

# OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Semana del 9 al 15 de julio de 2011 - Número 247

**PAU GASOL**

# 'YO SOY MI PRIMER CRÍTICO'

**ARQUITECTURA**  
La Alhóndiga de Bilbao

**DISNEYLAND**  
Cars inunda París

**SALUD**  
El baño y los niños



# IBERDROLA

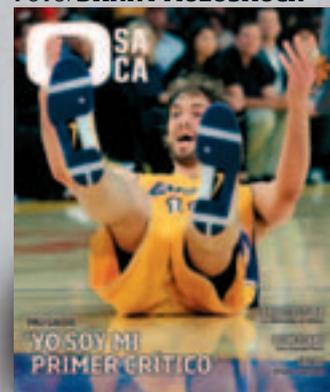
**El viento nos hace grandes.**

El Iberdrola Team lidera el Circuito Audi MedCup de vela en la clase S40.



DISNEYLAND PARÍS **8**  
Vuelve la magia con 'Cars 2'

FOTO: DANNY MOLOSHOCK



NÚMERO  
10 DE JULIO DE 2011

## GORDOS

No hay duda de que España es un paraíso del buen yantar; la diversidad gastronómica que ofrece la piel de toro es infinita. País de excelentes caldos, insuperable jamón y exquisitos quesos, por poner sólo algunos ejemplos, la denominada *huerta de Europa* se ha convertido en un referente de salud fuera de sus fronteras. No hay duda. Los extranjeros se quedan obnubilados tanto con las tapas más tradicionales como con la nueva e innovadora cocina. Hasta aquí todo bien, aunque hay un asunto que empieza a inquietar a las autoridades sanitarias. Una cuestión peliaguda, si nadie lo remedia, pues España se va a convertir en un país de gordos.

No es que quien suscribe tenga un problema con las personas que sufren sobrepeso. Para nada. Yo mismo empiezo a tener esa incipiente barriga tan característica de la *felicidad*. El asunto tiene que ver con un informe presentado la semana pasada por el Ministerio de Sanidad que desvela que la mitad de los niños españoles con edades comprendidas entre los seis y los nueve años tienen sobrepeso, con lo que España se sitúa a la cabeza de los países con muchachos obesos. El documento expone varias conclusiones como que el exceso de peso afecta más a los chicos que a las chicas, en mayor medida a los chavales que viven en familias con pocos recursos y en menor a

aquellos cuyos progenitores tienen una mejor formación educativa.

Las nuevas tecnologías están sustituyendo a pasos agigantados a la actividad física y la dieta más apetecible es la que dan en los *fast food*. No hay duda de que la obesidad se ha convertido en una de las plagas del siglo XXI y que sólo la educación a todos los niveles puede dar la vuelta a la tortilla.

óscar del hoyo  
director de  
OSACA



HÓ BILBAO **16**  
Ocio urbano en la Alhóndiga



NIÑOS AL AGUA **26**  
Claves para un baño seguro

### PAU GASOL **12**

El pivote español más internacional se marca como objetivo lograr la medalla de oro olímpica

### CULTURA **22**

Ainhoa Arteta estrena nuevo álbum, 'Recital', acompañada del pianista Malcom Martineau

### CINE **23**

Rayo MacQueen: una de espías con 'Cars 2'

### TECNOLOGÍA **24**

Llega la nueva colección de 'dots' de Packard Bell: diseños y colores aún más llamativos

### DOLOR TORÁCICO **28**

El corazón no siempre es el culpable de esta patología, asociada también a la ansiedad

# SUMARIO

NÚMERO 247

## HOY FIRMAN EN OSACA



javier ares **4**

Desmontando a Darwin

tino barriuso **5**

alfredo urdaci **6**

ramón sánchez-ocaña **26**

bernabé tierno **28**

pilar riobó **30**

caius apicius **31**

### AYUDA CONTRA EL ASMA **30**

Un nuevo manual 'on line', la guía completa para el cuidado de los enfermos desde casa

### ALIMENTACIÓN **30**

Consejos y precauciones para viajar de manera saludable este verano

### ESTILO MARINERO **32**

Las tendencias 'navy' se apoderan de las calles en forma de rayas azules, rojas y blancas

### MOTOR **37**

El BMW M3 CRT: máxima potencia y ligereza

### 'BLAKCTORK' **34**

Lo nuevo de Eduardo Noriega



**Director:** Óscar del Hoyo.  
**Subdirector:** Juan José Saiz.  
**Jefe de Fotografía:** Alberto Rodrigo.  
**Redacción:** Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, Maricruz Sánchez, Adriana Rodríguez e Iván Juárez (SPC).  
**Diseño:** Carlos Lozano y Esther Matias.

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

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

javier ares

# DESMONTANDO A DARWIN

**Y**a sabía yo que mi último artículo sobre los políticos iba a provocar algún sarpullido. Lo intuí desde el momento en que llevé

a la generalización mi aversión hacia la clase política. Pensaba yo mientras escribía en que se podría molestar gente a la que no solo no aborrezco sino que aprecio, pero concluí en que bien sabe cada una de las personas con las que alterno las simpatías o el rechazo que me provocan.

A ver, uno es más bien de los que piensan que hay que creer en la mitad de lo que vemos y en nada de lo que nos dicen, pero cuando observa algo prodigioso deja volar la imaginación más allá de lo que la cordura aconseja, y se adentra en esos mundos oníricos donde toda fantasía encuentra su asiento. Me sucedió hace ahora un cuarto de siglo, con motivo de una larga estancia en la Ciudad de México y la obligada visita a las ruinas mayas de Teotihuacán, donde, como diría el personaje de *Blade Runner*, «he visto cosas que vosotros no creeríais», gracias al afán del guía que se afanó en descubrirnos aquellos fenómenos asombrosos.

Fue en La Ciudadela, aquel inmenso estadio en el que se celebraban las ceremonias sagradas y en el que todo el pueblo se concentraba con igual fervor que pavor ante la Pirámide de la Serpiente emplumada, donde se rendía culto al dios Quetzalcoatl, un supuesto ser superior con cara de pájaro y cuerpo de serpiente que vi-

vía en los intrincados laberintos de la Pirámide. En aquella explanada se reunían miles de personas para ofrecerle a aquel dios el corazón de inocentes víctimas, ignorantes de que aque-

lla divinidad era, como tantas otras, una simple inventiva de quienes vivían del temor de sus semejantes. Allí se congregaban ante el altar para escuchar el quejido del pajaraco, que un sacerdote lograba arrancar después de dar tres palmadas desde un lugar exacto (medido en pasos) desde el que invocaba su nombre, experiencia que cualquiera de los turistas, veinte siglos después, podía conseguir con idéntica facilidad, pues el sonido de las manos al batirse penetraba por las paredes del pétreo laberinto y devolvía el eco amplificado de un graznido estruendoso y desgarrador.

Otra experiencia que los perplejos viajeros no olvidaríamos jamás fue la de comunicarnos en voz baja a gran distancia. El escenario seguía siendo aquella enorme explanada que vendría a doblar en superficie a la de un campo de fútbol, y donde sólo quedaban vestigios de unas gradas bajas de piedra que se utiliza-

ban para separar al pueblo llano de los nobles, que siempre ha habido clases. Pues bien, se trataba de situarse en cada una de las cuatro esquinas y desde allí hablar, sin necesidad de gritar, a quien se encontraba en la esquina diagonalmente opuesta. Gracias a parecidos sistemas

de la utilización de los sonidos en el espacio, dos individuos podían escucharse perfectamente, hablando en voz más bien queda, a no menos de ciento cincuenta metros de distancia al aire libre.

Estas experiencias y tantas leyendas de las culturas precolombinas alimentaron en mí la creencia tan debatida de si en la historia de la humanidad no habrían desaparecido avanzadas civilizaciones que hubiesen interrumpido la natural evolución del ser humano, desde la aparición del *homo sapiens* hace ciento cincuenta mil años. ¿Cómo es posible que el hombre avanzase tan poco en tanto tiempo? fue la pregunta que le formulé a nuestra impagable guía, Raquel Moraza, en una reciente visita a los yacimientos de Atapuerca. ¿Te parece que ha avanzado poco? me respondió ocultando su sorpresa entre los pliegues de la educación. ¿Acaso piensas que el hombre se preocupó en otro tiempo de hacer otra cosa que ahorrar energías para su supervivencia? preguntó a su vez. No, no era tan codicioso como el actual, pensé para mí. ¿Has tenido en cuenta también el crecimiento de su cerebro?

A estas y otras preguntas fui encontrando respuestas en la posterior visita al imponente Museo de la Evolución Humana, en la capital burgalesa. No tanto para superar la fe como para combatir la estupidez y la ignorancia. Porque si ignoramos de dónde venimos, cómo demonios vamos a saber a dónde vamos.

«**TANTAS LEYENDAS  
PRECOLOMBINAS  
ALIMENTARON EN MÍ LA  
CREENCIA DE SI LA  
DESAPARICIÓN DE ESTAS  
CULTURAS NO INFLUYÓ EN  
LA EVOLUCIÓN HUMANA**»



tino barriuso

# EL OMBLIGO DEL EMPERADOR

Hojea un periódico es siempre una fuente de dolor. De escribir no hablo: «escribir, en España es llorar», como dijo el maestro Larra. La solución, desde luego, no es cerrar la suscripción, porque la ignorancia ni nos absuelve ni nos remedia. Es en cambio pasar a la acción y, si es posible, cada día más conscientes de la infinita gravedad del enfermo del que nos ocupamos.

Caminos hay, voces también: nunca es demasiado tarde pero mañana es más tarde que hoy. Aunque al paso que va esto puede llegar el día en el que haya que invertir el verso de Machado y reconocer que mañana es *nunca jamás*. Si eso sucede, si la madre España cae, salid niños del mundo: id a buscarla. Aunque acaso esté fuera de sitio la cita de un poeta grande, moribundo, comunista y peruano: «hablar de la madre España, con la que está cayendo...».

Hojeando el periódico encuentro: *Diario de Burgos*, 2 de julio; una de esas noticias que pasan inadvertidas en página 15. No se trata, por tanto, de la liberación de Strauss-Kahn, del cáncer de Chávez ni de la inmensa faena de *El Juli* al cuarto de la tarde. Se trata de una inversión de 21 millones de euros, aprobada por del Consejo de Ministros, para crear una única factoría centralizada de farmacia militar. Existían hasta ahora tres plantas: en Burgos, Córdoba y Madrid, citadas por orden alfabético. ¿Hay alguna duda del destino de la única fábr-

ca centralizada? ¡Premio para la señora! Madrid, efectivamente. Ya sé que no es una inversión importante, pero es un emblema; señala la dirección ¿eterna? de las cosas en este país.

Ya sucedió con Franco, y ha seguido sucediendo en la democracia. No deja de ser anecdótico que sean Burgos y Córdoba, dos de las ciudades más perjudicadas en un fallo entre incomprensible y repugnante que ha cedido la capitalidad europea de la cultura, en nombre de España, a un ayuntamiento presidido por Bildu: sólo le ha faltado al jurado ir a escupir a las tumbas de decenas de donostiarras asesinados mientras los futuros ediles brindaban con champán. Pero ésa es otra historia. La que nos ocupa habla de que no existe un organismo estatal de nueva creación que no radique en Madrid; de que cada nueva reconversión de servicios preexistentes favorece a Madrid; de que la capital de España, sede del poder, sede del gobierno, recibe todo, absolutamente todo, a cambio de nada: cada vez se parece más a un agujero negro.

Madrid contra España, se podría escribir; y para que no den la brasa quienes aspiran a un poder territorial se les permite que hagan lo mismo en sus satrapías: Zaragoza contra Aragón (vieja portada de Andalán) o Barcelona contra Cataluña (¡y de qué modo!).

Con la salvedad de que hay quienes aspiran sólo a ese territorio: los demás pierden el *oremus* por ir a Madrid, llámense Lucas o Bono, Iglesias o Zaplana. Reequilibrar territorialmente el país empieza a parecer un sueño imposible cuando es, de largo, la tarea primordial. Vendrán nuevos emperadores (y emperatrices, espero) a

ocupar la Moncloa. Seguirán creando el vacío en el país que gobiernan y seguirán sintiendo el vértigo y el miedo que causa ese vacío, de manera que inundarán la periferia de su ombligo, ya superpoblada de nuevas farmacias que creaban un poco de riqueza en ciudades esquiladas como Burgos o Córdoba. Nadie hablará por ellas: sus voceros sólo piensan en irse a Madrid, aunque sea a Colmenar Viejo.



HABLAMOS DE QUE TODA NUEVA RECONVERSIÓN DE SERVICIOS PREEXISTENTES FAVORECE A MADRID, LA CAPITAL DE ESPAÑA, SEDE DEL PODER Y EL GOBIERNO, LA QUE RECIBE A CAMBIO DE NADA. CADA VEZ SE PARECE MÁS A UN AGUJERO NEGRO

alfredo urdaci

# CIELOS E INFIERNOS

**E**n ocasiones he buscado el cielo y he caído en el infierno. Me ha ocurrido al coger un avión. El transporte aéreo se ha popularizado al máximo. Ahora la cabina de los *Boeing*, o el tubo de los *McDonnell Douglas* es lo más parecido al metro en hora punta. Y en verano la cosa empeora hasta extremos de una vulgaridad insostenible. En mi último viaje tuve al lado a una señora más que vestida, ligeramente tapada.

Su atuendo era tan breve que cada vez que desde mi asiento de pasillo intentaba asomarme por la ventanilla contemplaba la vertiginosa pendiente de su ubérrimo pecho. Me recordaba a aquella aficionada a los toros que habitaba por las tardes en el tendido 7 de la plaza de las Ventas. La cruz que colgaba de su pecho tenía una posición tan inverosímil que la apodaron la tumbacristos.

Vista por el otro lado la señora no mejoraba. Un pequeño pantalón corto inverosímil ceñía dos muslos hinchidos como morcones a punto de reventar. La parte superior de las piernas presentaban una coloración cianótica, cercana a la gangrena, que a cualquier médico le habría alarmado, por el evidente trastorno circulatorio que provocaba la prenda. Dejé de mirar por la ventana, porque no había paisaje que compi-

tiera con aquellas colinas lácteas y aquellos muslos estrangulados, y opté por pasear la vista por el resto de la compañía.

Al otro lado viajaban unos jóvenes con los pantalones agujereados. Dicen que es la moda. Una vez descubrí en unos almacenes de San Francisco un modelo de pantalones que ya venía de fábrica con manchas de pintura, como si fueran los de un albañil. Era lo que se llevaba. Los podías comprar y simular ser un obrero sin haber pegado un palo al agua. El signo

de estos tiempos es el de ser un travestido. Pues bien, los chicos del otro lado no dejaron de intentar meter sus manos por todos los agujeros y descosidos de sus prendas inferiores. No sé qué buscaban, pero no lo encontraron.

Mientras hacían esto, devoraban unas bolsas de algo parecido a los cacahuetes y al masticar, sus lenguas destellaban con el brillo de los piercings. Fue lo más entretenido de un viaje en el que cuatro niños de primera clase y tres segunda berrearón con gritos desgarradores en el despegue, en el aterrizaje y cuando el avión alcanzó su altura máxima en el cielo.

«El infierno son los otros», decía Jean Paul Sartre, y esa máxima pesimista se cumple en los viajes del verano. En los aviones hay que pagar por todo. Antes comprabas el billete y te daban un par de periódicos y algo parecido a comida. Ahora lo más barato es el viaje, y por eso en mitad del Atlántico los pasajeros sacan bocadillos y tarteras y el aire del avión se adensa con perfumes de ajo, aromas de gallinejas y salsas que se escurren desde el pan hasta emparar la moqueta. El vuelo es un *picnic* en el

que lo mejor que puedes hacer es descalzarte y entregarte a las albóndigas del vecino, si es que te ofrece participar.

El viaje se ha vulgarizado. Por el precio de un trayecto en metro llegas a Valencia, pero sales del avión hambriento, maltratado, deshidratado, torturado por niños consentidos, y con el deseo anulado por una exhibición carnal deplorable. El infierno es un viaje interminable en el que crees avanzar hacia el cielo. Lo digo para que los teólogos afinen y actualicen sus metáforas y sus modelos teóricos. El infierno son los otros, sí, pero en un avión.



EL TRANSPORTE AÉREO SE HA POPULARIZADO AL MÁXIMO. AHORA LA CABINA DE LOS 'BOEING', O EL TUBO DE LOS 'MCDONELL DOUGLAS' ES LO MÁS PARECIDO AL METRO EN HORA PUNTA. Y EN VERANO LA COSA EMPEORA HASTA EL EXTREMO



Albacete • Ciudad Real • Cuenca • Guadalajara • Toledo

[www.turismocastillalamancha.com](http://www.turismocastillalamancha.com)



*Se buscan Dulcineas*



Unión Europea

Fondo Europeo  
de Desarrollo Regional  
"Una manera de hacer Europa"



Castilla-La Mancha

Desarrollando el presente



Castilla-La Mancha

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

# RUGE DISNEYLAND PARÍS

EL ESTRENO DE 'CARS 2'  
PONE DE MODA LA CIUDAD  
EUROPEA DE LOS SUEÑOS

ACABA DE ATERRIZAR EN LAS PANTALLAS DE TODA ESPAÑA EL ESTRENO MÁS ESPERADO DEL VERANO Y, POSIBLEMENTE, DE TODA LA TEMPORADA. QUIZÁS POR ESO, NO ESTÉ DE MÁS DARNOS UNA VUELTA POR LA CAPITAL DE LA ILUSIÓN, DONDE LOS NIÑOS SE MULTIPLICAN POR DOS: SUS

javier m.  
faya  
texto

disney  
fotos

PADRES, HERMANOS MAYORES, ABUELOS E INCLUSO SOLTEROS SOLITARIOS CON UN POCO DE CORAZÓN SE QUITAN MUCHOS AÑOS DE ENCIMA

CON PASAR UN RATO EN ESTA MARAVILLA HECHA PARQUE DE ATRACCIONES. Y ES QUE NO HACE FALTA PARA NADA SER MENOR DE EDAD PARA DISFRUTAR. SOLO HAY QUE SABER ESCUCHAR AQUELLA CAMPANILLA DE PELÍCULAS MÍTICAS COMO 'POLAR EXPRESS' O '¡QUÉ BELLO ES VIVIR!'.

Solo por ver el 'show' 'Moteurs... action!' merece la pena plantarse en Francia. Seguro que las persecuciones de coches que veas en la gran pantalla no serán las mismas.

Quién no ha soñado de niño alguna vez, hace muchos, muchos años con ir a Disneyworld o Disneylandia a conocer a los héroes de la infancia? El tiempo pasa y uno no termina de saber si será capaz de emocionarse al ver a sus héroes, algunos de ellos rescatados del blanco y negro y de la *nieve* de unos televisores de una España que comenzaba a soñar, y no precisamente con dibujos animados.

Y ya que uno no iba a la montaña... el 12 de abril del 92 nació Eurodisney, hoy Disneyland París. Hace unas semanas fuimos hacia allí un grupo de lo más heterogéneo: solterones empedernidos, casado sin esposa, hermanos talluditos, mamá sin hija, nenes revoltosos, nenes tranquilos, padres chillones, padres *tranquilotes*... ¡Hasta cuidaron de nosotros tres de **Los protegidos!**

Mientras nos llevaban los taxis al hotel, me acordé de una de mis películas navideñas favoritas, **Polar express**, que acaba con un niño

hecho anciano -o, mejor dicho, al revés- que es capaz de oír un cascabel cuyo sonido solo los críos pueden llegar a advertir. ¿Me sentiría ridículo con todos esos muñecos de trapo? ¿O estaría quizás sordo?

La llegada al Disney Hotel -hay siete- comenzó a disipar dudas porque la ambientación es, sencillamente, genial, y encima te podías encontrar a **Baloo, Woody, Sulley o Blancanieves** por ahí, encantados de hacerse fotos contigo, ¡y sin tener que pagar a nadie (algo muy feo que se hace en otros parques temáticos)! Pero, claro, había que mantener la compostura, que había niños cerca...

Una vez dentro del parque, la primera sorpresa vino con el castillo de **Cenicienta** ¡rosa! Uno se queda aturdido ante tantas sensaciones, tantos recuerdos... Pero hay que ejercer de crítico de montañas rusas y nos montamos en varias, comenzando por un homenaje más que obligado en la de **Indiana Jones**. Una pasada, incluso antes de montar, pues la decoración está muy lograda. Ah, si te metes en la atracción, asegúrate de no

Debes estar muy atento a los desfiles que cada dos por tres se celebran en la ciudad más divertida del mundo. Menos mal que la organización es modélica, y hasta tienen aplicaciones para Ipad. Todo un lujo.

EL PARQUE  
OFRECE LA  
POSIBILIDAD  
DE HACERTE  
FOTOS CON  
ALICIA,  
ALADDIN,  
PETER PAN Y,  
POR  
SUPUESTO,  
CON MICKEY,  
DONALD, Y  
PLUTO





## DATOS DE INTERÉS

**El horario de apertura** del parque durante los meses estivales es a las 10 de la mañana y el cierre se fija a las 23,00 horas.

**El precio de las entradas** para un día se sitúa en 57 euros para los adultos, mientras que los niños abonarán 51. Hay ofertas para visitar el parque durante varias jornadas.

Existe la posibilidad de que **la estancia** se realice dentro del recinto donde hay varios hoteles para poder alojarse, como son los casos del Hotel Disneyland o el Hotel Newport Bay Club. Los menores de 7 años no pagarán por la estancia.

**Contacto:** Para más información y reservas, la página web del parque es [www.disneylandparis.es](http://www.disneylandparis.es) y el teléfono de la central es 901515555.



Todos los días las cabalgatas aportan color y alegría a las calles de esta ciudad de los sueños que es este espectacular parque de atracciones. Tanto niños como mayores pueden ver desfilar a los protagonistas de sus películas preferidas.

tener problemas de corazón ni de haberte puesto las botas en el *Agrabah Café*.

### 'FAST PASS', ORO DEL BUENO

Ah, por cierto, antes de meterte en el vagón del doctor Jones, un consejo que vale su peso en oro: intenta conseguir como sea un *Fast pass*, que es una tarjeta que evita que hagas cola. Tampoco está nada mal que, si tienes *Ipad*, te descargues la aplicación *Disneyland París*, donde podrás saber cuánto tiempo hay de aguardar para cada atracción en cada momento. Y otra cosa: la organización funciona como un reloj y hasta te da cita para que no te desespere.

Tras los ajeteos de arriba y abajo, gritos y algún que otro taco más que justificado en una bajada a 100 por hora, el paseo era obligado, y como teníamos un poco de hambre, nos fuimos a merendar con **Alicia**, el **Sombrero Loco**, un ratón y un conejo. Es uno de los nuevos reclamos; el sueño de cualquier fotógrafo. Y de cualquier *fan* del filme, ya que, días después, por solo 55 euros -las tiendas son bastante baratas-, nos agenciamos con unas figuritas que recrean aquel mítico té; con árbol, gato, césped, mantel... Todo.

Tras este refrigerio, nos fuimos a lo que muchos consideran lo más bonito del parque, y es el paseo en unos barquitos voladores sobre el Londres del siglo XIX que J. M. Barrie, posiblemente, ideó para su **Peter Pan**. ¡Ojo, que se ven hasta coches de caballos moviéndose abajo! En lo que no pensábamos era en que, al día siguiente, nos enrollarían como piratas -y cantantes- del **Capitán Garfio**, en un número que es nuevo, y que está arrasando. Muy majo el chico de los leotardos, por cierto. Como **Aladdin**, que sonreía mucho con las fotos, pero que no soltaba prenda sobre la localización de la lámpara maravillosa. Al ver a **Jaffar** merodeando, puse pies en polvorosa, ya que el **Genio**, algo flacucho, no me inspiraba mucha



seguridad que digamos. Lo que no me di cuenta fue de que me vi metido en un baile de calle sin comerlo ni beberlo, **Disney Dance Express**. ¡Cómo sudé! Un montón de chicos y chicas guapos y más naranjas que Naranjito que no dejaban de moverse ni un segundo. Y sacaban a todo el mundo a la improvisada pista. Hasta una simpática abuelita se puso a hacer gracias con su nieta dejando el ridículo en casa. Como debe ser.

Y ya que exhaustos, solo nos apetecía sentarnos, por lo que nos acercamos por los estudios a echarle un vistazo a dos cines con sesiones de una media hora en las que se rinde homenaje a los *peques* y a los mayores. Advertencia: no te pongas a hablar por el móvil o lo lamentarás.

**EN EL TOWER HOTEL PODRÁS EXPERIMENTAR UNA SENSACIÓN ÚNICA CON UN DESCENSO EN ASCENSOR A UNA VELOCIDAD INCREÍBLE**

Aunque puestos a dar sustos, y dejando a un lado al coche de **Toy Story**, que casi nos da la vuelta entera a los higadillos -aunque hay que tener más valor aún con cierto coche supersónico *rock-* o los paracaidistas verdes, mejor que no te metas en el **Tower Hotel**, donde unos inquietantes botones te acercan a una de esas series de los 70 tipo **La cuarta dimensión**. Es la mejor atracción del parque. Y ya es difícil. ¿Quién me lo iba a decir? Ése es el secreto de Disneyland París: que convence a cualquiera. Y es que ya saben, si la montaña no viene...

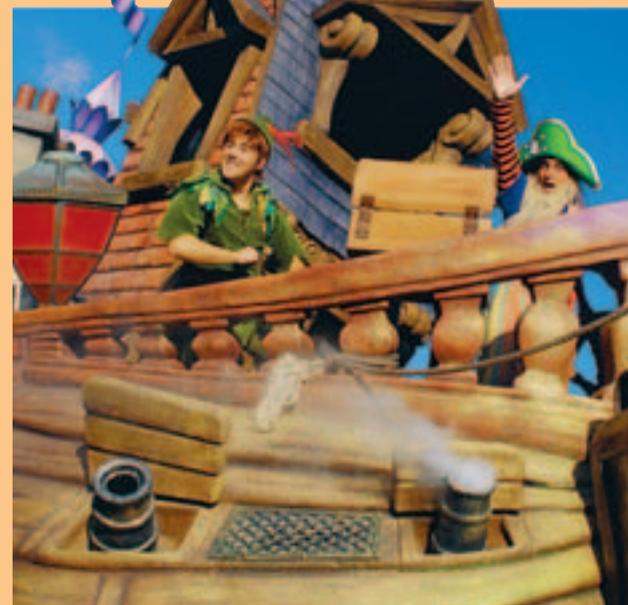
**LOS MEJORES VESTIDOS**

\* El vestuario de los personajes que se pueden ver en Disneyland París ha sido realizado por el equipo de vestuario más grande de Europa, formado por 10 diseñadores encargados de la creación de los trajes -50.000-, y 45 personas han confeccionado los vestidos, siendo las responsables del mantenimiento del mismo.

\* El taller permanente del parque no descansa ningún día de la semana, lo que supone un total de 58.000 horas al año; el 45 por ciento de éstas se dedica a asegurar la calidad del vestuario de los trabajadores (tanto en hoteles, en los parques así como en Disney Village). El resto del tiempo se invierte en crear trajes nuevos.

\* Al año se utilizan entre 3.000 y 4.000 piezas de tela en trajes, gorros y todo este tipo de accesorios; 650 cajas llenas de botones, 15.000 metros de hilo de 500 colores diferentes, 100.000 botones, 300 tipos de pasta y brillo, 500 tipos de plumas diferentes... Hay 25.000 metros de telas en *stock* de 500 colores diferentes.

\* En el nuevo espectáculo han sido creados más de 30 trajes. El de Mickey Aprendiz de Brujo, por ejemplo, está hecho con decenas de metros de



terciopelo rojo bordado a mano. Se tardó más de tres semanas en hacerlo y en coser en el traje y el sombrero montones de estrellas.



Dicen que hay una lámpara maravillosa escondida en Adventureland. Desde luego, no tuvimos mucha suerte, aunque nos hemos jurado volver a buscarla muy pronto.

> ENTREVISTA

**PAU GASOL** pivot de Los Angeles Lakers



# «LA DERROTA TE ALIMENTA MÁS QUE LA VICTORIA»

Siempre va a por todas. Tras una temporada de altibajos en Los Ángeles Lakers, el pívot español más internacional y poseedor de dos anillos de la NBA, ha confirmado su presencia en el Eurobasket de Lituania. Ambicioso y competitivo, **PAU GASOL** se ha marcado como gran objetivo de su carrera ganar la medalla de oro olímpica. ¿Lo conseguirá en Londres?

antonio  
martín  
guirado  
texto

reuters  
fotos

**Hemos cambiado el ritual de entrevista, ya que siempre charlábamos justo antes de la Final de la NBA desde que llegó a Los Ángeles. ¿Qué ha pasado esta vez?**

El campeonato no íbamos a ganarlo siempre de forma seguida. Esa es la lectura. Ahora hay que volver a estar a ese nivel. Los demás equipos cada año también se preparan para el mismo objetivo y su hambre aumenta cada vez que no lo consiguen. Es difícil mantenerse arriba, pero me sorprende que no se haya hablado tanto del fracaso de los Spurs o de Boston... Todos se centran más en los Lakers y parece que no podemos tener un traspies ni perder contra nadie. En parte es un halago, pero es algo irreal.

**Despedirse con un 4-0 frente a Dallas es duro, pero ya hubo señales previas. En diciembre sufrieron cuatro derrotas seguidas. Al término de la temporada, cinco. ¿No pensaban que algo fallaba?**

Está claro que sí. Teníamos cierta preocupación. No era algo alarmante, pero sí como para preocuparse. Hablamos mucho de que esos baches eran más profundos que en años anteriores y al final se ha notado. De esa misma manera acabamos la temporada, con cuatro derrotas seguidas.

**Da la sensación de que permitieron que sus rivales les perdieran el miedo...**

Pues sí, por esos signos de debilidad y flaqueza. Si ves un equipo que es incapaz de perder tres seguidos y que, cuando pierde uno o dos, logra recomponerse, impone. Pero si ves que cae derrotado cuatro o cinco consecutivos con adversarios inferiores, los demás se lo creen. Esa es la línea y el análisis que hemos hecho.

**La base del equipo existe. ¿Qué se necesita para optar al tercer anillo?**

De momento un equipo de entrenadores nuevo, con Mike Brown a la cabeza. Y que funcione después de tantos años como con Phil Jackson. Será un proceso de ajuste. Creo que alguna pieza sí se modificará, pero no sé cuál ni de qué nivel. El bloque es veterano, creo que el segundo más viejo de la Liga, pero tenemos puntos fuertes y debemos explotarlos, al igual que exponer lo menos posible las flaquezas. Si no somos rápidos no es determinante.

«VOLVER A LA ACB SERÍA MI PRIMERA OPCIÓN, AUNQUE NO LA ÚNICA. CHINA ES MUY POTENTE Y TIENE GRAN AFICIÓN»

Tampoco lo éramos el año pasado o el anterior y ganamos. **¿Cómo se pasa de la fascinante imagen posterior al All-Star a una tan pobre en los play offs?**

Por relajación, exceso de confianza... incluso desconexión. En ese momento de la temporada, cuando quedan siete

u ocho partidos y venimos de una racha potente, no se puede bajar el listón así. No sé qué pasó, pero fue significativo. También acabamos con malas sensaciones la temporada regular del año pasado y nos recuperamos, pero esta vez ha sido diferente.

**Dirk Nowitzki ha estado a un nivel increíble. ¿Es el jugador más complicado de defender al que se ha medido?**

De los que más, seguro. Está en un momento de forma y de confianza alto, pero aún así, dentro de lo que cabe, creo que no se hizo una mala defensa sobre él. Tuvimos muchas grietas en general. El plan era uno y no lo hacíamos en la pista. Faltó comunicación y unidad en los momentos críticos.

**Se daba por sentado que esta plantilla era la más completa con respecto a otros años. ¿Pero era realmente la mejor?**

En cuanto a grupo nos hemos llevado bien, sin problemas, pero no ha habido una cohesión suficiente durante el curso y al final quedó expuesto ante todo el mundo. Hemos sido demasiado individualistas, cada uno por su lado.

**¿Cuesta asumir los roles?**

Depende de cada uno, a unos más y a otros menos, pero creo que están bien definidos desde el inicio de la campaña.

**¿Su arranque fue realmente espectacular?**

Aproveché un momento grande de forma y energía. Las cosas funcionaban, pero era difícil mantener ese rit-

«ENTRE MARC Y YO HAY UNA RIVALIDAD SANA CUANDO NOS ENFRENTAMOS. SIEMPRE NOS DAMOS A TOPE»

mo. Jugaba muchos minutos y había pocas rotaciones y eso pasa factura. Una vez que Andrew (Bynum) se recuperó de su lesión las cosas comenzaron a cambiar.

**Así que ha echado de menos algo más de descanso durante la campaña regular...**

Quizá sí. Podía haber habido un poco más de profundidad, sobre todo probar si Joe Smith podía contribuir. La situación de Theo Ratliff era difícil por su estado físico y por dónde se encuentra en su carrera, pero ese es otro tema. Hubiera venido bien una rotación de cuatro hombres en vez de tres, pero es algo técnico y ahí no entro para no debatir con un tipo bastante exitoso, nuestro entrenador.

**Las críticas por su rendimiento en la ligilla final se sumaron en un momento determinado a los rumores sobre su relación sentimental. ¿Ha sido más difícil que llevar la famosa etiqueta de blando?**

Sí, porque es la primera vez que me pasa y no me influía a mí solo, sino que se atacaba a gente a la que quiero fuera de la cancha. Me parecía un código que no debería romperse, una línea que no se puede traspasar. Me parecía inmoral y poco ético. Me sorprendió, desgraciadamente y realmente para mal.

**En EEUU se ha especulado con su bache personal y usted ha sido señalado como causa principal de la derrota.**

Me parece un comentario acerca de una suposición errónea, y por lo tanto no entro a valorar porque no es real. Cada uno tiene su opinión y dice lo que quiere, yo no lo puedo controlar. Cuando las cosas van torcidas te vienen de todos los colores, pero espero sacar lo positivo y salir de esto con más fuerza que nunca. Que me sirva como experiencia en la que fijarme un día y ver que me ayudó a manejar y ver las cosas de manera distinta.

**¿Hay jugadores intocables para la prensa?**

Sí, pero yo no estoy dentro. Siempre trato con educación y respeto a la prensa.

«YO SOY EL  
PRIMER  
CRÍTICO  
CONMIGO  
MISMO.  
NO HE  
CONTRIBUIDO  
AL NIVEL  
QUE ME  
HUBIERA  
GUSTADO.  
ADMITO MI  
CULPA»

«ACUDIR  
CON LA  
SELECCIÓN  
PARA MÍ  
SIEMPRE ES  
UN  
BÁLSAMO DE  
BUEN ROLLO  
Y BUEN  
JUEGO»

Esto debería ser favorable, pero parece que a veces juega en mi contra. No sé si debería hacer más feos, ser más cortante o más seco, pero cambiaré.

**¿Han hecho autocrítica sus compañeros?**

No lo sé, la verdad. Yo soy el primer crítico conmigo mismo. No he contribuido al nivel que me hubiera gustado. Admito mi culpa; es mi personalidad y como me gusta hacer las cosas.

**¿Con quién se lleva mejor en el vestuario?**

Con todos, pero si tengo que elegir, con Kobe, Lamar Odom y, sobre todo, con Phil Jackson, mi entrenador.

**¿Con qué se queda del ya ex 'laker' Phil Jackson?**

Con todo lo aprendido. He estado muy cómodo con él y hemos desarrollado una relación personal enriquecedora. Ojalá que pueda mantener el contacto mucho tiempo. Ahora llega Mike Brown, pero apenas le conozco.

**¿Se ha desgastado su amistad con Kobe?**

No. La prensa aprovecha cualquier momento y busca que haya tensión, morbo y lío. Siempre hablan de pique sentre los dos líderes.

**El verano será largo e imagino que no es ajeno a los rumores... ¿Se quedará en EEUU?**

Espero poder seguir con los Lakers muchos años, no solo el siguiente. Espero contribuir como hasta ahora y conseguir algún título más.

**¿Todo lo que le ha pasado le hará tener más hambre que nunca?**

Posiblemente. La derrota te alimenta a veces más que la victoria. Te hace incrementar ese hambre. Nosotros nunca llegamos a perderlo a pesar de los dos anillos. El deseo estaba ahí, pero la ansiedad del que viene comiendo bien no es la misma que la de quien lleva 10 años perdiendo. Aquí podría hacer un par de analogías (*risas*).

**¿Tiene Marc Gasol esa ansiedad?**

Sí. Ha hecho unos playoffs muy buenos y ha tenido una temporada bastante



## PATRONAL NBA

El cierre patronal o 'lockout' de la NBA puede tener un efecto revitalizador en la ACB y en todo el baloncesto europeo. Ante la falta de acuerdo entre la liga americana y el sindicato de jugadores, la situación resultante es que los protagonistas del parqué no cobrarán ni un solo centavo de sus contratos,

además de perder los privilegios de su seguro médico. Es más, ni siquiera pueden acceder a las instalaciones de sus franquicias ni tener contacto con los directivos. En semejante tesitura, los jugadores de la considerada mejor liga del mundo piensan en un posible acomodo,

ya sea europeo o chino,

ante la perspectiva de pasarse un año en blanco. Unos de los primeros en pronunciarse fue Pau Gasol quien se inclinó por retornar a la ACB, en la que prima la camiseta blaugrana. La fecha límite para la reconciliación de las partes es el próximo 7 de enero. Antes de eso, la competición se puede retomar en cualquier momento. De no producirse, la campaña de la competición norteamericana quedará definitivamente clausurada durante toda la temporada.



## «TODOS QUEREMOS TENER EL ORO»

El ala pívot español de Los Ángeles Lakers vuelve a la selección española para competir en el campeonato de Europa de Lituania (entre el 31 de agosto y el 18 de septiembre) donde defenderá título e intentará clasificarse directamente para Londres 2012. «Yo siempre quiero que España esté arriba, en fútbol, en tenis, en motociclismo, en Fórmula Uno, en todo, y por supuesto, tengo ganas de que el baloncesto siga en la cima. Para mí, los Juegos Olímpicos es un torneo especial, uno de los objetivos más grandes de mi carrera. La selección nos ha dado muchas alegrías, muchos momentos realmente bonitos y creo que podemos vivir más situaciones como las que hemos vivido. Todos queremos tener el oro olímpico, tan preciado y tan difícil de conseguir». La presencia de Pau Gasol en el Eurobasket es crucial para las aspiraciones del equipo de Sergio Scariolo de volver a reconquistar el cetro continental.



sólida. Espero que la entrega de la ciudad en la final se refleje siempre y se traduzca en lealtad durante todo el año. No solo el que viene, también cuando venga un golpe.

**¿Que tal eso de de cruzarse en la cancha con su hermano?**

Es una competitividad muy sana, nos admiramos y nos respetamos, pero siempre queremos ganar, nos damos a tope.

**¿Cómo ve su regreso a la selección?**

Para mí siempre es un bálsamo de buen rollo y buen juego acudir con la selección.

**¿El objetivo son las medallas?**

La medalla no es fácil y no se deben presuponer las cosas. Debemos mantener los pies en el suelo, todos en general.

**¿Le veré en octubre si hay cierre de la patronal o le tendrán que atender en Barcelona?**

No lo sé, ojalá haya Liga, de verdad. Espero que se resuelva razonablemente entre jugadores, equipos y Liga, pero no está nada claro y el proceso podría ser difícil y largo. Éste es un momento en que la competición cobra la mayor atención y éxito, en venta de entradas, espectadores y mercadotecnia. Me parecería desafortunado que no hubiera Liga.

**¿Y volver a España?**

Sin duda, sería la primera opción. Yo desde luego no podría estar parado. Volvería a mi país, y el Barcelona sería mi equipo, aunque no sería la única opción. China es muy potente y tiene una gran afición al baloncesto. Podría ser una alternativa, aunque parece un caso muy hipotético.

**Hablando de España, ¿qué le pareció el 15-M?**

La situación en España me preocupa siempre. Me cuesta entender cómo se ha llegado a este punto. Me duele que en un país con esta calidad de vida y con los medios que tenemos, tenga a un cuarto de la población activa en paro. Me choca bastante, pero espero que podamos mejorar, encontrar la solución y tener un país lleno de vida y alegría, donde se disfrute de las condiciones que tenemos.

Sala de exposiciones, auditorio e incluso instalaciones para ir al cine.

Todo esto es la Alhóndiga Bilbao (hó), una sede para el ocio y la cultura compuesta por tres cubos de ladrillo, sujetos por 43 curiosas columnas.

Una plaza abierta por los cuatro lados de una manzana en el centro de Bilbao para que los ciudadanos entren, salgan, se reúnan, charlen, almuercen o lean, pero cubierta e iluminada como si fuera el escenario de un teatro. Un edificio centenario por fuera, pero vanguardista, práctico y cómodo por dentro con piscinas, biblioteca, restaurantes y tiendas. Sala de exposiciones, auditorio e incluso instalaciones para ir al cine. Todo esto es la Alhóndiga Bilbao (hó), una sede para el ocio y la cultura de carácter público que ocupa lo que en su día fue un conocido almacén de vinos.

El imparable avance de la ciudad del Nervión a la modernidad no ha dejado de lado lo que hoy ya es considerado como el segundo Guggenheim de la urbe. Este antiguo espacio destinado a los intercambios comerciales se levantó la primera década del siglo XX bajo las órdenes del arquitecto Ricardo Bastida, en lo que entonces se llamó el Ensanche de la Villa, y fue uno de los primeros ejemplos de edificaciones realizadas con hormigón armado. Pocos años después de su construcción quedó parcialmente destruido por un incendio y, aunque se restauró, poco a poco fue cayendo en el desuso y durante décadas permaneció cerrado a la espera de que los diferentes dirigentes del Ayuntamiento tomaran la decisión de rehabilitarlo y destinarle a una nueva función.

Así, estuvo a punto de ser el nuevo Palacio de Deportes, un aparcamiento o un inmenso cubo de cristal de 80 metros de altura con carácter cultural, pero no fue hasta el año 2000 cuando se empezaron en firme las obras para crear un centro de ocio y cultura, un proyecto tan complicado como prometedor que incluso Norman Foster llegó a rechazar.

Cuentan que, sin embargo, el arquitecto francés Philippe Starck se enamoró tanto del proyecto de Alhóndiga Bilbao como de la ciudad. Fue un flechazo a primera vista y, fruto de





# ALHÓNDIGA BILBAO ¿NOS VEMOS BAJO EL SOL?

DURANTE DÉCADAS, LOS CIUDADANOS DE BILBAO CIRCUNDABAN LA ANTIGUA ALHÓNDIGA SIN SABER QUÉ IBA A SER DE AQUEL SEÑORIAL EDIFICIO QUE CONOCÍAN 'DE TODA LA VIDA'. SE CONSTRUYÓ EN 1909 COMO UN ALMACÉN DE VINO, PERO DESDE SU CIERRE NADIE SUPO QUÉ HACER CON ÉL. HACE UN AÑO LA ESTRUCTURA RECUPERÓ SU UTILIDAD

maría albilla  
texto

luis lópez  
araico  
fotos

AL INAUGURARSE COMO UN CENTRO DE OCIO Y CULTURA DISEÑADO MAGISTRALMENTE POR EL ARQUITECTO FRANCÉS PHILIPPE STARCK. EL DEPORTE, LOS LIBROS Y LA ARQUITECTURA DE VANGUARDIA SE UNEN EN UNA EDIFICACIÓN EN LA QUE, AUNQUE BAJO TECHO, BRILLA EL ASTRO REY.

## EN ESTAS PÁGINAS

1	2
3	4 5

1 y 2 Una de las joyas del edificio es una inmensa piscina cuyo fondo se observa como nexo de unión de dos de los módulos del atrio.

3, 4 y 5 Los pilares que sustentan la impresionante instalación soportan, de manera independiente, la mediateka (que engloba una biblioteca de adultos e infantil, una zona de acceso a pc y mac y un apartado de prensa), el centro de actividad física (que incluye un gimnasio) y el de actividades complementarias

Página siguiente Desde la terraza del restaurante, el visitante puede disfrutar de una amplia vista del centro de la ciudad mientras se toma un aperitivo o un refresco.



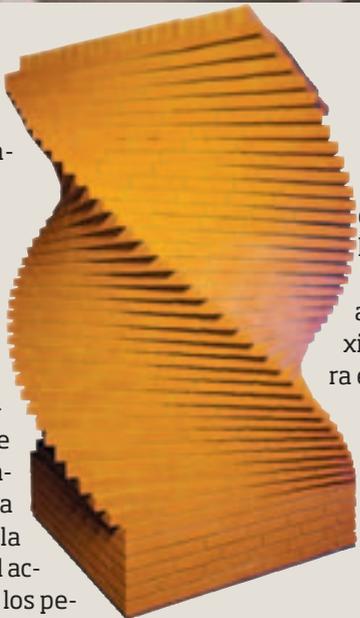
esta relación, nació un espacio urbano, singular, sobrio pero original y lleno de sorpresas. El arquitecto ha logrado en esta edificación un entorno abierto que, como desvela Isabel Octavio, responsable de Comunicación de la instalación, «recuerda a las plazas de los pueblos, que se convertían en el centro de la vida de la gente». Se han necesitado 10 años de obras para terminar esta magnífica instalación, que ha consistido en vaciar completamente el contenido del anterior edificio para construir otro en su interior respetando toda la fachada original. Tres cubos de ladrillo, sujetos por 48 columnas y un atrio, conforman un espacio de 43.000 metros cuadrados dedicado a cumplir con la cita latina *mens sana in corpore sano*.

Inaugurado hace poco más de un año (el 11 de mayo de 2010), las cifras de este centro son millonarias, y no solo por lo que costó la obra, cuyo precio alcanzó los 80 millones de euros, sino porque por su atrio ya han pasado más de tres millones de visitantes. Esta zona recoge varios de los elementos más singulares de la edificación, ya que en uno de sus laterales brilla el sol, pero en una inmensa pantalla suspendida del techo. Es la repetición de una secuencia de varios segundos del movimiento real del astro, un simbolismo que toma a la estrella más cercana a la Tierra como elemento unificador, ya que es un mismo sol el que alumbraba la vida de todas las personas del mundo.



«Así, queremos que la gente sepa que la Alhóndiga también es un lugar para todos los ciudadanos», apostilla Uranga.

**LAS COLUMNAS** Las 43 originales columnas que sujetan los tres edificios principales de la Alhóndiga son «el broche final que Starck planeó para este centro en colaboración con el escenógrafo Leonardo Baraldi». Sobre ellas descansan de forma independiente la Mediateka (que incluye la dotación cultural que engloban la biblioteca de adultos, la infantil, el acceso a ordenadores pc y mac, o a los pe-



riódicos del día), el centro de actividad física (que incluye un gimnasio) y el de actividades complementarias. Este entorno está iluminado con una luz indirecta que lo dota de la magia propia del teatro y que abre la imaginación a la reflexión que el arquitecto planeó para este espacio: «Tras las columnas se esconde, se enamora, se besa... tras las columnas se espía, se mata, nace una cita...».

Los pilares simbolizan, según Baraldi, «los millones de columnas y la infinidad de culturas, arquitecturas, gue-

rras y religiones que ha atravesado el hombre a lo largo de la historia». Y no es raro encontrar a turistas y curiosos haciéndose una foto con su pilar favorito. El de Starck es uno de ladrillo que pesa cuatro toneladas que representa la época medieval de los castillos, las iglesias y las fortificaciones. En todo el patio hay seis de este estilo para los que se necesitaron alrededor de 4.000 piezas de este material. A Isabel, sin embargo, le gusta resaltar la pata de dragón que pertenece a las columnas de made-





## FESTIVAL INTERNACIONAL DE VIDEOJUEGOS HÓPLAY 2011

hó PLAY es un proyecto de Alhóndiga Bilbao interesado en presentar y promocionar aquellas producciones de videojuegos distinguidos por su originalidad, creatividad e innovación, así como aquellos valores relacionados con el centro. La entidad realiza esta segunda convocatoria de carácter internacional con el objetivo de reconocer y premiar la creatividad realizada por aquellas personas que se encuentran tras el carácter de ocio lúdico y educativo del videojuego.



ra. La figura, en tonos azules y naranjas, destaca sobre un fondo rojo de clara inspiración china. El éxito de esta zona ha sido tal que Alhóndiga Bilbao ofrece, desde el pasado mes de febrero, visitas guiadas para conocer con detalle cada una de estos sustentos, y no es para menos, ya que se necesitaron las manos de 120 personas para hacer realidad esta escenografía. Los martes a las 19,00 horas en castellano y los jueves, a la misma hora, en euskera, el acceso es gratuito.

También desde esta zona uno puede contemplar otra de las joyas de la hó. Una inmensa piscina cuyo fondo se observa como nexo de

unión de dos de los módulos del atrio. Niños jugando, mamás haciendo deporte, jubilados ejercitando el cuerpo... todos ellos son *visibles* desde este enclave que se ha convertido en un centro de referencia cultural y social de Bilbao.

En una ciudad en la que la lluvia arrecia en invierno y el calor aprieta en verano, la Alhóndiga se presenta como una opción primordial de ocio y actividad lúdica a la que, además, se puede ir a comer, a disfrutar de un refresco en la terraza de su restaurante o, simplemente, a dejarse llevar por las maravillosas vistas de esta ciudad, abierta y moderna, desde la altitud privilegiada de su azotea.

## ARTFUTURAXXI REPASANDO EL FUTURO

La sala de exposiciones acogerá del 14 de julio al 2 de septiembre, *ArtFutura XXI - Repasando el Futuro*, una exposición que nos propone un recorrido impresionista a través de la evolución del arte y la cultura digital en los últimos 21 años, así como su proyección en el siglo XXI.

Artistas singulares: Sachiko Kodama - Zen Garden, Theo Jansen - Strandbeest, Paul Friedlander - Esculturas cinéticas

Sala de exposiciones, planta -2

Precio: 3 euros / 2 euros con tarjeta de socio



> ENTREVISTA

## MARIAN EGAÑA

Consejera delegada de Alhóndiga Bilbao

### «ESTE EDIFICIO ES UNA CRIATURA PARA MÍ»

**¿Qué ha supuesto una dotación como esta para la ciudad?**

El concepto de este centro es muy novedoso. Estamos en medio de la urbe y cualquier persona con tiempo libre puede acceder. Es un lugar donde hemos juntado los conceptos de deporte y cultura. Además es un sitio muy abierto en el que la gente se puede mover libremente sin que nadie le pida nada y en unos horarios amplísimos.

**¿Qué balance hace del primer año de vida de este centro?**

Es muy positivo. Antes de llegar al año ya registramos tres millones de personas que habían pasado por nuestras instalaciones y más de 1,7 millones hacían uso de las diferentes ofertas de la hÓ.

**La alhóndiga es un edificio mítico de Bilbao. ¿Cómo reacciona la gente cuando viene ahora y aprecia la novedosa arquitectura?**

Las obras han sido muy complicadas por la situación en la ciudad y los vecinos han sufrido mucho toda la remodelación. Por eso ellos fueron los primeros en visitarla antes de la apertura. La gente salía emocionada. Para mí, eso ha sido lo mejor. Ese fue el día de la inauguración y no el de la oficial. Quedaron maravillados. En ese momento, para todos habían merecido la pena los siete años de obras.

**Es que siete años... son muchos años con obras a la puerta de casa...**

Lo cierto es que en hacer el espacio de ocio y cultura no se ha tardado mucho, pero la cuestión es que hubo que apuntalar y restaurar las fachadas, excavar para hacer cinco plantas de aparcamiento, los dos sótanos y todo superando un desnivel de cuatro metros de una parte a otra del edificio. Hay un trabajo de muchos años, pero porque es una obra que ha pasado por siete fases hasta completarse íntegramente.

**Usted ha estado al pie del cañón desde el minuto cero.**

Sí, en el momento que se empezó a trabajar en 2002 ya estaba inmersa y en 2004 ya fue a *full time*. Este edificio es una criatura para mí.

**¿Qué parte del edificio le resulta más especial?**

Pues esto es como cuando una madre tiene que elegir entre sus hijos... es muy difícil. Este no es un edificio *glamuroso*, es un edificio lleno de detalles. Se ha cuidado mucho la iluminación y creo que el ambiente logrado en la Mediateka es buenísimo para la concentración, para estar a gusto... Lo importante es que cada uno encuentre su espacio.

**¿Cuáles son los principales problemas de la gestión de un emplazamiento como este?**

Para mí lo más complicado es la gestión de personas porque si el equipo no está motivado y comprende que esto es un espacio de servicio público, el resto no va a ir bien. Aquí hay hasta 300 trabajadores, incluyendo cines, restauración, tiendas...



> MÚSICA

# TODO UN RECITAL

La soprano guipuzcoana Ainhoa Arteta publica su primer álbum con Deutsche Grammophon, donde, acompañada por el pianista Malcom Martineau, recorre piezas clásicas francesas y españolas, desde Bizet hasta Granados.



FOTO: BERNARDO DORAL

Tras dos décadas recorriendo los escenarios más prestigiosos de medio mundo, la soprano guipuzcoana Ainhoa Arteta ha resumido sus experiencias más gratificantes con el público en su nuevo disco, *Recital*, donde propone un exquisito viaje por canciones clásicas francesas y españolas de autores como Georges Bizet o Enrique Granados.

Este trabajo es su primera colaboración discográfica con el conocido sello musical Deutsche

Grammophon, y en la grabación su voz aparece acompañada, exclusivamente, por las notas al piano del virtuoso escocés Malcolm Martineau, que aporta una calidez mágica a la interpretación de la soprano vasca a lo largo de las 20



piezas que integran el compacto. Este disco, que acaba de aparecer en el mercado en una edición limitada que incluye un *dvd* con todos los temas en directo con subtítulos, recoge además un libreto exclusivo de 32 páginas que reúne las letras de las canciones en inglés, francés y castellano, junto con un ensayo literario a cargo de José Luis García del Busto.

Tras el paréntesis que han supuesto dentro de su trayectoria sus dos últimos trabajos de estudio (*La vida*, 2008; y *Don't give up*, 2010), donde abordaba versiones de artistas contemporáneos como Sinatra, Louis Armstrong, U2 o Joaquín Sabina, Arteta regresa ahora al territorio que le ha servido para consagrarse en la escena lírica internacional, y lo hace con una obra que intenta captar la frescura del directo, arrancando con seis canciones francesas firmadas a lo largo del siglo XIX por Charles Gounod, Georges Bizet y Reynaldo Hahn, que adaptan poemas de Jean Passerat, Louis de Peyre, Victor Hugo, Théophile de Viau y Théodore Faulin de Banville.

La artista tolosarra lleva a su terreno canciones como *Le premier jour de mai*, *Adieux de l'hôtesse arabe*, *L'Énamourée* o *Si mes vers avaient des ailes*, que recrea y transforma a su antojo con las ricas pinceladas de su poderosa voz. Desde el ambiente de los salones burgueses de Francia en el XIX a la etapa postromántica del país vecino, la selección que reúne *Recital* nos traslada hasta los temas clásicos hispanos, que presenta con las cinco canciones negras del catalán Xavier Montsalvatge, con temas inolvidables como *Cuba dentro de un piano*, *Canto negro* o *Canción de cuna para dormir a un negrito*.

El álbum prosigue por la música española para detenerse en las Tonadillas al estilo antiguo de Enrique Granados, que en sus últimos años intentó recuperar con sus composiciones el espíritu de este viejo cántico, un género que había visto la luz en el XVIII como distracción para el público en los intermedios teatrales, y que se consolidó principalmente en Madrid durante el siguiente siglo, reflejando en sus letras cuestiones populares. Así, se suceden canciones como *La maja de Goya*, *El trá-la-rá* y *el punteado* o *El majo discreto*, donde Arteta juega con la letra y con su voz para conseguir recrearlas de una forma única.

Finalmente, el disco se cierra con el Poema en forma de temas de Joaquín Turina, un trabajo que consta de cinco movimientos y que los expertos insertan dentro de la tradición romántica centroeuropea del Lied.

> ÁLBUM

## OTRO 'DANCE' ES POSIBLE

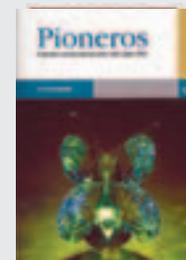
Se cumple una década del debut en solitario de la británica Sophie Ellix-Bextor con el excelente *Read my lips*, y pese a triunfar en su tierra el éxito no ha trascendido fronteras y la musa de la música disco *indie* nunca ha logrado destacar en las pistas de baile españolas. Ahora lo intenta con *Make a scene*, su cuarto álbum de estudio, lleno de ritmos *dance* sin mayores pretensiones, que en canciones como *Starlight*, *Bittersweet*, *Can't fight this feeling* o *Cut straight to the heart* demuestra que hay vida más allá de Lady Gaga, Kylie Minogue y la propia Beyoncé.



> LIBRO

## EL ALBOR DE UN GÉNERO

Desde los visionarios Edgar Allan Poe y Nathaniel Hawthorne, hasta Charlotte Perkins Gilman o Edith Warthon, *Pioneros*, cuentos norteamericanos del siglo XIX (Menoscuarto, 27 euros) reúne una cuidada selección de 16 relatos breves realizada por el profesor Santiago Rodríguez. Un trabajo que nos invita a descubrir obras que, en buena parte, no se habían traducido al castellano antes y que propiciaron la consolidación en América de un género que hoy es ya una parte consustancial de su tradición narrativa. Grandes emociones se esconden en este libro ecléctico aunque muy recomendable.



> ARTE

## DEVOCIÓN EN LAS MEDINAS

Las localidades vallisoleltanas de Medina del Campo y Medina de Rioseco comparten hasta el 6 de noviembre la sede de *Passio*, la XVI edición del ciclo expositivo *Las Edades del Hombre*. Una muestra de arte sacro que, en esta ocasión, reúne 146 piezas sobre la representación de la Pasión de Cristo, en un diálogo entre el arte clásico y contemporáneo. Ver ambas propuestas tiene un coste unitario de tres euros, con acceso gratuito los viernes, y entre los tesoros exhibidos aparecen obras como el *Cristo yacente* de Gregorio Fernández o *La última cena* de Jacopo Chimenti.



FOTO: LETICIA PÉREZ (ICAL)

## PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Alguna que otra vez nos escribe algún lector contrariado porque no le damos mucha cancha al cine asiático. Pues nada, doble ración. Aprovechando que acaba de aterrizar en DVD **Encontré al diablo**, vamos a detenernos un momento en la figura de su director, el surcoreano **KIM JEE-WOON**. Se nota su formación teatral, ya que como realizador y actor sobre las tablas ganó muchos premios. En 2003, **A tale two sisters** le dio la fama mundial.



javier m. faya  
coordinación

### CARS 2



## DIOSES DE CUATRO RUEDAS

La fama de Rayo es tal que obtiene una invitación para correr en muchos circuitos de todo el mundo. Un día, se ve envuelto en una trama de espías.

**H**ace ya muchos años, en una serie llamada **El príncipe de Bel Air**, un acneico Will Smith decía que el viento provocado por un fajo de billetes secaría sus lágrimas cuando le criticaran por cualquier barrabasada. No es éste el caso de **Cars 2**, muy duramente atacada por los críticos de su país, aunque bendecida por el gran público, o mejor dicho, el pequeño. Dicen que es más de lo mismo, con un Rayo MacQueen que ya cumplió sobradamente en la primera entrega. Pero esos son los criterios de los puristas, porque resulta evidente que uno, al entrar en la sala, ya sabe de sobra lo que va a ver. Y es, ni más ni menos que espectáculo en estado puro, y más si se trata del 3-D, que hace que las persecuciones se salgan literalmente de la pantalla. Todo el mundo se quedará con la boca abierta. Por eso, y por la nostalgia, no es de extrañar que arrase en taquilla en Estados Unidos, donde está batiendo todos los récords habidos y por haber. En su primer fin de semana se llevó 68 millones de dólares.

Nosotros, por si acaso, hemos estado indagando antes de hacer semejante juicio de valor, pero lo cierto es que la secuela de **Cars** ha cosechado no pocas críticas. Posiblemente esperaban que, a la manera de **Toy story**, los personajes evolucionaran, que hubiera una continuación respecto de la primera entrega. Y no es así porque sobre-

viven algunos vehículos secundarios entrañables como la grúa, que se ha hecho con el cariño de los críos.

Así, se puede decir que se empieza de cero, que para ver esta aventura no se necesita saberse la primera entrega. Total, si los *fans* más acérrimos aún se hacen pipí encima de vez en cuando. Y en ese sentido parece mentira que los analistas no se den cuenta de eso, que es un producto que se ha hecho pensando, por encima de todo, en los niños... y en los que se sienten como tales.

Otra razón que puede explicar las críticas recibidas es el hecho de que se habían depositado demasiadas expectativas en esta película, cuando resultaba más que evidente que el listón, en lo que a historia y trama se refiere, estaba muy alto. Tampoco estaría de más añadir que la guerra del verano en lo que a estrenos de cine es cruenta y muchas veces las propias casas se atacan unas a otras con una serie de maniobras no muy recomendables tirando de medios *amigos*. Hay que tener en cuenta que habrá títulos muy esperados como **Los pitufos**, **Capitán América**, la última de **Harry Potter**, **El origen del planeta de los simios**...

Así pues, vamos a darle un más que merecido voto de confianza a John Lasseter, que ha coleccionado desde hace muchos años una gran cantidad de obras maestras, y que está muy implicado en este proyecto, un sincero homenaje a la memoria de su padre, que fue mecánico.

### ✓ LO MEJOR

Los **dibujos** son de una calidad tremenda, así como las recreaciones de las ciudades en las que se desarrolla la acción. Algunos *gags* son muy, muy divertidos.

### ✗ LO PEOR

El **guión** es algo flojito, pues es difícil sacarle más partido a los personajes. Además, puede que los recursos técnicos y los *fuegos artificiales* jueguen en su contra.

## ENREDADÍSIMOS

Hoy tenemos para ti un par de Blu Rays de una de las sensaciones de la temporada, **Enredados**, que la tienes en este formato, en DVD y en 3-D. Casi nada. Igual prefieres llevarte a casa alguna de las tonterías de merchandising de la película **Amigos**, que seguro que te sacará muchas carcajadas. Por cierto, ¿cómo se llama el padre, actor, de uno de los protagonistas? Escribe a: [cine@revistaosaca.com](mailto:cine@revistaosaca.com).

EL CONCURSO



j.m.faya  
texto

# TENDENCIAS

## COLOREA TU HERRAMIENTA DE OCIO O TRABAJO



### CARACTERÍSTICAS

PANTALLA DE 10,1 PULGADAS

PESA 1,2 KILOS

TECLA SOCIAL NETWORKS

DISCO DURO HASTA 250 GB

AUTONOMÍA 8 HORAS

PRECIO: A PARTIR DE 249 €

### PACKARD BELL DOT S

Desde 2009, Packard Bell ha confirmado su compromiso en el mercado de *netbooks* con su exitoso *dot s*, un precioso dispositivo de 10,1 pulgadas que ha sido siempre sinónimo de diseño llamativo, elegancia en los colores -los nuevos, además, pueden ser negros, blancos, rosas o morados- y autonomía de batería para todo el día, junto a una gran facilidad de uso y características inteligentes exclusivas que mejoran la vida en los desplazamientos.

La nueva colección *dot s* de Packard Bell llama inmediatamente la atención por su exclusivo estilo *chic* natural y sus espectaculares colores. La elegancia refinada de los nuevos dispositivos se magnifica gracias a una gran atención en cada detalle. La zona de apoyo de las manos se hace eco del patrón de la tapa, mientras que la parte superior del teclado se coordina con el color exterior. Están diseñados para brindar máxima libertad.

Muy finos y ligeros (grosor de una pulgada aproximadamente y peso de 1,2 ki-

los), son incluso más pequeños que una revista normal (25 x 18 cm aproximadamente), pero eso sí, su rendimiento es excelente, con una autonomía de batería de hasta ocho horas. Con una sola carga te libera de las tomas de corriente. El procesador de bajo voltaje Intel® Atom™ ofrece, además, una experiencia multitarea optimizada.

El nuevo Packard Bell te conecta con tus amigos y familiares en cualquier momento y lugar. Su cámara web y el micrófono integrado te permiten realizar videochats de alta resolución dondequiera que estés. La aplicación Packard

Bell Social Networks posibilita conocer el estado de tus conocidos y actualizar el tuyo en Facebook, YouTube y Flickr con solo un clic en la tecla dedicada a este fin. La conexión Wi-Fi® y Bluetooth 3.0 opcional te conectan y permiten compartir tus archivos favoritos con máxima comodidad y velocidad. Por último, pero no menos importante, el nuevo adaptador de montaje en pared sustituye al adaptador de corriente tradicional: un accesorio más ligero y compacto, genial para llevar en el bolso.

Packard Bell *dot s* es perfecto para la edición completa de fotos y vídeo, y para el almacenamiento y uso compartido avanzado: disco duro de hasta 250 GB, lector multitarjetas y la versión completa de Adobe®

Photoshop Elements 9 están entre sus activos. Con un amplio abanico de propuestas de color para elegir, está disponible en el mercado español desde este mismo mes a un precio estimado de venta al público a partir de 249 €. Para más información puedes entrar en: [www.packardbell.es](http://www.packardbell.es).

## POR UNA VIDA MÁS CÓMODA... ¡SIN QUE SE NOS CRUCEN LOS CABLES!



### HP MOBILE MOUSE WIFI

Que nadie diga que no es un lío que el cable del ordenador se enrede con el del ratón, mucho más si al lado estás cargando el teléfono móvil y tienes también cerca los altavoces del pc... Pues para facilitarnos la vida sin que se nos crucen los cables, HP se ha lanzado a la piscina de la tecnología WiFi para unir nuestro ratón con el ordenador y ha presentado su primer *mouse* de este tipo.

El HP Mobile Mouse WiFi tiene su potencial en la autonomía, que se ha establecido en nueve meses, más o menos el doble que un modelo similar por bluetooth. Además, podemos olvidarnos de receptores que ocupan puertos USB o tener activado el bluetooth en el ordenador. Solo hay que tener activa la conectividad WiFi y nuestro ratón se enlazará automáticamente.

El nuevo dispositivo es ergonómico, con una forma adecuada, pero que a primera vista y a falta de probarlo, nos parece un poco grande. Pronto os sacaremos de dudas. El ratón WiFi de HP ya está disponible por 49 euros. Más información en [www.hp.com](http://www.hp.com).

## AIRE FRECO PARA LAS PRINCESAS DE CASA

### BIONAIRE HUMIDIFICADOR BU 1500

Bionaire amplía la gama del humidificador BU 1500 vistiéndolo de color rosa, esta vez pensado especialmente para las habitaciones de las princesas de la casa. Y es que, mantener un nivel apropiado de humedad en el hogar es esencial para conseguir un ambiente cómodo y saludable. Esto es importante, sobre todo, para aquellas familias que tienen bebés o niños. Los niveles demasiado bajos de humedad pueden ser perjudiciales para los pequeños, ya que el ambiente seco les puede provocar sequedad en la piel, las mucosas o la garganta, labios agrietados, picor de ojos o puede que se agraven posibles problemas respiratorios, así como los síntomas de gripes y resfriados o las alergias.

La humedad recomendada para lograr un ambiente agradable en el cuarto de los niños debe estar entre un 45 y un 65 por ciento. Cuando el nivel de la habitación está por debajo de estos baremos, los pediatras aconsejan el uso de un humidificador que distribuya suavemente vapor de agua en el ambiente y, por tanto, a las vías respiratorias. Estos aparatos se recomiendan frecuentemente para aliviar la congestión nasal en resfriados comunes, en algunos casos de asma y faringitis o en problemas de las vías respiratorias superiores.

Este divertido humidificador por ultrasonidos, en sus versiones rosa o azul, posee un atractivo diseño infantil en forma de elefantito que hará las delicias de los niños. Por eso, es perfecto para las habitaciones de los más pequeños, ya que cumple con los estándares de un juguete (no se rompe, no es inflamable, es higiénico...) lo que le hace totalmente seguro.

Su funcionamiento, prácticamente silencioso, permite utilizarlo toda la noche y, además, cuenta con una luz nocturna y apagado de seguridad automático.



## 360° DE VÍDEO PARA COMPARTIR EN LAS REDES SOCIALES

### LOGITECH HD WEBCAM C615

Logitech presenta la webcam portátil HD Webcam C615 para llamar fácilmente y grabar vídeo en HD sobre la marcha, tanto si estás en una fiesta de cumpleaños como en un viaje de negocios y desde un PC o un Mac. El diseño *fold-and-go* (plegar y listo), acoplado con capacidad de enfoque automático, puede girar 360 grados y puede capturar vídeo en alta definición, en cualquier momento y donde sea.

Ya no hay excusas para estar *out*, pues este dispositivo te permite una fácil y rápida conexión con tus amigos, familia y compañeros de trabajo, ya que hace videollamadas en HD 720p por Skype, FaceTime para Mac, Logitech Vid HD y Windows Live Messenger, así como videollamadas con Yahoo! Messenger, iChat, AOL Instant Messenger (AIM) y otras aplicaciones de mensajería instantánea. Además, incluye un sistema de subida de imágenes y vídeo HD a Facebook con un clic, así como a YouTube y Twitter.

Para proporcionarte flexibilidad extra, la webcam viene con un cable USB de 90 centímetros con extensor y contiene un trípode especialmente diseñado para capturas desde cualquier punto de vista.

Este aparato estará disponible en Europa en septiembre por un precio sugerido de 79.99€. Para más información puedes acceder a: [www.logitech.com/webcams](http://www.logitech.com/webcams).



## GRANDES PRESTACIONES PARA EL VERANO

### ACER LIQUIDMINI

Cereza, laguna, perla y acero son los cuatro nuevos colores que evocan el verano, las vacaciones y el anhelo de relajarse y divertirse con los amigos que ofrece la línea liquidmini, el smartphone más divertido de Acer. Pero hay mucho más en él de lo que puede verse a simple vista, pues ahora incluye el sistema operativo Android 2.3, con nombre de código Gingerbread, que combinado con la interfaz de usuario Acer 4.2 es tu entrada para disfrutar de velocidad de ejecución y facilidad de uso total.

Con *widgets* que ahora pueden ubicarse en la pantalla de inicio, puedes disponer de los elementos que utilizas más a menudo para tenerlo más a tu alcance. Ahora puedes cambiar rápidamente entre las aplicaciones manteniendo pulsada la tecla de inicio y escribir aún más rápido en el teclado virtual, puesto que la barra de estado se ha situado en la parte superior para evitar errores de escritura.

Por supuesto, puedes escuchar toda tu colección de música gracias a la ranura ampliable para tarjeta de memoria (MicroSD), sintonizar tu emisora de radio favorita o ver el último vídeo de YouTube en la magnífica pantalla de 3,2 pulgadas de alta calidad para disfrutar de una experiencia de usuario única: la navegación web será rápida y fluida. Graba un vídeo o saca una fotografía con la cámara de 5 mp y compártelos con tus amigos de Facebook, YouTube y Flickr.



Con el curso escolar finalizado y las vacaciones recién estrenadas los más pequeños inician su mejor etapa del año, donde las actividades acuáticas son las grandes protagonistas. Por ello, es fundamental extremar las precauciones y adoptar ciertos hábitos.

# POR UN VERANO SEGURO Y DIVERTIDO

**L**a época estival es tiempo de calor y de practicar las actividades acuáticas, que se ven más favorecidas por los lugares de destino de vacaciones. Y, precisamente, por ser las de mayor éxito son las que registran una tasa más elevada de accidentes. Quizá por esto el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad ha pedido «prudencia» a niños y jóvenes para evitar lesiones graves en los medios acuáticos, con motivo de la llegada del verano. Uno de los accidentes más frecuentes

julia  
martínez  
texto

es el ahogamiento y, por la misma razón, el que más preocupa al Comité de Prevención de Accidentes y Lesiones de la Asociación Española de Pediatría (AEP). De hecho, constituye la segunda causa de mortalidad en población infanto-juvenil, a pesar de que se podría prevenir en el 80 por ciento de los casos.

La gran mayoría de estos siniestros se producen en piscinas privadas, muchas de las cuales no cumplen con los requisitos necesarios para garantizar la seguridad de la población más vulnerable. La principal queja se refiere a la ausencia de un vallado alrededor de la pisci-

na que garantice que ningún niño pueda acceder al interior sin control de una persona adulta. Se estima que más del 60 por ciento de las piscinas privadas no cuenta con un sistema de cercado adecuado.

El otro problema tiene que ver con el insuficiente número de socorristas, ya que un pequeño se puede caer al agua sin que nadie se percate. De cualquier modo, en la mayoría de los casos de ahogamiento, los padres o responsables de la seguridad del niño admitieron haber tenido un despiste. Según el doctor Jordi Pou, coordinador del Comité de Prevención de Lesiones y Accidentes de la Asociación Española de Pediatría, «con la adopción de determinadas reglas básicas se podría evitar la elevada mortalidad y morbilidad asociada a estos terribles accidentes».

**TRAGEDIAS PREVISIBLES** Tan importantes y desgraciadamente frecuentes son estos episodios que han centrado parte del 60 Congreso de la Asociación Española de Pediatría, celebrado recientemente en Valladolid. Pero no solo hay que hablar de los más pequeños en estos casos; en niños más mayores y adolescentes, también se registra una tasa considerable de ahogamientos, incluso en jóvenes que saben nadar. Una parte de los mismos se produce por el uso de toboganes y otros por los saltos al borde de la piscina. Sin embargo, en el mar, son los adolescentes el principal grupo de riesgo, sobre todo cuando se asocia al consumo de alcohol. El especialista añade que «a veces con medidas tan básicas como la utilización de elementos de flotación o no permitir realizar ciertos deportes hasta los 16 ó 18 años se podría mejorar la seguridad infantil de forma sustancial».

Y para tratar de concienciar de este problema a la población en general, el Ministerio de Sanidad ha editado una guía-cómic denominada *Disfruta del agua y evita los riesgos*, dirigi-

## RECOMENDACIONES DE LOS PEDIATRAS

- Enseñar a nadar a los niños pequeños lo antes posible.
- Extremar la vigilancia de los menores, como regla de oro.
- Los más pequeños deben llevar flotadores.
- Instalar siempre vallas de protección que impidan acceder a los niños a los recintos de piscinas sin compañía de adultos.
- Comprobar que las piscinas cumplen con los requisitos básicos de seguridad.



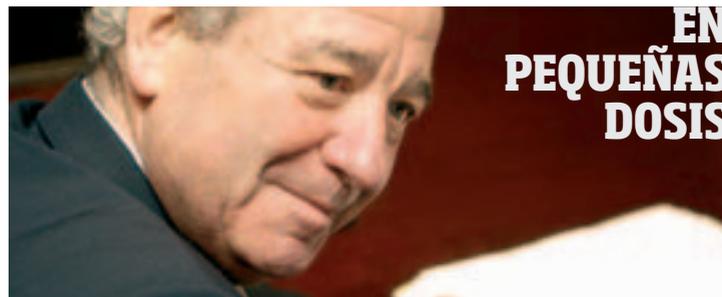
**200**  
 personas fueron ingresadas en  
 2009 por causa de un ahogamineto

**60%**  
 de las piscinas privadas no cuenta  
 con un sistema de cercado correcto

da especialmente a los menores y que contiene una serie de consejos y avisos sobre el tema. Según este texto, en 2009 más de 200 personas necesitaron ser ingresadas en un hospital a consecuencia de un ahogamiento, de las cuales un 35 por ciento eran menores de 14 años. Por ello, las Autoridades han querido destacar la importancia de seguir estas reglas, ya que los episodios en los que se producen situaciones de *casi ahogamientos* son también un grave problema, dado que los supervivientes padecen un daño cerebral permanente.

Entre las medidas preventivas para evitar las lesiones por zambullidas, se aconseja a los más jóvenes que no se lancen en zonas desconocidas; que comprueben cuidadosamente la profundidad del lugar; que eviten bucear en condiciones turbias y que se introduzcan en el agua lentamente. Asimismo, recuerda los riesgos que se pueden sufrir en los distintos medios acuáticos, de los que las lesiones cerebrales son las peores; para evitarlas proponen que los niños nunca se zambullan solos o que utilicen el chaleco salvavidas en caso de que no sepan nadar correctamente.

Además desaconseja bañarse de noche o después de haber consumido alcohol, ya que éste puede fomentar que se adopten conductas de riesgo y temeridad, en unas condiciones que disminuyen la capacidad de reacción del bañista ante el peligro.



**EN  
 PEQUEÑAS  
 DOSIS**

## ¿ME PUEDO BAÑAR YA?

Es una cantinela continua en las zonas de veraneo: «Mamá ¿me puedo bañar ya?». Es un rito establecido desde hace muchos años. Cuando éramos pequeños había que aguardar de dos a tres horas después de comer para poder meterse en el agua. El peligro podía llegar en forma de corte de digestión, una entidad que nadie, probablemente, podría explicar en qué consiste.

Lo primero que debe decirse es que no existe, como tal, esta patología. La digestión no se corta así. Y mucho menos esperando varias horas, ya que todo el proceso de digerir es muchísimo más largo. Ese *corte* podría ser el nombre popular de un trastorno que se llama hidrocución. Realmente debe considerarse como un accidente ya que se trata de un *shock* que se produce cuando el cuerpo cambia bruscamente de temperatura. Según el doctor Rodé y su equipo del Hospital del Sagrado Corazón de Barcelona, el mecanismo sería el siguiente: el organismo produce de forma inmediata una dilatación brusca de los vasos. Así el retorno de la sangre al corazón no se produce. Como resultado, las válvulas se contraen en vacío y no envían sangre a los tejidos. Se produce una disminución de la llegada de oxígeno hasta que el corazón se detiene. Al producirse entonces una parada respiratoria y cardíaca casi al mismo tiempo no aumenta el CO<sub>2</sub> de la sangre, por lo que el color de la víctima es al principio blanco para después pasar a ser violáceo.

Así pues, no es que la digestión se corte sino que se produce un accidente por un cambio brusco de temperatura. Por eso, se debe considerar como un factor de riesgo tomar el sol en exceso antes del baño, sudar mucho antes de bañarse o hacer esfuerzo físico intenso antes de hacerlo. En algunos casos meterse en el agua durante la digestión puede favorecer el hecho, ya que la sangre es reclamada por el estómago y, entonces, si la necesitara el corazón no la encontraría disponible, con lo que puede llegar al cuadro que se ha descrito.

De todos modos, el consejo que se impone es que NUNCA debe uno bañarse de golpe, especialmente si se ha estado mucho tiempo al sol, o, como suele ocurrir, se ha pasado un largo rato jugando a las palas o al fútbol. Pero debe deshacerse el equívoco: no se trata de un corte de digestión.

Y ya que hablamos de problemas veraniegos, no estará de más recordar el drama del accidente por zambullida que se repite cada verano.

Aunque en número no representen una alta estadística, lo cierto es que como son fácilmente predecibles, solo una ya sería de más. Sobre todo, porque es una lesión que puede dejar postrado en silla de ruedas para toda su vida a un joven que simplemente trataba de divertirse o divertir a los demás.

Se produce cuando alguien, normalmente joven, se zambulle de cabeza en una zona menos profunda de lo que cree. En la inmersión se da un golpe que fuerza una brusca flexión cervical. Como resultado se produce un estallido o una fractura de las vértebras quinta o sexta y por tanto, una grave lesión medular. La estadística nos informa de que este tipo de lesiones se producen especialmente de madrugada y que mas de la mitad de los accidentados habían ingerido alcohol en altas cantidades.

Por si fuera poco, el trastorno puede agravarse por un socorro precipitado. Aunque parezca absurdo, si se sospecha de ese tipo de fractura, lo mejor es sacar al herido del agua, tenderlo, abrigarlo, y pedir ayuda especializada de inmediato.

**ramón  
 sánchez-  
 ocaña  
 experto en  
 salud**

# EL CORAZÓN NO TIENE LA CULPA

Un estudio revela que uno de cada diez casos que se registran con síntomas de dolor torácico no tiene origen cardíaco sino que está estrechamente vinculado a algún tipo de enfermedad gastroesofágica como el reflujo o situaciones de ansiedad o depresión.



fernando  
franco  
texto

**E**l dolor torácico se asocia siempre a problemas de corazón como las anginas de pecho o los infartos. Pero no siempre es así. Un estudio realizado por el Servicio de Aparato Digestivo del Hospital Clínico San Carlos de Madrid sobre la prevalencia de este tipo de patologías que causan gran alarma revela que el 10,4 por ciento de los casos no tienen origen cardíaco, sino que es debido a enfermedades gastroesofágicas, muscoesqueléticas o incluso a situaciones de ansiedad o depresión.

Las conclusiones de este trabajo fueron expuestas por Manuel Díaz-Rubio, responsable del equipo que llevó a cabo la investigación durante

el transcurso de las IV jornadas Aquarius de Formación en Gastroenterología, en las que participaron un centenar de médicos internos residentes (MIR) que en la actualidad cursan su especialización en hospitales universitarios de Asturias, Burgos, Cantabria, Galicia, León, Logroño, Navarra y País Vasco.

«Hoy sabemos que hasta el 25 por ciento de los diagnósticos del dolor torácico en Urgencias son de origen no cardíaco y que siete de cada 10 del 75 por ciento restante presentarían una coronariografía normal si se realizara», explicó el catedrático Díaz-Rubio, que subrayó que esta patología funcional de pronóstico benigno tiene serias repercusiones tanto sobre la calidad de vida del paciente como sobre la sociedad.

«El dolor torácico no cardíaco genera ingresos y consultas médicas frecuentes que elevan el gasto sanitario y sus resultados terapéuticos son mediocres por un mal seguimiento del tratamiento, presenta un elevado coste económico y social e incrementa la incertidumbre tanto en el médico como en el paciente», argumentó el experto, que aseguró que muchas veces este malestar está relacionado con reflujo gastroesofágico.

Para combatir el desorden esofágico más común, el doctor Luis Rodrigo Sáez, jefe del Servicio de Aparato Digestivo del Hospital Central de Asturias, recordó que la dieta, como en el resto de enfermedades digestivas, no solo juega un papel terapéutico, sino también preventivo. En este sentido, señaló que una estrategia adecuada pasa por evitar la obesidad o el sobrepeso y reducir el consumo de alimentos o de condimentos que pueden incrementar la posibilidad de pacerlo como las grasas, el café, el alcohol, el chocolate, el ajo, la cebolla o la menta.

Las jornadas fueron también el marco en el que se presentaron los nuevos avances en el tratamiento de la pancreatitis aguda, enfermedad muy frecuente y potencialmente mortal, que se ha convertido en la primera causa de ingreso hospitalario.

«Una mala actuación médica en las primeras 24 horas de evolución de la enfermedad pueden determinar que un paciente fallezca o no», alertó el doctor Enrique Domínguez, jefe del Servicio de Aparato Digestivo del Hospital Clínico Universitario de Santiago de Compostela.

El papel de las nuevas técnicas ecográficas en la patología hepática y la manera más correcta de abordar una diarrea aguda fueron otros de los temas que se analizaron en esta cuarta edición de esta cita organizadas por Aquarius y que cuentan con la colaboración de las universidades de Cantabria, León, Oviedo, País Vasco y Santiago de Compostela.



## EL NIÑO 'DISCUTIDOR'

Hacia los siete-nueve años, cualquier niño está desarrollando su capacidad de razonar y se entrena con los propios padres que, normalmente, se enfrentan a él y le reprochan su tozudez porque no son conscientes de que un niño de esa edad necesita discutir como el comer y hacer ejercicio. No se traumatice si en algunas ocasiones le da al pequeño la razón y cede. No le perderá por eso el respeto, ni el cariño que le tiene, ni le tomará por tonto.

**¿Cómo puede entenderse mejor con el niño en su etapa de discutidor?** Lo primero es dejarle claro que es normal que estemos en desacuerdo de vez en cuando, pero que eso no tiene que suponer que acabemos gritando y en una riña acalorada y dolorosa. Ayúdele a serenarse y expresar lo que piensa dando razones, mientras escucha atentamente y le da la razón en algo, al tiempo que le manifiesta en lo que está en desacuerdo y porqué. Pero hágalo siempre sin perder la calma y con actitud bondadosa.

Dígale que le encanta escucharle y atender a sus argumentos y así él también aprenderá a escuchar y argumentar con serenidad. Busque un sitio tranquilo en el propio hogar para discutir sin enfadarse.

**Escuchar al niño**, alabando su actitud calmada en la forma de expresar lo que desea y siente es fundamental sea cual sea la edad del pequeño o del adolescente. Cuando aprenda que sus padres saben escuchar y atender a razones sin perder la calma, encontrará en el diálogo abierto gran serenidad y madurará mental y emocionalmente mucho antes. Para estar seguro de lo que argumenta el niño, repita su argumento: «¿Entonces, lo que me pides es que los jueves puedas quedarte media hora después de clase a jugar con tus amigos?».

**Aplique el principio gano-ganas**, no pretenda llevar toda la razón y deje que el pequeño se sienta bien estando de acuerdo con él en algunas cosas, con palabras como éstas: «La verdad es que si yo estuviera en tu lugar, pensaría como tú».

**Dé su opinión**, exponga su punto de vista, dónde está el problema y qué opciones propone para solucionarlo: «Quedarte un día un rato a jugar con tus amigos como excepción, no me parece mal. El problema está en que pidas lo mismo de vez en cuando y tú sabes que eso no puede ser».

**Ría con su hijo**, llegue a pactos, muéstrese relajado y razonable y haga muchas cosas con él dejándole claro que «están en el mismo equipo». Es la mejor edad para la complicidad y enseñarle a tener sentido del humor.

bernabé  
tierno  
psicólogo y  
escritor

MÚSICA

TAMBIÉN EN LA UCI

El Hospital Valle Hebrón de Barcelona ha aplicado con éxito un plan experimental que consiste en la reproducción de música (sonidos de pájaros, cascadas...) durante la retirada de la sedación en la unidad de cuidados intensivos con el objetivo de que el proceso de toma de conciencia sea lo «menos traumático posible». Según Daniel Jiménez, investigador principal de la iniciativa, el 75 por ciento de los 16 usuarios que participaron en la primera prueba experimental, iniciada el verano pasado, aseguraron que la música había reducido su nivel de ansiedad al despertar, si bien un 12 por ciento no lo recordaba y otro 12 negaba que la melodía hubiera sido de ayuda. Esta idea surgió tras comprobar el estado en el que despertaban los enfermos: con tubos en la boca, sintiendo los efectos de la sedación, escuchando múltiples ruidos y sin familiares a su alrededor.

DERMATITIS



CRECE SU INCIDENCIA

Según la doctora Ana Segurado, jefe del Servicio de Dermatología del Hospital del Sureste de Madrid, el eccema atópico, conocido como dermatitis atópica, es una enfermedad de la piel que es cada vez más frecuente entre la población y que, al menos, el diez por ciento de los niños padece en España. Esta alteración cursa en brotes, es decir, la piel comienza a picar y el paciente se puede provocar ampollas, rojeces y descamaciones. Para reducirla es importante evitar el contacto con los alérgenos y aplicar de manera regular cremas. Los mejores consejos: ducharse en vez de bañarse; utilizar geles limpiadores suaves sin jabón y perfume, ricos en aceites, y ropa de algodón.

CON LA AYUDA DE GEMA

Las personas que padecen asma y sus familiares cuentan a partir de ahora con una nueva herramienta de fácil acceso que les ayudará a mantener bajo control la enfermedad sin tener que salir de casa. Se trata de la edición *on line* de *GEMA Pacientes 2011*, la *Guía Española para el Manejo del Asma* dirigida a los propios afectados, que cuenta con la colaboración de la compañía biomédica Pfizer.

Desde su presentación en versión impresa el pasado mes de febrero, el documento ha contribuido a mejorar los aspectos relacionados con el manejo de este desorden respiratorio crónico, que afecta al cinco por ciento de los adultos y a entre el ocho y el 10 por ciento de los niños españoles. Ahora, con el objetivo de aumentar el impacto positivo que ha tenido sobre los pacientes y su entorno, se brinda la oportunidad de acceder a su contenido a través de la *web* [www.gemasma.com](http://www.gemasma.com), donde los internautas encontrarán un enlace para descargar el documento íntegro de una manera rápida y muy sencilla.

La edición de la red presenta el aspecto de un manual de 68 páginas por las que el usuario podrá ir navegando. En ellas, mediante un lenguaje coloquial, se proporciona información de interés sobre el asma siguiendo un esquema basado en preguntas y respuestas. Asimismo, con la finalidad de hacer más comprensibles los contenidos y complementar la explicación teórica, el lector encontrará también diversas ilustraciones que aclaran cómo deben usarse diferentes tipos de dispositivos útiles en el día a día de la enfermedad.

ana ortega texto

Respecto a los temas tratados, la guía explica qué es la enfermedad, cómo se diagnostica, de qué manera se debe actuar ante una crisis o cuáles son las diferencias que surgen entre adultos y niños.



La versión 'on line' en forma de manual de la 'Guía española para el manejo del asma' (GEMA) ofrece en un solo clic de ratón una herramienta útil para afrontar esta alteración respiratoria crónica sin tener que salir de casa.

Más información en:

[www.gemasma.com](http://www.gemasma.com)

Además, para adaptarse a las necesidades reales de los pacientes, recoge una selección de las 20 dudas más repetidas en las consultas de los médicos. Por último, en sus últimas páginas incluye un directorio de webs de interés y de asociaciones de pacientes.

El asma es una enfermedad respiratoria crónica que, gracias a los tratamientos actuales, resulta relativamente fácil de controlar. Sin embargo, los especialistas recuerdan que se trata de una patología que normalmente cursa de manera variable y, aunque pueden existir largos períodos sin molestias notables en el or-

ganismo, es muy común que éstos se vean interrumpidos por la llegada de crisis más o menos intensas. Precisamente para concienciar a la población de la importancia de mantener algunos cuidados básicos, diversos centros de salud han comenzado a difundir entre sus pacientes las claves para un buen manejo de la enfermedad a través de pósters y recortables. En éstos, se ofrecen recomendaciones diferenciadas a pacientes adultos y niños, recordando, por ejemplo, que el dispositivo indicado en el caso de los pacientes pediátricos dependerá de la edad y las aptitudes del pequeño.



dra. pilar  
riobó  
médico  
especialista en  
endocrinología  
y nutrición

**Antes de salir de casa en vacaciones, sobre todo cuando nuestro destino es un país extranjero o padecemos alguna enfermedad crónica, es conveniente tomar algunas precauciones sanitarias básicas. Lo más recomendable: contratar un seguro de viaje, cuidar los alimentos que comemos y tomar agua embotellada.**

## VIAJERO SALUDABLE

**E**n verano muchas personas aprovechan para conocer otros países y otras culturas, pero esto puede entrañar ciertos riesgos, especialmente cuando se trata de destinos exóticos. De hecho, los accidentes de tráfico son una de las principales causas de muerte de los viajeros en estos países, donde las carreteras no son buenas ni tampoco los vehículos. Así que, siempre es conveniente cuidar también los aspectos sanitarios básicos del viaje y tomar unas mínimas precauciones, variables en función del país de destino. Sin embargo, solo el diez por ciento de los españoles se desplaza con seguro de viaje, a pesar de que es relativamente frecuente sufrir algún problema, desde cualquier enfermedad o accidente, hasta un robo o la pérdida del equipaje. Antes de viajar, deberían informarse de los acuerdos sanitarios que tiene

España con otros países, y si es necesario, contratar un seguro de viaje. Hay que tener en cuenta que ante cualquier emergencia, la asistencia sanitaria puede ser muy cara y, además, es preciso pagarla en el momento.



**LAS PERSONAS MAYORES, OBESAS O LAS MUJERES QUE TOMAN ANTICONCEPTIVOS SON LAS MÁS PROPENSAS A SUFRIR COÁGULOS EN LOS VIAJES LARGOS DE AVIÓN**

Las personas que padecen enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes o quienes padecen del corazón, no deberían olvidar llevar consigo los informes médicos, y la medicación que precisan. Si es posible, también deberían conocer el nombre genérico (o científico) de los fármacos que toman, ya que el nombre comercial es diferente en cada país. Cualquier viaje supone un sobre esfuerzo. Por ello, adapte el ritmo del periplo a su situación física.

El llamado *síndrome de la clase turista* puede producirse en los viajes de avión de larga duración. La inmovilidad durante horas estando sentados favorece la formación de coágulos en las venas de las piernas, especialmente en las personas mayores, que pueden posteriormente desplazarse hacia el corazón y producir una embolia pulmonar.



Los sujetos con mayor riesgo son los obesos, los mayores, las mujeres que toman anticonceptivos, o los que han sido sometidos a una operación quirúrgica reciente. Para prevenirlo se recomienda: beber abundante agua durante el vuelo; evite cruzar las piernas y procure moverlas y /o caminar por la cabina del avión cada una o dos horas. Consulte a su médico si puede tomar aspirina a dosis bajas o si es conveniente ponerse una inyección de heparina antes del viaje, con el fin de hacer la sangre más fluida y evitar la formación de coágulos

**MÁS PELIGROS** Tenga cuidado con la alimentación, para evitar la *diarrea del viajero*. Un maravilloso viaje puede transformarse en una pesadilla por una diarrea. Se recomienda no beber agua del grifo, ni poner cubitos de hielo en las bebidas. Evite alimentos *peligrosos* como moluscos, pescados y carnes crudas, vegetales no hervidos,

ensaladas, leche y derivados (helados, cremas, natas, etc.). Evidentemente, debemos huir también de la comida y bebida suministrada por vendedores ambulantes.

Si va a viajar a países tropicales, puede acudir a un Centro de Vacunación para informarse de los consejos sanitarios. Y de paso, conviene que revise si está adecuadamente vacunado; por ejemplo, compruebe si tiene las dosis de recuerdo recomendadas de la vacuna del tétanos, cada 10 años. Cuidado con las picaduras de insectos: además de ser molestas, pueden transmitir infecciones. Se recomienda llevar cubierta la mayor superficie corporal posible, y utilizar un repelente cutáneo, y, si posible, dormir con mosquiteras sobre todo en zonas endémicas de malaria o paludismo; infección transmitida por la picadura del mosquito Anófeles, además es preciso tomar medicamentos antipalúdicos de forma profiláctica, empezando unos días antes del viaje.

## GASTRONOMÍA

# 'CHANQUETES' VENIDOS DE ORIENTE

El 'pez plata' chino, de aspecto muy parecido al extinguido manjar de la costa andaluza pero con un sabor menos intenso, puede llegar a alcanzar la categoría de delicia si se elabora con la técnica de la fritura. Solo o acompañado de pimientos del Padrón, es toda una sorpresa culinaria.

Es posible que a muchos españoles que rondan la cuarentena la palabra chanquete les recuerde solamente al entrañable personaje, interpretado por Antonio Ferrandis, en la famosa serie *Verano Azul*. El nombre venía de un *pesacadito*, joya de la gastronomía andaluza, que hoy se recupera en otras variantes como materia prima de la cocina oriental. Un ejemplar de la familia de los góbidos que se comía frito y al que el pintor, Ignacio Zuloaga, definió como «espuma de mar frita». Como tantos otros de su especie, pasó del anonimato a la gloria en poco tiempo. Y ese éxito trajo su extinción. Hubo de prohibirse su captura, ya que la malla empleada no

dejaba *títere con cabeza*. Además, como pasa siempre, el exceso de pesca puso en peligro su propia supervivencia hasta volverla imposible.

Así que los hosteleros malagueños empezaron a dar alevines de otros peces, como boquerones y sardinas en lugar de los verdaderos; y el hecho de que no pocos aficionados opinasen que estos tenían «más sabor» que los, un tanto insulsos, chanquetes auténticos, no se pudo ocultar que se estaba produciendo un fraude.

Vivía yo tan tranquilo sin acordarme para bien ni para mal de este pescado hasta que, hace unos días, tomando un picoteo nocturno en casa de unos buenos amigos, apareció una fuente de una cosa que se parecía mucho, a la vista, a una fuente de chanquetes. El tamaño, el aspecto y la fritura era impecable. Fallaba, claro, la materia prima. Eran lo que llamamos chanquetes *chinos*, también conocidos por otros nombres como *pez plata* o *pez platino*, que responden al nombre científico de *Salanx acuticeps*. Chanquetes no son, pero tampoco es como para despreciarlos por las buenas. Y más teniendo en cuenta que en esto de las frituras de pescado muchas veces es más importante la técnica de elaboración que la propia materia prima.

**LA RECETA** Hay que ser generosos con el aceite y con la harina. Descongelados y enharinados con prodigalidad, estos chanquetes *chinos* se pasan a un tamiz en el que se elimina el exceso de rebozado. Los pescaditos han de quedar completamente sueltos, para pasarlos a la sartén, muy caliente. Hay que freírlos en pequeñas cantidades, pero se hacen en un suspiro. Espumadera, papel absorbente y a la mesa. No me gusta, para definir un plato, decir eso de que «es simpático», pero aquí viene bien. No son chanquetes, cosa que apreciarán quienes tengan la memoria suficiente para acordarse de ellos, pero entretienen un rato.

He visto por ahí alguna sugerencia: servirlos con una ensalada de pimientos asados, por ejemplo. Puede; pero me parece más interesante ponerles al lado unos pimientos de Padrón fritos; por cierto, si quieren darle gracia a estos en principio sosos pescaditos orientales, pueden cocinarlos en un aceite aromatizado con ajo y guindilla. Después de todo, es lo que hacemos con un producto mucho más caro que son las angulas.

Una posibilidad interesante sería servir esta fritura acompañando a unos huevos fritos. Puede ser una combinación muy agradable, más que nada por la diferencia de texturas, ya que estos pescaditos han de quedar crujientes. Y para beber, lógicamente, les recomendaré un vino blanco, fresquito. El que a ustedes les guste más, desde una manzanilla a un txakolí, un verdejo, un albariño o un espumoso. ¿Que prefieren una cerveza? Pues también. En este caso, la materia prima del plato no es de las exigentes en el tema líquido.

## GRUPO OSBORNE

### CUMBRE MONTECILLO

2006

Con más de un siglo de vida, Bodegas Montecillo, propiedad del Grupo Osborne, aúna tradición y modernidad. Hablar de ella es hablar de prestigio y constancia. Cumbre Montecillo 2006 es fruto de una cuidada selección de los mejores tempranillos y gracianos en su estado óptimo de madurez. La crianza, en barricas de roble francés Allier durante dos años, completa su afinado en botella de 12 meses.

### Cata:

Es elegante con atractivos haces brillantes de color granate. Sus aromas nos recuerdan a frutos rojos y negros con matices mentolados, que permiten mantener una alta fructosidad. Orgulloso en el paso por boca, sabroso y prolongado, con intensa fruta negra y sugerente *toffee* integrado con ligeras notas de crianza en roble.

### Recomendación:

Con este vino, recientemente galardonado en el *International Wine and Spirits Competition 2011* en Londres, conseguiremos un maridaje perfecto con guisos y todo tipo de carnes a la plancha y asados.



# LEVANDO ANCLAS

SUS COLORES SON EL BLANCO, EL AZUL MARINO Y EL ROJO. SU ESTAMPADO, LAS RAYAS. Y SU ESTACIÓN FETICHE, EL VERANO. EL 'LOOK' MARINERO INVADIRÁ ESTE AÑO TANTO LAS COSTAS COMO LAS CALLES, PERO CADA LUGAR TIENE SUS PROPIOS CÓDIGOS. ESTAS SON LAS CLAVES PARA ACERTAR CON EL ESTILO 'NAVY'

## Marinera en tierra

Una de las tendencias de moda más marcadas esta temporada es el *look navy*. Para lucirlo en entornos urbanos triunfan los vestidos, largos y de rayas, o más cortitos, en tonos azules y con detalles en blanco y rojo. Para un chic parisino como el que impuso *madeimoselle* Coco Chanel, con pantalones náuticos de talle alto y camisetas de rayas de cuello redondo y manga francesa, se llevan las mezclas de azul y blanco en pantalones, faldas, *t-shirt* y chaquetas. Para completar estos estilismos en la ciudad son perfectas las cazadoras vaqueras o las chaquetas de inspiración naval con botones metálicos.



Mango



Vestido nice de Javier Simorra (138 euros)



Nicki Blazer de Tommy Hilfiger Denim



Vestido de punto de Jota+Ge



Cortefiel



Baby Phat



Antonio Alvarado

## La reina de los mares

Bermudas y *shorts* combinados con camisetas de rayas, bikinis totalmente marineros y algún jersey más grueso o americana con aires de lobo de mar, son las prendas básicas de las *capitanas* de moda. El blanco y el azul son una constante en las colecciones que huelen a salitre, acompañadas de calzado cómodo y bolsos de gran tamaño en los mismos tonos.



Etam



Tommy Hilfiger



Lois



Benetton



The Northface



Lois



Cortefiel



Gorra tachuelas doradas. *Esenciales de El Corte Inglés* (8,95 euros)



**Tommy Hilfiger**

## Complementos de capitana

Los accesorios que completan los estilismos más *navy* también se tiñen de rojo, azul y blanco, aunque para la ciudad se acompañan de complementos dorados y detalles en negro. Respecto al calzado, las propuestas se extreman: altas cuñas de esparto para la ciudad o sandalias blancas de plataforma y tacón de madera para dar un toque de glamour al conjunto; o zapatos náuticos y deportivos de lona para el mar. Imprescindible cubrirse la cabeza con diseños de aire marinero. Para lucir en la muñeca es el momento de los relojes de estilo *sport*.



**Mango**

**Tommy Hilfiger Watches**



**Roberto Botticelli**



**H&M**

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

### RETIRA

**La química agresiva con la piel.**



Concentrado reparador de los signos de fatiga con brócoli y soja de **Biotherm** (55 euros)

Hidratante para pieles maduras con extracto de higo y vitamina E de **Garnier** (5,19 euros)



Emulsión ligera con miel, muy rica en aminoácidos, que atenúa las arrugas y reafirma los tejidos de **Guerlain** (117 euros)

### RESCATA

**La cosmética inspirada en la naturaleza.**

Los activos que incluyen las cremas de última generación tienen en la naturaleza su punto de mira. En ella se encuentran ingredientes como la fruta, rica en vitaminas y con gran capacidad antioxidante, o el brócoli, de importante efecto anti fatiga, que son una excelente fuente de elementos contra el envejecimiento. Los extractos de frutales como la granada o el higo tienen efectos estimulantes, activadores y reafirmantes. Cítricos, fresas, papayas, manzanas... son protagonistas de los más variados productos de belleza: cremas hidratantes y nutritivas, tratamientos anti-arrugas, anticelulíticos, desmaquilladores, mascarillas para el cabello... La miel de abeja, uno de los mejores humectantes naturales para la piel, que además de hidratarla la regenera, es antioxidante y ayuda a la cicatrización. La certeza es que la naturaleza es fuente de belleza

compras clave **compras clave** compras

**EL CHOLLO**  
Hello Kitty (29,90 euros)



**Reloj en tonos veraniegos.**

Una oleada de animados colores llega a las muñecas gracias a los relojes de moda. Los tonos estivales propios de un lápiz de labios como el rojo o el fucsia, que además coinciden con las últimas tendencias seguidas por los diseñadores de moda y las firmas de cosmética para este verano 2011, tiñen los relojes más actuales e innovadores.

**EL CAPRICHIO**  
Technomarine (395 euros)



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

### ¿CÓMO SE COMBINAN LAS FALDAS CORTAS CON VUELO?

Parece que esta temporada se están imponiendo las maxi faldas, siempre por debajo de la línea del tobillo, pero las pasarelas. Los escaparates y la calle siguen apostando por un clásico del verano ligero y fresquito como es la mini con vuelo. Livianas y con volumen, este año se llevan ceñidas a la cintura y normalmente plisadas, acompañadas de *bodies* o camisetas finas en tonos *nude* y bailarinas a los pies, para crear el look de danza tan de moda este estío. También están de actualidad los estilismos tropicales en los que las faldas plisadas cortas con estampados alegres y coloridos se combinan, en una animada mezcla, con prendas con *prints* diferentes.



**H&M**



**Tommy Hilfiger** (75 euros)

#### + INFORMACIÓN

**Antonio Alvarado** 913504550 [www.antonioalvarado.es/](http://www.antonioalvarado.es/) **Baby Phat** [www.babyphat.com/](http://www.babyphat.com/) **Benetton** [www.benetton.com/](http://www.benetton.com/) **Cortefiel** 902453545 / **El Corte Inglés** 901122122 / **H&M** 901120084 [www.hm.com/](http://www.hm.com/) **Jota + Ge GE** [www.jotamasge.com/](http://www.jotamasge.com/) **Lois** [www.loisjeans.com/](http://www.loisjeans.com/) **Mango** 900150543 [www.mango.com/](http://www.mango.com/) **Roberto Botticelli** [www.robertobotticelli.it/](http://www.robertobotticelli.it/) **Technomarine** 902877187 [www.technomarine.com/](http://www.technomarine.com/) **The North Face** 93 711 72 20 / **Tommy Hilfiger** 914298113 / **Tommy Hilfiger Watches** 902877187 /



## CRÓNICA SOCIAL

# «NO ME MUERO POR HACER CARRERA EN HOLLYWOOD»

EDUARDO NORIEGA.

Vive uno de sus mejores momentos: va a cumplir treinta y ocho años, esa edad en la que un hombre todavía no ha entrado en la madurez, se ha casado con su novia de mucho tiempo, Teresa, con la que, me dicen, forma una pareja perfecta (mucho mejor, sin duda, que la de Alberto de Mónaco y Charlene) y ahora está en los cines como protagonista absoluto de *Blakctork*, el mayor regalo que le ha hecho Mateo Gil, su íntimo amigo y el director de la cinta. «Sí, somos muy amigos, y estoy muy agradecido de que siga contando conmigo. Porque la amistad no nos obliga a trabajar juntos», me decía Eduardo Noriega el otro día, sentado en una de las butacas de los cines Princesa de Madrid. «Nos conocimos hace muchos años, 19 en concreto. Yo estudiaba Arte Dramático en la Universidad Complutense y él estudiaba Imagen y Sonido en Ciencias de la Información con Alejandro Amenábar. Congeniamos y como los tres queríamos hacer cine, empezamos a hacer vídeos. Éramos jovencísimos y no teníamos ninguna experiencia, pero nos lo tomábamos súper en serio. Decíamos ¡corten! y ¡acción! Como si fuera un rodaje de verdad». Los dos amigos, Mateo Gil y Alejandro Amenábar, eran un poco *freakis* y no les gustaba nada estudiar ni ir a clase. De hecho, no terminaron la carrera. Pero tenían talento. Mucho talento. Por eso pudieron escribir al alimón *Tesis*, la película que dirigió Amenábar con poquísimo dinero y que lo reveló como uno de los gigantes de nuestro cine. *Tesis* supuso también el debut de Eduardo Noriega en el cine. Corría el año 1996 y el actor recuerda aquellos tiempos con una sonrisa en los labios, pero sin nostalgia. Como esa persona que ha disfrutado y aprendido

mucho con lo vivido aunque mira adelante, pues sabe que en la vida, lo mejor, es seguir viviendo y aprendiendo día a día.

Llevaba unos vaqueros Levi's 501 que le quedaban como un guante y una camisa blanca. Un look informal, pero elegante. Se le notaba entusiasmado: le gusta mucho la película que presenta y además se nota que la experiencia le ha marcado bastante. «Yo no sabía montar a caballo, no lo había hecho en mi vida y no era nada caballista, pero lo cierto es que al final, cuando decían, corten me perdía por ahí por la montaña, en plan salvaje. Y, ¿qué decir de Bolivia? He venido enamorado del país». La película fue seleccionada por el Festival de Tribeca y tuvo muy buenas críticas, por lo que él es consciente de que se le abren puertas en el mercado americano. «Sí, por supuesto, para un actor es algo muy positivo que tu película se estrene en EE UU. Y ojalá se fijen en mí y me surjan nuevas oportunidades de hacer cine allí. Pero lo cierto es que no me muero por hacer carrera en Hollywood. De verdad. A mí no me apetece nada irme a trabajar allí en un proyecto en el que no confíe. Piensa que luego son muchas horas, muchos días, meses, el proceso es de dos años casi, por lo que, si no estás a gusto, lo puedas pasar muy mal». También debe ser duro, supongo, estar



## LA MONARQUÍA SIGUE SIENDO LA REINA

fuera de casa tantos meses, o al menos no debe de ser muy agradable para su mujer, quien, probablemente, le eche de menos. Pero de eso mejor será no preguntarle. A Eduardo Noriega no le gusta nada hablar de su vida privada. De hecho, cuando hace meses saltó en las revistas del corazón la noticia de que el actor se había casado secretamente con Trinidad Oteros, su novia desde hacía seis años, nunca lo confirmó ni lo desmintió.

Parece que se conocieron de una forma muy romántica: en el aeropuerto de Barajas, esperando un avión. Pero cuando se le pregunta algo tan inocente como «¿qué tal lleva tu mujer tu éxito?», siempre dice lo mismo: «Yo no hablo de mi intimidad, y menos aún de personas que no son públicas». Así que sabemos que se ha casado y que no es un invento más de la prensa del corazón de milagro: nos lo han confirmado otras fuentes. De hecho, Trinidad, su mujer, estuvo presente en la *première*.

Eso sí, parece que no se irán juntos de vacaciones. «Nada, todo el verano trabajando, y otoño también. Trabajar, trabajar, y trabajar, menudo veranito me espera. Y es que estoy rodando *Homicidios*, que se estrenará en Telecinco en septiembre. Termina la última escena, casi todos los días, a las doce de la noche, así que ya me contarás. Hombre, eso sí, una escapadita a la playa espero permitirme. Y un bañito en Santander también», me contaba el actor. Pero, ¿qué más le gusta hacer? No sé, yo me divierto constantemente. Me encanta viajar, me encanta ir a la playa, me gusta hacer deporte, jugar al fútbol, hago yoga...». «¿También irás al gimnasio para mantener el cuerpo que tienes?», le digo. «¡Qué va! Tengo un cuerpo muy normalito. Desnudo pierdo mucho. Y a mí me gusta hacer deporte, no ir a gimnasios. No voy. Y mira que todos los actores van, que como yo digo, pronto no quedarán actores para hacer algunos personajes, pues estarán todos hinchados, ja, ja. ¿Cómo va a hacer alguien cachas de una persona enferma? El caso es que yo me cuido, pues el conocimiento del cuerpo y su control es esencial para un actor, pero hasta ahí».

Diga lo que diga, tiene un físico digno de modelo, o casi, pues, visto de cerca y sin *photo shop*, no tiene ningún signo de incipiente barriguita y los vaqueros 501 le quedan como a los de los anuncios. «No, ¿cómo me va a molestar que me digan que soy guapo? Al contrario. La vida es más fácil cuando se es guapo. Y a nadie le amarga un dulce. Pero yo no me considero una persona excepcionalmente dotada físicamente. Me considero normalito. Y no elijo los papeles porque vaya a salir guapo o no. Digamos que para mí eso es lo menos importante. Yo aspiro a ser buen actor». Buen actor. Qué difícil que a un intérprete guapo la crítica le permita, además, ser un buen profesional. «Y que lo digas. Que yo recuerde, sólo lo consiguió Paul Newman y nadie más».

¿Qué interesa más, una boda rockera, extrema y divertida de una conocidísima *supertop* o el glamour y el lujo de la boda de un príncipe?, ¿un enlace en el que modelos espectaculares te acompañan al baño y donde, durante tres días, no se acaba la música en directo ni el alcohol o una boda con un novio que no parecía muy enamorado, vale, pero que pertenece al Principado más glamouroso de todos los tiempos? La respuesta está clara: la boda del príncipe. Y es que Kate Moss y el guitarrista Jaime Hince se casaron el mismo día que Alberto de Mónaco y Charlene Wittstock. Boda loca versus boda real, ambas repletas de famosos. Y ganó, por goleada, la boda real. Las televisiones de Reino Unido siguieron hasta el detalle los dos enlaces (civil y religioso) monegascos pero no tanto el de Cocaine Kate, como llaman a la modelo algunos medios sensacionalistas. Kate Moss dio el sí quiero y lo celebró por todo lo alto en los impresionantes jardines de su casa: un total de 300 invitados atendidos por camareros del lujoso Hotel Ritz de París, el mejor catering, Moët Chandon y todo tipo de alcohol para tres días (y otras cosas, claro). Como lo leen: la boda, inspirada en los festivales de música rock que tanto le gustan a ella, duró tres días. Juerga loca, loca. Pero, ¿qué fue lo mejor? Su vestido. Por supuesto, y aunque no hubo confirmación hasta el último momento, lo diseñó John Galliano, su amigo, al que ella no ha dado la espalda después de que

medio mundo le haya tachado de racista, en un juicio mediático paralelo al que fue sometido en la vida real. Por otro lado, el príncipe y la ya princesa, daban el sí quiero tras un intento de huida por parte de esta (periódicos muy serios en Francia han asegurado que ella estuvo a punto de cancelar el compromiso cuando se enteró, poco antes del enlace, que el novio tenía dos hijos más que nacieron ¡cuando ella y él ya salían juntos!), en una escena que, lejos de salir de una película romántica, daba escalofríos. Él, muy serio, con la mirada distraída y ausente, de tal forma que parecía que estaba viviendo cualquier cosa menos el día más importante y feliz de su vida. Y ella, guapísima de Armani, sí se emocionó, por supuesto; aunque no sabemos si por el amor que siente hacia un hombre que le dobla la edad o por el paso tan importante que estaba dando: se ha convertido en, ni más ni menos, que la princesa de Mónaco. Ella, que venía de África, el país más pobre del mundo. Ser la protagonista de un cuento debe impresionar y hace saltar las lágrimas a cualquier mortal. Además, estaba allí su familia al completo y gente muy rica y muy importante. Pero con todo y con eso, no fue demasiado emocionante el enlace, la verdad. Parecía como el escenario de una gran ficción representada en las calles del principado, un teatro de lujo con dos protagonistas figurantes que no sabían interpretar demasiado bien su papel.



# SUDOKU MANÍA

FÁCIL

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

X

		6		3				
		4						
				2				
	2			5				

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

Debe buscar al director y a los actores de la película "EL GRAN ASALTO" (1994): Joel Coen, Pau Newman, Tim Robbins, Jennifer Jason Leigh, Charles Durning, John Mahoney y Jim True.

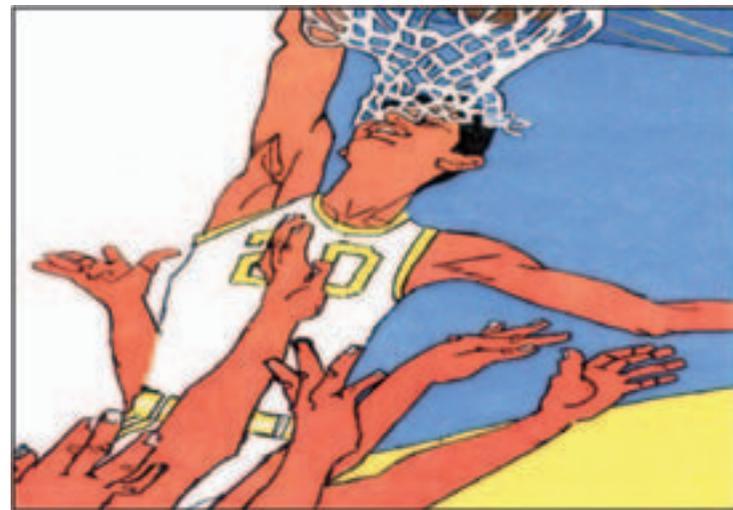
DIFÍCIL

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

MUY DIFÍCIL

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

## LOS OCHO ERRORES

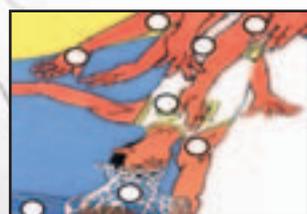


## CRUCIGRAMA

	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. El que va con el arquitecto. Entrada al puerto. 2. Fenómeno marino catastrófico. Allí, donde más duele. 3. E larga griega. Oscura madera. Contractura lingüística. 4. Éxitos infantiles. Giba que tal vez molesta. 5. Ligen de pies y manos. Rusa dada a la bebida. 6. Esposa del emperador antes de la revolución soviética. Poema grandilocuente. Consonante rara. 7. Al abrir la boca. Vocal griega de forma auricular. Antiguo italiano. 8. Voz de la animadora. Apuntar en el cuaderno. Nota repetitiva. 9. Eslabones unidos. En el Sur. 10. La resta respecto de la suma. Disparo de arma de fuego. 11. Rogar a los dioses. Sazonar o adobar alimentos. 12. Papel en juego. Meterá de lleno en el fango.

**VERTICALES:** 1. Intimidar con puños y armas. El amor olvida su principio. 2. Importante guarnición traída de América. Dura aleación de hierro y carbono. 3. Embustero. Relativo al final intestinal. 4. Nota la segunda. Encargado de mantener viva la fiesta. 5. Letras mimosas. Otro modo de llamar a los niños. Vocal. 6. Paciente hombre bíblico. Cobarde. Mano sin vocales. 7. Camino oculto que acorta el viaje. Timbal o tambor festivo. 8. Gracioso como José. Planta maloliente. 9. En blanco. Dueño de la palabra en discurso. Batalla. 10. Fin de la era. Con los ángeles nos acercamos al ocaso. Nada enferma. 11. Base de la fabada. Pasar por en medio. 12. Batería eléctrica de uso corriente. Como la ardilla o la rata.



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

MUY DIFÍCIL

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

DIFÍCIL

4	1	5	3	2	6			
6	2	3	5	1	4			
5	6	1	2	4	3			
2	3	4	6	5	1			
1	5	6	4	3	2			
3	4	2	1	6	5			

X

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

FÁCIL

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

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

## SOLUCIONES

BMW M3 CRT

MOTOR



## PASA POR LA BÁSCULA

Es una de las variantes más poderosa de la gama 'M' y también la más ligera. Incluye numerosos componentes en fibra de carbono, lo que no le impide desarrollar unas grandes prestaciones a través de sus 450 caballos de potencia.



**E**l BMW M3 CRT se producirá en una serie limitada de 67 unidades. Siguiendo las huellas del M3 GTS, del cual se fabricaron 135 ejemplares, ésta es la segunda versión exclusiva de la gama. Es un derivado del M3 con altas prestaciones, concebido para los circuitos y para la calle.

Para triunfar en la esfera deportiva, en la creación de la berlina se han instalado componentes ligeros hechos a medida, fabricados con un innovador proceso de producción. De este modo, el capó del BMW M3 CRT y los asientos deportivos para el conductor y el pasajero están hechos de carbono, a través de una fabricación única.

La construcción ligera de este modelo está mejorada con un aislamiento acústico configurado especialmente para este vehículo, con un sistema de escape deportivo con silenciador de titanio. También son exclusivos para el CRT los dos asientos traseros individuales, que mejoran el apoyo e incrementan la comodidad.

A pesar del amplio equipamiento y la introducción de

la más alta tecnología, el *pura sangre* baja de peso, el gran objetivo. La versión de serie del M3 CRT incluye una transmisión de doble embrague con *Drivelogic*, sistema de navegación *Professional* y dispositivo de audio *BMW Individual High End*. También cuenta con alarma y control de la distancia de aparcamiento, con sensores tanto en la zona delantera como en la trasera.

Herederero de la competición, también está disponible la función *Launch Control*, que proporciona la máxima aceleración desde la línea de salida. A pesar de esta aportación generosa en equipamiento, su peso en vacío es de 1.580 kilos. En el ámbito estético, destaca su cuidado interior, con una tapicería especial de color naranja y negro para los asientos delanteros y traseros.

Sus condiciones mecánicas son desorbitadas. La berlina deportiva viste un motor V8 con características exclusivas que le llevan hasta los 450 caballos de potencia. Un propulsor que le permite acelerar de cero a cien en tan solo 4,4 segundos. La gestión electrónica del propulsor limita su velocidad máxima a 290 kilómetros por hora.

## APRENDIENDO A PILOTAR

Tras el éxito de los cursos de conducción de Audi sobre nieve, llega la emoción sobre el asfalto.



Iyán Juárez  
coordinación

El programa de formación de conductores de la marca alemana Audi *Driving Experience* acaba de anunciar el calendario de eventos para el segundo semestre del año. Terminados los cursos de invierno, se abre un ciclo de enseñanza sobre el asfalto en tres modalidades, desde la básica *Dynamic* hasta la extrema *R8*

*SportsCar* pasando por la ultradeportiva *Progressive*.

Miles de conductores ya han pasado por sus aulas y han mejorado sus conocimientos, incrementando el control sobre las prestaciones de su vehículo y cambiando su actitud al volante, consiguiendo disfrutar de una mayor seguridad y placer al exprimir todas las cualidades de su auto. Para participar en estos cursos no es necesario ser propietario de un Audi. Tan solo basta con apuntarse a cualquiera de los programas de la escuela en el portal web [www.audidrivingexperience.es](http://www.audidrivingexperience.es).

## LA CONQUISTA DEL MERCADO EUROPEO

### SCARABEO 125 IE

La firma italiana Aprilia siempre ha destacado por ofrecer unos diseños exclusivos y diferenciadores dentro del panorama motero. Si bien sus construcciones de gran cilindrada han obtenido una gran aceptación en el mercado, a la marca le queda camino por recorrer en el ámbito de las motos urbanas.

El Scarabeo es uno de los grandes iconos de la compañía. Todo un éxito de ventas con 750.000 unidades comercializadas desde el año 1993. Ahora, renueva su aspecto, sin perder su sello *made in italy*, a través de detalles que aportan más personalidad a la motocicleta y que le dan un giro más funcional. Cambios con los que pretende irrumpir en nuevos mercados.

El *scooter* de rueda alta es ante todo manejable y veloz en la respuesta. Destaca, en el ámbito estético, su nuevo frontal y la retocada parte trasera. Sin dejar de lado su retórica *retro*, presenta ahora una apariencia más vanguardista, con detalles como la renovación de sus ópticas.

En cuanto a su mecánica, la 125 cuenta con un motor de inyección electrónica que desarrolla hasta 15 caballos de potencia. El usuario podrá elegir entre dos modos de conducción, el *Sport*, mucho más deportivo, y el *Eco*, que reduce el consumo hasta en un siete por ciento. Así, la Scarabeo se convierte en un eficaz ejercicio de precisión en favor de la movilidad en las grandes ciudades, sin eclipsar el estilismo singular propio de todo un *fashion victim*. Su precio ronda los 3.000 euros.



# APAGA Y VÁMONOS

## CUESTIÓN DE EQUILIBRIO Y ALGO MÁS

Se trata de mantener el equilibrio en situaciones tan distintas como cargar sobre la cabeza un balde lleno de medicinas, tarea que realiza una haitiana en un campo de refugiados del desolado país caribeño; sujetar por los pies a un compañero de fatigas mientras instala unos cables eléctricos subterráneos en una calle de la ciudad india de Noida, o aguantar como jabatos, con apenas cuatro años, colgados de las espalderas de un gimnasio en China.



FOTO: Paitvartan Sharma (REUTERS)



FOTO: Stringer (REUTERS)



FOTO: Orlando Barria (EFE)

## CON TACTO

själ skincare es una exclusiva línea de cuidado facial que fusiona las ancestrales medicinas orientales con lo último en biotecnología occidental y la energía bio-osmótica, que se consigue gracias a la utilización de piedras preciosas y minerales.



## ORO, EXTRACTO DE PERLA, RAÍZ ÁRTICA...

Fundada en 2001 por Karen y Kristin Petrovich, själ (palabra sueca que significa espíritu, corazón, mente y alma) nace con el objetivo de simplificar el cuidado de la piel utilizando el menor número de productos posible, desafiando la tendencia predominante en el mercado. Así, själ es un régimen holístico, rápido, simple y eficaz, que funciona en beneficio de la apariencia y la salud de la piel. Compuesta por una amplia variedad de ingredientes exclusivos cuidadosamente seleccionados, que cuidan la piel, la reparan y la protegen de los factores ambientales nocivos, la edad y la contaminación.

En la actualidad, el equipo de själ al completo continúa consultando, con una visión intuitiva, a especialistas, entre los que se incluyen cientí-

ficos, biólogos, herboristas, nutricionistas y espiritualistas, para producir un producto equilibrado y efectivo.

Todos los productos själ son unisex, para todas las edades (completos nutricionalmente y con ingredientes anti-envejecimiento) y para todo tipo de pieles. Oro, plata y germanio, además de extracto de perla, que aporta luminosidad, pino africano, que ayuda a la regulación de sebo, extracto de hoja de higuera, que evita la pérdida de agua, raíz ártica o ginseng siberiano son algunos de los elementos esenciales y minerales utilizados en la elaboración de estos productos de alta gama.

Porque es  
más  
**SUAVE\***

Porque tiene  
menos  
**calorías\*\***



A la hora de elegir decídate por Vivesoy Ligera, con un sabor más suave\* y con menos calorías\*\*. 100% vegetal, te ayuda a sentirte mejor y a cuidar tu corazón de forma sana y natural. Vivesoy es la bebida de soja consumida en más hogares\*\*\*.

\*Con respecto a la Natural. \*\*34% menos de calorías que Vivesoy Natural al reducir azúcares añadidos, grasa y proteínas.  
\*\*\* Kantar WorldPanel. TAM4/2010

Lo que vives hoy, lo disfrutarás mañana



[www.vivesoy.com](http://www.vivesoy.com)



Vendrán a descubrir nuestros paisajes, a disfrutar nuestra gastronomía, a conocer nuestra cultura... pero cuando vuelvan lo harán

# GRACIAS A TI

6 millones de visitantes cada año. Más del 10 % de la renta regional  
Más de 68.000 personas trabajan en el sector

**Castilla y León es líder  
en turismo interior**

# porque tú lo haces posible

Pablo

Lucía

Claudia

Luis

**CASTILLA Y LEÓN ES VIDA**

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

  
Junta de  
Castilla y León



CASTILLA Y LEÓN