

OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 31 de julio al 6 de agosto de 2010 - Número 198



CUBA

57 años de Revolución

TUTANKAMÓN

Los secretos del 'niño dios'

SALUD

Protección contra el sol

PAULA VÁZQUEZ

UNA RUBIA SIN COMPLEJOS

XXI EDICIÓN PREMIOS GRAN SELECCIÓN 2010

VUELVE A EMOCIONARTE



Premio Gran Selección VINO DE CALIDAD DIFERENCIADA

Tinto joven de menos de 2 años con envejecimiento en barrico entre 1 y 6 meses

CANFORRALES SELECCIÓN

Tempranillo

COOP. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO
C/ Castilla la Mancha, 4 16670 EL PROVENIDO (Cuenca)

Tel: 967 166 066

www.bodegascampoaleles.com

info@bodegascampoaleles.com



Premio Gran Selección QUESO DE CALIDAD DIFERENCIADA

Queso manchego con marca certificada

EL PESEBRE

QUESERA CAMPO RUS, S.L.

C/ Camino, 56

16621 SANTA MARÍA DEL CAMPO RUS (Cuenca)

Tel: 969 196 236 Fax: 969 196 311

www.queseracampoarus.com

camporus@telefonica.es



Premio Gran Selección ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DE CALIDAD DIFERENCIADA

Acete de Oliva Virgen Extra ecológico

PAGO DE QUIRÓS

E.A. LA MONCLOA, S.A.

Finca La Moncloa, s/n 45430 MASCARAGUE (Toledo)

Tel: 925 594 080 Fax: 925 113 970

www.oleoquiros.com

info@oleoquiros.com



Premio Gran Selección MIEL DE LA ALCARRIA

Miel con D.O. La Alcarria

COLMENEROS ALCARREÑOS

ESDAD. COOP. DE CASTILLA LA MANCHA

APICULTORES DE LA ALCARRIA CONQUENSE

C/ Camino de Uclés, s/n 16465 HUELVES (Cuenca)

Tel: 969 136 752 Fax: 969 136 752

apicultoresalcarria@hotmail.com



Premio Gran Selección AZAHRÁN DE LA MANCHA

Azahrán de La Mancha

LA ROSERA

BEALAR, S.L.

Fol. Ind. Las Lomas, 10

16200 MOTILLA DEL PALANCAR (Cuenca)

Tel: 969 180 156 Fax: 969 180 156

www.bealar.com

info@bealar.com

bealar@telefonica.net



Premio Gran Selección JAMÓN SERRANO ESPECIALIDAD TRADICIONAL GARANTIZADA (ETG)

Jamón Serrano Reserva Especialidad Tradicional Garantizada

ESPAÑA E HIJOS

EMBUTIDOS Y JAMONES ESPAÑA E HIJOS, S.A.

Ctra. Torrijos-Pueblo de Montalbán, km. 9,1

45517 ESCALONILLA (Toledo)

Tel: 925 758 223 Fax: 925 758 443

www.espanahijos.com

info@espanahijos.com



Premio Gran Selección BERENJENA DE ALMAGRO

Berenjena de Almagro

ALMAGREÑA

VICENTE MALAGÓN, S.A.

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

Tel: 926 860 806 Fax: 926 861 029

laplaza@telefonica.net

Un amanecer, la hierba fresca tras el rocío de la noche...
Lo mejor de nuestra Tierra:
los Alimentos de Calidad Diferenciada.

Productos elaborados tradicionalmente que nos permiten
ofrecer al mundo lo mejor de nosotros mismos.

Experiencias que despiertan tus sentidos.



www.jccm.es



CUBA **_16**
La lucha por la libertad política

FOTO: **ROBERTO GARVER**



NÚMERO 198
1 DE AGOSTO DE 2010

SIN RUIDOS

Entre la maraña de páginas que todavía hoy insertan los periódicos, medios que, en no pocos casos, siguen apostando por la información «al peso», aunque cada vez informen menos y persistan en la elaboración de diarios con noticias que dejaron de serlo el día anterior, asuntos ya obsoletos, superados por el propio curso de los acontecimientos y trazados de espaldas a las nuevas tecnologías, ajenos, en suma, al interés general de sus supuestos lectores, de cuando en cuando, por fortuna, incluyen artículos, en este caso entrevistas, que justifican por sí solos el dinero y el tiempo invertidos.

No abundan, es cierto, pero a veces se hace la luz y uno se topa con juicios sensatos y autorizados de personas que pasaron «a la reserva», profesional y mediática, hace ya tiempo, aunque sus reflexiones mantengan plena vigencia.

Perdida entre las obligadas secciones «frescas», revistas de verano y otras fruslerías, el pasado lunes un periódico de difusión nacional rescataba del olvido al que fuera jefe de los servicios secretos en el País Vasco entre 1974 y 1979, Ángel Ugarte, responsable del desmantelamiento de la cúpula de ETA en 1975.

Este experto de verdad, militar de profesión, que abandonó el País Vasco tras sufrir varios intentos de atentado, mantiene que la banda terrorista «no se disolverá nunca», que hay que seguir conjugando acción policial y judicial, reforzar la colaboración internacional y cortar los flujos económicos que mantienen viva a la organización, «algo que nunca se ha hecho», recordando también al Gobierno que «el Estado tiene potencia suficiente para asumir la existencia, sin concesión alguna, de un terrorismo cada vez más residual». Son juicios sin ruidos.

juanjo
saiz
subdirector
de OSACA



TUTANKAMÓN **_8**
La momia de oro



AL SOL **_26**
Prevenir el melanoma

PAULA VÁZQUEZ **_12**

Simpática y extrovertida, vuelve a la parrilla al ritmo del baile de 'Fama Revolution'

CULTURA **_22**

Maquetas, temas inéditos y los tres primeros trabajos de R.E.M., reunidos en una sola caja

CINE **_23**

'Mr. Nobody' prueba el elixir de la vida eterna, pero las cosas no salen tan bien como quisiera

TENDENCIAS **_24**

Acer pugna por la conquista del mercado de los móviles con los modelos beTouch E120 y E130

AYUDA EN LA FARMACIA **_28**

Las boticas son la antesala del especialista en muchos casos de disfunción eréctil

SUMARIO

NÚMERO 198

HOY FIRMAN EN OSACA

carlos alsina **_4**



antonio pérez henares **_5**

invitación a Las Tablas

javer ares **_6**

ramón sánchez ocaña **_26**

bernabé tierno **_28**

maría jesús álava **_30**

eneuve **_38**

EDUCACIÓN **_30**

Las expectativas de las vacaciones pueden no cumplirse si no se logra 'desconectar'

GASTRONOMÍA **_31**

El pepino, una hortaliza de verano apta para salsas, sopas, ensaladas... y gin&tonics

HOGUERAS DE VERANO **_34**

Blanca Romero es una mujer luchadora que quiere explorar el mundo de la música

MOTOR **_37**

El prototipo eléctrico de Mercedes

MODA **_32**

Los últimos 'must' de las rebajas



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

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

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

carlos alsina

VIETNAMISTAN

Nadie habría sospechado de un chaval de 22 años con un CD de Lady Gaga. Nadie habría intuido que aquel CD era regrabable y que el chaval, militar norteamericano y analista de inteligencia, borraba cada día la música y la reemplazaba por documentos confidenciales del Pentágono sobre la guerra de Afganistán. «Si tú tuvieras acceso ilimitado a informes secretos 14 horas al día, siete días a la semana, durante más de ocho meses, ¿qué habrías hecho?», escribió él mismo en un correo enviado al presunto socio que acabaría entregándole.

En los ocho meses que Bradley Manning fingió realizar su trabajo rutinario mientras fusilaba reportes de uso restringido acumuló en sus falsos CDs de Lady Gaga 92.000 documentos que ahora ha publicado la web *Wikileaks* y los tres diarios a los que ésta ha facilitado el material: *New York Times*, *Guardian* y *Der Spiegel*. Ha sido la tormenta de la semana en Washington y la nueva prueba de fuego de Barack Obama, atrapado entre su condición de comandante en jefe (obligado a velar por los secretos militares) y su compromiso de transparencia con la sociedad que lo elevó a la Casa Blanca.

En este cerro de informes ahora conocidos abundan los relatos sobre *incidentes* protagonizados por los militares estadounidenses, las bajas de civiles afganos ocultadas o maquilladas a la opinión pública, el doble juego del espionaje paquistaní colaborando a la vez con los aliados y los talibanes, las últimas pesquisas sobre el paradero de Bin Laden y el mar de fon-

do político (y muy corrupto) del Gobierno de Hamid Karzai. El anticipo sonado de esta pantanada de documentos fue la difusión, en abril, del vídeo que recoge el ametrallamiento de civiles en Bagdad a cargo de un helicóptero Apache, suceso en el que resultó asesinado un fotógrafo de Reuters y cuya grabación se han descargado ya más de cuatro millones de lectores.

Cuando esto escribo aún no se ha publicado el segundo vídeo que tiene en su poder *Wikileaks*, correspondiente al ataque aéreo a la aldea afgana de Garani en el que resultaron muertas 140 personas, en su mayoría, según el responsable de la web, niños y adolescentes. «Reclamo al presidente Obama que difunda él mismo el contenido de ese vídeo», ha dicho Daniel Ellsberg, el hombre que hace 40 años puso al Gobierno norteamericano contra las cuerdas (más a Johnson que a Nixon) al filtrar *los papeles del Pentágono*, una serie de documentos clasificados sobre la guerra de Vietnam a los que había tenido acceso como analista militar de la Rand Corporation. Como ha hecho Bradley Manning ahora, Ellsberg fotocopió los informes

comprometedores y se los entregó al *New York Times*, convirtiéndose, en palabras de Nixon, en «el hombre más peligroso de América» y blanco de una feroz campaña gubernamental de persecución y descrédito que acabó jugando a su favor cuando llegó el juicio. Su historia ha sido recordada en un documental de reciente estreno y antes fue llevada a la televisión

(*The Pentagon papers*, 2003) con James Spader en el papel de Ellsberg. A sus 78 años, el topo que desbarató la labor de maquillaje que durante años había desarrollado el Gobierno mantiene su posición crítica respecto de la política informativa de una administración en guerra. Ha hecho suyo el nombre de *Vietnamistán* para referirse al conflicto afgano, una reedición, a su juicio, del lodazal americano de los 60. A Barack Obama lo considera, a estos efectos, un George W. Bush en su tercer mandato.

El pasado mes de mayo, Bradley Manning fue detenido y encerrado en una base militar de Kuwait. Está procesado por entregar información de la defensa nacional a una fuente no autorizada. El tiempo dirá si queda, para la Historia, como un traidor o queda, como Ellsberg, como un icono del derecho a la verdad, tan orillado por todos los gobiernos cuando de la guerra (y de tantas otras cosas) se trata.



HA SIDO LA TORMENTA DE LA SEMANA EN WASHINGTON Y LA NUEVA PRUEBA DE FUEGO DE BARACK OBAMA, ATRAPADO ENTRE SU CONDICIÓN DE COMANDANTE EN JEFE Y SU COMPROMISO DE TRANSPARENCIA CON LA SOCIEDAD QUE LO ELEVÓ A LA CASA BLANCA

antonio pérez henares

INVITACIÓN A LAS TABLAS

El verano pasado el Parque Nacional de las Tablas de Daimiel agonizaba. De sus 1.700 hectáreas inundables tan solo 10 tenían algo de agua. El resto era un inmenso secarral humeante. Porque humeaba. La turba del subsuelo había entrado en combustión, los fuegos subterráneos coc an la reseca y calcinada tierra y donde se suponía que debían habitar aves acuáticas quienes campaban a sus anchas eran los jabalíes llegados de los vecinos montes de Toledo.

Los cielos, el generoso diluvio caído sobre España esta invernada, han permitido la resurrección del Parque. Hoy quiero invitarles al espectáculo emocionante, en medio de estas llanuras y estos montes cuajados de encinas, de esta Mancha, que en árabe significa *la seca*, de las Tablas cubiertas por el agua. La resurrección ha llegado. Los jabalíes y las liebres han retornado a los montes y las aves vinculadas al medio acuático han empezado a regresar al hogar del que fueron deserradas. Hoy la vegetación palustre vuelve a nacer. Bajo la superficie líquida crecen con fuerza las praderas de fresca y limpia ova, que los ran nculos afloran y que la manzanilla de agua abre sus flores sobre el espejo líquido. Son la mejor prueba de su salud, de la regeneración de todo aquel espacio, son la mejor apuesta de su futuro.

El año pasado, a través de un plan especial, se consiguió, además, eliminar 18.000 hectáreas de biomasa, vegetación invasiva, propia de barbechos y secanos, que ahora se ha convertido en abono natural. Fue providencial. Eso ha permitido el renacimiento de la autóctona, que las aguas que han llegado generosamente desde el Azuer, afluente del Guadiana, desde el Ciguela no encuentren obstáculos ni más inconvenientes en su reconquista del espacio. La masiega, la planta más emblemática sigue, aunque

todavía reducida a un 6% de la extensión cuando su ideal estaría en un 40%. Carrizos y aneas le han ganado la partida.

Con el agua han vuelto a las Tablas los peces, esencialmente carpas, llegadas del embalse de Peñarroya. Ellas permiten que ya aniden de nuevo en el lugar cinco parejas de garzas y con sorpresa de todos también ha vuelto la nutria, el mamífero pescador adaptado al medio lacustre. Con los calores han reaparecido con fuerza los cangrejos, fuente de alimento también para otras especies.

Poco a poco patos, incluidos los más característicos del Parque, los colorados, porrones, malvasías, garcetas, cig e uelas, cercetas, fochas, zampullines, fumareles, charranes, somormujos y así poco a poco hasta las ya más de 60 especies de mediano porte, sin

contar con los pequeños pájaros, han vuelto a poblar. Poco a poco retornan a casa. Este otoño regresarán también las inmensas bandadas de grullas provenientes del frío norte. Y de nuevo, sobre las charcas, sobre los masegares, los tarays, las aneas y los carrizos sobrevuela la rapaz más específica de las Tablas, el aguilucho lagunero.



antonio pérez
henares
periodista y escritor

Las Tablas de Daimiel han resucitado. Pero el peligro sigue acech ndolas. La situación desesperada en que se encontraban puede volver a reaparecer con unos cuantos años de sequía. Pero no todo est  en manos de los cielos y las nubes. Los hombres que tanto han contribuido a ponerlas al borde de la catástrofe pueden también ahora ayudar a que esta pase a ser una sombra en el pasado.

Ahora, este año, se puede hacer desde un importante y positivo punto de partida: los niveles óptimos de toda su superficie inundada. La clave es que, aprovechando el actual momento, no se consienta nunca que el deterioro sea tan terrible como lo ha sido anteriormente. Para ello, con el trasvase del Tajo, 20 hectómetros anuales, (este año al final solo se necesitaron tres) se podría mantener un nivel de encharcamiento aceptable si fallan las lluvias. Eso, a corto plazo, a largo, la batalla es más difícil pero es la que hay que ganar para salvarlas definitivamente. La piedra angular descansa en el Plan del Alto Guadiana, en lograr recuperar el acuífero 23 (este año ha subido 10 metros hasta los 20) hasta que tal vez en un futuro vuelva a brotar el agua por sus *Ojos* pero que en cualquier caso se detenga y se resta e, adquiriendo tierras y concesiones de agua, el nivel mínimo necesario para que la zona siga siendo la *humeda* en medio de la *seca* Mancha.

« LAS TABLAS DE DAIMIEL HAN RESUCITADO. PERO EL PELIGRO SIGUE ACECH NDOLAS. LA SITUACIÓN DESESPERADA EN QUE SE ENCONTRABAN PUEDE VOLVER A REAPARECER CON UNOS CUANTOS AÑOS DE SEQUÍA

javier ares

QUERIDO LECTOR

Escribo estas líneas desde Burdeos, desde el corazón de Aquitania, que siempre me trae al recuerdo la figura de la reina

Leonor, enfundada en los cinéfilos ropajes de la inigualable Katherine Hepburn dando réplica a Peter O'Toole en *EL león en invierno*. Lo hago cuando la luz del ocaso tiñe de oro la enorme extensión de viñedos que hacen que el horizonte parezca un mar, como susurraba la habanera. Aquí, cerquita de Bergerac, la tierra del arrogante Cyrano, regentaba el amigo Álvarez el restaurante del castillo de Monbazillac, donde yo he pasado veladas interminables a la luz de la luna saboreando el espléndido Armagnac que destilaba Luis Ocaña, aquel indómito ciclista español que se peleó contra Eddy Merckx y contra el mundo antes de pegarse un tiro aquella dolorosa tarde de primavera.

Pienso ahora en Ocaña y se me viene toda la pasión de golpe, porque fue él la primera persona por la que yo sentí una especial fascinación cuando adolescente, y porque la vida me dio luego la oportunidad de compartir con él durante muchos años un montón de vivencias que siempre perdurarán en mi memoria. Con él también pasamos noches de ensueño y contemplación, frente a sus viñedos de Mont de Marsan, junto a otros legendarios personajes, como Jacques Anquetil, con quien compartía una estrecha amistad. Fue Ocaña quien me enseñó a amar estas tierras y quien me ini-

ció en los ritos de los *bons vivants*, pero también quien mejor me enseñó lo que significa tener valor y dignidad. Un tipo entrañable y lunático que, pese a vivir desde los ocho años en Francia, nunca renunció a su condición de español, al punto de llevar a gala toda su vida que le había hecho mucha más ilusión ganar el Campeonato de España que imponerse en el Tour de Francia.

Hace unas horas he pasado por Mont de Marsan, tierra, también, de gran tradición taurina, donde El Juli acaba de recitar su enésima clase de tauromaquia. Y recordando a Ocaña me viene la imagen de Juan Belmonte, que también se quitó la vida en su finca de Sevilla aquella noche que sudaba plata y en la que el cielo se estremeció, según cantaba la copla de Rafael Farina. Vidas de triunfadores a quienes supongo torturados por la melancolía que sucede al éxito cuando llega el momento del deterioro.

Son ya seis semanas de intenso ajeteo sin apenas tiempo para el descanso y la meditación. Demasiadas emociones persiguiéndose desde aquel día, que ahora parece tan lejano, en que pisamos el continente africano para cantar las gestas de nuestros deportistas, logros que nos conmueven en la misma medida en que nos atropellan, tal es la sucesión de los mismos. El viajero encuentra un placer especial en contarles historias y sensaciones a sus lectores, acaso porque las más de las veces no tiene con quien

compartirlas; no, al menos, con este grado de intimidad y confianza que va más allá de cualquier pudor. Es frecuente que el viajero periodista pase mucho tiempo departiendo con compañeros un montón de experiencias, pero también son muchas las veces en que se encuentra solo, y tan a gusto, porque la soledad ayuda a la ensoñación y estimula los sentidos. Y éste es uno de esos momentos.

Siempre amé la literatura como receptor de ella, y de ella he alimentado mi espíritu más que de ninguna otra cosa en esta vida. Hace tiempo que descubrí también que el oficio de escribir tiene más de terapia que de placer, de ahí que devenga necesidad. Pero ha sido ahora, a lo largo de estas últimas semanas, cuando se me ha revelado cuánto de saludable tiene poder compartirlo con otras gentes. Y por ahí, solo me cabe el más emocionado de los agradecimientos a quienes, con su lectura, tienen la amabilidad de hacerme compañía en estas aventuras.



Y RECORDANDO A OCAÑA
ME VIENE LA IMAGEN DE
JUAN BELMONTE, QUE
TAMBIÉN SE QUITÓ LA VIDA
EN SU FINCA DE SEVILLA
AQUELLA NOCHE QUE
SUDABA PLATA Y EN LA QUE
EL CIELO SE ESTREMECIÓ,
SEGÚN CANTABA LA COPLA
DE RAFAEL FARINA





PASCUAL

SÓLO ZUMO
100% No se puede ser más zumo





Máscara mortuoria de Tutankamón, principal obra maestra del arte egipcio.

LLÁMAME 'TUT'

TUTANKAMÓN MÁS ALLÁ DE LA MÁSCARA

SU NOMBRE INDICA QUE ESTAMOS ANTE UNA DEIDAD, TUTANKATÓN O TUTANKAMÓN, NADA MENOS QUE LA 'IMAGEN VIVA DE AMÓN', PERO AL JOVEN DIOS, COMO A TODOS, LA INMORTALIDAD LE DIÓ LA ESPALDA Y LE LLEGÓ SU HORA INESPERADAMENTE A LOS 19 AÑOS, SIN DEJAR SUCESIÓN Y PONIENDO FIN A UNA DINASTÍA. LA FALTA DE INFORMACIÓN Y EL ESTADO DE SU TUMBA ABRÍA UNO DE LOS MAYORES ROMPECABEZAS ARQUEOLÓGICOS ¿ASELINATO?, ¿ACCIDENTE?, SE HA ESCRITO MUCHO DURANTE ESTOS 88 AÑOS DE MISTERIO, PERO LA CIENCIA HA PUESTO PUNTO Y FINAL AL DEBATE. EL NIÑO FARAÓN FUE UN SER ENFERMIZO, DEFORME Y CON PROBLEMAS MOTORES, QUE FALLECIÓ A CAUSA DE UN CÚMULO DE PROBLEMAS DE SALUD. ADEMÁS, LOS GENES RESUELVEN EL MISTERIO DE SU FAMILIA, SU PADRE ERA AKENATÓN, SU ABUELA TILE Y SU MADRE NO FUE NEFERTITI, COMO TODOS PENSABAN. 3.500 AÑOS DEPUÉS EGIPTO SIGUE SORPRENDIENDO AL MUNDO.

miguel
sáez
texto

agencias
fotos

Si preguntamos a cualquier viandante por un faraón de Egipto, prácticamente a todos les resultará familiar Tutankamón, que fue considerado una deidad en su tiempo y reinó las orillas del Nilo poniendo fin a la XVIII dinastía en el 1327 a.C. Sin embargo, dada su juventud y su breve mandato no se puede decir que fuese un faraón notable, y, por consiguiente, su tumba tampoco se construyó de forma fastuosa. Ésta resultó ser la clave para que su mausoleo llegase intacto hasta nuestros días, despertando el interés mediático mundial y poniendo de moda el *modus vivendi* de la civilización del Antiguo Egipto.

Cuando se produjo su descubrimiento la fiebre por los tesoros de Egipto estaba en horas bajas. Medio centenar de equipos ya habían peinado los yacimientos conocidos entre el XIX y principios del XX, por lo que la moral exploradora iba perdiendo adeptos. Theodore Davis, que había desenterrado más de 30 tumbas, declaró que los recursos del Valle de los Reyes ya estaban agotados, pero Howard Carter, basándose en un pequeño sello de Tutankamón que había encontrado el anterior, comenzó una búsqueda azarosa de una tumba perdida de la que apenas había información, y en la que pocos pusieron esperanzas. Lord Carnavon financió cinco campañas, se gastó 25.000 libras, y pese a su negativa de seguir patrocinando una misión que parecía no dar ningún fruto, llegó un acuerdo con Carter para darle una última oportunidad, avalando su búsqueda del niño faraón durante una temporada más.

La fortuna sonrió al arqueólogo inglés, y un 4 de noviembre de 1922, bajo las casas de los obreros de la tumba de Ramses VI, se encontró el primer escalón de una tumba inexplorada. Conformaron un equipo de trabajo reuniendo a varios expertos anticuarios y al fotógrafo Harry Burton, del Museo Metropolitano de Nueva York, cuyas instantáneas darían la vuelta al mundo y atraerían, tras muchos años de desinterés, la fiebre mediática por Egipto.

Las imágenes mostraban cuatro salas intactas, sin expoliar, un decorado de tres milenios de antigüedad que despertaba de su letargo. Cuatro años tardó Howard y su equipo, supervisado por el gobierno del país, en catalogar y vaciar las cuatro salas de los más de 5.000 objetos encontrados, lo que suponía el mayor hallazgo arqueológico de la historia, honor que mantiene en nuestros días. La tumba proporcionó innumerables recursos para conocer la forma de vida de esta sociedad y sus utensilios, pero apenas aportó ninguna información sobre la vida del faraón, ni de su muerte, un misterio estudiado durante años que por fin parece tener respuestas.

La tecnología de nuestro siglo ha permitido mediante un estudio genético resolver uno de los puzles arqueológicos más famosos, la causa de la muerte de Tut, sobre la que se lleva debatiendo durante décadas. Han sido muchos los que insistieron en dar a la historia tintes de novela negra, de conspiración, luchas por el poder y por el vacío sucesorio. El cadáver del *dios*



Zahi Hawass y el equipo buscaban hallar la genealogía y aclarar la muerte de Tut.

Durante el estudio se analizaron mediante radiografías y análisis genéticos los cadáveres de una decena de momias cercanas al faraón, resultando entre ellas su padre, su abuela y su mujer.



desde su hallazgo tenía rota la nuca y la pierna fracturada. Las especulaciones no tardaron en surgir, una figura tan fascinante necesitaba una muerte poco común, por lo que se barajó desde caídas desde un carro durante una carrera, pasando por envenenamientos hasta el asesinato mediante un golpe en la nuca por parte de sus adversarios.

EL DIOS MUNDANO En ocasiones, la realidad es bastante más triste y simple, su cultura lo encumbró como una deidad, pero su salud, frágil y terrenal, le condenó a una muerte penosa, provocada por una enfermedad ósea empeorada por la influencia del paludismo. Desde el primer contacto con su nicho, los exploradores se dieron cuenta de que el *niño dios* fue un ser enfermizo. Junto a su momia encontraron medicamentos contra la fiebre,

provocada por la malaria, incluyendo restos del parásito que provoca la patología en su cuerpo. Su cuello roto podría tener explicación en la manipulación de la cabeza para el retrato fotográfico, o del proceso para quitarle la pesada máscara que cubría su rostro. De hecho, para desprenderle de las joyas que protegían su organismo, los exploradores no dudaron en arrancar, desgarrar y fragmentar el cadáver. La mentalidad de la época no atendía a morales y la inmensa cantidad de oro bien merecía la profanación. Tal es así, que el cuerpo quedó hecho un rompecabezas, lleno de malformaciones y apaños. La momia no era fiable, pero aportaba pruebas suficientes para concluir que no concordaba con el portento físico propio de un adolescente, sino de un ser frágil, deforme y con dificultades para desplazarse. El estudio genético y radiológico fue encargado por

Zahi Hawass, director del Consejo Superior de Antigüedades de Egipto, y fue publicado el pasado febrero por el *Journal of the Medical Association*. Para ello, se compararon los ADN de 10 momias relacionadas con Tut, y otras cinco como medida de control del estudio, con el objetivo de conocer las causas de su muerte y averiguar su filiación, así como la identidad de su padre, su madre y otros familiares.

SORPRESAS A raíz de este estudio ya se puede poner nombre a dos de sus parientes. El estudio de cuatro muestras genéticas de cada una de las 10 momias permitió identificar a Tiye, que es la madre de Akenatón, y con casi toda probabilidad éste sería el padre de Tutankamón. Lo que no queda tan claro es la identidad de su madre genética, que bajo las siglas KV35YL sigue siendo una momia sin nombre, desechando la idea de que fuese Nefertiti. Los descubrimientos permiten llenar el vacío de datos en este período de la historia egipcia, ya que fue una etapa bastante oscura, caracterizada por el cambio religioso entre Atón -apoyado por Akenatón- y Amón -defendido por Tut-. Asimismo, han permitido confirmar que el padre, que en las pinturas de la época aparecía representado con pechos, sin órganos genitales y con largas extremidades, era un hombre normal y bien formado, siendo su representación pictórica un intento de equipararle físicamente al dios Atón.

Estos descubrimientos ponen de manifiesto que el Antiguo Egipto sigue siendo un terreno fascinante, y que si un faraón intrascendente como Tutankamón se rodeó de semejante fastuosidad y lujos, posiblemente todavía se puedan encontrar restos de tumbas muy notables de otros personajes influyentes. Además, permite hacerse una idea de cómo debieron ser los mausoleos de aquellos faraones que sí tuvieron gran importancia como Ramses II o Tutmosis III. Hasta la fecha, éste ha sido el mayor logro de la arqueología funeraria mundial, a la espera, claro está, de que China aporte más luz acerca de la tumba del emperador Qin Shihuang, el artífice de la gran muralla y de la unificación de China, que está siendo excavada y se presupone de dimensiones kilométricas. Ésta incluiría, según la leyenda, una reconstrucción en miniatura de todo el territorio sobre el que gobernó, de su vida, de su ejército -los 8.000 guerreros de Xian que ya han adquirido fama mundial- y un mausoleo de gigantescas proporciones. Los enterramientos perdidos de Genghis Khan, Cleopatra o Carlomagno también prometen nuevas esperanzas para los arqueólogos del futuro, pero hasta entonces, Tut seguirá siendo el niño mimado para los museos de medio mundo.

Egipto sigue estando de moda y deparando sorpresas, pero para aquellos que quieran conocer más y no puedan desplazarse a El Cairo, la Casa de Campo de Madrid alberga hasta el 17 de octubre una exposición acerca de la figura de Tut, una muestra internacional por la que ya han pasado 1,3 millones de visitantes. Al fin y al cabo, el niño faraón parece haber logrado su objetivo, convertirse en inmortal.

LA MUERTE SE PRODUJO A CAUSA DE LA UNIÓN FATAL DE LA NECROSIS ÓSEA CON LA MALARIA.

LA GENÉTICA DESCUBRE QUE SU PADRE FUE AKENATÓN, SU ABUELA TIYE Y SU MADRE NO COINCIDE CON LOS GENES DE NEFERTITI

FUE UN SER ENFERMIZO, PRESENTA DEFORMIDAD EN LOS PIES Y SU TUMBA ESTABA LLENA DE MEDICINAS Y BASTONES

ES LA ÚNICA TUMBA REAL QUE SE HA MANTENIDO INTACTA Y COMPLETA EN EGIPTO HASTA HOY

DE LA CABEZA...

Tutankamón era un joven maltrecho por infinidad de dolencias. Su cadáver era todo un misterio, tenía apariencia y rostro andrógino, y en su tumba se encontraron medicamentos, 160 bastones y dos fetos, posiblemente de sus hijas con Anjesenamón, cuyas vidas no pudieron salir adelante. A raíz del estudio publicado en el *Journal of the American Medical Association*, se concluye que el faraón terminó sus días a causa de un trastorno en los huesos que empeoró como consecuencia de una infección de malaria. La ciencia, a través de radiografías y estudios genéticos, cierran así una polémica abierta durante décadas. El conocimiento de la verdad pone fin a innumerables teorías sobre las que se había escrito de todo. Hasta la fecha, la mayor parte de las hipótesis se había extraído en base a los objetos encontrados junto a la momia, ya que, ésta, debido al método de embalsamamiento y a cómo fue despojada de su armadura, era poco fiable para diagnosticar algo a simple vista.

Entre las supuestas dolencias que han sido echadas por tierra gracias a los nuevos datos están la ginecomastia, o desarrollo excesivo de las mamas en los varones, dolencia que se pensaba compartía con su padre. Además, estudiando la pelvis de su padre, ya que él carece de restos de ella, se deduce que tenía el pene muy bien formado, por lo que se desmiente el mito de la apariencia femenina de ambos. También se descarta la craneosinostosis, o fusión prematura del cráneo. Por otra parte, sí se confirma una deformación en el pie, similar al síndrome del *pie equino varo* o *pie zambo*, con lo cual la presencia de bastones tiene su lógica, era cojo. Se le ha diagnosticado también la enfermedad de Kohler II, una dolencia que afecta al segundo metatarsiano y que deteriora las articulaciones y se ha desechado la hipótesis del síndrome de Marfan. Es cierto que la malaria remató su estado de salud, pero el detonante de su declive fue una posible caída que fracturó su pierna, y su necrosis vascular ósea hizo el resto hasta llevarle a la tumba.



... A LOS PIES



1**2****3****4****5**

1 Reconstrucción digital de la apariencia del joven gobernador, utilizando las nuevas tecnologías y basándose en el molde de su máscara funeraria y el estudio de su sepultura.

2 Busto de Nefertiti. Museo Egipcio de Berlín
Obra realizada hacia el 1330 a.C.

3 Momia de Akenatón, padre de Tutankamón. Su estudio ha tirado por tierra las teorías que le atribuían apariencia andrógina y otras dolencias genéticas que se creía compartía con su hijo.

4 El cadáver de la reina Tiye, que fue la esposa de Amenhotep III, conserva una larga y abundante cabellera castaña y ha sido identificada por los investigadores como la abuela del 'niño faraón'.

5 Los restos de la tercera momia, identificados como los de la madre, corresponden genéticamente a una hija de Amenhotep, con lo cual se descarta que sean los de Nefertiti.

> ENTREVISTA

PAULA VÁZQUEZ presentadora de televisión

«NUNCA HE RENUNCIADO A UNA AVENTURA PORQUE QUIERO TENER NIÑOS Y, CUANDO LLEGUE ESE DÍA, YA NO LO PODRÉ HACER»

Quien oiga el nombre de **PAULA VÁZQUEZ** no tardará ni 0,2 segundos en relacionarla con el mundo de la televisión. De azafata del 'Un, dos, tres...' a presentadora del 'Euromillón', se subió al carro de la tele-realidad con el nuevo siglo, una nueva forma de entender este mundillo que la hizo vivir de cerca el cambio que supuso para la pequeña pantalla un espacio como 'Gran Hermano', viajó a África, la selva amazónica y República Dominicana para presentar desde allí diferentes programas de supervivencia, después llegó hasta la capital de China con 'Pekín Express' y, en los últimos años, se mueve al ritmo de 'Fama, ¡a bailar!', que en septiembre encarará su quinta temporada con caras conocidas, pero como un 'talent show' totalmente renovado. Y es que a esta gallega activa, simpática y desenfadada, no se le resiste ninguna aventura, aunque reconoce que quiere aprovechar las oportunidades que tiene ahora porque el instinto maternal ya ha llamado a su puerta.

Apuesta de nuevo por Fama, esta vez renombrado como Revolution. Esta es la quinta edición del espacio, ¿qué hay que hacer para no quemar el formato?

Pues, precisamente, revolucionarlo, que es lo que hemos hecho este año. Durante un tiempo yo creo que sí se puede vivir del mismo formato, como hemos hecho hasta ahora, pero innovando e introduciendo cambios. Este año planteamos una vuelta de tuerca, con los mismos profesores, *Leitmotiv* -que es una beca de estudios- y el objetivo, que es pulir diamantes en bruto... nos vamos a renovar, pero guardando la esencia, que es lo que le gustó a la gente. Yo, personalmente, este año me involucraré más con los chicos.

De hecho, usted siempre ha cambiado bastante de programas, siempre dentro del entretenimiento, ¿se ha enganchado a aprender a bailar?

La verdad es que yo practico poco... A mi lo que me tiene enganchada son los *realities* y los *talent show*, ya que no son un terreno fácil para una presentadora. Casi todos los formatos que vienen de fuera suelen estar en manos de hombres, por lo que suponen siempre un reto. **¡Pero algo, algo habrá aprendido este tiempo!**

Es cierto que ahora sé ver cuándo tengo delante a un buen bailarín. Reconozco los fallos de algunos en otros compañeros que han venido

luego, o detecto si algo está bien hecho. Lo cierto es que yo empecé bailando cuando estaba en el *Un, dos, tres...* pero de esto hace ya... ¡junos 17 años! Me gusta, siempre me muevo mucho en cuanto suena la música, pero en *pe-tit comité* y siempre entre risas.

¿Y qué opina de que, después de tanto esfuerzo, las bailarinas posen para *Inter-viú* nada más salir de la academia?

Eso forma parte de la libertad de cada uno. Yo estoy orgullosa de todas las chicas que han pasado por *Fama* porque, al margen de los posados, han encontrado trabajo. Ya no es como antes, que era una cosa tremenda posar desnuda.

«SE PUEDE TENER UN CUERPO ATRACTIVO Y SANO CON DEPORTE Y COMIDA SALUDABLE, PERO LO MEJOR ES RODEARTE DE GENTE QUE TE HAGA SENTIR BIEN»

«ME ENCANTARÍA ALQUILAR UNA AUTOCARAVANA DURANTE EL VERANO Y RECORRER FRANCIA E ITALIA»

Usted empezó su carrera en el mundo de la moda, pero lo dejó pronto porque no llenaba, ¿qué es lo que no le gustó?

La soledad y el individualismo. Tu ibas a un *casting* o hacías una campaña y estabas solo, no hay concepción de equipo... pero bueno, también habría que empezar diciendo que yo no tenía mucho éxito como modelo. Hacía cosillas, ganaba mi dinerito, pero era consciente de que lo hacía porque tenía una edad en la que era el momento de *facturar*. En el momento en que empecé a hacer cosas en televisión me di cuenta de que trabajar en equipo te quita, incluso, un poco de responsabilidad. Me gustó. Soy un ser social, y en la tele se vive de manera muy intensa. Cuando hice *Pekín Express* dormíamos en la furgoneta un ruso, dos belgas... y en las selvas también aprendí mucho. **¿No renuncia nunca a las aventuras?**

Ay no, la verdad es que no. Lo reflexiono poco y siempre digo que sí a la primera. Nunca he renunciado porque pienso que en cualquier momento voy a tener niños y, cuando llegue ese día, ya no lo podré hacer. Tengo instinto maternal desde los 18, pero sigo pensando que es una cosa que le pasa a otras. Me encantaría tener hijos, debe ser precioso.

¿Se vio al límite en alguna experiencia concreta que le sucediera perdida en los programas de supervivientes?

Tuve un montón de infecciones gástricas que

maría albilla
texto

roberto
garver
fotos



me afectaron muchísimo porque además tengo la tensión muy baja. El calor era tremendo y me desmayé varias veces. Perdí peso... la experiencia en África fue la peor. Ya había hecho otras dos y lo pasé un poco mal.

¿Volvería a atreverse con un espacio de este tipo?

Rotundamente, sí.

Dejó huella gracias a los bikinis. Algo que empezó como una anécdota...

Sí, totalmente. Me perdieron las maletas y me fui poniendo toda la ropa de las compañeras de redacción hasta que se acabó y empecé a usar los bikinis de todas. Para nosotros fue algo natural porque yo estaba sola con una cámara y la gente a mi alrededor estaba en bañador también. Claro, que aquí era enero... Surgió de mi de manera natural y normal. No hubo intención alguna o un trasfondo machista.

Y de ahí salió un negocio con la línea de diseño de estas prendas de baño que se llama Bora-Bora.

Sí, este año volvemos. El pasado ejercicio acabamos como una de las firmas que más creció en ventas en una gran superficie y fue un orgullo, sobre todo porque es un producto difícil que se vende solo tres meses al año.

¿Alguna vez se ha planteado, pero de verdad, retomar su carrera como actriz, sobre todo ahora que en España se hacen cada vez series de más calidad?

Durante mucho tiempo tuve un conflicto interno al respecto. En la actualidad... pues sí que lo echo de menos y me gustaría hacer algo, pero tampoco me lo planteo de manera firme. Ahora mismo acabo de venir de grabar un capítulo de *La isla de los nominados*, bueno, es un cameo, una *coña*, porque, en realidad, hago de mi misma, así que no ha sido un gran esfuerzo interpretar. De momento, la tele me tiene muy enganchada, pero tampoco digo que no lo vaya a hacer. Han cambiado mucho las cosas desde *Canguros*. Aquella fue la segunda serie de producción propia que se hizo en las cadenas privadas y entonces criticaron muchísimo a Maribel Verdú por haberse pasado a la pequeña pantalla... Ahora es de aquí de donde salen las estrellas.

¿Cree que las audiencias han sido benévolas con usted a lo largo de su carrera?

Han sido muy, muy benévolas. La verdad es que he tenido muchísima suerte, aunque también ha habido fracasos. Pero mira, es lo que tiene la tele. Cuando algo no funciona, no funciona desde el principio y a la gente no le da tiempo a recordarte en ese espacio. Claro que, siempre hay algún periodista que se encarga de recordarlo de vez en cuando... Aún así creo que he acertado siempre con los formatos que he escogido.

Bueno, del fracaso también se aprende.

Sí, claro, a todos los niveles. Uno aprende a ser más fuerte y a resolver conflictos de una manera más directa.



¿Le quitan el sueño los datos de share?

Nunca lo han hecho. En alguna ocasión he estado en programas con datos muy buenos y yo, sin embargo, he vuelto a casa deshecha porque el trabajo no ha salido bien, o no estaba coordinado, porque había más tensión de la que debía o algo no se ha resuelto en condiciones. Yo me voy tranquila si he hecho un buen programa, al margen de los datos. Eso sí, de ellos dependerá que al día siguiente tengas un bonito mensaje de los jefes, que es muy gratificante. Pero yo no trabajo para eso.

Se le ve una persona risueña, pero ¿es de las que ve el vaso medio lleno o medio vacío?

Yo ya, simplemente, veo el vaso a medias. Estoy un poco insensibilizada para esas cosas. He aprendido a no prejuzgar ni a la gente ni a las circunstancias. Procuro no crear muchas expectativas. En la tele la crisis es eterna porque cuando empiezas nunca tienes contrato fijo, te llaman por días sueltos... así que ya ni lo uno, ni lo otro. Prefiero no crearme expectativas. Está a medias y punto.

¿Piensa que hay que llevar la vida con sentido del humor?

Sí, sí. En todas las facetas de la vida. Y una de las más importantes es en la pareja. De hecho, hay momentos en los que es la única manera de solucionar las cosas. Yo sería incapaz de tener una pareja sin sentido del humor.

Entonces tu nuevo chico te hará reír a carcajadas...

No te fíes de lo que oyes, que se suelen equivocar (*en referencia a unas fotos publicadas por una revista en las que se relaciona a la presentadora con un joven moreno y de pelo largo*). Con mi hermano también me sacaron, y esta vez tampoco han acertado. No te voy a dar más datos porque ya sabes que no me gusta hablar de estas cosas, pero vamos, que a mi esas fotos tampoco me dicen tanto. Este verano he visto muchos *paparazzi* por el centro de Madrid, pero lo que más me ha sorprendido es que he reconocido a alguna periodista de toda la vida que supongo que ha tenido que cambiar de bando por la crisis y me ha dado una pena tremenda.

Y si no le hacen reír, ya está usted, que, por lo que dicen, cuenta muchos chistes.

Antes contaba más, la verdad, pero sí, me sé alguno. Me encantan los chistes cortos y tontos.

¿Y con qué se entretiene Paula Vázquez cuando está en el sofá de su casa?

Pues la verdad es que consumo bastante tele. Con lo que más disfruto es viendo lo que se hace fuera, porque sé que tarde o temprano va a llegar a España. No me pierdo nunca los informativos, veo *Sé lo que hicisteis...*, *Buenafuente* me encanta... También hago mucho *zapping*, y no me gusta el corazón, aunque reconozco que programas como *Sálvame* son divertidos. No entro a valorar los contenidos, pero, en cuanto al formato, han roto moldes; siempre existe la sorpresa, salen de los decorados y hacen de los pasillos parte del plató, parece que no hay guión... es como el fútbol. En un partido

«NO SOY CAPAZ DE HACER GRANDES COMIDAS PARA MUCHA GENTE. ESO SÍ, TE PUEDO RECOMENDAR UN MONTÓN DE BUENOS RESTAURANTES. ME LOS SÉ TODOS»



nunca sabes cuándo va a llegar el gol y aquí tampoco sabes qué va a ser lo siguiente.

Siempre ha presumido de tipazo, una imagen que muchas jóvenes quieren alcanzar al precio que sea, pero ¿cómo se puede difundir que lo que importa es que se logre de manera saludable?

Las mujeres de las revistas no existen. ¡Hasta se retocaban las fotos de Marilyn Monroe! Se puede tener un cuerpo atractivo y sano con deporte y una comida saludable, pero lo más importante es rodearse de gente que te haga sentir bien. También me parece importante decir que, y no quiero que suene vanidoso, que yo soy flaca porque mi padre es muy flaco. Es genético. A mi no me cuesta estar así y uso mi imagen para conseguir dinero porque es un trabajo más. No hay que obsesionarse, hay que ser coherente con lo que uno tiene y sacar el mayor provecho.

¿Cuida mucho su alimentación para estar en forma?

No me ha quedado otro remedio. Mi estómago estaba a prueba de bombas hasta que presenté los concursos de supervivencia. Entonces me cambió el metabolismo y ahora tengo que cuidarme más. Pero siempre he comido de todo, sin privaciones. Incluso ahora que no debo, de vez en cuando... ¡también me doy un capricho con el chocolate!

¿Cocina?

Mal. Siempre he comido de *catering* en el trabajo y cuando me quedaba sin programa adelgazaba... Ahora ya sí que sobrevivo, pero no soy capaz de hacer grandes comidas para mucha gente. Eso sí, te puedo recomendar un montón de buenos restaurantes. Me los sé todos, no está mal ¿no? Y cuando tengo que celebrar algo con la familia... ¡siempre elegimos algún gallego!

¿Qué hace en casa para mantener los abdominales a raya?

Hay un ejercicio muy bueno que me ha enseñado mi entrenadora. Consiste en tumbarse boca arriba y meter la barriga a tope después de expulsar todo el aire de los pulmones. Los brazos se mantienen estirados encima de la cabeza y con las palmas de las manos hacia arriba y, cuando ya no aguantas más, vas cogiendo aire, abriendo a tope el pecho, a la vez que echas los brazos hacia atrás. Esto hace trabajar unos músculos diferentes a los abdominales clásicos, que hacen que los músculos salgan hacia afuera y se marquen más los chocolates, que, aunque a mi me gustan, dicen que en las chicas no son bonitos.

¿Cómo influye la imagen a la hora de trabajar en televisión?

Antes me preocupaba más de ello, pero ahora está en manos de estilismo, maquillaje y peluquería. Hombre, trabajas de cara al público y siempre hay que tener una imagen que atraiga, pero sin más.

¿Qué es lo último que se ha comprado en las rebajas?

Mmmm... salí de compras justo el día que estuvieron detrás los *paparazzi*... Me compre un

mono de rayas de pantalón corto y atado al cuello que me costó 19 euros y que estrené el día de la rueda de prensa de *Fama Revolution*. **A pesar de su juventud ya ha pasado por el quirófano para hacerse algún retoque, ¿cómo reaccionó cuando se vio por primera vez?**

Pues mira, cuando me operé la nariz tenía 23 años y reconozco que, en un primer momento, fue un susto. Desde pequeña tenía complejo de mi nariz y me decían que era una locura, pero era algo mío y no me gustaba. Lo que pasa es que tenía que haber actuado de una manera más inteligente y no haberme incorporado a trabajar a los 15 días. Fue un desastre porque estaba fatal y la gente me decía unas barbaridades por la calle... Mis amigos se preguntaban que cómo podían ser tan crueles. La verdad es que fue un año muy traumático para mí. Poco a poco todos, incluso yo, se fueron olvidando y ya no me acuerdo de cómo era la otra. La cabeza se adapta a todas las circunstancias de una manera asombrosa.

¿Renunciaría a algún tipo de tratamiento más de este tipo?

Después del precio que pagué con la nariz, ya no le pienso contar a nadie lo que haga o deje de hacer en este aspecto. No tengo obligación de contarlo. La sensación también es que ahora no pienso igual que hace 12 años y el tema de la anestesia y todo eso me impone más.

Un programa diario no será lo mejor para vivir de una manera tranquila y saludable, ¿no?

Bueno, no te creas, quizá es lo contrario... Primero, porque te da una rutina y, segundo, porque tengo un horario privilegiadísimo. Me recogen; sí, sí, me recogen, a las 12,00 y me dejan en mi casa las 18,30 y como allí y todo, así que evito cocinas. ¿De qué me voy a quejar? Casi debería pagar yo por ello.

Hemos hablado de cuidar el cuerpo, ¿pero cómo se cuida también la mente?

Aprovechando los momentos para relajarte con las cosas que te gustan. Leer, escuchar música... a mi me encanta ver documentales, me gusta muchísimo, me pueden dar las cinco de la mañana. También compartiendo el tiempo con gente que te da paz, equilibrio... da igual que sean amigos o familia. En general, sabiendo elegir a quién te rodea e, importante, hay que saber compartir.

¿Qué momentos aprovecha para desconectar totalmente y qué hace?

¡Pues desconecto a menudo, no te creas! Reflexiono sobre los pasos que he dado, sueño un poco despierta, pienso en las cosas que me gustaría hacer y me imagino cómo sería si las lograra... y muchas no salen, pero otras sí y, cuando esto sucede, es genial.

Estamos en pleno verano, ¿dónde piensa quemar los días de vacaciones?

Me iré en agosto, pero aún no lo he decidido... Igual hago la maleta y vuelo a Quito una semana, pero aún no lo sé.

¿Cuál sería su plan perfecto para unos días inolvidables?

El soñado, ahora mismo, es alquilar una autocaravana y conocer así Francia e Italia. Lo hice una vez en Portugal y es genial.



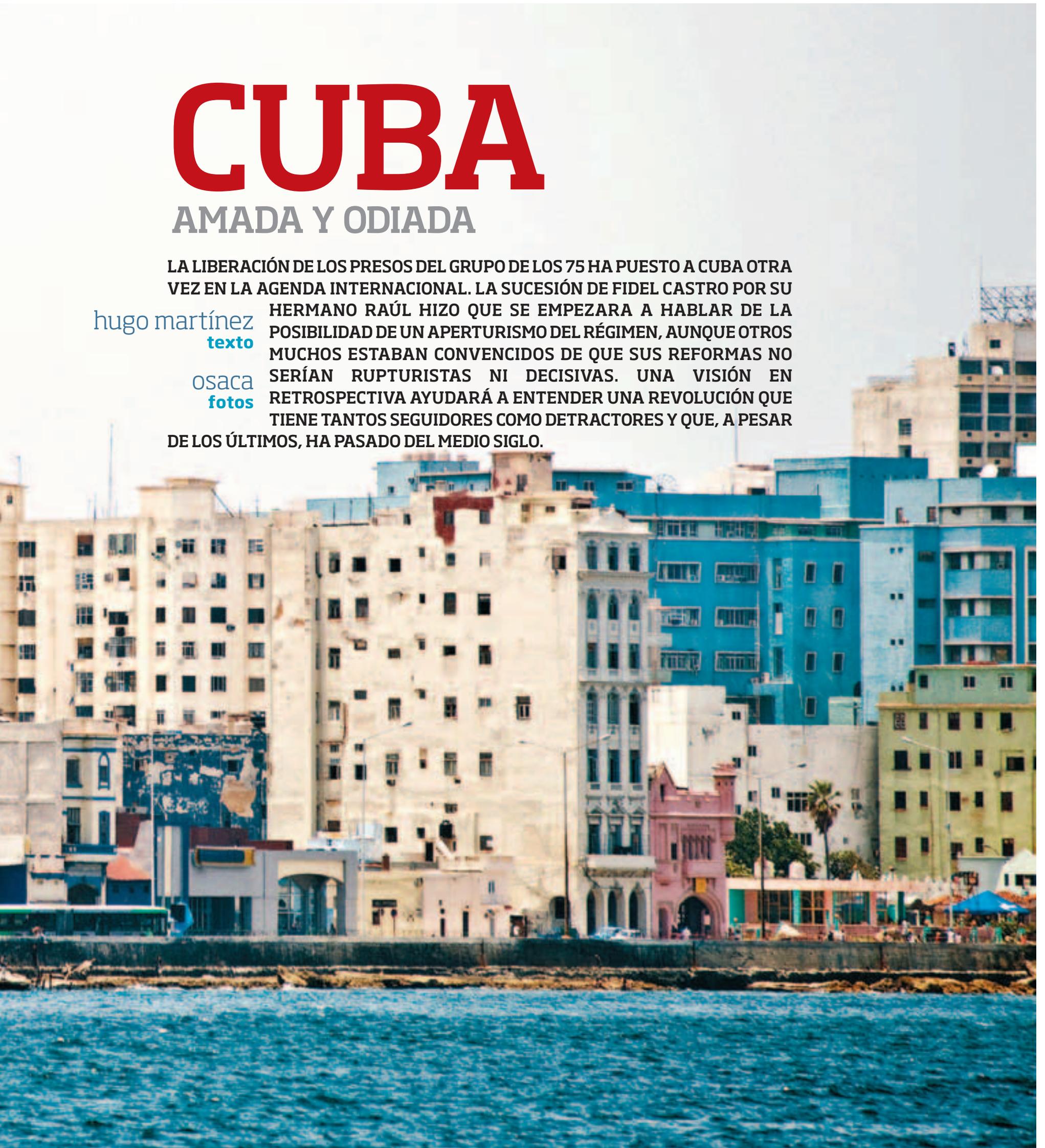
CUBA

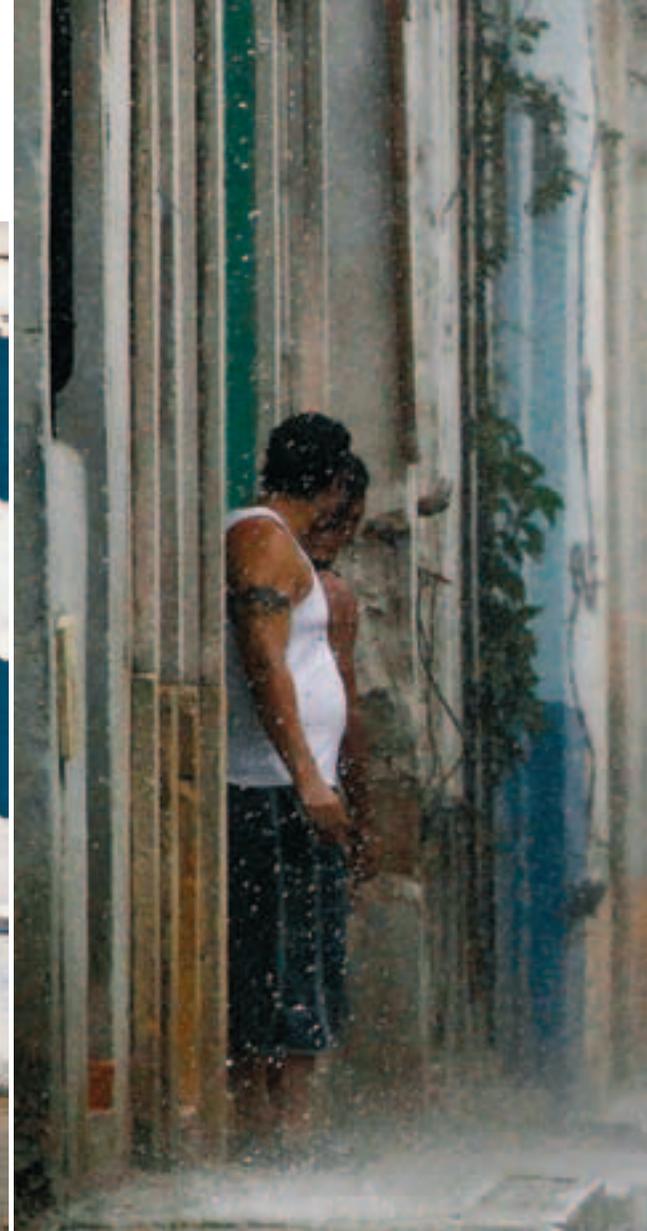
AMADA Y ODIADA

LA LIBERACIÓN DE LOS PRESOS DEL GRUPO DE LOS 75 HA PUESTO A CUBA OTRA VEZ EN LA AGENDA INTERNACIONAL. LA SUCESIÓN DE FIDEL CASTRO POR SU HERMANO RAÚL HIZO QUE SE EMPEZARA A HABLAR DE LA POSIBILIDAD DE UN APERTURISMO DEL RÉGIMEN, AUNQUE OTROS MUCHOS ESTABAN CONVENCIDOS DE QUE SUS REFORMAS NO SERÍAN RUPTURISTAS NI DECISIVAS. UNA VISIÓN EN RETROSPECTIVA AYUDARÁ A ENTENDER UNA REVOLUCIÓN QUE TIENE TANTOS SEGUIDORES COMO DETRACTORES Y QUE, A PESAR DE LOS ÚLTIMOS, HA PASADO DEL MEDIO SIGLO.

hugo martínez
texto

osaca
fotos

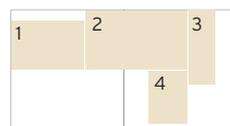




En 1958 las tropas revolucionarias cubanas tan solo contaban con 300 hombres armados para enfrentarse al ejército 100 veces mayor del presidente Fulgencio Batista. El triunfo de los insurgentes parecía imposible, sin embargo, la Revolución cubana salió victoriosa. Para explicarla, hay que retroceder varios años atrás.

En 1952, la figura de un joven Fidel Castro denunció a Batista ante un tribunal. Le acusó del golpe militar que le había llevado ese año al poder y de «arrasar la Constitución, poniendo vidas y haciendas en los azares de las bayonetas». Exigió más de cien años de prisión para el dirigente, pero el tribunal rechazó su incriminación. Los insurrectos no trataban de promover una nueva sublevación, sino concluir la emprendida en tiempos de dominación española. Querían luchar por la libertad e independencia que reafirmaría la estabilidad política y económica, pero una vez clausurada la vía legal y el camino judicial solo quedaba la revolución como alternativa.

Esta rebelión se materializó el 26 de julio de 1953 con el ataque a dos cuarteles militares en Santiago de Cuba y Bayazo. Las fuerzas militares reaccionaron con celeridad y pudieron mantener el control. El fracaso trajo la muerte de muchos de los asaltantes por manos de los soldados y otros muchos fueron encarcelados, como el propio Fidel, su hermano Raúl o Juan Almeida. No obstante, tenían la conciencia muy tranquila, como Castro declaró en su alegato: «La historia me absolverá».



1 Una pareja pasea frente a una pared con la bandera del país.

2 Los fuertes vientos y precipitaciones que acompañaron al huracán *Ike* afectaron a varias zonas de la isla.

3 Dos niños juegan junto a un cartel que celebra el 80 cumpleaños de Fidel Castro.

4 Un hombre lee el periódico en la puerta de su casa en La Habana.

Batista decidió amnistiar a muchos de sus adversarios políticos con el fin de distender la atmósfera política. Entre ellos se encontraban todos los asaltantes del 26 de julio, que se exiliaron a México. En marzo de 1956 anunciaron de manera formal y definitiva la creación del Movimiento 26 de Julio (M-26), que tenía como objetivo principal derrocar al tirano, castigar a los criminales y corruptos y reformar el país. Exigían el restablecimiento de la Constitución de 1940 que había eliminado Batista, el establecimiento de un Gobierno de elección popular, la necesidad de limitar los latifundios e implantar una reforma agraria que multiplicara el número de pequeños propietarios y cooperativas. Sin embargo, la propuesta más radical proponía la nacionalización de las empresas de electricidad y teléfonos que estaban en manos de inversores norteamericanos. A este grupo se sumó un joven médico argentino, Ernesto Guevara, apodado el Che.

En el exilio, Castro se entrevistó con el ex presidente Prío Socarrás que le prometió ayuda económica para comprar un yate que permitiera transportar a los revolucionarios hasta Cuba. Tras su adquisición, el insurrecto anunció que antes de finalizar el año regresaría a Cuba para derrocar a Batista o moriría como un mártir. El 2 de diciembre arribaron en la isla, sin embargo, lo hicieron con retraso, lo que provocó cierto desfase con el levantamiento realizado en Santiago de Cuba unos días an-

**LOS REVOLUCIONARIOS NO
CELEBRARON ELECCIONES
PORQUE LOS ANTERIORES
GOBIERNOS FUERON SUMISOS
A LOS INTERESES DE EEUU**

tes, que era un complemento a la expedición. Advertida la presencia de los rebeldes, el bombardeo y hostigamiento diezmo las fuerzas revolucionarias, hasta tal punto que tan solo quedó una docena de hombres que se instalaron en Sierra Maestra donde llevaron a cabo una guerra de guerrillas. El escaso número de efectivos armados del Ejército Rebelde no albergaba muchas esperanzas de victoria para éstos, pero la popularidad del M-26 continuó en ascenso y ganó la confianza de campesinos y sectores acomodados de la sociedad cubana.

En julio de 1957 se redactó el *Manifiesto de Sierra Maestra* que contenía los cimientos ideológicos sobre los que se desarrollaría la Revolución. Además de otras exigencias como la renuncia del dictador, propusieron crear un Frente Cívico Revolucionario y designar una figura que presidiera el futuro Gobierno provisional que celebraría elecciones para todos los cargos del Estado y pondría en marcha un programa que contemplaría la excarcelación inmediata de los presos políticos, la libertad de prensa, la democratización de la vida sindical, una reforma agraria, la aceleración de la industrialización y una campaña contra el analfabetismo.

El año 1958 fue decisivo en la lucha contra Batista. Los signos del resquebrajamiento de la dictadura eran evidentes y el movimiento subversivo preparaba una huelga general como complemento a la acción violenta. El paro laboral tuvo lugar en abril, pero se transmitió de forma confusa, lo que impidió que se expandiera por todo el país. La respuesta fue una ofensiva general que dio como resultado



92 cuerpos acribillados por las balas del régimen. En los meses posteriores se produjo un vuelco decisivo, todo el arco opositor pasó a la lucha armada o la apoyó activamente y la inadecuada dirección de las operaciones militares llevó a las fuerzas insurgentes a dominar un territorio equivalente al que les había costado dos años de lucha. Batista intentó solucionar la crisis convocando unas elecciones. Se presentó a través de un candidato títere, pero la mayoría de la población no acudió a votar. La huelga general estalló en todos los rincones de la isla y se vio obligado a abandonarla el último día del año.

GOBIERNO REVOLUCIONARIO

La victoria sólo se explica si se analiza la crisis y descomposición del gobierno de Batista. Los campesinos y obreros agudizaron las desigualdades sociales. El embargo de armas de Norteamérica y las peticiones de la prensa de libertad de expresión y denunciando los atropellos puso en jaque al régimen. La burguesía y la Iglesia apostaron por una corriente de cambio y la clase media se radicalizó a través de la ideología nacionalista y antiimperialista. Todo esto permitió a un pequeño núcleo guerrillero ingresar en la capital como fuerza vencedora, tras 25 meses de lucha.

En La Habana formaron un nuevo gobierno. Manuel Urrutia Lleó fue elegido presidente, mientras que Castro permaneció como Comandante en Jefe de las Fuerzas Armadas.

Aunque se habían comprometido a celebrar elecciones, descartaron la idea de los comicios porque pensaban que los gobiernos anteriores



habían sido perjudiciales, corruptos y sumisos a los intereses de Estados Unidos que trataría de manipular las elecciones.

El Gobierno Revolucionario elaboró en 1959 toda una serie de decretos que llevó a la eliminación total de la gran y mediana propiedad privada, la puesta en marcha de una reforma agraria y de un proceso de expropiaciones y nacionalizaciones que afectaron fuertemente a los intereses estadounidenses.

Cuba necesitaba nuevos aliados. A finales de 1960, el Che Guevara viajó durante dos meses y estableció vínculos culturales y acuerdos financieros con la Unión Soviética, China y con la mayor parte de países del bloque comunista. Por el contrario, los vínculos con Norteamérica eran cada vez más tensos. El presidente Eisenhower cortó en 1961 cualquier relación diplomática entre ambos países. Poco después tuvo lugar la invasión de Bahía de Cochinos, en donde tropas anticastristas entrenadas y dirigidas por la CIA intentaron derrocar al Gobierno. La victoria sirvió como importante respaldo del carácter socialista del régimen, que se había proclamado dos días antes. Para Estados Unidos fue una humillación total, no solo por la

evidente derrota, sino porque desde un principio, pese a las evidencias, negaron estar detrás del ataque.

El conflicto entre ambas naciones volvió a adquirir importantes dimensiones con la Crisis de los misiles en 1962, año en el que el embargo comercial, económico y financiero de Estados Unidos en contra de Cuba, conocido como Bloqueo, era casi total. A finales de junio, la Unión Soviética y Cuba decidieron instalar misiles atómicos en la isla apuntando a Norteamérica porque la URSS había recibido un informe sobre la posible invasión de la isla. Además, suponía otra importante baza para los soviéticos en plena Guerra Fría.

La transformación completa del país tuvo lugar en 1976 con la elaboración de una nueva Constitución que convirtió a la isla en «un estado socialista de trabajadores, independiente y soberano». En diciembre, Fidel Castro fue nombrado presidente.

SITUACIÓN INTERNACIONAL

Durante este período, Cuba quedó aislada del resto de países americanos, por lo que dependía casi exclusivamente del bloque comunista. Su apoyo militar permitió a La Habana contar con uno de los ejércitos más poderosos, que quedó patente en las décadas de los 70 y 80 con la participación en varias guerras en países de África y Asia.

Sin embargo, la dependencia de la URSS y su desmantelamiento en 1991 trajo para la economía cubana una importante crisis. Perdió cerca de cinco mil millones de dólares que el Gobierno soviético proveía a través de petróleo barato y como ayuda en forma de exportaciones garantizadas del azúcar. La situación se fue agravando en los años posteriores. El comercio descendió cerca de un 80 por ciento y las condiciones de vida empeoraron. Muchos tuvieron que emigrar, especialmente a Estados Unidos, con la intención de mejorar su situación económica. Para hacer frente a la crisis se adoptaron medidas excepcionales en 1995. Se fomentó la inversión extranjera y se permitieron formas de iniciativa privada de manera muy limitada. La situación del país comenzó a estabilizarse, en gran parte gracias a las divisas que recibían de los visitantes y el dinero que enviaban los emigrantes a sus familias. El papel del turismo adquirió una dimensión clave, era el primer gesto de flexibilidad. Cuba tenía relaciones económicas con la mayoría de países latinoamericanos y la Unión Europea respondió con ayudas y préstamos. A pesar del Bloqueo, consiguió nuevos tratos que permitieron el despegue del país. China también emergió como una importante fuente de ayuda. La llegada de Hugo Chávez al poder en Venezuela permitió establecer alianzas entre los dos países en sectores económicos y políticos. La economía cubana se estaba recuperando.

En 2006, Fidel Castro cedió la Presidencia de manera provisional por motivos de salud a su hermano Raúl. Dos años después, fue elegido por el Parlamento como nuevo presidente tras las elecciones generales.

Con él vino una política más aperturista.

FORMA DE GOBIERNO: «El Partido Comunista de Cuba, marxista-leninista, vanguardia organizada de la nación cubana, es la fuerza dirigente superior de la sociedad y del Estado, que organiza y orienta los esfuerzos comunes hacia los altos fines de la construcción del socialismo y el avance hacia la sociedad comunista». Artículo 5° de la Constitución.

PODERES DEL ESTADO: El Parlamento Unicameral o Asamblea Nacional de Poder Popular es el órgano supremo del Estado. Tiene la potestad constituyente y legislativa, así como la atribución de elegir a los miembros de los órganos ejecutivos, judiciales y complementarios de instancia superior. Está integrado en la actualidad por 609 diputados, propuestos por una comisión Nacional de Candidaturas.

El Consejo de Estado tiene potestad legislativa plena, a través de decretos-leyes que han de ser ratificados por el Parlamento. Tiene la condición de jefatura colegiada del Estado y está compuesto por: presidente, primer vicepresidente, cinco vicepresidentes, un secretario y veintitrés miembros.

El Gobierno cubano, colegiado en el Consejo de Ministro, es quien ostenta las funciones ejecutivas. Sus miembros son elegidos por el Parlamento. El Tribunal Supremo popular encabeza el cuerpo judicial. La Fiscalía de la República es el garante de la legalidad de los ciudadanos e instituciones y la Contraloría General de la República ejerce de máximo órgano auditor de la economía y las finanzas del Estado.

SANIDAD: Todos los ciudadanos cubanos residentes en el país tienen derecho a recibir asistencia en todas las instituciones de salud. También tienen derecho a planes de divulgación sanitaria y educación sanitaria, exámenes médicos periódicos, vacunación general y otras medidas de carácter preventivo. Todo es de carácter gratuito y universal. Asimismo, el Estado concede a las mujeres trabajadoras licencias retribuidas por maternidad, antes y después del parto, al igual que opciones laborales temporales para que puedan compatibilizar la vida familiar.





ECONOMÍA: La mayoría de los medios de producción están bajo el control directo del Gobierno. Las inversiones de capital extranjero requieren la aprobación del Ejecutivo. El 85,2 por ciento de los ciudadanos en edad laboral tiene un nivel medio o superior de formación. Concretamente el 30 por ciento de los habitantes son técnicos. Según el *World FactBook* la población activa está formada por 5,15 millones de personas con una tasa de desempleo del 1,7 por ciento. El 20 por ciento de los trabajadores se dedica a la agricultura, el 19,4 por ciento a la industria y el 60 por ciento al sector servicios. Tiene un PIB de 56,4 millones de dólares, lo que le sitúa en el puesto 66, con un crecimiento del 1,4 por ciento. Su renta per cápita es de 9.700 dólares, alcanzado el puesto 109. El déficit público es del 34,6 por ciento de la renta per cápita y se coloca en el puesto 75.

DEFENSA: Las Fuerzas Armadas Revolucionarias es uno de los ejércitos más preparados y grandes en relación a la población total del país. Argumentan esta necesidad por el posible peligro de una agresión militar. Los jóvenes tienen la obligación legal de cumplir el Servicio Militar Activo durante uno o dos años. Para las mujeres es voluntario.

CIENCIA Y TECNOLOGÍA: Algunos de los mayores logros se encuentran en el campo de biotecnología y la elaboración de medicamentos y vacunas. Cuenta, por ejemplo, con las vacunas contra la Hepatitis B, tétanos y otros importantes ensayos clínicos en el área del cáncer. Con respecto a la informática, profesores y alumnos comenzaron a desarrollar en 2009 una nueva distribución GNU/Linux que se espera que reemplace de forma gradual el software privado de todas las instituciones del país.

EDUCACIÓN: La enseñanza es gratuita a todos los niveles (primaria, secundaria, bachillerato y Universidad). Una evaluación de la UNESCO en 2008 situó a Cuba en el primer puesto como lugar de aprendizaje.



RAÚL CASTRO: «SOCIALISMO SIGNIFICA JUSTICIA SOCIAL E IGUALDAD DE DERECHOS Y OPORTUNIDADES, NO DE INGRESOS. ESTO AL FINAL ES TAMBIÉN UNA FORMA DE EXPLOTACIÓN: LA DEL BUEN TRABAJADOR POR EL QUE NO LO ES O, PEOR AÚN, POR EL VAGO»



5 Varias personas caminan por una calle del barrio Centro Habana.

6 Un vehículo circula frente a un cartel alusivo al Congreso de Jóvenes Comunistas

Como había prometido, llevó a cabo una serie de medidas y cambios evidentes, como el levantamiento de diferentes trabas legales que limitaban al pueblo, como por ejemplo, el acceso a hoteles, alquiler de coches y la libre venta de teléfonos móviles. Tuvo que hacer frente a los huracanes *Gustev*, *Ike* y *Paloma*, que golpearon a la economía cubana trayendo escasez de alimentos para la población. Como respuesta, adoptó una serie de medidas estrictas para evitar el acaparamiento o la especulación de mercancías y alimentos. Concedió en usufructo a los agricultores las tierras ociosas, elevó la edad de jubilación, el tope salarial y autorizó el pluriempleo y el cobro por resultados. En el campo social, ofreció a los ciudadanos acceder a internet en las oficinas de Correos y en el internacional, reforzó los lazos con China y anunció que estaba dispuesto a dialogar con Estados Unidos. Tan solo requirió que los norteamericanos no establecieran ninguna condición para iniciar las negociaciones.

En la actualidad, la idea de excarcelar a los presos políticos parece que toma forma con la liberación de los encarcelados del Grupo de los 75, gracias a las negociaciones del Gobierno con la Iglesia Católica y del ministro español de Exteriores, Miguel Ángel Moratinos. Los reos fueron acusados en 2003 por la ley de *Protección de la independencia nacional y la economía de Cuba*, conocida entre los disidentes como *Ley Mordaza*, que tiene como finalidad tipificar y sancionar aquellos hechos dirigidos a «desestabilizar el país y liquidar el Estado Socialista y la independencia de Cuba». Sin embargo, existe cierta controversia porque de momento, sólo han sido liberados aquellos que han decidido partir a España, quedando encarcelados los que no han accedido. No han tardado en aparecer críticas que mantienen que es más adecuado hablar de «exilio» en vez de liberación, ya que su regreso está condicionado por la autorización del Gobierno cubano.

El futuro de Cuba es todavía incierto. Nadie puede prever si el aperturismo conducirá a la democracia o por el contrario, continuará el régimen comunista. Solo el tiempo dirá cómo acaba esta revolución que el pasado lunes cumplió su 57 aniversario.

> MÚSICA

R.E.M., AÑO CERO

EMI acaba de recuperar los tres primeros álbumes de estudio de los norteamericanos con ediciones dobles remasterizadas que incluyen discos extra repletos de maquetas, temas inéditos y conciertos de Michael Stipe y sus chicos a comienzos de los 80.

Hubo un tiempo en el que el rock alternativo no existía, cuando las salas de conciertos estaban vetadas para bandas minoritarias que daban sus primeros pasos, y hacer música diferente era toda una odisea que muy pocos estaban dispuestos a afrontar. En Athens, la ciudad más universitaria del Estado de Georgia, a comienzos de los años 80, Peter Buck trabajaba en una tienda de discos y Michael Stipe era uno de sus principales clientes. Compartían pasión por bandas como la Velvet Underground y al ingresar en la universidad conocieron a Mike Mills y Bill Berry, que llevaban tocando juntos desde sus años de instituto.

Así nació R.E.M., sin más pretensiones que pasar un buen rato tocando, y con una proyección que no tardaría en dispararse, cuando el *New York Times* eligió su primer sencillo, *Radio Free Europe*, como una de las 10 mejores canciones de 1981. Año y medio después, el 13 de abril de 1983, veía la luz *Murmur*, su primer disco de estudio, catalogado por *Rolling Stone* como el mejor trabajo del año, por delante del *Thriller* de Michael Jackson, el *Synchronicity* de The Police o *War* de U2.

La banda iniciaba su carrera con un álbum inspirado y con una interacción con su público revolucionaria para aquellos años. La guitarra de Peter Buck y la voz de Michael Stipe, oscurecidas en la mezcla, crearon un sonido puro y una estética diferente.

Justo un año después, ya con protagonismo en programas televisivos como el *show* de David Letterman, R.E.M. publicó *Reckoning*, su segundo disco, de nuevo producido por Don Dixon y Mitch Easter. La voz de Stipe aparece menos pantanosa que en *Murmur* y con un papel mucho más activo. Cuando escapa de su aire ausente y letárgico, deja paso a una energía apasionada y magnífica que aporta una nueva luz a la banda, doliente, íntima y misteriosa, a la par que elegante.

Así, ya en 1985, aparecía *Fables of the reconstruction*, un tercer álbum que marcaría un golpe de timón definitivo en el rumbo de la



banda, de la mano de un nuevo productor (Joe Boyd) y grabado fuera de su país natal (en Londres). Las difíciles condiciones que rodearon la grabación pusieron al cuarteto al borde de la disolución, y el álbum marcó el comienzo de un nuevo R.E.M. en su manera de componer, más lírica y narrativa en su visión de la vida cotidiana del sur de Estados Unidos.

«Es uno de mis álbumes favoritos y estoy verdaderamente orgulloso de lo extraño que es. Solo R.E.M. podía haberlo grabado», apunta Peter Buck. «Se necesitaron cuatro personalidades diferentes y unidas, y el legendario Joe Boyd para conseguir un disco

tan vibrante y con tanto carácter».

Ahora, con motivo del 25 aniversario de *Fables of the reconstruction*, EMI recupera sus tres primeros trabajos en ediciones remasterizadas que incluyen un jugoso disco repleto de sorpresas en cada caso, supervisadas por la banda. La nueva edición de *Murmur* incluye el concierto que ofrecieron el 9 de julio de 1983 en el Larry Hideaway de Toronto. El segundo disco de *Reckoning* ofrece un concierto que protagonizaron el 7 de julio de 1984 en Aragon Ballroom de Chicago, dentro de la gira *Little America*.

Fables of the reconstruction se complementa con 13 versiones nunca publicadas procedentes de maquetas y sesiones de la grabación, junto con la canción inédita *Throw those trolls away*. Los tres álbumes se relanzan con textos inéditos de la banda y profesionales que se involucraron en las grabaciones, y este último ve la luz en una caja especial con un póster y cuatro tarjetas postales.



> LIBRO

¿HACIA DÓNDE CAMINAMOS?

Mientras se formaba en el taller literario All-Story, promovido por la fundación Zoetrope (creada por Francis Ford Coppola), el norteamericano Ron Currie sentó las bases de su primera novela, *Dios ha muerto* (Seix-Barral, 18 euros), que acaba de llegar a España. El libro se estructura en nueve relatos aparentemente independientes, que transcurren de forma concatenada, y arranca con la encarnación de Dios en una mujer africana, que intenta buscar a su hermano desaparecido en un campo de refugiados en Sudán. Horrorizado por el desolador panorama que emerge ante sus ojos, Dios muere víctima de un bombardeo. La noticia se expande como la pólvora, y el *Apocalipsis* comienza a cobrar vida en forma de caos en los siguientes capítulos. Con un sentido del humor negro como la noche más cerrada, el norteamericano Ron Currie abre puertas y más puertas a la reflexión de sus lectores, y lo consigue esbozando pequeñas historias de amor y gran dolor, de suicidios colectivos, falsos ídolos con rostros infantiles o reencuentros familiares traumáticos, en un debut extraordinario donde dibuja al mundo como un animal moribundo al que ni siquiera nos dignamos a mirar.

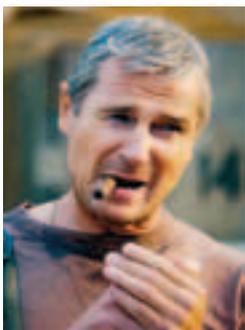


> ARTE

SURREALISMO Y FOTOGRAFÍA

La Fundación Mapfre acoge en Madrid, hasta el próximo 12 de septiembre, la exposición *La subversión de las imágenes*. Organizada en colaboración con el Centre Pompidou y el Fotomuseum Winterthur, reúne más de 300 fotografías, 100 documentos y 10 películas procedentes de más de 60 prestadores de colecciones públicas y particulares, para reflejar el encuentro del movimiento surrealista con el lenguaje fotográfico. La muestra invita a sumergirse en el proceso de investigación y descubrimiento que vivieron los miembros de esta corriente, cámara en mano, mientras forzaban los límites de los medios técnicos para lograr sus fines. La propuesta se articula en nueve secciones en las que se entremezcla la obra fotográfica con diferentes cortometrajes y otro tipo de documentos, para reflejar de manera simultánea cómo determinados motivos u obsesiones se repetían en todos los ámbitos de actuación que abordaban.



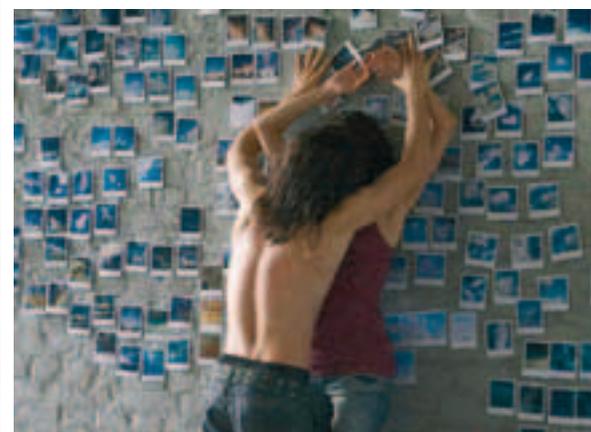


PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Debe ser duro enterrar a tu esposa -la actriz Natasha Richardson- y ponerte a pegar puñetazos, fumar puros y elaborar planes que salgan bien, pero el trabajo es así, y **LIAM NEESON** tenía que cumplir con los productores de **El equipo A**, recién estrenada. Tiene el difícil reto de dar la réplica a George Peppard como el coronel Anibal Smith, ya saben, el líder de un grupo de mercenarios acusados de un delito que no cometieron...

javier m. faya
coordinación

LAS VIDAS POSIBLES DE MR. NOBODY



THE ETERNAL SUNSHINE

Un feliz padre de familia viaja al futuro, al año 2092, y descubre que es el hombre más viejo del planeta.

La ilimitada concepción del espacio y el tiempo ha sido un tema recurrente en el mundo del cine, que Michel Gondry elevó a la máxima categoría con **Olvídate de mí** (2004). Una vida que va generando distintas vías paralelas a cada elección que tomamos; vías que aparecen en nuestro subconsciente, en cada sueño y que, en diferentes momentos de nuestra existencia se convierten en un anhelo del ser humano. Lo real y lo onírico se confunden. Se trata de una compleja premisa dirigida por los sentimientos.

Avalada por un gran éxito de público en diferentes festivales europeos (entre ellos en Sitges)

emilio
luna
texto

Mr. Nobody es la cinta más ambiciosa de Jaco Van Dormael, un cineasta belga siempre sorprendente y sugerente, que en sus obras anteriores dio muestras de una excelsa creatividad. **Totó El Héroe** (1991) y **El octavo día** (1996) son cintas de culto que coleccionaron numerosos premios en el circuito europeo. Ahora con este filme promete atravesar el Atlántico con una original propuesta encabezada por uno de los intérpretes más interesantes del momento: Jared Le-

to. El actor de Louisiana, es Nemo Nobody, un hombre que un día vuelve a la consciencia siendo el último y longevo hombre mortal con vida. En unos opacos recuerdos, narra sus diferentes percepciones vitales que van unidas al destino creado a cada acción.

Las vidas posibles de Mr. Nobody es una cinta inclasificable de ciencia-ficción, donde se necesita toda la atención del espectador. Una atención que será recompensada con un constante *dejavú* de sensaciones. De las tres tramas (representada en cada una de sus esposas), la más interesante es su relación con la mujer interpretada por Diane Kruger, Anna. El resto son satélites. En cierta medida, la cinta hereda la sensibilidad de Darren Aronofsky con **La fuente de la vida** (2005). Kruger y Leto poseen una química soberbia (al igual que Jackman y Weisz), estandarte de un filme sobre la familia, el amor y la dependencia emocional humana. El desarrollo de Nemo desde su etapa infantil, adolescencia y etapa adulta está narrado de manera veraz atrapando al espectador.

Esta película puede ser considerada una obra destinada a un público intelectual con aires pretenciosos. Pero es mucho más que eso, es una creación con alma, donde el amor tiene vida propia y es el motor de un personaje que refleja un poco de nosotros mismos.

La fotografía de Christophe Beaucarne y la música de Pierre Van Dormael contribuyen de manera notable a una película diferente, que emociona y te traslada a esos mundos paralelos que solo tienen cabida en sueños. Estamos ante un clásico de la ciencia-ficción en ciernes donde nada es real y todo es posible.

CAMISETAS

EL CONCURSO

Si te gustó **El otro lado de la cama**, te encantará **Una hora más en Canarias**, que es el nuevo pelotazo del verano. Hoy sorteamos cinco camisetas de chico y cinco de chica. Por cierto, ¿conoces a alguien que tuviera varias parejas a la vez? Escribe ya a: cine@serviciosdeprensa.com. ¡Suerte, compañeros!



TENDENCIAS

ACER RENUEVA SUS MÓVILES

La compañía, muy implicada últimamente en el mercado de la telefonía, lanza sus nuevas apuestas de smartphones.

ACER BETOUCH E120 Y BETOUCH E130

Después de sumergirse en el mercado de la telefonía móvil, ahora Acer se dedica a mejorar sus terminales. Así, llegan los dos nuevos smartphones de la compañía: beTouch E120 y beTouch E130, ambos dotados del sistema operativo Android.

La línea integra todas las principales aplicaciones de Google: acceso real a internet a través del navegador Android, YouTube, Google Maps con la función Latitude y Android Market con 20.000 aplicaciones para una personalización ilimitada. Además de facilitar la mensajería, fotos, música y radio, los dos móviles ofrecen un completo conjunto de características: 3G incluido, navegación y descarga a alta velocidad (HSDPA), conectividad WiFi y Bluetooth, GPS preinstalado, cámara digital de 3,2 megapíxeles y radio FM.

Analizándolos individualmente, el E120 tiene un bonito diseño. Combina una pantalla de 2,8 pulgadas con una tecla de desplazamiento en cinco direcciones para ofrecer más comodidad en su uso. Es perfecto para aquellos que se sumerjan por primera vez en el mundo de los smartphones.

Es compacto para satisfacer las necesidades de aquellos que quieren un producto atractivo que deje una impresión positiva, pero que al mismo tiempo sea



fácil de usar. Desplazarse por los menús será sencillo y divertido gracias a la intuitiva interfaz de usuario, mientras que las miniaplicaciones o widgets le permitirán la máxima personalización.

Gracias a las aplicaciones Facebook y Twidroid integradas, tendrás a tu comunidad en el bolsillo y en las yemas de tus dedos. Y con la ranura para la tarjeta microSD (hasta 32 Gb), contarás con el espacio que necesitas para archivar contenido multimedia como música, fotos y vídeos se multiplica.

Por su parte, el E130 es la combinación perfecta de tradición e innovación. Se distingue por su formato delgado y su diseño sofisticado, así como por su reducido peso: apenas 109 gramos.

Está concebido para los que quieren acceder al mundo de las pantallas táctiles pero sin renunciar a la comodidad de un teclado tradicional. De hecho, bajo su monitor de 2,6 pulgadas, este móvil oculta un teclado QWERTY completo. Las teclas se han dimensionado y posicionado para permitir el máximo confort, garantizando precisión en la escritura: escribir mensajes de texto o correos electrónicos será más fácil y rápido que nunca.

Este teléfono es el dispositivo ideal para administrar cuentas de correo electrónico profesionales y personales al mismo tiempo con archivos adjuntos legibles.

Ambos terminales estarán disponibles en negro y blanco a partir del próximo mes.

LA SOLUCIÓN PARA TUS VIEJAS CINTAS

HIDEOTO

No somos muy dados a creer en las casualidades, pero lo cierto es que hace poco hemos estado haciendo limpieza en casa y nos encontramos con las antiguas cintas de casete. Aquellas en las que nos hacíamos *mixes* de canciones que sonaban en la radio o de cds que nos dejaban los amigos. Nos pusimos a comentar lo obsoletos que están, llegando incluso algunos a preguntarnos si se seguían vendiendo las famosas TDK cuando, hete aquí, que al llegar a la redacción nos encontramos con este dispositivo.

Se trata de una especie de Walkman, pero lejos de recuperar el espíritu de los 80, su función va más allá. Viene con un conector USB para que puedas digitalizar todos los archivos que tengas en tus cintas.

Nada mejor para pasar a Mp3, Wav o Wma tus éxitos de ayer y de antesdeayer que tengas en ellas guardadas.

El producto en sí se llama Hideoto y saldrá a la venta el mes que viene en Japón, aunque es muy probable que puedas comprarlo por internet a un precio que ronde los 45 euros.



ELIGE EL COLOR QUE MEJOR TE COMBINE



SONY MDR-EX80LP CHIC Y EX40LIP POP

Si la semana pasada te presentábamos la apuesta deportiva de Panasonic, hoy le toca el turno a la baza colorida de Sony.

Como ves, se trata de dos series de auriculares, MDR-EX80LP Chic y EX40LP Pop, que destacan por la variedad cromática, muy adecuada para combinar con la ropa de verano.

La primera de ellas está cubierta de falsa pedrería, para darle un toque más sofisticado, mientras que la segunda es más juvenil.

Disponibles en 12 tonos diferentes, ambas cuentan con similares prestaciones: un motor de 9 milímetros, con una sensibilidad de 100 decibelios trabajando con cargas de 16 ohmios. Pesan aproximadamente unos tres gramos y cuestan unos 40 euros.

CARACTERÍSTICAS

MOTOR DE 9 MILÍMETROS
100 DECIBELIOS
CARGAS DE 16 OHMIOS
PESO: TRES GRAMOS
12 COLORES A ELEGIR
PRECIO: 40 EUROS



SAMSUNG TAMBIÉN BUSCA UN HUECO



CARACTERÍSTICAS

512 MB DE RAM
500 GB DE DISCO DURO
BLUETOOTH 3.0
GRÁFICA NVIDIA GE FORCE 310M

Q530: PANTALLA DE 15,6 PULGADAS
Q330: PANTALLA DE 13,3 PULGADAS

SAMSUNG Q530 Y Q330

Samsung está aprovechando este mes para lanzar sus nuevos productos. Después de algunas presentaciones que te hemos hecho en números anteriores, esta vez le toca a la familia de portátiles Serie Q, que ha crecido con dos modelos: el Q530 y el Q330.

El primero de ellos tiene como apuesta su pantalla de 15,6 pulgadas con una resolución de 1.366x768 píxeles, una gráfica NVIDIA Ge Force 310M y 512 Mb de RAM, así como un procesador Intel Core i3350M y 500 Gb de

disco duro.

El Q330 destaca por sus dos kilos de peso, sus 13,3 pulgadas de monitor y una gráfica, RAM y disco duro similar a su compañero.

Ambos equipos cuentan con conectividad Bluetooth 3.0, salida HDMI y un nuevo diseño de teclado conocido como Island, que es más ergonómico gracias a que sus teclas están más separadas.

De momento, no conocemos cuáles serán sus precios, pero se prevé que lleguen a España dentro de dos semanas.

LA ÚLTIMA APUESTA EN CONSOLAS PORTÁTILES

GAMEPARK HOLDINGS CAANOO

Con los viajes que nos esperan, las estancias fuera de casa, tirados en la playa, muriendo del asco en aeropuertos... un reproductor de música o un portátil se nos quedan en poco. Por eso, hoy te queremos presentar la nueva Caanoo, la consola portátil que ha preparado la firma coreana GamePark Holdings y que se presentó en el pasado E3.

Viene con una pantalla táctil de 3,5 pulgadas y procesador ARM9 a 533 MHz, lo que nos promete una rapidez y una calidad en los juegos. Asimismo, aparece con una memoria RAM de 128 Mb y algo muy interesante: la posibilidad de ver las imágenes del monitor en 3D.

Como datos más destacables, cuenta con acelerómetro y conectividad WiFi.

Con un diseño que nos hace recordar a otra consola portátil mucho más conocida, también tiene funcionalidades multimedia, como visualización de imágenes y vídeo, lector de música y de libros electrónicos.

Se puso a la venta en Corea el pasado mes y se espera que a partir de agosto vaya a estar en Europa.

Se estima que su precio ronde los 120 euros.



Algunos de los efectos beneficiosos del sol sobre nuestra salud son que estimula la síntesis de la vitamina D, favorece la circulación sanguínea y actúa en el tratamiento de algunas dermatosis. Sin embargo, también tiene una *cara oscura* y, más allá de las quemaduras evidentes que puede causar, se pueden esconder arrugas, cataratas, cáncer de piel y tumoraciones superficiales a largo plazo.

Según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud, cada año se producen en todo el mundo más de dos millones de cánceres de piel, sin incluir 200.000 melanomas malignos. Por otro lado, los expertos reunidos en el 46 Congreso de la Sociedad Americana de Oncología Clínica (ASCO) afirman que la moda de exponerse al sol de forma exagerada y episódica en verano ha duplicado en los últimos 30 años la incidencia del melanoma avanzado, el tipo de tumor de piel más mortífero.

El presidente del Grupo de Estudio del Melanoma Español, Salvador Martín Algarra, subrayó en este encuentro que la incidencia de esta enfermedad, responsable de cerca del 80 por ciento de los fallecimientos por esta causa, «está aumentado mucho» en Europa, Estados Unidos y Australia, debido a este tipo de práctica. «Antes, nuestros padres estaban más al sol, pero de forma continuada, sin realizar estas exposiciones rídiculas de dos semanas», insistió.

E inciden de nuevo en este aspecto cuando afirman que el problema no es estar de forma regular al sol, que es «buena» y que previene la osteoporosis, entre otro tipo de enfermedades, sino los *baños de sol* tomados de manera irreflexiva para conseguir un mejor bronceado. «Hay un aumento de incidencia clarísimo relacionado con comportamientos irracionales». Y es que el *glamour* que rodea a la piel dorada como sinónimo de belleza, es una de las causas de proliferación de este tipo de patologías. Esta mentalidad impulsa a muchos hombres y mujeres a tumbarse al sol durante «ocho horas al día en verano y luego a pasar 40 días sin que les den los rayos porque no salen de la oficina», señaló Martín Algarra. «Los noruegos y los suecos que vienen a las playas de España cada verano y se ponen *vuelta y vuelta* tienen mucho más riesgo», asegura.

CASOS EN AUMENTO Hasta tal punto han aumentado los casos de melanoma que, mientras la mortalidad en el resto de cánceres ha disminuido, en general un 17 por ciento entre 1995 y 2005, los fallecimientos por este motivo se han incrementado un 32 por ciento, de acuerdo a los datos aportados en ASCO por el doctor Axel Hauschild, del departamento de Dermatología de la Universidad de Kiel, en Alemania. Este experto señaló que, si bien es cierto que la genética está más «directamente relacionada» con la aparición de un melanoma que la exposición al sol, y los genes no se pueden cambiar», nuestros hábitos sí, por lo que subrayó la importancia de

«mantener en primera línea» las campañas en contra de tomar el sol de manera exagerada e irracional durante el período estival. El caso de los niños merece un capítulo aparte. La gran sensibilidad de su piel les hace más vulnerables a los efectos adversos del astro rey. Y los pediatras advierten del peligro potencial que a largo plazo pueden llegar a sufrir los menores.

Según distintos estudios clínicos, utilizar un fotoprotector de factor 15 durante los 18 primeros años de vida puede reducir hasta un 78 por

ciento el riesgo de cáncer cutáneo. Las recomendaciones de los pediatras pasan por aplicar la crema antes de salir de casa y renovarla frecuentemente, aproximadamente cada dos horas -o antes si el baño es prolongado o hay un incremento de la sudoración-. Otras medidas útiles son el uso de gorras o sombreros anchos y gafas de sol con cristales homologados.

No hay que olvidar que es más probable tener un cáncer de piel cuando se es adulto si de niño se ha estado expuesto al sol de esta manera.

QUEMARSE TIENE QUE DOLER

El sol es beneficioso y necesario para la vida humana. Sin embargo, una sobreexposición puede ser el detonante de consecuencias negativas para nuestra salud.



«Que nuestros hijos se quemen, nos tiene que doler», afirma el doctor Algarra.

El gran riesgo del melanoma, sobre todo cuando se encuentra en una fase avanzada y tiene ramificaciones en otras partes del cuerpo, es que tiene un pronóstico «muy grave y no existen medicamentos que hayan conseguido cambiarlo», asegura Martín Algarra.

Una buena noticia en este campo es que investigadores del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) han desarrollado un nue-

vo filtro solar a base de microesferas de silicio que, además de proteger frente a los rayos ultravioleta, es capaz de bloquear la radiación infrarroja, por lo que atenúa el calor provocado por la exposición solar. La crema, patentada por el CSIC, la Universidad Politécnica de Valencia y Ona Investigación, se basa en el uso de compuestos fisiológicamente inertes que no provocan irritaciones y que evitan que la composición quede con aspecto blanquecino al aplicarse. Como siempre, es mejor prevenir que curar.



CUIDARNOS Y CUIDAR A NUESTROS PEQUEÑOS

- Aplicar crema protectora antes de exponerse al sol y renovarla con frecuencia sobre toda la superficie corporal.
 - Utilizar gorras o sombreros anchos.
 - No olvidar las gafas de sol, siempre con cristales homologados y adaptadas a las necesidades de nuestros ojos.
- Y lo más importante: usar un fotoprotector de factor 15 durante los 18 primeros años de vida puede reducir hasta un 78 por ciento el riesgo de cáncer cutáneo durante la madurez.



EN PEQUEÑAS DOSIS

UNA DEFENSA, NO UN FIN

Si tomamos el sol en exceso o sin protección, el eritema sería la primera reacción inflamatoria de nuestra piel para defenderse de la agresión solar. Del eritema a la quemadura, a la queratosis o al envejecimiento cutáneo, no hay más que un paso. En casos graves, se puede llegar al cáncer por exposición abusiva; y es frecuente que quien ha tomado mucho sol, no pueda exponerse a sus rayos porque ha iniciado un proceso de fotosensibilización, es decir, que reacciona de más, como si desarrollara una alergia a los rayos solares.

Conviene insistir en que ponernos morenos no es una casualidad, ni es una acción del sol aislada de nuestro organismo. El sol emite una serie de rayos que pueden dañar seriamente nuestro organismo. Por eso, para defendernos de esas radiaciones, nos ponemos morenos. Cuando las células de la piel son estimuladas por el sol, se sienten amenazadas. La radiación ultravioleta las *asusta*, podríamos decir. Y entonces se pone en marcha su sistema defensivo. Una serie de enzimas oxidan los melanocitos y forman la melanina que, como si fuera un escudo, protege de las radiaciones absorbiendo el 90 por ciento de su energía. La melanina oscurece la piel. El resultado es que por ese escudo nos ponemos morenos. Y eso lo olvidamos con demasiada frecuencia.

Hay, además, circunstancias que aumentan o disminuyen la incidencia de las radiaciones solares. Por ejemplo, es menor por la mañana, antes de las dos de la tarde (hora solar); aumentan con la altura y con la perpendicularidad de la incidencia de los rayos (por eso la radiación es mucho mayor en el Ecuador); y por lo mismo, varía según las estaciones (es mayor en verano y menor en invierno).

No solemos tampoco caer en la cuenta de que las nubes absorben apenas un 10 por ciento de los rayos solares. Eso quiere decir que aunque el día esté nublado, podemos absorber mucha radiación e incluso quemarnos sin sentir calor. Por si fuera poco, a la incidencia directa hay que añadir la reflejada que aumenta un cinco por ciento en la hierba, un 10 en el agua, un 25 en la arena de playa y un 80 por ciento en la nieve, también en invierno.

Los rayos UVA son los que penetran más y son los que producen el bronceado al estimular la melanina. Pero, asimismo, son los causantes de esa especie de alergia (pequeños granitos) que surge por sensibilización. Se achaca a esta radiación el aumento de los cánceres y, sobre todo, del envejecimiento de la piel en las personas.

Los que originan las quemaduras y las ampollas son los ultravioletas B. Los infrarrojos -otra radiación del espectro solar- son los que dilatan los vasos y producen calor. Son los que hacen perder agua a la piel y parece que al incidir aumentan considerablemente los peligros de las radiaciones ultravioleta. Por si fuera poco, las radiaciones son acumulativas y de ahí se deriva la aparición de manchas, el envejecimiento y sequedad de la piel y la degeneración hacia procesos cancerosos. Como dicen los expertos, la piel «recuerda» todas las radiaciones recibidas y los efectos van apareciendo poco a poco, acumulando los rayos absorbidos durante años.

No lo olvide: la piel tiene memoria.

ramón
sánchez
ocaña
experto en
salud



25 MESES DE SILENCIO

Los hombres que padecen disfunción eréctil sufren esta alteración sin comunicárselo a ningún experto durante mucho tiempo. En seis de cada 10 ocasiones, una consulta al farmacéutico es el primer paso para que le deriven al médico especialista.

Más de dos años ocultando una realidad indeseada, esperando una solución que solo llegará con la consulta a un especialista. En el camino, dudas e incógnitas que, en la mayoría de los casos, solventa por primera vez el farmacéutico. Esto es lo que les sucede a seis de cada 10 hombres que sufren disfunción eréctil, una alteración cuyo principal factor de riesgo es la edad.

Los datos que se desprenden de un estudio realizado durante el año pasado entre 1.132 personas de las 17 comunidades autónomas, reflejan que el boticario juega un papel clave en la captación, educación y derivación de este tipo de pacientes al especialista, un paso muy importante, ya que la disfunción eréctil puede ser un signo precoz de enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, dislipemia o diabetes. Las cifras coinciden, además, con la percepción manifestada por la mayoría de los farmacéuticos participantes en el estudio, ya que un 56 por ciento cree que los varones afectados por este trastorno consulta antes al titular de la oficina de farmacia que al médico, frente a un 29 por ciento que considera lo contrario.

«Este tipo de expertos despierta confianza en el paciente, que lo ve como un profesional sanitario accesible y cercano, lo que le convierte en un referente a la hora de realizar consultas sobre la salud en general y, especialmente, cuanto se tra-

ta de aspectos más íntimos, como la salud sexual», explica José Ibáñez, ex presidente de la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (Sefac) y uno de los coordinadores científicos del estudio junto a Manuel Machuca, farmacéutico comunitario en Sevilla y miembro de esta organización. Y añade que «el farmacéutico puede ofrecer una importante labor colaborando activamente en la detección de cualquier patología subyacente y en la consiguiente derivación al médico para que éste realice el diagnóstico preciso y fije el tratamiento más adecuado a cada caso».

Ibáñez también destaca que con este estudio han podido corroborar que la edad del paciente es otra de las claves a la hora de reconocer el problema, ya que quienes más tratan de resolver sus dudas en las boticas son los varones de entre 54 y 58 años. «A mayor edad aumenta la vergüenza o incomodidad para consultar un problema sexual al profesional médico. Es importante eliminar los estereotipos asociados a los años y concienciar a este colectivo de la población de que puede tener una vida sexual satisfactoria y de que la disfunción eréctil posee soluciones eficaces y, desde la farmacia, podemos hacer mucho para conseguirlo», argumenta.

Además, ha quedado demostrado que muy pocos hombres confían en los remedios naturales -solo el 15 por ciento demandó este tipo de productos-, y que la gran mayoría que acudió sin receta médica solicitó un fármaco de citrato de sildenafil.



EVITA AL 'MALEDICENTE', EL ENVIDIOSO Y AL VIOLENTO

No pocas veces al final de cualquiera de mis conferencias, alguien me pregunta qué es lo que puede y debe hacer cuando un compañero de trabajo, un familiar o cualquier otra persona de su entorno se muestra claramente malediciente, envidiosa o grosera. Antes de dar respuesta alguna, pido la opinión de los asistentes y casi siempre, un 50 por ciento opinan que al deslenguado, envidioso y violento hay que darle su merecido y dejarle en su sitio, para que no piense que somos tontos. La otra mitad dice que lo mejor es no responderles y evitar en lo posible el trato con este tipo de sujetos que habitualmente se manifiestan de esta manera.

¿Existe un término medio? Es decir, ¿podemos no quedar como bobos ante este tipo de especímenes? Yo creo que, según las circunstancias, unas veces será más aconsejable dejar al necio encenagado en su necesidad y apartarlo por completo de nuestra vida y en otros casos, decirle cuál es nuestra forma de proceder a la hora de juzgar a los demás, como por ejemplo: «Yo respeto su forma de proceder juzgando y condenando tan fácilmente a esa persona, pero sé que sabrá comprender que, por lo que a mí respecta, le diga que yo evito juzgar y condenar a los demás porque no pocas veces yo merezco un juicio más severo y duro sobre mí mismo; tengo demasiadas carencias y defectos, amigo mío». Dando esta u otra respuesta semejante, sin herir a la bestia humana que tenemos delante, a lo mejor conseguimos que se humanice un poco más.

Si estamos ante un envidioso, podemos decir que nos alegra saber que hay personas de las que se puede aprender sin sentirse uno menospreciado por ello. Por lo que respecta al violento, lo mejor es manifestar un extraordinario control, sosiego y calma y decirle que le vendrá muy bien a su sistema cardiovascular mantener la calma.

Contagiarle nuestra propia serenidad es buena medida y, si no, simplemente dejarle hasta que se le pase el berrinche.

Es fácil detectar a este tipo de personas tóxicas porque no admiten sus propios errores y a todos juzgan, condenan y descalifican, nunca son culpables de nada y su simple presencia crea malestar y desagrado.

Alguien ha dicho que la maledicencia mata a tres personas de una vez: al que maldice, aquel del que se maldice y al que se haya presente cuando se maldice.

ana
ortega
texto

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

TEMBLORES

CADA VEZ MÁS CONTROLADOS

El temblor es un movimiento muscular involuntario y repetitivo de una o más partes del cuerpo. Afecta especialmente a manos y brazos y está asociado a enfermedades relacionadas con el envejecimiento, como el párkinson o el temblor esencial.

Este síntoma impide a más del 65 por ciento de los afectados realizar actividades cotidianas como sostener un vaso, manejar los cubiertos, vestirse o escribir. Una nueva prenda diseñada por el Instituto de Biomécanica de Valencia, que participa en el desarrollo de una neuroprótesis para eliminar el temblor de brazos y manos, podría ser eficaz frente a estas molestias. Los resultados del proyecto, que se encuentra en fase de evaluación, se conocerán dentro de un año y medio aproximadamente.

TABAQUISMO



FACILIDADES PARA DEJARLO

Un estudio, aún en fase de desarrollo, del Instituto de Investigación en Atención Primaria Jordi Gol apunta que el control del antitabaquismo junto a la espirometría podrían conseguir que un 16,5 por ciento de los fumadores abandonara el nocivo hábito del tabaco. Esta prueba, que analiza la cantidad de aire obstruido en el pulmón, es muy efectiva para el diagnóstico de la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) en sus fases iniciales que, según la Organización Mundial de la Salud, afecta a 210 millones de personas. En España, un 70 por ciento de los enfermos leves de EPOC son fumadores.

MEDICAMENTOS: MEJORANDO SU EFICIENCIA

La personalización de la medicina en función de cada paciente y no de una dolencia generalizada es el camino que centra el interés de la investigación farmacológica. Un tratamiento 'a la carta' es cada vez más necesario y viable.

Solo el 30 por ciento de los pacientes que es tratado con fármacos responde adecuadamente. Ésta es una de las conclusiones a las que se ha llegado en el Curso de Verano *Integración de la Biología Molecular en la práctica clínica: la nueva era de la medicina personalizada* de la Universidad Complutense de Madrid, celebrado en El Escorial.

En auxilio de estas cifras, aparece la farmacogenética, que permite seleccionar el medicamento con mejor respuesta para ajustar las dosis y maximizar los beneficios. Según Julio Benítez, catedrático de Farmacología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Extremadura: «Si asumimos que la farmacogenética podría, siendo conservadores, reducir al menos un tercio del número de hospitalizaciones y fallecimientos por esta causa, ello significaría un descenso de hasta 80.000 ingresos hospitalarios -con el consiguiente ahorro económico que esto supone- y 4.000 muertes menos, cifra cercana al número anual de las causadas por accidente de tráfico en España».

En el caso de los tratamientos contra el cáncer, por norma general, se basan en un uso protocolizado y no personalizado de quimioterapia y radioterapia. Actualmente, sin embargo, se están desarrollando perfiles genéticos en diferentes tumores sólidos y estudios prospectivos que pueden servir para identificar diferentes dianas terapéuticas y evitar la toxicidad. Según el doctor Daniel Castellano, del Servicio de Oncología Médica del Hospital Universitario Doce de Octubre: «Lo importante es que estos perfiles de valor predictivo pueden guiar las decisiones de tratamiento personalizado para cada paciente. Esto se traduce en un mejor equilibrio entre la eficacia terapéutica y efectos secundarios tóxicos, lo que conduce a la mejora de los resultados del proceso tumoral».

Otra de las especialidades en las que se lograrían importantes resultados es en el campo psiquiátrico, en la que la mayoría de las alteraciones mentales carecen de patrones hereditarios claros. Normalmente se clasifican como trastornos genéticos complejos, de ahí que la respuesta al medicamento constituya un problema crítico en el manejo de los pacientes. Según la doctora Rosa Catalán, psiquiatra

del Hospital Clínico de Barcelona: «La farmacogenética ofrece la posibilidad de identificar predictores biológicos de respuesta a los psicofármacos y, a su vez, proporcionan información sobre los diferentes mecanismos de acción, la eficacia y los efectos adversos inducidos por la medicación».

También ayudarán a anticipar la respuesta a los inmunosupresores (son los productos que se emplean para evitar el rechazo) y a prevenir algunos de sus efectos secundarios, especialmente en los casos de trasplante de corazón, riñón o pulmón.



clara guzmán texto



maría
jesús
álava
psicóloga

VACACIONES ANHELADAS Y TEMIDAS

Aunque casi todos desean que lleguen los días de descanso, otros creen que es un período en el que surgen más fricciones en la familia. Lo que hay que hacer es desconectar, olvidar el trabajo y, por qué no, dejar algún plan a la improvisación.

Para muchos de nuestros lectores hoy es el primer día de vacaciones. Las expectativas pueden ser muy altas, pero está comprobado que una de cada cuatro personas no consigue desconectar en este período destinado al descanso. Intentemos analizar algunos hechos para que agosto no resulte un mes difícil.

Muchos huyen de calor y se van a destinos más fresquitos donde poder descansar tranquilamente, pero otros van a veranear a lugares donde las temperaturas son muy altas y hace un calor asfixiante. Aquí tenemos un motivo importante de fricción. En la misma familia algunos integrantes no soportan el calor y otros lo buscan desesperadamente.

Lo cierto es que cuando el termómetro sube se puede padecer agotamiento, tanto físico como psíquico, en la persona. Los efectos en el cuerpo pueden ir desde una bajada de la tensión arterial (que afecta negativamente a pacientes hipotensos), riego inadecuado en el cerebro, alteración del estado anímico debido a las altas temperaturas... Las personas mayores son las que se ven más afectadas, ya que son más propensas a sufrir ese choque de calor.

Desde el punto de vista psíquico es frecuente que se puedan producir episodios de ansiedad. Algunas personas pueden volverse más agresivas, especialmente cuando las temperaturas alcanzan entre los 35 y los 39 grados. Se habla entonces de un estrés ambiental. De hecho, en verano es cuando se producen los delitos más violentos e incluso la conducción se ve también alterada. Algunos datos ponen de relieve que el uso exagerado del claxon aumenta en esta estación estival.

También los casos de depresiones leves se ven influenciados negativamente por el calor.

Ambientalmente, uno de los enemigos más fuertes del verano es el alcohol. Muchas personas beben en exceso durante estos meses, a veces por esa sensación de que hay que *animarse* a la fuerza y estar contentos socialmente. Es como si asociaran diversión con bebida. Este es un pro-

blema que cada vez afecta a un rango de edad más extenso; lo hacen como cosacos muchos adolescentes, los jóvenes no se quedan atrás y muchos adultos se comportan como niños, bebiendo sin ningún control y provocando situaciones muy molestas e incómodas para los que están alrededor.

PREGUNTAS TÍPICAS Una vez expuestas estas consideraciones, vamos a tratar de responder a algunas cuestiones frecuentes:

¿Es mejor planificar en vacaciones o dejarlo todo a la improvisación?

En general conviene concretar solo algunas cosas claves, y el resto dejar un margen para adaptarnos a los acontecimientos, a cómo nos encontremos, a las ganas que tengamos... Ya nos planificamos demasiado el resto del año.

¿Qué hacen los que se encuentran solos? (personas que están sin pareja o acaban de romper y no tienen amigos para irse juntos).

Una buena opción son los viajes con actividades programadas. Ahí normalmente podemos conocer a gente interesante.

¿Se puede llevar algo de trabajo a las vacaciones?

Es un tremendo error. Necesitamos desconectar. Otra cosa distinta es que tengamos pendientes cosas que nos gustan como leer determinados libros. Eso no es malo, al contrario, nos produce satisfacción y bienestar.

MARCARNOS OBJETIVOS

- Quitarnos cualquier grado de tensión o perturbación.
- Llenarnos de nuevas ilusiones.
- Cargarnos positivamente, con nuevos recursos e ideas.
- Establecer momentos de reflexión que nos permitan reconducir nuestras vidas, cambiar aquello que no nos gusta.
- Aumentar la comunicación con nuestro entorno.
- Disfrutar de las personas que tenemos cerca en ese momento.
- Ponernos en forma: comidas sanas, ejercicio regular y horas adecuadas de descanso.
- Recuperar amigos o personas que tengamos un poco abandonadas.



HAY QUIENES ABUSAN DEL ALCOHOL PORQUE CREEN QUE SU CONSUMO ESTÁ UNIDO A LA JOVIALIDAD. ESTE ES UN PROBLEMA TANTO DE LOS ADOLESCENTES COMO DE LOS JÓVENES, PERO TAMBIÉN AFECTA A MUCHOS ADULTOS



GASTRONOMÍA



LOS PEPINOS ESTÁN DE MODA

Esta hortaliza está en el candelero gastronómico. La llegada del verano y el calor sofocante abren la puerta a un vegetal fresquísimo y compuesto casi en su totalidad de agua. Además, surgen nuevas tendencias para un clásico de la huerta.

Quién nos lo iba a decir: el pepino está de moda. Sí, ese fruto controvertido, que tiene tantos devotos partidarios como acérrimos enemigos, ha cambiado su hábitat gastronómico para convertirse en estrella invitada en los mejores bares de copas. Ha sustituido al limón en la que seguramente sea la bebida larga más popular del planeta: el *gin & tonic*. La verdad es que ambas cosas, por separado, son refrescantes; al fin y al cabo, no se ha descubierto aún nada que refresque más que el agua... y el pepino lo es en un 96 por ciento. Lo malo, para quienes no son partidarios de este vegetal, es que tiene un gusto peculiar, y un sabor que, primero, no agrada a todo el mundo y, segundo, tiene la manía de ser terriblemente persistente: repite. O esa es una de las principales acusaciones que le hacen sus detractores.

A mí me gusta. Tardó en gustarme, no fue un amor al primer mordisco, ni muchísimo menos. Me costó. Hoy... bueno, milito con entusiasmo en el bando *pepinero*. El principal problema, lo obvio, el expeditivo método de purgarlo. La verdad es que el pepino se limpia en casi todas las preparaciones en las que interviene, con la excepción del gazpacho. Hablo en general, porque en casa no se libra de la purga ni en ese caso. El sistema es sencillo: eliminamos ambos extremos del fruto y lo sumergimos en un recipiente con agua y un chorrito de vinagre. Con una hora de inmersión suele ser suficiente para evitar efectos indeseables. El sistema clásico, cortarlo en rodajas y cubrirlo de sal, que funciona con las berenjenas, tiene el inconveniente de que altera la textura del pepino, que es uno de sus atractivos.

Esta hortaliza es la base de una de nuestras sopas veraniegas, de nuestro póquer de caldos estivales: gazpacho, ajoblanco, *vichyssoise* y... *tsatsiki*, o *tzatziki*, según transcriban ustedes la correspondiente consonante griega, porque la receta es helénica, y parte de la combinación de pepino, yogur y algún otro elemento, como ajo y cebolla. Hay todas las variantes que ustedes puedan imaginar, como suele suceder en las recetas que son verdaderamente antiguas.

Y verán que en muchos libros se refieren al *tsatsiki* como una salsa griega, no como una sopa. Es así, en efecto, pero todo depende de la consistencia que se le dé: puede ser salsa para pescados a la parrilla, crema, sopa y hasta refresco para beber.

RECETA ESPECIAL Nosotros vamos a por la sopa. Pelamos un par de pepinos y los cortamos en trozos; hacemos lo mismo con un diente de ajo pequeño y una cebolla blanca dulce. Purgamos todo en un bol con agua y un chorrito de vinagre, de 20 a 30 minutos en la nevera; al cabo de ese tiempo lo escurrimos bien: ya no repetirá. Lo pasamos a un robot de cocina y lo trituramos, añadiendo un vaso de agua fría, un chorrito de aceite, una cucharada de vinagre blanco y suave -el de sidra va muy bien-, y la sal necesaria, mejor si es marina. Mezclamos bien y vamos incorporando cuatro yogures, dos desnatados y dos griegos, hasta conseguir la textura deseada, en nuestro caso como la de una sopa cremosa. Guardamos el *tsatsiki* en la nevera y lo servimos en cuencos individuales, decorando con una cucharada de huevos de salmón en cada uno y unas briznas de cebollino... o unas tiras finísimas de piel de pepino. Y ahí tienen una deliciosa sopa veraniega; deliciosa, claro, si les gusta el polémico vegetal. Aclaremos que hablamos de huevos, no de huevas. Las huevas son el conjunto de huevos envueltos en una telilla, como las de merluza o bacalao; lo otro son huevos. Lo femenino es el salmón. Tampoco vale llamarle *caviar de salmón*: los únicos embriones de pescado que pueden llevar ese nombre son los de esturión, de esturión hembra, claro. Pero los huevos de salmón le van muy bien al *tsatsiki*. La verdad: complementan también con el pepino tal cual, que se lleva a las mil maravillas con el salmón. Los sabores marinos fuertes, se contraponen y complementan estupendamente con el vegetal, y salen ganando ambas cosas.

Lo que ya no veo tan claro es lo que el pepino puede aportar al *gin & tonic*, pero... algo bueno le hará, porque, si no, no se explicaría la fiebre *pepinera* que afecta a una de las más agradables consecuencias del dominio británico en la India, que son, sobre todo, tres: los *curries*, la salsa *Lea & Perrins* y, naturalmente... el *gin & tonic*.

EL VINO

CASTILLO DE URA

D.O. RIBERA DEL ARLANZA

Un vino de color cereza limpio y brillante. Se caracteriza por ser de nariz compleja, con aromas a especias como el regaliz, frutas muy maduras y torrefactos. Un caldo redondo, elegante, potente, suave, aterciopelado y de buena intensidad. Elaborado a partir de viñedos antiguos, con una edad media de 40 años. Fermenta durante 15 días a temperatura controlada, superando una fermentación maloláctica a 20 grados. Su permanencia en bodega de roble americano y francés y su clarificación a base de clara de huevo le da un toque de personalidad propio de características genuinas.

Recomendaciones:

Es ideal como acompañamiento de carnes rojas o para dotar de un toque de distinción a guisos complejos. Su sabor es totalmente recomendable para disfrutar de todo tipo de piezas de caza. La temperatura adecuada para su servicio es de 17 grados, un seguro de éxito.



ÚLTIMA HORA

Un diseño de inspiración étnica, prendas militares, una túnica o collares de estilo retro con perlas y cadenas son algunas de las tendencias que marcan este verano. Aprovechar las rebajas para estas compras es una apuesta segura para ir a la última.



Juanjo Oliva

TÚNICAS DE DIOSAS

Los vestidos de inspiración griega han subido a las pasarelas para realzar el cuerpo femenino. Telas envolventes, hombros al descubierto, cortes al bias, drapeados y fruncidos en tono marfil, en blanco e incluso en rosa, el color del verano 2010, crean uno de los diseños más deseados. El próximo año tal vez no estén de moda, pero merece la pena invertir en una prenda que hace sentirse como una diosa.

Cómo se lleva: de día y de noche. Por la mañana, con sandalias planas. Por la noche, con sandalias de tacón y grandes collares.



Naf Naf



Tommy Hilfiger

DISEÑOS EXÓTICOS

El estilismo de los aborígenes africanos y los estampados tribales han cautivado a muchos diseñadores. Tejidos frescos teñidos de colores naturales, sorprendentes dibujos cromáticos, accesorios con motivos animales... Dries Van Noten es una de las firmas internacionales que lidera esta tendencia, y el diseñador Juanjo Oliva ha puesto de moda el *print wax*, un estampado de origen nigeriano que es una variante del *batik*.

Cómo se lleva: arriesgando y mezclando distintos estampados. Para las más discretas, el truco está en combinar una prenda étnica con colores neutros.



TORTUGA.
Mango

ESTILO MILITAR

Fue una de las tendencias del pasado verano y este año la moda inspirada en uniformes y elementos del Ejército se ha impuesto definitivamente. Se plasma en monos y pantalones de color verde o cargo, en prendas de camuflaje, en chaquetas y botas militares.

Cómo se lleva: combinado con brillos y dorados. Y para quienes piensan que es un estilo excesivo, la tendencia se pone a su servicio en los complementos: cinturones, bolsos e incluso calzado de camuflaje.



Mango



Converse



Mango

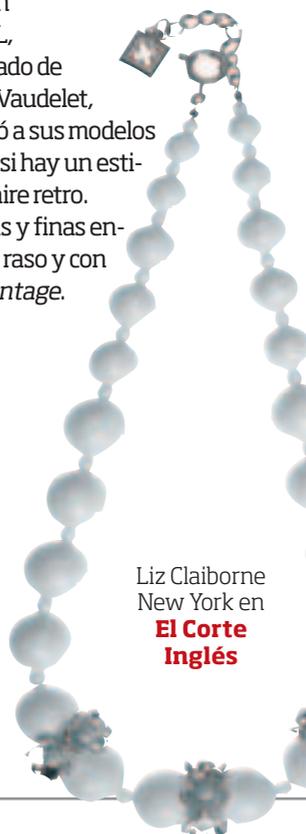
MAXI CADENAS Y PERLAS

En los accesorios de joyería la tendencia para este verano es clara: el gran formato: gargantillas con varias vueltas, anillos tamaño XXL, enormes brazaletes... Un abanderado de esta moda es el diseñador Nicolás Vaudelet, quien en la Pasarela Cibeles adornó a sus modelos con maxicollares de cadenas. Pero si hay un estilo que marca la diferencia es el de aire retro.

Cómo se lleva: con cadenas largas y finas entrelazadas con cuentas y cintas de raso y con perlas en diseños de inspiración vintage.



Liz Claiborne New York en El Corte Inglés



Liz Claiborne New York en El Corte Inglés

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

RETIRA

LOS COLLARES DISCRETOS.

Este verano, cuanto más grandes, mejor.

Monet, en El Corte Inglés



Monet, en El Corte Inglés

RESCATA

UN MAXICOLLAR. Se llevan los colgantes con grandes cuentas, tipo babero y los que tienen muchas vueltas. En todos los casos, combinados con pendientes discretos para que no compitan en protagonismo dos accesorios.

compras clave compras clave comp

UN TRATAMIENTO PARA EL CONTORNO DE OJOS. Combatir las bolsas y las ojeras es uno de los gestos que más contribuye a rejuvenecer la mirada. Con los nuevos tratamientos para el contorno de ojos la piel se hidrata y se alisa, la mirada parece descansada y las patas de gallo, las ojeras y las bolsas bajo los ojos disminuyen. La crema anti-arrugas rejuvenecedora de ojos de la línea Código Juventud, de L'Oreal Paris, está enriquecida con pigmentos de color con propiedades ópticas que aportan luminosidad a la piel. La fórmula Capture Totale Flash Défatigant Regard, de Dior, está contenida en una herramienta que aumenta su eficacia: un aplicador de forma ergonómica y en un material frío que borra inmediatamente la fatiga y refuerza la acción drenante del producto.

EL CHOLLO

L'Oreal Paris



EL CAPRICHIO Dior

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

LA VITAMINA C, ¿ES TAMBIÉN EFECTIVA CUANDO SE APLICA TÓPICAMENTE?

Los beneficios de ingerir vitamina C son de sobra conocidos, pero no es tan sabido que aplicada tópicamente consigue niveles 30 veces superiores en la piel a los que se logra con la administración oral, y que permanece en la dermis durante 48 horas.

De todas las vitaminas que existen, ésta es la que tiene una mayor capacidad antioxidante. Neutraliza la acción negativa de los radicales libres y promueve la formación de fibras de colágeno, por lo que aumenta la elasticidad y la firmeza de la piel. Por este motivo, son muchas las firmas de belleza que la incorporan en sus fórmulas.

Para aprovechar todos sus beneficios cosméticos Montibello ha creado Vita Pure C, un potente tratamiento antioxidante donde actúan sinérgicamente la Vitamina C estabilizada, extractos de frutas ricos en este componente y oligoelementos. Este producto combate los primeros signos de envejecimiento cutáneo, refuerza las defensas de la piel, estimula su regeneración y mejora su elasticidad en un tratamiento recomendado para combatir los signos que causa la sobreexposición al sol y aportar luminosidad al rostro.



VITA PURE C ROLL ON Contorno de ojos y labios (30,50 euros)



VITA PURE C CREMA Crema de día SPF10 (37,05 euros)

+ INFORMACIÓN

Converse www.converse.es / El Caballo www.elcaballo.com/ El Corte Inglés 901122122/ Juanjo Oliva 914261433 www.juanjooliva.com/ Mango 900150543 www.mango.com/ Naf Naf www.nafnaf.es/ Tommy Hilfiger 91 429 81 13/



HOGUERAS DE VERANO

«LA VIDA TE OBLIGA A SER VALIENTE»

«**H**ola, ¿Eres Blanca? Soy Curro, estoy aquí esperando». «Ah, vale, ya bajo». Eran las once y diez de la mañana, 10 minutos más tarde de nuestra cita. Yo, que si por algo me caracterizo en esta vida es por la impaciencia, le tocaba el telefonillo. «¿Se le habrá olvidado?», me preguntaba, pues, al fin y al cabo, no la conocía de casi nada, apenas dos eventos y un intercambio discreto de correos electrónicos. Pero no, no se le había olvidado. **Blanca Romero**, actriz, ex modelo y una de las mujeres más atractivas de nuestro país, aparecía por su portal del edificio del centro de Madrid en el que vive con el pelo mojado y una sonrisa dibujada sobre su rostro despistado. «Perdona, es que tuve que llevar a la niña al colegio y se me hizo tarde. ¿Tomamos un café ahí, en aquel bar?».

El bar es un restaurante que se encuentra a 20 metros de su edificio, un lugar del que Blanca es habitual parroquiana («es como mi segunda casa», me diría luego), algo que compruebo nada más entrar, pues el dueño, los camareros, todos, la saludan cariñosamente; saludos que ella corresponde con la cercanía campechana de la mujer de pueblo que un día fue. La ciudad irá siempre en ti, dijo Kavafis, y lo cierto es que ella, mientras toma una Coca-Cola y un pincho de tortilla y recuerda su infancia, que transcurrió en una «aldea preciosa y salvaje» de Asturias, rodeada de caballos, gallinas, vacas, perros e incluso lobos, dice que a veces piensa que de ahí «viene el lado más salvaje» que a veces hay en ella. «Lo de criarte en el monte, todo el día corriendo por el campo de arriba para abajo, creo que hizo además que mi imaginación volara mucho más y que para mí siempre haya sido muy fácil soñar. Solo tengo recuerdos maravillosos de mi infancia».

Ya no es ninguna niña y lo que ahora no sabemos es de dónde le viene la inseguridad, esa falta de autoestima que paradójicamente ha sentido toda su vida y que hizo que nunca se creyera ni demasiado guapa ni tan valiosa como para triunfar en las pasarelas y en el cine. Después de que con *After*, la película por la que estuvo nominada al premio Goya a la mejor actriz revelación, todo el mundo le felicitará y más de un crítico elogiara

su trabajo, comenzó a creerse que sí, que quizás sea que reúne las cualidades de una buena actriz. Una película a la que, además, le agradece otras cosas. «*After* me colocó en otro sitio, hizo que sintiera por primera vez el respeto de la profesión y del público hacia mi trabajo y mi persona, lo cual me ayudó a seguir creciendo, a vencer mis propias inseguridades. Hizo que me animara a seguir adelante en mi aventura como actriz. Ahora tengo más confianza en mí misma, pero, como trabajo de una forma muy orgánica, nunca tengo la completa seguridad de haberlo hecho bien», cuenta. Y tiene claro que es por ahí, por la interpretación, por donde ella quiere ir, pues la carrera de modelo es ya casi una etapa cerrada en su vida. Eso fue hace muchos años, cuando ella tenía 17 y se marchó de casa detrás de su propio sueño. «Recuerdo esos años como maravillosos. Cuando me fui de mi casa de Asturias estuve un tiempo en Madrid trabajando como modelo. De ahí me trasladé a París, donde viví dos años y donde comencé a triunfar en mi profesión. Fue como un sueño cumplido para mí. Sin embargo, no sé bien por qué, me terminé cansando de todo aquello, me di cuenta que no me llenaba. Por eso lo dejé y regresé a mi país».

- En cualquier caso, fuiste muy decidida y valiente, no debió ser todo fácil.

- Es que la vida te obliga a ser valiente. Como yo no terminaba de encajar en la realidad que me rodeaba y entendía el mundo de una determinada manera, no me quedó más remedio que arriesgar, pues de otro modo no hubiera podido ser verdaderamente yo. -Blanca, con una serenidad casi intacta, continúa hablando- Para ser una misma es necesario luchar cada día. Hace tiempo que gané la batalla, porque una vez que encajan a tu alrededor las piezas del puzzle, terminan por encajar dentro de ti. Y entonces es la vida la que comienza a luchar por ti.

Allí, en París, se quedó embarazada (su hija, de nombre Lucía, ya tiene 11 añitos), algo que deseaba desde siempre, como ella misma explica: «Me encantan los niños desde pequeña. Recuerdo que con 12 años ya cuidaba a los hijos de los amigos de mis padres. Eso me gustaba más que salir con mis amigas. Y siempre decía que



MARIO SIERRA PARA EL CALENDARIO LARIOS

quería ser madre soltera, algo de lo que nunca me he arrepentido. De hecho, me gustaría adoptar en el futuro y llenar la casa de niños. Sin embargo, no pienso en una pareja para ello. Pareja e hijos no van necesariamente ligados en mi cabeza».

Después de esa primera etapa como modelo, y pese al moderado éxito alcanzado en París, no vino todo rodado. Y es que cuando se separó de ese famosísimo torero con el que se casó hace nueve años, comprobó que, pese al interés que las revistas del corazón tenían en ella, nadie estaba deseando contratarla precisamente. «Cuando me separé me vine a Madrid, pero no encontraba trabajo, se me cerraron todas las puertas, todas», explica. Se tuvo que separar de su hija durante un tiempo (dejándola al cuidado de sus padres en Asturias) y tuvo que «luchar el doble» para retomar una carrera que se había estan-



cado totalmente. Por eso, y no por un simple cambio de *look*, se rapó la cabeza. «Sentí la necesidad de cerrar por completo una etapa de mi vida. No lo pensé dos veces y me afeité la cabeza, algo de lo que nunca me arrepentí, porque, aunque muchos lo vieran como una locura, ese cambio de imagen me permitió comenzar de nuevo, partiendo desde cero. Me permitió iniciar una nueva vida. Por eso ahora pienso que mientras menos se hable de ti y menos se sepa de tu vida privada, mucho mejor. Al fin y al cabo es con el trabajo con lo que una se entrega totalmente. Sin embargo -apunta- ahora me siento muy respetada. Creo que me toman en serio porque saben que, a pesar de que a veces pasara malos momentos económicos, nunca cedí ni concedí exclusivas». Y es que, como lo ha vivido muy de cerca, tiene claro que lo de la fama y sus a veces falsos relumbrones hay que contem-

plarla con cierta distancia. «Yo la fama la vivo como algo que no me pertenece, que no va con mi forma de vida. El hecho de ser famosa no ocupa ni un solo minuto en mi cabeza ni me condiciona. Y para mí lo de ir a estrenos, fiestas VIP y todo eso no es más que trabajo. Antes iba a muchos eventos, pero terminó por cansarme. Ahora prefiero acostarme pronto, madrugar como una panadera y trabajar». Y su trabajo actual, como todo el mundo sabe, no está ligado a las pasarelas ni a la publicidad. Ahora lo que Blanca Romero desea es continuar su trayectoria como actriz. «Y la música -añade ella-. Sigo componiendo y cantando porque tengo muchos amigos músicos. Uno de mis sueños sigue siendo grabar un disco y estar de gira. Soy consciente de que ahora mismo no tengo tiempo para eso, pero es algo que me encantaría que sucediera en el futuro. Y no pararé hasta conseguirlo».



QUIERO 3,5 MILLONES

Parece que ese chico que no ha dado un palo al agua en toda su vida ya está harto de, siendo supuestamente millonario, verse los bolsillos vacíos y pasar apuros económicos (hombre, muchos apuros tampoco pasa, pero bueno). **BORJA THYSSEN**, a quien una de las cosas que mejor se le da es ponerse en ridículo aireando en exclusivas los conflictos más íntimos que mantiene con su madre, le ha reclamado a ésta... ¡3,5 millones de euros! Como el plazo que le ha dado a **TITA CERVERA** para que le abone tan sustanciosa cantidad (que, según parece, es lo que aún le corresponde del legado de su padre) es de tres días, bajo amenaza de demanda, y, como sabemos que la baronesa no está dispuesta a dar un dinero que piensa que su hijo va a malgastar, es más que probable que cuando usted lea esto ya se haya activado el inicio de un contencioso judicial entre madre e hijo, un juicio que promete ser largo, público y virulento.



DEL AMOR AL ODIO

Del amor al odio hay un paso, dijo alguien, y es cierto que algunas veces se cumple la máxima. Primero se hicieron públicos los insultos machistas que él le dedicó a ella. Ahora parece que el propio **MEL GIBSON** ha reconocido que maltrató a su ex pareja, la cantante rusa **OKSANA GRIGORIEVA**, con la que tiene una hija. «Tú lo que necesitas es un bate de béisbol en la cabeza», llega a decirle él, según ha podido oírse en unas grabaciones que se han hecho públicas en una web (página que, por supuesto, ya se ha forrado). La historia es fuerte y escandalosa de por sí, pero habrá que esperar a que los jueces de Los Ángeles investiguen el caso porque, según se ha publicado, ella podría haber extorsionado al actor pidiéndole 10 millones de dólares a cambio de su silencio.

MERCEDES SLS AMG E-CELL

MOTOR



UN CARÁCTER GENUINO Y SINGULAR

YAMAHA YZ 450 F

La última versión de la moto-cross más destacada de Yamaha presenta interesantes novedades que la desmarcan de sus rivales al tiempo que incrementan todo su potencial y rendimiento.

Los cambios se centran en mayor medida en la perfección de sus componentes mecánicos. Presenta un motor con inyección electrónica, el sistema de admisión en la parte delantera y el escape orientado hacia la parte trasera. Una disposición inédita que distribuye de una manera más equilibrada los pesos de la moto haciéndola más manejable en los saltos y en las curvas del circuito. Esta Yamaha de cuatro tiempos disfruta de una potencia máxima de 55 caballos canalizados a través de un cambio de cinco velocidades.

La YZ 450 F asume con naturalidad la tecnología electrónica con la que puede ampliar sus posibilidades. El mando del acelerador llega regulado por el *Throttle Position System* que distribuye la mezcla de aire y gasolina. Además, dispone de un buen número de sensores para controlar la presión de admisión, la temperatura del aire o la del refrigerante.

La Yamaha llega con nuevo chasis realizado con diferentes tipos de aluminio que dejan su peso en unos manejables 111 kilos. Los cambios también afectan, como no podía ser de otra manera, a su estética. Luce, de este modo, un aspecto más agresivo y desafiante haciendo gala en todo momento de una mayor robustez. Su precio, 8.499 euros.



DEPORTIVO DE ALTO VOLTAJE

El prototipo eléctrico de Mercedes podría dar el salto a los concesionarios a partir de 2013 como una alternativa real a su 'alter ego' en gasolina.

La firma alemana Mercedes asume el reto que los vehículos de altas prestaciones deberán afrontar en un futuro no muy lejano. El de crear superdeportivos de desorbitadas prestaciones, pero con un notable compromiso ecológico. En este sentido, el *Alas de Gaviota* forma parte de la estrategia llevada a cabo por la compañía, bajo el sello *AMG Performance 2015*, cuyo objetivo es la continua reducción del consumo y de las emisiones.

El SLS AMG esconde cuatro motores eléctricos que desarrollan una potencia máxima de 526 caballos. De esta manera, el prototipo se acerca a las prestaciones del SLS convencional, que disfruta de una fuerza de 571 caballos gracias a su propulsor V8 de 6.3 litros con el que se planta en los 100 en tan solo 3,8 segundos, por cuatro de la versión eléctrica. El SLS E-CELL recibe la energía de una ba-

tería de alto voltaje de ión-litio con dos circuitos de refrigeración independientes que se encargan de mantener la temperatura idónea en el conjunto de la mecánica. Van instaladas tras los asientos delanteros contribuyendo a garantizar un óptimo reparto de los pesos.

Desde el desarrollo inicial de este modelo ya se tuvo en cuenta el lanzamiento de una posible versión eléctrica por lo que para la transformación de este *concept car* no ha habido que modificar el chasis del vehículo.

En el diseño exterior sí apreciamos algún cambio, ligero pero efectivo. En el frontal sobresalen unos nuevos faros con tecnología LED que refuerzan su inconfundible imagen. Entre las novedades, un alerón integrado en la tapa del maletero que se levanta una vez rebasados los 120 kilómetros por hora. El prototipo eléctrico podría llegar a convertirse en toda una realidad en un plazo de tres años. No será barato, su precio rondará los 250.000 euros.

EL VEHÍCULO INTELIGENTE

Audi desarrolla un mecanismo que informará al coche de nuestro nivel de distracción al volante.

Los responsables del Departamento de Asistencia a la Conducción de Audi han presentado tres proyectos basados en sistemas predictivos para garantizar la seguridad tanto de los ocupantes del vehículo como de los peatones.

El programa destina-



do a peatones y ciclistas llega dispuesto a mejorar la seguridad de todos los agentes participantes en el tráfico mediante la recreación en 3D de escenarios típicos de accidentes.

Por su parte, el sistema activo de frenada de emergencia y el de conducción atenta y segura se centran en la seguridad activa. Una novedad pasa por incrementar la celeridad del dispositivo de frenado automático. La grabación de la posición de nuestra cabeza mientras conducimos permite al propio vehículo detectar nuestro nivel de distracción y aplicar los frenos en situaciones de peligro.

PORCULIZADOS

Nunca fue buena idea que la zorra cuidara de las gallinas. Especialmente cuando las gallinas son nuestras y la zorra va en listas cerradas y tiene a los banqueros sujetándola por los cojones. Por supuesto, de qué extrañarse, en tales circunstancias y como corresponde a cualquier bicho de semejante ralea, resulta que la zorra ha decidido, una vez más, comerse a las gallinitas. O sea, para entendernos y expresado en la jerga de aquellos izquierdistas que aún tenían el culo virgen y la cuenta vacía, resulta que, tal cual suele, el gran capital y sus secuaces vuelven a joder a la clase obrera. Al proletariado. A los gilipollas del mundo.

Exagerando un poco, digo, porque, en realidad, al menos por lo que respecta a este caso particular, los únicos porculizados son los gilipollas españoles. En con-

eneuve
periodista

creto, los mierdecillas con hipoteca que no tenían 'padrino' en el banco el día que firmaron. Mayormente, los genuinos *Don nadie*.

Dicho lo cual, y cito a Europa Press, paso a explicarme: «El Pleno del Senado ha rechazado incluir una modificación en la Ley de Defensa de los Consumidores para regular el carácter abusivo de las *cláusulas suelo* de las hipotecas. La proposición, presentada por el PP, fue desestimada pese a que el 23 de septiembre de 2009 la misma Cámara Alta aprobó por unanimidad una moción para reclamar al Gobierno medidas contra los abusos de las entidades bancarias en las revisiones de los créditos.

Así pues, todos los grupos del Senado, a excepción del PP, cambian de postura y hacen suyas las conclusiones emitidas por el Banco de España en un informe que advirtió de que la eliminación de las *cláusulas suelo* tendría un impacto negativo en las cuentas de las entidades financie-

ras. Tales cláusulas fijan un 'suelo' para el tipo de interés, es decir, un mínimo del que no se puede bajar en ningún caso -el tres, cuatro e incluso el cinco por ciento-, lo que impide al usuario beneficiarse de las reducciones del Euribor».

Ahora, ya con las cosas claras y siempre bien entendido que todos los hechos y personajes y partidos y senadores y bancos y cajas de esta columna son ficticios y cualquier semejanza con políticos o delincuentes reales es mera coincidencia, intentad adivinar quién es la zorra, quiénes las gallinas y quiénes los que tienen a la zorra cogida por las pelotas. ¿De verdad tendremos tanta cara de gilipollas?



NUMERO 198
1 DE AGOSTO DE 2010

APAGA Y VÁMONOS

UN SUSTO DE 40 TONELADAS



STRINGER (EFE)

Las ballenas franca austral son uno de los innumerables atractivos naturales de Sudáfrica. Uno de esos animales que fascinan por su inmensa belleza y bravura. En estas fechas vuelven a adquirir protagonismo cuando llegan a las costas para parir y cuidar de sus crías. Es un espectáculo que dura hasta diciembre. Miles de turistas acuden a ver este momento, que no está exento de peligro. Las leyes de protección de este animal exigen a las

embarcaciones estar a más de 300 metros y alejarse si se aproximan. Probablemente el velero *Intrepid*, ajeno a estas recomendaciones, se llevó un susto tremendo cuando este cetáceo salto sobre ellos. Los aproximadamente 17 metros de peso y las 40 toneladas que pueden alcanzar destrozaron completamente el velero, dejando el mástil inutilizado. Afortunadamente, los tripulantes salieron ilesos. Las autoridades locales están

investigando si hubo algún tipo de hostigamiento, lo cual explicaría su comportamiento, aunque también se baraja otra opción. Varios expertos han reconocido que este amante de los saltos goza de una vista muy limitada, por lo que es probable que ni les viera y que ella también se llevara una buena sorpresa. Otra razón para recordar que la naturaleza es indomable y hay que guardar las distancias, más aún con animales de semejante peso y tamaño.



*Yo quiero ser como el viento.
Que no conoce distancias, ni fronteras.
Siempre por delante.*

www.quierosercomoelviento.com



IMPULSOR OFICIAL DE LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL





Miguel, 40 años.



Miguelón, 500.000 años.

Miguelón: HOMO HEIDELBERGENSIS
Reconstitution: Aelvier Daynes, Paris

Asomarnos al pasado es la mejor forma de entender lo que somos hoy.
Descubre una historia que empezó hace millones de años
y continúa aquí, contigo.



MUSEO DE LA **EVOLUCIÓN** HUMANA.

Eres parte de él

Burgos



CASTILLA Y LEÓN ES VIDA



CASTILLA Y LEÓN