectos narcisistas, otros utilizan para desarrollar dignamente su talento artístico.

## DEL MÁS ALLÁ

Yo pensaba que en Telecinco había límites, que lo que veíamos todas las tardes (esas penosas peleas, esos gritos chulescos, esos insultos tan tremendos) era lo peor que podríamos ver, que pronto tocarían techo y que, de alguna manera, en el futuro vendrían tiempos mejores. Me equivocaba. Me entero con escalofriante asombro que la cadena prepara un *reality show* en el que... ¡contactarán con los muertos! De hecho, sabemos que **CARMEN MARTÍNEZ BORDIÚ** ya ha participado en el programa piloto y que espera contactar, gracias a la médium del espacio, con su hijo muerto. ¿Irá **PAQUIRRÍN** a hablar con su padre?, ¿contactarán con **CARMINA ORDÓÑEZ**?, ¿se pelearán en directo de nuevo **JESÚS GIL** y **JULIÁN MUÑOZ**? Yo quiero pensar que es una pesadilla, un mal sueño, pues, al menos, creo que Telecinco no debería hacer espectáculo ni audiencia a costa de los muertos.

## LA REPARACIÓN DE ISABEL SARTORIUS

**ISABEL SARTORIUS** ha aclarado, exclusiva a *Hola* mediante, que ella y **DOÑA LETIZIA** son buenas amigas y que, por eso, y no por esas teorías que se habían atrevido a decir las malas lenguas, se toman un café de cuando en cuando. «A las dos nos ha llamado la atención las mentiras que se han dicho y las historias que se han podido inventar... El Príncipe es un viejo amigo al que quiero mucho, pero, hoy por hoy, tengo una mayor relación con doña Letizia y quedo más con ella», ha declarado en un reportaje en el que posa, muy juvenil, con vaqueros raídos y camiseta. La que fuera novia del Don Felipe parece que está dispuesta a recuperar su vida, reapareciendo y saliendo del armario que la llevaba haciendo invisible muchos años.

## 'LIVE YOUR DREAMS'



Las fiestas de Chueca por el Orgullo Gay se vieron desbordadas con la actuación de **KYLIE MINOGUE**, que cantó gratis en una Plaza de España tan llena que parecía que iba a hundirse en cualquier momento. Fue su forma de mostrar agradecimiento a los millones de homosexuales que la han coronado como un auténtico icono. Kylie es una diva en toda regla. Un proyecto de diva, sin embargo, es **SORAYA ARNELAS**, que horas más tarde que la australiana actuó en la Infinita, la mejor fiesta que se celebra en Madrid con bastante diferencia (musicón, espacio enorme, nada de empujones ni calor, gente impresionante, baños y barras por todas partes...). No se ha visto en otra igual: Soraya descendió, cual diosa, a un escenario espectacular, mientras caían del cielo globos y *confetti*, envuelta por fuegos artificiales y mirada por 8.000 personas que la aclamaban. Y cantó y bailó su *Live your dreams*, el *single* que ya es número 1 en Europa. Parece que su inmersión en la escena *dance* le va a dar muchas alegrías. Y yo, que soy su fan, me alegro mucho.

# SUDOKU MANÍA

FÁCIL

		4		8	2	9		
			9	5		4	7	
	5				6	2		
4			8			7	2	
				9				
	1	6			7			4
		7	6					8
	4	5		2	9			
		2	7	1		5		

X

	4							8
						7	5	
								3
			2		6			
8	7	4						
5							2	4
	1							

## EL SUDOKU

En este Sudoku debe llenar todas las casillas vacías, de modo que las dos diagonales mayores y cada hilera vertical y horizontal contenga los números del 1 al 9 sin repetir ninguno.

# SOPA DE CINE

S	K	N	T	N	H	N	H	N	R	E	K	H	S	X	H	H	S
K	S	H	A	K	H	E	O	R	N	O	M	N	E	H	N	H	H
N	H	U	V	X	D	K	Z	L	C	V	N	H	R	B	K	S	G
A	M	E	K	H	C	H	K	L	P	R	S	A	K	H	X	B	A
B	S	H	U	D	S	H	A	E	R	G	E	B	H	H	K	A	S
H	B	Z	A	X	B	K	H	W	N	M	K	D	R	H	B	S	C
A	H	G	H	R	F	G	R	E	G	U	M	B	L	X	H	K	S
H	R	H	K	X	A	Z	N	C	G	K	R	S	P	I	V	D	H
H	A	G	V	B	H	M	D	B	K	U	S	N	X	H	W	S	B
P	A	F	S	S	E	N	O	J	N	H	E	M	U	R	A	H	S
H	K	S	F	K	C	K	Z	R	K	H	Y	M	P	H	H	S	G
F	L	U	G	K	B	S	B	R	H	X	E	V	E	X	R	A	Z
H	O	H	K	N	M	P	V	S	X	M	K	X	R	H	A	S	H
S	M	X	C	S	P	F	A	U	H	X	H	S	T	F	U	T	B
H	O	A	X	N	R	H	S	A	B	S	K	X	H	N	Z	K	R
S	H	R	S	X	A	U	H	R	B	R	S	N	A	C	H	G	H
H	G	D	S	C	K	U	R	T	H	B	G	D	Q	K	N	S	G
S	H	D	R	S	C	S	A	S	U	H	N	G	R	D	A	H	S

Debe buscar al director y a los actores de la película "LA TENTACIÓN VIVE ARRIBA" (1955): Billy Wilder, Marilyn Monroe, Tom Ewell, Evelyn Keyes, Sonny Tufts, Robert Straus, Carolyn Jones y Oscar Homolka.

DIFÍCIL

5	2		1	4							
3	1		5		2	6					
	9	6	7	8						1	
7					6	8	9				
	8	3	4	7	5	2	1				
	6	1	8							7	
8				4	7	1	6				
		7	2		8		3	5			
			3	5		7	8				

MUY DIFÍCIL

			1							5	
		7		4	8					2	
	2		9							7	
	3				2	9					
5										4	
		6	8							1	
8					1					4	
6			2	8		5					
1					4						

# LOS OCHO ERRORES



# CRUCIGRAMA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

**HORIZONTALES:** 1. Una que hace que el cuchillo corte bien. Empieza a caminar. 2. Para ensaladas. Poner la mantecilla o mejor el aceite. 3. Ni ésta ni aquella. Tradición de mahometanos, difícil de aceptar por los cristianos. 4. Insecto que prepara su última metamorfosis. Rectales. 5. Nota girada. Señal de cruce. Señal de novato. 6. La última de la fila. Ingrediente añadido a la piscina. Ligero en los movimientos. 7. Lugar de máximo riesgo para el contrabandista. Paga. 8. Para no llorar. A mí nunca me toca. Más de 2010 años atrás. 9. Puede ser luminosa. Falto de sustancia. De Teresa. 10. Chiflada. Gritando. 11. Intransigente. Hace subir la bandera. 12. Guises la carne para conservarla. De segunda mano.

**VERTICALES:** 1. Sujetar fuerte con las manos. Berrinche que nos perjudica. 2. Resto petrificado. Divinidad. 3. Tiene atracción. Precaución. 4. La nota más femenina. Arriar progresivamente. Podría ser una isla halar. 5. Exceso de comida. Levante. 6. Diosa en plan poético. De la voz. Ingrediente del agua de mar patas arriba. 7. Donut. Si me das una te lo agradeceré. El despacho de antes. 8. Tiene el pelo mezclado de blanco, gris y bayo. Asesina al enemigo y lo cuelga cabeza abajo. De Úrsula. 9. Da un paso tras otro. Pagáis. 10. Billeto de mil de lo más vulgar. Dieciséisava parte de la libra. 11. Sustancia amarga. Id de generosos por la vida. 12. Puerta del armario. Ella hace la selección del personal.



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	9	2	3	5	4	8	7	6	1	2	3
2	6	7	8	9	4	5	3	1	2	3	4
3	8	5	3	6	7	1	2	4	9	5	3
4	2	4	6	8	9	5	7	1	3	2	4
5	3	4	7	5	2	1	6	8	9	4	5
6	7	5	1	4	6	2	9	5	8	3	4
7	5	8	9	3	7	1	2	6	8	4	5
8	4	9	6	7	8	5	2	1	3	4	5
9	3	1	8	5	9	2	6	7	4	1	2
10	5	7	2	6	1	4	3	8	9	5	6

MUY DIFÍCIL

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	6	2	9	3	5	1	7	4	8		
2	1	4	7	2	6	8	9	3	5		
3	8	5	9	4	7	1	6	2			
4	2	6	1	8	3	9	4	5	7		
5	7	5	4	1	2	6	8	9	3		
6	4	9	6	7	8	5	2	1	3		
7	3	1	8	5	9	2	6	7	4		
8	5	7	2	6	1	4	3	8	9		

DIFÍCIL

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	7	1	2	4	5	3	8	6			
2	5	3	6	8	7	1	2	4			
3	6	7	4	6	1	5	3	2			
4	1	5	3	2	8	6	4	7			
5	2	8	5	7	6	4	1	3			
6	4	6	1	3	2	8	7	5			
7	6	4	7	1	3	2	5	8			
8	3	2	8	5	4	7	6	1			

X

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	8	4	5	3	2	9	1	6	7		
2	1	9	7	6	4	5	3	8	2		
3	5	1	6	2	3	7	8	9	4		
4	3	9	8	6	1	7	2	5			
5	7	2	8	5	9	4	6	3	1		
6	4	3	9	8	6	1	7	2	5		
7	6	4	7	1	3	2	5	8			
8	2	8	1	9	5	3	4	7	6		
9	6	7	1	8	5	4	9				

FÁCIL

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	8	4	5	3	2	9	1	6	7		
2	1	9	7	6	4	5	3	8	2		
3	5	1	6	2	3	7	8	9	4		
4	3	9	8	6	1	7	2	5			
5	7	2	8	5	9	4	6	3	1		
6	4	3	9	8	6	1	7	2	5		
7	6	4	7	1	3	2	5	8			
8	2	8	1	9	5	3	4	7	6		
9	6	7	1	8	5	4	9				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	8	4	5	3	2	9	1	6	7		
2	1	9	7	6	4	5	3	8	2		
3	5	1	6	2	3	7	8	9	4		
4	3	9	8	6	1	7	2	5			
5	7	2	8	5	9	4	6	3	1		
6	4	3	9	8	6	1	7	2	5		
7	6	4	7	1	3	2	5	8			
8	2	8	1	9	5	3	4	7	6		
9	6	7	1	8	5	4	9				

## SOLUCIONES

TESLA ROADSTER

MOTOR



## UN IMPULSO ELÉCTRICO

Ya hay lista de espera para comprar un vehículo impulsado por baterías de iones de litio de corte deportivo. Disfruta de una autonomía de 360 kilómetros con una velocidad máxima de 210 por hora. Su precio ronda los 85.000 euros.



**N**o es tarea sencilla desarrollar un coche eléctrico de perfil urbano, con un bajo nivel de potencia, y mucho menos sencillo es elaborar un deportivo que poco tiene que envidiar a aquellos que utilizan combustibles convencionales. La compañía Tesla Motors, cuyo centro de operaciones se encuentra en Silicon Valley, acaba de presentar en España el único vehículo que hasta al momento ha lanzado al mercado. A pesar de las dificultades económicas, la viabilidad del proyecto está garantizada gracias al acuerdo firmado recientemente con la japonesa Toyota que hará posible la producción del turismo.

El Tesla Roadster es un coche eléctrico capaz de disfrutar de una autonomía de 360 kilómetros gracias al suministro de energía proporcionado por sus baterías de iones de litio. El deportivo alcanza los 210 kilómetros por hora de velocidad máxima gracias a un propulsor eléctrico con una fuerza de 288 caballos de potencia. Prestaciones le sobran para alcanzar los 100 en tan solo 3,9 segundos. Su cambio es totalmente automático derivando toda la fuerza al conjunto de las ruedas traseras.

Su batería se puede recargar en un enchufe convencional y tiene una vida cercana a los 150.000 kilóme-

tros. El fabricante recomienda no descargar en su totalidad la batería, ya que puede resultar dañada e incluso es beneficioso recargarla si el deportivo va a permanecer parado durante varios días.

Una hora en el enchufe equivale a casi 90 kilómetros de autonomía y un total de cuatro supone la recarga total del vehículo. En todo momento, la pantalla táctil del coche nos avisa cuando se está reduciendo la carga, por lo que tendremos que pasar por cualquier tipo de conector convencional.

En lo relativo a su estética, el vehículo no esconde en ningún momento su perfil ultradeportivo, heredado del Lotus Elise del que ha adoptado su plataforma. El biplaza descapotable mide 3,95 metros de largo, 1,87 de ancho y 1,13 de alto. Está acabado en fibra y su peso, gracias a esta circunstancia, es de 1.220 kilos. Su capota, desmontable, puede ser rígida o de lona.

En el interior, destacan sus grandes dosis de equipamiento. En materia de seguridad, dispone de *airbag* frontal para conductor y acompañante y control de tracción. Sobresale su perfil deportivo y refinado con asientos tapizados en cuero y detalles propios de la competición. Dispone de pantalla táctil, control de velocidad y radio CD con MP3. Resalta la gran integración de todos los elementos con una precisa disposición orientada a hacer más fácil el manejo del *roadster*.

Una medida antirrobo obliga al propietario del coche a introducir un código de seguridad si lo que quiere es arrancar el deportivo. Además, mediante el dispositivo *Valet*, el propietario del Tesla puede limitar su nivel de potencia y descender el límite de la velocidad máxima.

El precio del deportivo rondará los 85.000 euros. La firma americana ya piensa, además, en lanzar una berlina familiar eléctrica con cuatro puertas.

<b>MOTOR</b>	ELÉCTRICO
<b>POTENCIA</b>	288 CV
<b>VELOCIDAD MÁX.</b>	210 KM/H
<b>0 A 100 KM/H:</b>	3,1 SEG
<b>LONGITUD</b>	3,95 M
<b>PESO</b>	1.220 KG
<b>PRECIO</b>	85.000 EUROS

## APUESTA POR EL CUARTO DE LITRO

### ROADWIN 250R FI

Daelim Ibérica expande su gama de motocicletas con el lanzamiento de la nueva Roadwin 250R FI. Se trata de una versión de la Roadwin R, antes de 125 y ahora con 250 centímetros cúbicos y con refrigeración líquida, doble árbol de levas en culata e inyección electrónica.

El motor ha sido desarrollado íntegramente por la propia firma Daelim, en una firme y novedosa apuesta por ampliar la cilindrada de sus vehículos y disponer de un concepto de motor que permitirá en el futuro superar los cada vez más exigentes niveles de emisiones.

La Roadwin de 250 llega como un modelo deportivo en el que se ha cuidado especialmente que la posición de conducción sea cómoda y equilibrada. La frenada ha sido mejorada con respecto a su *alter ego* en 125, con un doble disco de freno de 290 milímetros de diámetro. La *dos ruedas* cuenta con sistema de arranque eléctrico y velocímetro digital. Con la motocicleta de la firma coreana podemos alcanzar una velocidad de 145 kilómetros por hora a través de un cambio manual de cinco velocidades.

El precio de esta moto orientada a un uso cotidiano y cómodo en carretera es de 3.199 euros y está disponible en blanco y negro.



## TÍO LISTO

Thomas Fekete, profesor de la supongo muy respetable Escuela de Medicina de la Universidad de Temple, allá por Philadelphia, se ha cascado estos días un soberbio artículo en la revista *Annals of Internal Medicine*, publicación seria donde las haya y cuyo título solo necesita traducción para los mal pensados de verdad, porque lo cierto es que no tiene nada que ver con los culos, sino que, cual explica la RAE, se trata de una recopilación periódica de noticias y artículos sobre un campo concreto, en este caso la Medicina Interna.

Mister Fekete, que ha logrado tanto prestigio como pelo perdió a costa de semejante esfuerzo intelectual, recurrió al contrastado *método sanguijuela* y, haciendo buena esa fama de vaguete que arrastra desde la guardería, se aprovechó de un estudio realizado durante dos años por científicos del Hospital Ge-

eneuve  
periodista

neral de Massachusetts que controlaron las prácticas sexuales de 1,4 millones de varones estadounidenses.

Gracias a cientos y cientos de lapiceros, tan notables estudiosos, apunta que te apunta y venga a apuntar, cayeron en la cuenta de que unos 40.000 de sus conejillos de indias pidieron durante esos 24 meses al menos una receta de Viagra, Cialis o Levitra, los tres fármacos autorizados para la disfunción eréctil. U sea, para que funcione la cosa del pito duro.

Así, con la bobada, tras mucho indagar, uno de los doctores, seguramente el más espabilado, descubrió que los hombres que habían consumido pastillas empalmadoras presentaban, cágate lorito, tasas más altas de infecciones venéreas que quienes no. Y claro, ya supondréis que a una clínica de Massachusetts no llega cualquiera, enseguida se les hizo la luz: Ostras, ostras, ostras, a ver si ambas cosas van a estar relacionadas... Uy, uy, uy...

Pero, menos mal, justo mientras todos nos debatíamos ya entre el suicidio o la flacidez, en esas llegó Fekete con

su quita quita, que aquí hay algo que me huele raro, y descubrió el pastel. Humo le salía al chaval cuando cayó en la cuenta de que la mayor presencia de ladillas y gonorreas estaba ahí ¡tanto antes como después del inicio del tratamiento eréctil! Y, una cosa llevó a la otra, como el tío es listo enseguida se coscó de que la clave «puede tener más que ver con el tipo de paciente y sus hábitos» folladores que con un efecto derivado de los fármacos.

¡Genio, que eres un genio! Esos pringaos dos años ahí, dale que te pego, y has tenido que llegar tú para descubrir que todo está en el chingue: Vaya, que a más meter más enfermar. ¡A quién se le hubiera ocurrido!

Si es que estos americanos... por algo dominan el mundo.



NUMERO 195  
11 DE JULIO DE 2010

# APAGA Y VÁMONOS



FOTO: NICOLAY YASTREBOV (EFE)

## CONFESIÓN EN EL JARDÍN

Parece una foto de estudio; un bodegón espiritual, valga la expresión. Una composición pensada y preparada hasta el último detalle. Una imagen que, por momentos, puede recordar a la campaña publicitaria protagonizada, entre otros, por el «padre» de la perestroika, Gorbachov, y su maletín Louis Vuitton. Pero, efectivamente, la instantánea captada

en la pequeña localidad bielorrusa de Budslav, situada a unos 150 kilómetros de la capital, Minsk, nada tiene que ver con todo lo apuntado por más que la venerable anciana católica y el rubicundo sacerdote puedan dar a entender que están ensayando una pieza de teatro. Es así, como la vida misma: confesión sin reclinatorio, sin confesionario, sin iglesia siquiera. Nos encontramos

en el festival religioso que cada año conmemora el milagro, uno de los muchos que se le atribuyen, de Nuestra Señora de Budslav; un encuentro popular que congrega a miles de devotos dispuestos a saldar sus pecados en cualquier rincón, a la luz del día y sin cortapisas. Una imagen cargada de significado que invita a reflexionar y a disfrutar de su plasticidad.



NUEVA RUMASA  
DIVISIÓN DE ALIMENTACIÓN

TU CONFIANZA...



...MARCA NUESTRO PROGRESO



**CASTILLA Y LEÓN**

**¿CANADÁ?**

Embalse Cuerda del Pozo (Soria)

**CASTILLA Y LEÓN**

**¿BRASIL?**

Cristo del Otero (Palencia)

**CASTILLA Y LEÓN**  
**en una escapada**  
**VERÁS MUNDO**

**CASTILLA Y LEÓN**

**¿TIBET?**

Peña Ubiña (León)

**CASTILLA Y LEÓN ES VIDA**

[www.turismocastillayleon.com](http://www.turismocastillayleon.com)  
902 20 30 30

  
Junta de  
Castilla y León



CASTILLA Y LEÓN