

O SACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 14 al 20 de enero de 2012 - Número 272

PRÓTESIS MAMARIAS

El escándalo de las PIP

BASQUE CULINARY CENTER

Gastronomía cum laude

MONUMENTOS NATURALES

Las siete maravillas

MERYL STREEP

EL RETORNO DE LA DAMA DE HIERRO



A close-up photograph of a green leaf with several water droplets of varying sizes. The droplets are positioned vertically along the central vein of the leaf. The background is a soft, out-of-focus green.

EL AGUA, NUESTRA RAZÓN DE SER

Líderes en el desarrollo de soluciones y tecnologías del agua.

Gestionamos con eficiencia y responsabilidad el agua de veintiséis millones de personas en ciudades de diez países. Contribuimos con productos y propuestas innovadoras a resolver las necesidades de las empresas. Impulsamos la investigación basada en el conocimiento y la experiencia para responder a los retos actuales y futuros de la sociedad y el medioambiente.

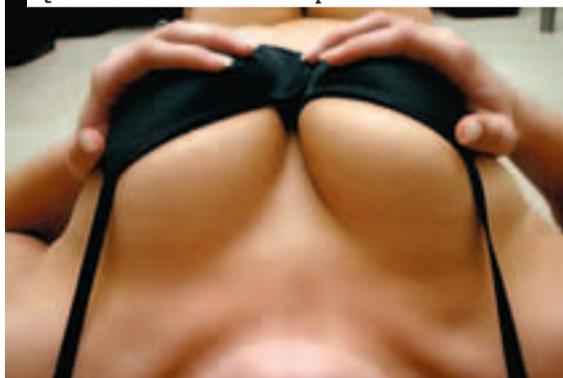


www.aquagest.es

LAS SIETE NUEVAS MARAVILLAS **_10**
Los monumentos naturales más bellos del planeta



EL FRAUDE DE LAS PIP **_12**
Qué hacer ante unos implantes defectuosos



SUMARIO

NÚMERO 272

HOY FIRMAN EN OSACA

pilar cernuda **_4**



javier ares **_6**

Más tiempo que vida

bernabé tierno **_25**

maría jesús álava **_27**

rosa villacastín **_28**



BASQUE CULINARY CENTER **_16**
La primera Facultad de Gastronomía

MERYL STREEP SE SINCERA **_7**

La actriz desnuda en una entrevista a Margaret Thatcher, a quien interpreta en *La dama de hierro*

CINE **_20**

Las eternas aventuras de Sherlock Holmes y su ayudante Watson en *Juego de sombras*

CULTURA **_21**

The Cure, el grupo liderado por Robert Smith, edita un nuevo trabajo: *Bestival Live 2011*

TENDENCIAS **_22**

LG empieza el año a todo color con una pantalla de 55 pulgadas, la más grande del mercado

LOS MALES DE LA MENTE **_24**

Las alteraciones que causan más discapacidad

ENFERMEDAD CELÍACA **_25**

La necesaria implicación de la industria alimentaria para el control de los afectados

APUESTA TECNOLÓGICA **_26**

Los médicos optan por nuevos ingenios para hacer el Sistema Sanitario más efectivo

¡LEVANTA EL ÁNIMO! **_27**

Herramientas para estar de buen humor en un entorno lleno de situaciones adversas

CRÓNICA SOCIAL **_28**

Empieza 2012... y muchas parejas famosas lo hacen *por libre*. Son los divorcios más sonados

BRITISH STYLE **_23**

La influencia de la moda del Reino Unido



FOTO: PATHÉ



NÚMERO 272
15 DE ENERO DE 2012

LOS LUNES AL SOL

Ya se conocen los tres festivos que pasarán al lunes para eliminar los puentes. Y a algunos no les va a hacer ninguna gracia. A pesar de las diferencias insalvables que tienen en distintas materias, patronal y sindicatos han acordado que el 15 de agosto (miércoles), 1 de noviembre (jueves) y 6 de diciembre (jueves, también) se trasladen al primer día de la semana. Parece que el objetivo es mejorar la productividad y adecuarnos a las exigencias de una UE que, además de reclamar que nos apretemos más y más el cinturón, nos empieza a tocar algo más que la moral y si no que se lo digan a los miles de pueblos que celebran su fiesta grande el día de la Anunciación.

Cierto es que España es uno de los países europeos que goza de un mayor número de festividades, pero no es menos verdad que si algún trabajador decidía cogerse un puente, porque un festivo caía en jueves o en martes, lo hacía gastando un día de sus vacaciones o con alguno de los que contemplaba su convenio laboral -ya sean acumulados, moscosos...-. Que yo sepa, esas libranzas, que ya no se podrán consumir por este cambio de ubicación en el calendario, seguirán ahí y antes o después habrá que disfrutarlas. Otra cosa es que esta medida evitará la paralización de buena parte de la Administración o de algunas empresas a las que no les quedaba otro remedio que congelar su producción porque otras compañías no daban el servicio que demandaban.

La UE quiere que el mercado laboral nacional se acerque al del resto del Viejo Continente y, aprovechando la tesitura, son muchas las voces en España que empiezan a reclamar que se igualen otros aspectos, como son horarios y salarios. Para muestra, un botón: los franceses salen del trabajo a las 17,00 horas y su Salario Mínimo supera los 1.300 euros. ¿Por qué Bruselas no exige equiparar también estas diferencias?

Óscar del Hoyo
director de OSACA

pilar cernuda
periodista

DE PRÍNCIPES Y PRINCESAS

suya
afectísima



Doy vueltas a un tema sobre el que escribir con la mesa de trabajo perfectamente desordenada; perfectamente porque en ese desorden sé perfectamente dónde se encuentra cada papel, en qué lugar he dejado un bolígrafo rojo, un *pen drive* o las notas con unos datos que me acaban de dar por teléfono.

Los periódicos del día están amontonados y abiertos, y sobresale la portada a todo color de una revista del corazón, la más solvente, que compro todos los miércoles para sorpresa -y horror- de algunos compañeros que no comprenden que una periodista que se dedica a la cosa política se entretenga con una publicación de ese tipo. Pues sí, aunque no me encontrará nadie ante un televisor viendo esos programas que entran a saco en las vidas privadas, amañan informaciones y pagan a personajes de escasa talla para que cuenten sus miserias.

La revista, nunca falla, siempre lleva alguna princesa en su portada. O un príncipe. Hay donde elegir. Las casas reales europeas están plagadas de jóvenes que serán reyes o reinas en pocos años, y además han aparecido una serie de exóticas figuras en reinos asiáticos y emiratos árabes que viven en palacios que parecen salidos de cuentos de hadas y lucen joyas que no se recuerdan desde los tiempos en que los maharajás viajaban a París y Londres con ánimo de epatar a las más altas autoridades.

No es momento de entrar en debates enjundiosos sobre la razón de ser de las monarquías, se trata de una de

esas cuestiones en las que las convicciones son tan firmes en uno y otro sentido que es tarea imposible tratar de convencer al contrario de que debe cambiar de criterio. Vaya por delante que esta periodista se siente orgullosa de su Rey y que, como ha tenido el privilegio de hablar en profundidad con el Príncipe, está segura de que en su momento también tendrá

y han asumido responsabilidades que exigían nuevos conocimientos, estudios exhaustivos y autocontrol.

Esos príncipes y princesas que asoman en las páginas de las revistas son hombres y mujeres de carne y hueso conscientes de su papel futuro, conscientes de que de su comportamiento depende el prestigio de la institución que representan, conscientes



SON HOMBRES Y MUJERES DE CARNE Y HUESO
CONSCIENTES DE SU PAPEL FUTURO, CONSCIENTES DE QUE
DE SU COMPORTAMIENTO DEPENDE EL PRESTIGIO DE LA
INSTITUCIÓN QUE REPRESENTAN, CONSCIENTES DE QUE NO
PUEDEN PERMITIRSE UN FALLO Y CONSCIENTES DE QUE
MUY POCO DE SU VIDA PERTENECE AL ÁMBITO PRIVADO

motivos sobrados para sentirse orgullosa de él. Pero hojear las revistas del corazón más serias- que las hay-, y completar sus informaciones y reportajes con los de otros medios, permiten llegar a una conclusión: Europa está plagada de princesas muy elegantes, bastante guapas, que traen al mundo multitud de niños y niñas que garantizan la sucesión, y que aparecen en multitud de actos oficiales no oficiales junto a sus maridos, generalmente también guapos y elegantes. Pero detrás de sus viajes tan fotografiados, detrás de sus elegantes recepciones en las que lucen trajes de alta costura, detrás de esas escenas con sus hijos tan bien educados, hay personas, aunque sean príncipes y princesas. Personas que han dedicado mucho tiempo a su formación. Además, cuando se han casado, sus consortes han realizado un esfuerzo importante de adaptación,

de que no pueden permitirse un fallo y conscientes de que muy poco de su vida, muy poco, pertenece al ámbito privado.

Viven muy bien y cuentan con infinidad de privilegios, pero sus obligaciones son muchas. No pueden bajar la guardia ni un momento, no pueden cometer un fallo, no se pueden dejar llevar por los arrebatos, ni por el dolor más íntimo. La espontaneidad se agradece pero solo si es contenida, jamás pueden pensar que su horario de trabajo finaliza a las seis y deben estar permanentemente en perfecto estado de revista.

Viajan, viven en mansiones, no saben qué significa estar angustiado por llegar a fin de mes, tienen oportunidad de conocer a la gente más interesante del planeta y son recibidos con banderas y a los sonos de himnos nacionales. La vida les sonrío, pero...les falta nada menos que la libertad.

SIMBOLISMO
 CRÁNEO
 FÓSILES
 RAEDERAS
 EVOLUCIÓN
 HISTORIA
 ADN
 HOMO SAPIENS
 REPRODUCCIÓN
 BESTIALIDAD
 ATAPUERCA
 CANIBALISMO
NEANDERTALES
DESDE IBERIA HASTA SIBERIA
 GENÉTICA
 HUMANIDAD
 EXTINCIÓN
 DENTICULADOS
 PALEOAMBIENTES
 SUPERVIVENCIA
CULTURA
 FUEGO
 PALEOBIOLOGÍA
 GENOMA NEANDERTAL
 ANTROPOLOGÍA VIRTUAL



MUSEO
 DE LA
EVOLUCIÓN
 HUMANA



EXPOSICIÓN TEMPORAL

del 18 de octubre de 2011
 al 25 de marzo de 2012
BURGOS



■ ■ ■ ■ ■
 CASTILLA Y LEÓN
es vida



CASTILLA Y LEÓN

javier ares
periodista

MÁS TIEMPO QUE VIDA

por las
buenas



Le conocí en el colegio, a esa edad en la que no nos hacía ninguna gracia ponernos los pantalones cortos apenas llegaba la primavera. A él menos que a mí, pues ya de muchacho lucía alarde filamentosos en las piernas. Era un chico más bien apocado, aunque se relacionaba bien con sus compañeros. Se le veía con cierta personalidad, pero algo retraído a la hora de manifestarse. Se podía contar con él para todo lo que fueran juegos en el patio -era un magnífico portero de balonmano y se le daba bastante bien el fútbol- pero más allá de eso, no era frecuente verle en los corrillos en los que se hablaba de esas historias, aventuras y sueños que nutren la infancia de los adolescentes.

Era un buen estudiante, que adoraba la Física y Química que a mí tanto dolor de cabeza me provocaba. Le tuve un par de cursos como compañero de pupitre aunque nunca llegué a trabar con él una especial amistad, acaso porque, viviendo en puntos muy distantes de la ciudad, nuestra relación se agotaba intramuros del centro escolar.

Fue muchos años después, con motivo de la celebración de los 25 años de nuestra salida del colegio, que volví a saber de él. Se había licenciado en Historia y en Periodismo y residía en Madrid, si bien había trabajado durante algunos años en Venezuela y Guatemala. Luego, por moti-

vos profesionales, entablamos una mayor relación. Era un tipo entrañable, amante de la vida y de los amigos, gran conversador y empedernido lector con quien compartía la afición de estar al corriente de las novedades literarias para poder, así, seguir amando un poco más a los clásicos. Conocí también a su esposa, reputada pediatra, mujer bellísima y sensual, algunos años más joven que él, que le había dado tres hijos, el mayor de los cuales ya estaba ejerciendo también como médico. Era un tipo feliz que, superados ya los 50, sentía

En uno de nuestros últimos encuentros vino a comentarme que su matrimonio se había acabado. Noté en sus palabras algo más de rabia que de tristeza cuando traté de animarle diciendo que aquello podía ser una crisis pasajera, que se diera un poco de tiempo. No me atreví, por no parecer entrometido, a preguntar por las causas de la ruptura, ni él quiso aportar nada a mi supuesta curiosidad, pero llegué a la conclusión, por su renuncia absoluta a buscar ningún tipo de arreglo, que la bella y sensual doctora habría encontrado otros bra-



LO ÚNICO QUE PENSÉ FUE LO CRUEL QUE PUEDE VOLVERSE LA VIDA CONTRA NOSOTROS CUANDO MENOS LO ESPERAMOS Y CUANDO MÁS CREEMOS TENERLO TODO BAJO CONTROL. Y CUANDO MENOS POSIBILIDADES TENEMOS YA DE REACCIONAR

la satisfacción de que la vida fuera, de ahí en adelante, una serie de días iguales persiguiéndose.

Llegó un día en que empecé a notarle algo decaído. No; no se trataba de nada concerniente a la salud pues, como él mismo me recordaba a menudo, se encontraba como un roble desde aquel bendito día en que decidió, así por las buenas, en repentino arrebató, dejar de fumar; él, que desde bien joven se ventilaba un par de cajetillas diarias de Ducados. Desde entonces ni un triste catarro, me decía a menudo. Las cosas no le iban bien en lo profesional. Se había metido en algunos proyectos y ninguno le había salido bien, pero tenía para ir tirando sin mayores agobios.

zos en los que refugiarse.

Lo único que pensé fue lo cruel que puede volverse la vida contra nosotros cuando menos lo esperamos y cuando más creemos tenerlo todo bajo control. Y cuando menos posibilidades tenemos ya de reaccionar. No pude por menos que sentir compasión por aquel antiguo compañero de pupitre, a quien no imaginaba capaz de levantar cabeza tras aquel golpe.

Lo recuerdo ahora, mientras leo las letras que me escribió hace unos días desde Chile: *Nos veremos pronto. Te presentaré a mi novia y a nuestro hijo. A lo mejor te lío en un proyecto muy bonito que puse en marcha en Santiago. Hay más tiempo que vida, amigo.*

>ENTREVISTA

MERYL STREEP actriz

«TODAVÍA NO NOS HACE GRACIA VER A UNA MUJER QUE SEA LÍDER»



Ya va siendo hora que Mary Louise Streep, más conocida como **MERYL STREEP** (Summit, 22 de junio de 1949), gane su tercer Oscar, ya que lleva 16 nominaciones (logró dos estatuillas como mejor actriz por *La decisión de Sophie*, en 1982; y como secundaria por *Kramer contra Kramer* en 1979), si bien en los Globos de Oro la cifra se dispara ¡a 25! (con siete trofeos). Hace 40 años de nada debutó en televisión con la serie *Holocausto*. En 1976 saltaría a la gran pantalla

steve
brown
texto

pathé
fotos

con *Julia*. La semana pasada llegó, vio y venció con *La dama de hierro*, un filme en el que da vida a un mito del feminismo: la exprimera ministra británica Margaret Thatcher. En el Reino

Unido no cesa la polémica, y el mismísimo David Cameron dijo que «es una película más acerca del envejecimiento y la demencia senil». Para los hijos de *Maggie*, «es una fantasía de izquierdas».

¿Cuál fue su primera reacción cuando le propusieron el papel de Margaret Thatcher?

Me interesó inmediatamente. Para imaginar las barreras que Margaret Thatcher tuvo que romper para convertirse en la líder del Reino Unido hay que ponerse en la cabeza de una mujer a finales de los 70, que fue cuando se hizo jefa de su partido. Intento explicarle a mis hijas lo diferente que era el mundo entonces y qué parecidas siguen siendo algunas cosas. Ha sido muy interesante seguir la trayectoria de una mujer que creció durante la guerra, y seguirla durante la época de postguerra en un tiempo de reconstrucción y privaciones; ver cómo puso en acción su propia filosofía buscando soluciones prácticas a lo que veía como el déficit de bienestar económico de su país. Resulta sorprendente cómo una mujer resolvía los grandes dramas del mundo de una forma que no era la esperada de una fémima.

Se coló en un club de hombres muy elitista y lo agarró por la solapa.

El primer día de ensayo me pareció increíble. Había por lo menos 40 ó 45 actores y yo era la única mujer en la habitación. Tuve la misma sensación que debió experimentar Margaret Thatcher cada vez que acudía a una reunión del Partido Conservador. He visto directoras pasándolo mal para mantener el mando. Aún no nos hace gracia la

idea de ver una mujer líder. Margaret rompió esquemas. Ella ejercía el mando de una forma natural y los hombres no tenían problema en saber a quién seguir.

Hay dos temas recurrentes: amar y perder a la persona amada; y ganar el poder y perderlo. ¿Cuál de ellos le parece más importante?

Si la película es un éxito será porque se concede igual relevancia a los momentos de alta tensión de su vida política como a los personales clave. Se trata de hacer una cinta global sobre un ser humano. Margaret asegura que si tomas decisiones duras la gente te odiará en el momento de tomarlas, pero te lo agradecerán las siguientes generaciones. Ésta es la forma en la que un mandatario debe pensar, igual que una madre que se siente odiada al restringir a su hija, pero que sabe que se lo agradecerá en el futuro.

La película es apolítica. ¿Cree que esto sorprenderá al público?

No tenía una visión política de Margaret (intentó quedar con ella, pero ésta se opuso debido a su demencia senil), así que me interesaba más el coste humano de sus decisiones. Cuando eres líder, tienes que asumir tu parte pero ¿cómo te afecta eso?, ¿cuánta energía tienes que tener para mantenerte fuerte?

Ha interpretado usted a Margaret en un período de más de 40 años. Todo un desafío.

Es un reto, pero cuando llegas a mi edad y todavía piensas que tienes 20 años más, no parece un problema. Sientes que dentro de ti eres la misma persona de los 16, 26, 36, 46 ó 56 años. Tienes acceso a todas las edades y a las personas que has sido. Creo que es la gran ventaja de hacerse mayor, si es que hay alguna. Además del maravilloso trabajo de J.Roy (Helland) y de Marese (Langan), la recreación de Margaret Thatcher como anciana ha sido posible gracias al brillante trabajo de Marc Coulier con sus diseños de prótesis.

«UN MANDATARIO DEBE PENSAR COMO UNA MADRE QUE SE SIENTE ODIADA POR SU HIJA PORQUE NO LE DEJA HACER COSAS Y LUEGO SE LO AGRADECE»

¿Cuál fue la cronología del rodaje?

El segundo día de rodaje, casi recién llegada de Connecticut rodamos la escena de la reunión del Gabinete, cuando la autoridad de Margaret está en lo más alto pero también más amenazada. No me lo pusieron fácil trabajando en orden cronológico, pero creo que fue bueno entrar de golpe en una escena tan ambiciosa. Te sientes como un *marine* al entrar en combate, y yo luché cada día de esa guerra. Cada día que me levanto pienso: «¡Gracias a Dios que no soy la líder del mundo libre, que no soy Obama. ¡Vaya trabajo!»». Lo que sientes cada vez que interpretas un personaje shakesperiano es pura admiración. Me hace verme humilde y sorprendida ante lo que acarrea sobre su espalda. Se trata de una posición devastadora, enorme y terrible. Enviar a las tropas a la lucha, a arriesgar sus vidas y luego poder dormir por la noche... Pensamos en las figuras públicas como si fueran dioses o monstruos, pero la realidad es que todos estamos en una zona intermedia.

¿Cree que la gente saldrá del cine con una visión revisada de Margaret Thatcher?

No sé si la gente se replanteará su opinión sobre ella, pero comprenderán las presiones a las que estuvo sometida y cómo propuso una política concreta, y por qué acabó siendo rechazada. Creo que por lo menos esto calará. Y después de que su propuesta es rechazada, ves a la persona que sigue viviendo con eso durante años. Ella, como casi todo el mundo, mira hacia atrás y se pregunta, se cuestiona... Y es que toda la humanidad comparte un mismo destino.

En la prensa se publicó su visita a la Cámara de los Comunes antes de empezar la película.

Me encantó el protocolo y cómo se comporta la gente. Tuve acceso a las bambalinas o como lo llamen, los pequeños despachos a través de los que se accede al gran salón. Intimida estar en el mismo espacio donde en 1066 la gente celebró su primera reunión parlamentaria, así como hablar en la Cámara de los Comunes y darte cuenta de lo pequeña que es comparada con la dimensión histórica que ha generado y la categoría de las personalidades

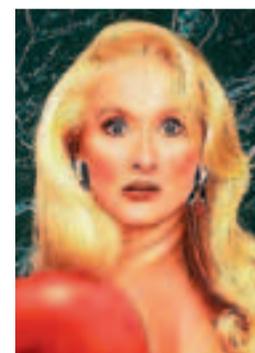
LAS MIL CARAS



'EL CAZADOR' (1978)



'KRAMER CONTRA KRAMER' (1979)



'LA MUERTE OS SIENTA TAN BIEN' (1992)



'LOS PUENTES DE MADISON' (1995)



'MAMMA MIA. LA PELÍCULA' (2008)



'LA DUDA' (2008)

> LA AUTÉNTICA MARGARET THATCHER

>1925 Nace el 13 de octubre en Grantham Margaret Roberts. Es hija de un tendero.

>1943 Inicia Química en Oxford -ejercerá como investigadora tras licenciarse-. Presidenta de la Asociación Conservadora.

>1951 Se casa con un próspero hombre de negocios, Denis Thatcher.

>1953 Se licencia como abogada y da a luz a los gemelos, Carol y Mark.

>1959 Gana el escaño en las elecciones.

>1959. Edward Heath la nombra Secretaria de Estado para Educación y Ciencia.

>1974 Heath pierde las generales y entra en la carrera sucesoria.



>1975 Se convierte en la líder del Partido Conservador.

>1976 La URSS la apoda *La dama de hierro* por su oposición frontal al comunismo.

>1979 Gana las generales. El IRA asesina a Airey Neave, Secretario de Estado para Irlanda del Norte, íntimo amigo y asesor.

>1980 Lleva a cabo ajustes presupuestarios pese a la recesión y al alto nivel de paro.

>1981 Disturbios en el Reino Unido. Huelga de hambre de presos del IRA y el INLA. Conoce al presidente de EEUU, Ronald Reagan, de quien se hace muy amiga.

>1982 Argentina invade las Islas Malvinas. Se declara la guerra y vence.

>1983 Barre en las elecciones generales.

>1984 Sobrevive a un intento de asesinato en el Grand Hotel en Brighton, donde explota una bomba colocada por el IRA. Comienza una huelga de mineros en contra del cierre de las minas que acabó con la derrota del sindicato. Reconoce que Gorbachov es un hombre con el que Occidente puede negociar, por lo que abre las puertas a la ansiada *perestroika*.

>1986 La liberalización financiera (*Big Bang*) de la City en Londres da lugar a un auge económico.

>1987 Triunfa de nuevo en los comicios generales. Se inicia su tercer mandato.

>1989 Cae el Muro de Berlín.

DE MERYL STREEP



'LA MUJER DEL TENIENTE FRANCÉS' (1981)



'MEMORIAS DE ÁFRICA' (1985)



'SECRETOS COMPARTIDOS' (2005)



'EL DIABLO VISTE DE PRADA' (2006)



'JULIE & JULIA' (2009)



'LA DAMA DE HIERRO' (2011)

que han desfilado por ella con sus grandes ideas. Es un ambiente muy personal, se sientan unos frente a otros y lo mismo se gritan que ponen cara de aburrimiento. Es muy antagónico.

¿Cómo fue recrear las escenas desde el estrado?

Sentí bastante presión, lo que me ayudó a meterme en la cabeza de Margaret Thatcher, una de las pocas mujeres en política del momento. Había algunas más pero ella fue de las pocas que llegó al poder. No lo consiguió con relaciones públicas o como quiera que la gente asciende en sus carreras políticas, por lo menos en mi país. No se juzgaba lo simpático que eras sino tu competencia. Tenía que estar mejor y más preparada. También tener en la cabeza todas las preguntas que le podrían hacer, incluso las más inesperadas. Y la respuesta para todas ellas. Debía de ser mejor que cualquier hombre para mantener su posición. Había mucha oposición a la idea de una mujer mandataria.

Al menos pudo ver videos de ella.

Fue emocionante ver lo preparada y dispuesta que estaba para la batalla, con los pies firmes y deseando luchar. Ese apetito es emocionante, y en esto consiste ser líder.

¿Cómo fue trabajar la historia de amor central con Jim Broadvent, interpretando el fascinante personaje de Denis?

Jim Broadvent es muy divertido y como actor, incluso en los papeles más serios, aporta una virtud clásica en lo que hace y una calidad y ternura que son conmovedoras. La opinión pública vio a Denis Thatcher como un pelele. Aquí se trataba de reflejar ese aspecto público pero nosotros sabíamos que Jim aportaría profundidad y comprensión de su vis cómica. Queríamos reflejar cómo su sentido del humor les ayudó a vivir sus vidas y lo importante que es en una relación, el que haya alguien dispuesto a aportar alegría.

Resulta todavía chocante la figura del con-sorte (pienso en Merkel).

Una gran parte de esta percepción se debía a que su situación desestabilizaba las mentes de mucha gente. Era desconcertante ver a una mujer como je-

fa del Estado y preguntarse ¿quién era él, qué hacía ahí? Estamos en un punto de la evolución humana en el que comenzamos a aceptar las nuevas posiciones de géneros. Creó que fue caricaturizado, pero él no parecía llevarlo con resentimiento, lo cual es verdaderamente notable.

De hecho, su marido en el filme no miraba con buenos ojos al esposo de La dama de hierro, sobre todo, a ella misma.

Jim llegó con algún prejuicio contra Margaret Thatcher y su política. A medida que nos fuimos haciendo una pareja mayor en la película, fue cambiando su percepción, no tanto sobre su política, si-

no sobre su persona. Me hizo un sitio a su lado como actriz compañera y pude sentir su cariño y asombro hacia la vida que les había tocado vivir.

«A VECES ME ABRUMA LO LARGA QUE PUEDE LLEGAR SER PARA UNO LA VIDA Y LO LLENA DE MUCHAS SITUACIONES QUE, EN UN PRINCIPIO, PODÍAN PARECER SIMPLEMENTE PASAJERAS»

no sobre su persona. Me hizo un sitio a su lado como actriz compañera y pude sentir su cariño y asombro hacia la vida que les había tocado vivir.

¿Qué fue lo mejor de hacer esta película?

La oportunidad de observar una vida comple-

ta, porque a estas alturas de mi existencia, miro hacia atrás y pienso en el todo. A veces me abruma lo larga que puede ser una vida y lo llena de situaciones que, en un principio parecían pasajeras. Entonces te das cuenta de la importancia que tiene el día, este momento, aquí mismo donde estamos ahora. Se podría decir que lo único importante es vivir el aquí y ahora y, sin embargo, es lo más difícil. Lo mejor sería el pensamiento Zen, el vivir el momento, sentirlo, estar dentro de él.

¡Menuda carga de profundidad!

Cuando somos jóvenes, todos afirmamos lo que no queremos hacer, pero todos estamos en el mismo camino, todos aparecemos y desaparecemos. Es de una ambición inusual para una película, el dirigir la mirada a ese momento, hacia el final. Normalmente, se busca el apogeo. Sin embargo, aquí estamos intentando destilar lo que significa tener una gran vida, plena y gigantesca y verla declinar. Es como un poema, ¿verdad?



>1990 Es, sin lugar a dudas, el año más convulso de toda su vida. Introduce la *Poll Tax*, un impuesto que basa su valoración en las propiedades y no en los ingresos de cada persona. El gravamen creará mucha inquietud en la sociedad británica, que se opone a otra tasa, la de Capitación. De hecho, se sucederán los disturbios por todo el país, principalmente en Londres.

Se opone a una mayor integración con Europa, provocando fuertes divisiones en el seno del Partido Conservador. Curiosamente, ese sentimiento se ha acrecentado con el actual premier, David Cameron, debido a la crisis económica.

Geoffrey Howe, antiguo partidario y uno de sus principales apoyos, dimite y se presenta como candidato al Partido Conservador. La reacción de *Maggie* -como la llaman sus seguidores- sorprende: en lugar de que-

darse para hacer campaña política, viaja a París para asistir a una conferencia de jefes de Gobierno.

El 28 de noviembre dimite como primera ministra y abandona el 10 de Downing Street.

>1992 Le es otorgado el título de Baronesa Thatcher en la Cámara de los Lores.

>2002 Después de sufrir varios infartos, anuncia que se retira como conferenciante.

>2003 Muere Denis Thatcher.

>En la actualidad Vive una vida tranquila en Londres donde, de vez en cuando, hace algunas apariciones públicas. Todavía no se ha pronunciado sobre la película que hace un repaso sobre su vida.

LAS SIETE PUERTAS DEL PARAÍSO

SIEMPRE EMBLEMÁTICAS Y ESPECTACULARES, LA LISTA DE LAS DECLARADAS COMO NUEVAS

maricruz sanchez **texto** SIETE MARAVILLAS DE LA NATURALEZA ENCUMBRA A TODO UN CÚMULO DE PAISAJES PARADISIÁCOS DE ETERNA BELLEZA. **agencias fotos** LAS CATARATAS DE IGUAZÚ, EL RÍO AMAZONAS, LA BAHÍA DE HA-LONG, LA ISLA DE KOMODO, LA ISLA DE JEJU, LA MONTAÑA DE LA MESA Y EL RÍO SUBTERRÁNEO DE PUERTO PRINCESA SON LAS AFORTUNADAS EN ESTA OCASIÓN, ELEGIDAS ENTRE 28 FINALISTAS Y MÁS DE 450 ASPIRANTES EN UNA REÑIDA DELIBERACIÓN A TRAVÉS DE INTERNET, EL TELÉFONO Y LOS SMS. CON MILES DE PARTICIPANTES, LA INICIATIVA DEL MILLONARIO Y AVENTURERO SUIZO BERNARD WEBER, DEJA FUERA DEL PALMARÉS A PROPUESTAS TAN DESTACADAS COMO EL GRAN CAÑÓN O EL MAR MUERTO.



1. RÍO AMAZONAS Basta región de América del Sur, la cuenca amazónica, conocida como *el pulmón* del planeta, comprende unos siete millones de kilómetros cuadrados. Discurre a lo largo de nueve países (Bolivia, Brasil, Colombia, Ecuador, Guayana francesa, Guyana, Perú, Surinam y Venezuela) y representa la masa de agua más grande del mundo.



2. ISLA DE JEJU Situada en el estrecho de Corea, a 130 kilómetros al sur de la tierra firme, es una formación volcánica dominada por el monte Halla, un cráter extinto de 1.950 metros de altura y el pico más alto del país. Su nacimiento se produjo hace millones de años como consecuencia de erupciones y se compone fundamentalmente de basalto y lava.



3. BAHÍA DE HA-LONG Extensión de agua de 1.500 kilómetros cuadrados que se emplaza al norte de Vietnam, en la provincia de Quang Ninh, cerca de la frontera con China. En ella destaca la presencia de elementos kársticos y un total de 1.969 islas de varios tamaños y formas, plagadas de cuevas y yacimientos. Fue declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1994.



4. MONTAÑA DE LA MESA Icono de Sudáfrica y único monumento natural del mundo que da nombre a una constelación austral (Mensa), alberga al reino floral más rico, aunque más pequeño del mundo, con más de 1.470 especies de plantas diferentes.



5. CATARATAS DE IGUAZÚ Repartidas entre Argentina y Brasil, son unas de las más grandes y espectaculares del mundo, formadas por 275 saltos de agua de hasta 80 metros de altura que alimentan el caudal del río Iguazú. Se extienden a través de 2.700 metros de terreno en una forma semicircular, destacando la conocida como la Garganta del Diablo, que se puede disfrutar en plenitud recorriendo las pasarelas que parten de Puerto Canoas.

Son lugares únicos y de una belleza excepcional. Singulares por su aspecto paradisíaco y el halo de misticismo que los envuelve. Las siete nuevas maravillas de la naturaleza ya tienen nombre y apellidos,

encajando como las piezas de un puzle perdido que, al unirse de nuevo, configuran el verdadero mapa del paraíso en la Tierra.

Fruto de una multitudinaria votación entre las 28 candidaturas aspirantes al reconocimiento, elegidas por un plantel de expertos después de hacer varias cribas entre las más de 450 presentadas, las ganadoras fueron las cataratas de Iguazú (Argentina), el río Amazonas (Sudamérica), la bahía de Ha-Long (Vietnam), la isla de Komodo (Indonesia), la isla de Jeju (Corea del Sur), la Montaña de la Mesa (Sudáfrica) y el río subterráneo de Puerto Princesa (Filipinas). Así, la concesión de esta distinción a estos lugares emblemáticos se acordó tras el cómputo de los apoyos manifestados por miles de personas a través de Internet, el teléfono y los mensajes de texto, con un resultado que se hizo público a través de la página web www.new7wonders.com.

De esta forma, las votaciones concluyeron simbólicamente el día 11 de noviembre del pasado año, en la que ha sido la segunda convocatoria de un concurso (la primera fue en 2007) iniciativa del millonario y aventurero suizo Bernard Weber, fundador de la empresa New Open World Corporation, que dio las gracias por el apoyo recibido y manifestó su convencimiento de que los participantes demostraron que «se preocupan por algo que es muy importante para todos: nuestra casa, la Madre Tierra».

De las 28 finalistas, siete candidaturas procedían de América, cinco de Europa, dos de África, tres de Oceanía y once de Asia, quedando fuera del pódium propuestas tan sugerentes como el Gran Cañón (Estados Unidos), el mar Muerto (Israel), la Gran Barrera de Coral (Australia), el Salto del Ángel (Venezuela) o las islas Galápagos (Ecuador).



6. PARQUE NACIONAL DE KOMODO Formado por tres grandes islas de origen volcánico (Komodo, Rinca y Padar), así como otras muchas más pequeñas, tiene una superficie de 1.817 kilómetros cuadrados. Se fundó en el año 1980, con el objetivo de proteger al dragón de Komodo.



7. RÍO SUBTERRÁNEO DE PUERTO PRINCESA Situado en la isla de Palawan, Filipinas, forma parte de un parque natural en el que se mezcla el paisaje kárstico de caliza con un río subterráneo navegable de 8,2 kilómetros. Tras atravesar una cueva con grandes formaciones de estalactitas y estalagmitas, termina por desembocar en el mar de China meridional.

PIP: PRÓTESIS DE IDA Y VUELTA

EL MUNDO DE LA CIRUGÍA ESTÉTICA NO ESTÁ EXENTO DE POLÉMICAS Y LA ÚLTIMA HA LLEGADO DE LA MANO DE LAS PRÓTESIS MAMARIAS

maría albilla
texto

agencias
fotos

PIP, FABRICADAS EN FRANCIA POR LA FIRMA POLY IMPLANT PROTHÈSE, QUE CERRÓ EN 2011, CON SUSTANCIAS PROPIAS DE LA INDUSTRIA DEL CAUCHO O ADITIVOS DE CARBURANTES. LAS MUJERES A LAS QUE SE HAYA IMPLANTADO ESTA SILICONA EN UNA OPERACIÓN DE AUMENTO DE

PECHO DEBERÁN HACER UNA VISITA URGENTE A SU CIRUJANO, YA QUE EL RIESGO DE QUE ÉSTAS SE ROMPAN ES MUY ALTO.

El culto al cuerpo se ha convertido en una religión del siglo XXI. Los cánones de belleza que dicta la moda, la publicidad y la propia sociedad han llevado a que millones de personas en el mundo se replanteen su apariencia natural para cambiar aspectos de su cuerpo que no concuerdan con los parámetros de lo bello en estos días. Así, las intervenciones de cirugía estética han pasado de ser cosa de famosos y modelos a popularizarse entre una población que regala implantes de pecho al llegar a la mayoría de edad. Conviene no trivializar lo que las operaciones de este tipo entrañan. Realizadas por manos profesionales son sinónimo de éxito, pero más a menudo de lo que se deseara aparecen casos de negligencias, problemas con los materiales utilizados o personas que *trafican* con la ilusión de los pacientes que se ponen en sus manos con prácticas ilegales en quirófanos al margen del control legal y sanitario necesario y exigible.

Rinoplastia, abdominoplastia, blefaroplastia, otoplastia, liposucciones... son muchas las zonas del cuerpo humano que se pueden *retocar*, pero una de las operaciones que más se demandan son las de aumento de pecho. Hay casos en los que las mujeres que se someten a estas intervenciones lo hacen con fines reconstructivos después de haber sufrido, por ejemplo, un cáncer. Otras se ponen en manos del cirujano para remediar alguna malformación congénita, pero la mayoría de los procedimientos responden a fines estéticos, ya que hay muchas mujeres que no se sienten conformes con el tamaño de sus senos y optan por agrandarlos a

través de la implantación de prótesis.

A pesar de ser una operación que se practica con asiduidad -en 2009 se realizaron en España casi 20.000-, no está exenta de complicaciones y no solo en lo que a la fase de quirófano se refiere. En las últimas semanas, ha saltado a las páginas de la prensa el fraude de las prótesis PIP, unos postizos de silicona fabricados por la empresa francesa Poly Implant Prothèse (PIP) cuya fabricación no se ceñía a la normativa sanitaria, ya que contenían componentes industriales como un aditivo para carburantes que también se usa en la construcción de materiales para navíos y en ciertos productos electrónicos (Baysilone) y dos sustancias que se emplean en la industria del caucho (Silopren y Rhodorsil).

Las prótesis que se implantan en la actualidad suelen tener una duración de entre 10 y 15 años, tiempo tras el que hay que realizar una revisión e incluso someterse a otra intervención para retirarlas o ajustarlas, pero, precisamente, el escándalo de las PIP se desató por su altísimo índice de rotura, que ronda entre un cinco y un 15 por ciento frente al 0,5-1 por ciento de los otros implantes mamarios.

La empresa productora de estas prótesis fue fundada en 1991 en Francia y se convirtió en la tercera del mundo en volumen de ventas, ya que producía más de 100.000 al año, de las que el 80 por ciento se exportaba al extranjero. De ahí que sean muchos los países que estén buscando una



España es el decimosegundo país a nivel mundial por número de intervenciones de cirugía estética. El primero es Estados Unidos, seguido de Brasil y en tercer lugar está China. La crisis económica también ha afectado a este ámbito y las operaciones en el territorio nacional han bajado un 20 por ciento.

PRÓTESIS PIP

¿QUÉ SON?

Las prótesis PIP son unos implantes de silicona utilizados en las operaciones de aumento de pecho fabricados por la empresa francesa Poly Implant Prothèse, cerrada en 2011.

EL PROBLEMA

La silicona con la que se hacían no estaba permitida para uso médico, ya que los componentes eran de tipo industrial. Esto ha llevado a que el índice de rotura de las mismas sea muy alto.

¿A QUIÉN AFECTA?

Aunque es muy complicado dar cifras al respecto, se estima que unas 400.000 mujeres en todo el mundo pueden portar prótesis de la marca PIP, ya que la firma gala las exportó a Brasil, Argentina, Reino Unido, Alemania, España, Italia y Australia, entre otros países.

¿QUÉ HAY QUE HACER?

Acudir al cirujano de referencia para evaluar la situación e intervenir.



105.000

Intervenciones de cirugía estética se realizaron en España en 2009, el primer año del que hay registro, con un volumen económico que se situó en torno a los 175 millones de euros.

1.382

Euros es el precio medio de una operación de aumento de pecho, aunque es un valor que puede variar mucho de unas clínicas a otras, por lo que esto es una cifra relativa.



35

Por ciento de las mujeres decide someterse a una intervención estética para sentirse mejor, mientras que un 30 por ciento de los hombres argumenta «motivos funcionales y médicos».

256.790

Operaciones contabilizó la American Society of Plastic Surgeons en 1992. Éstas aumentaron a 1.800.000 en 2000, momento desde el que se estabilizó este tipo de tratamientos.

10.000

Mujeres podrían verse afectadas en España por el escándalo de las prótesis PIP. Todas ellas deben acudir a su cirujano de referencia para hacerse una revisión y, en la mayoría de los casos, una explantación.

18.516

Aumentos de mama se realizaron en 2009, una intervención que supone el 61 por ciento de las operaciones que se realizaron en esta zona. Hay un notable incremento de éstas en las menores de 30 años.

10,4

Millones de procedimientos estéticos no quirúrgicos se realizaron en 2008, lo que supone un fuerte ascenso desde los 5,5 de 2000. Los más frecuentes: inyecciones de bótox y peeling químico.

35

Por ciento de los encuestados en España, Bélgica, Italia y Portugal indicaron que tuvieron efectos secundarios a causa de la cirugía estética y el 17 por ciento reconoció que llegó a padecer complicaciones.



solución para el problema sanitario desatado entre las mujeres que portan en sus pechos la silicona de esta firma.

En España se estima que puede haber entre 10.000 y 12.000 mujeres afectadas por este problema, aunque hay que aclarar que no hay ninguna relación comprobada entre estas prótesis mamarias y ciertos casos de cáncer o de enfermedad grave conocida. «El único riesgo comprobado hasta ahora es que tienen un índice de rotura más elevado y que, en algunos casos, cuando esto sucede, provoca mayor reacción inflamatoria que otras prótesis», aclara el doctor Jaume Masiá, director del Servicio de Cirugía Plástica y Reparadora del Hospital de la Santa Cruz y San Pablo de Barcelona y presidente de la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética.

La recomendación que Masiá realiza a las fémi-

nas que se encuentren ante una situación como esta es clara: deben consultar lo antes posible con su cirujano plástico de referencia para realizar una revisión del estado de sus implantes y decidir si se explantan inmediatamente o si se programa una operación «sin prisa, pero sin pausa». En caso de no poder hacer esta consulta, como le sucede a Isabel, una joven valenciana que desconoce la situación actual de los geles y cuyo médico no responde al teléfono, se puede poner en contacto con la Sociedad para que le recomienden a qué especialista puede acudir.

Y es que la paciente no tiene por qué saber que se han roto sus prótesis mamarias, ya que este proceso puede ser totalmente asintomático. Otras veces se aprecia porque cambia la forma y la textura del implante o porque se siente dolor o escozor. «Lo que también hay que dejar claro es que,

aunque ese delincuente (por Jean-Claude Mas, fundador de PIP) cometiera un fraude, los controles en el mundo médico y farmacológico son extremadamente altos y seguros, por lo que la gente que lleve una prótesis en cualquier parte de su cuerpo no debe preocuparse», incide el cirujano.

EN PRIMERA PERSONA Soraya es una joven valenciana de Puerto de Sagunto. Tiene 29 años y hace siete decidió hacerse un aumento de pecho. «Entonces había perdido mucho peso y, aunque luego recuperé algo, no tenía pecho. Me miraba en el espejo y me veía descompensada, así que empecé a buscar cirujano hasta que uno me convenció para ponerme los implantes», comenta esta afectada por el fraude de las PIP.

A Soraya no le dejaron elegir qué tipo de geles se ponía. «Me dijeron que esos eran los más adecuados para mi por la forma de mis senos. Fue exclusivamente una decisión del cirujano», asevera. También matiza que ha sido muy metódica con las revisiones médicas y con las autoexploraciones que se recomiendan tras estas intervenciones. De hecho, fue así como esta joven, que pagó 3.000 euros por la operación, descubrió cuatro años después unos pequeños bultitos en el pecho. Al acudir a la consulta le dijeron sin margen de duda que los implantes se habían roto y que tenían que operarla otra vez. Eran de la firma PIP.

«Lo que me pasó luego fue tremendo. Claro, entonces no me cobraron porque era el fabricante quien se debía hacer cargo de las prótesis, pero ni me ingresaron en el hospital. Estuve unas horas en una habitación y en cuanto se me pasó un poco el efecto de la anestesia me mandaron a casa. A los 10 días tuve que volver porque un punto no cerraba y me supuraba, me tuvieron que inyectar

>CONCEPTOS CLAVE



CIRUGÍA PLÁSTICA REPARADORA

Es la rama de la cirugía plástica que busca la reconstrucción, tanto funcional como estética, de un órgano, un rasgo o una parte de la cara o del cuerpo alterados por una quemadura, un accidente, una operación quirúrgica o de un defecto congénito. Su objetivo es transformar en lo posible la forma y la función de lo anormal.

CIRUGÍA PLÁSTICA ESTÉTICA

Trata en general a pacientes sanos cuyo objeto es la modificación de unos rasgos físicos funcionalmente normales, pero irregulares o no bellos para obtener una mejor armonía y un mayor atractivo dentro de los cánones de la belleza. Estos rasgos físicos pueden ser inherentes a la persona o ser consecuencia del envejecimiento. El fin primordial es dar al paciente una imagen corporal más de acuerdo con su concepto de la belleza y con su ego, con lo que obtendrá un mayor equilibrio psíquico y como resultado una mayor confianza en sí mismo.



>10 CONSEJOS ANTES DE SOMETERSE A UNA OPERACIÓN

1. Es imprescindible seleccionar un cirujano plástico con título oficial de especialista. Sería, asimismo, altamente recomendable que tuviera una experiencia manifiesta en la especialidad. La página web www.secpre.org puede ayudarte a encontrarlo.

2. Desde la primera visita, el paciente debe ser explorado, valorado e informado por el cirujano plástico que va a realizar la intervención y nunca por un agente comercial.

3. La operación debe realizarse en un centro hospitalario o clínica que disponga de todos los recursos necesarios para atender cualquier posible situación de emergencia durante la intervención. Además, debe realizarse en un quirófano que posea todas las medidas higiénicas y de seguridad exigidas.

4. Antes de cualquier proceso quirúrgico es necesario contar con pruebas preoperatorias del paciente tales como estudios electrocardiográficos, analíticos y radiológicos. De esta forma se comprueba que no existe ninguna contraindicación médica para realizar la operación.

5. El paciente tendrá que firmar un documento con su consentimiento una vez que se considere bien informado y haya entendido las dudas sobre la intervención a la que va a ser sometido y los objetivos que se pretende conseguir con la misma.

6. Todo el personal médico que trabaja en el equipo del propio cirujano plástico debe tener su titulación oficial correspondiente para estar en ese puesto.

7. Cualquier intervención de cirugía mayor ambulatoria o cirugía con anestesia general debe contar con la presencia, en el quirófano, de un médico anestesista cualificado y titulado.

8. Algunas operaciones requieren el ingreso del paciente en la clínica u hospital y otras no. Aun así, en ambos casos es necesario el seguimiento y revisión del paciente durante el proceso postoperatorio.

9. La evolución del paciente tras la cirugía debe realizarla personal cualificado bajo la supervisión del cirujano plástico responsable de la misma o por él mismo. Tras el alta médica el afectado deberá disponer de un informe en el que se detalle la operación practicada y los consejos a seguir en el futuro.

10. Hay que tener el tiempo necesario para tomar la decisión adecuada. Si se tienen dudas, es necesario resolverlas antes de la cirugía e incluso se puede pedir una segunda opinión a otro profesional. Nunca hay que precipitarse ni tomar la decisión en situaciones excepcionales.

Fuente: Secpre



LAS MUJERES CON PRÓTESIS PIP DEBEN ACUDIR A LA CONSULTA

DE SU CIRUJANO PARA EXAMINAR SU ESTADO Y DECIDIR SI HAY QUE EXPLANTARLAS

agua oxigenada y bueno... poco apoco se fue curando», cuenta ahora. Pero los problemas no quedaron ahí, ya que Soraya descubrió poco después pequeños quistes en sus axilas. Eran los restos de la silicona que el cuerpo reconocía como agentes externos e iba cubriendo con una película que le formó nuevas protuberancias. Con anestesia local se los extirparon, pero no fue el final de su particular pesadilla.

Hace un año y medio la historia se volvió a repetir. De nuevo, notó que la forma de la silicona había variado y entonces «se me cayó el mundo encima. Pensar en que tenía que entrar una tercera vez al quirófano fue espantoso», apostilla. Las prótesis se habían vuelto a romper y entonces, solo entonces, cuando ya empezaban a sonar los ecos del fraude, su cirujano le reconoció que llevaba unas PIP. «Me las explantó en cuanto supo que había iniciado trámites legales, pero entonces la empresa francesa ya había cerrado y los gastos recaían en mi persona. Pagué el ingreso hospitalario, que fueron 480 euros. El anestesista, que eran otros 180 y las prótesis de otra marca 1.200, aunque el médico me dijo que las dejarían en 600, todavía no se lo he dado a la clínica y no creo que lo haga. La responsabilidad no ha sido mía. Aún hoy tengo quistes en ambas axilas por los efectos de la silicona, por no contar las bajas laborales que he

tenido que coger, los días libres que he empleado para ir al médico y la pérdida de sensibilidad que he sufrido en ambas mamas», argumenta. «Han jugado conmigo. Me operé super animada porque soy una persona corpulenta y me quería ver mejor, pero después de entrar tres veces en el quirófano más las anestésicas locales... desde luego, no me compensa», especifica.

AYUDA DESDE SANIDAD «Entiendo que somos muchas, pero este también es un problema de salud», reclama la joven afectada por este fraude después de que el Ministerio de Sanidad reconociera que no se hará cargo de las explantaciones, como se ha hecho en Francia.

Lo que sí hará la sanidad pública es revisar las prótesis mamarias no solo a las mujeres que las recibieron tras someterse a una mastectomía dentro del Sistema Nacional de Salud, sino también a las afectadas que se operaron en clínicas privadas que ya no existan o estén fuera de España. Para aquellas que se implantaron prótesis PIP en centros privados, la recomendación de Sanidad sigue siendo que acudan a la clínica donde se les practicó la operación para que allí procedan a la revisión de los implantes. Eso sí, la secretaria general de Sanidad, Pilar Farjas, recordó esta misma semana que en los servicios públicos «por indicación estética no se reimplantan» las prótesis mamarias y que, a su entender, «es en esa relación médico-paciente en la que la mujer tiene que decidir si es el momento de la explantación y si desea, además, hacer una nueva implantación».

Con este fraude se vuelve a poner en jaque al mundo de la cirugía estética, no por mala praxis, sino por la falta de escrúpulos de, en este caso, los fabricantes de la silicona.

LA UNIVERSIDAD DEL BUEN GUSTO

EL BASQUE CULINARY CENTER (BCC) NO SOLO ES LA PRIMERA FACULTAD GASTRONÓMICA ESPAÑOLA; TAMBIÉN ES EL FRUTO DEL EMPEÑO DE LOS MÁS DESTACADOS COCINEROS VASCOS POR FORMAR A LOS MEJORES PROFESIONALES CUALIFICADOS,

maricruz
sánchez
texto

luis laraico
fotos

TRANSMITIÉNDOLES LOS CONOCIMIENTOS QUE A ELLOS LES AYUDARON A TRIUNFAR; ES, ADEMÁS, LA MAYOR APUESTA DE ESPAÑA POR LA INNOVACIÓN Y PROYECCIÓN DE LA GASTRONOMÍA PATRIA AL PLANO INTERNACIONAL. Y ES QUE EL BCC SUPONE TODO UN SALTO CUALITATIVO EN LA MANERA DE ENTENDER LA RESTAURACIÓN HASTA HOY CONOCIDA DENTRO DE NUESTRAS FRONTERAS. UN AMBICIOSO PROYECTO, MATERIALIZADO EN 15.000 METROS CUADRADOS DE GRANDIOSO EDIFICIO, LLAMADO A HACER HISTORIA.



Cuando en marzo de 2009 se constituyó la Fundación Basque Culinary Center (BCC) y se dio a conocer al mundo su proyecto inédito y ambicioso, llamado a convertir la cocina vasca en un referente internacional de las ciencias gastronómicas, nadie habría apostado que, tan solo 22 meses después, el mayor sueño culinario español sería un hecho. Y es que, en diciembre de ese mismo año, ya se había colocado la primera piedra del edificio que alberga la facultad de Ciencias Gastronómicas en San Sebastián, propuesta educativa pionera en España y la única en el mundo en contar, además, con un Centro de Innovación y Desarrollo. Una idea que, en realidad, llevaba ya tiempo «co-ciéndose entre fogones» y que sus promotores, los mejores cocineros patrios, no dejaron caer nunca en el olvido, con el apoyo, eso sí, de distintas instituciones y empresas que quisieron sumarse a la iniciativa desde el principio.

Así, el proyecto del BCC quedó sustentado en cuatro pilares fundamentales. Por una parte, el patronato de la fundación, constituido por los reputados restauradores Juan Mari Arzak, Martín Berasategi, Pedro Subijana, Karlos Arguiñano, Andoni Luis Aduriz, Hilario Arbelaitz y Eneko Atxa, cuya aspiración reside en que el saber de toda una generación, que ha marcado hitos, pueda transmitirse a través de la formación superior. Como presidente del centro, a este grupo de *siete magníficos* se sumó el rector de la Universidad de Mondragón, Iosu Zabala y, en representación institucional, el Ayuntamiento de San Sebastián, la Diputación Foral de Guipúzcoa, el Gobierno Vasco y el Ministerio de Ciencia e Innovación. Pero, además, la propuesta contó con el respaldo de importantes empresas alimenticias y tecnológicas (Azti-Tecnalia, Grupo Eroski, Fagor Group, Hei-

neken, Grupo Martiko y Covap), así como con la colaboración de otros elementos destacados del sector (Euro-Toques, el Departamento de Turismo del Gobierno Vasco, la Real Academia Española de Gastronomía y la Federación Española de Hostelería y Reaturación).

Desde el principio, los propulsores de BCC tuvieron muy claros los objetivos a perseguir, el *menú* a ofertar: garantizar la continuidad de la cocina española, en general, y vasca, en particular, como referente de la gastronomía y la innovación en el futuro; generar, a su vez, conocimientos de gran nivel, formando a profesionales cualificados; promover la investigación y la transferencia de estos aspectos entre los profesionales de la alta cocina y aquellos sectores empresariales y del conocimiento relacionados, directa e indirectamente, con la gastronomía; impulsar la transferencia tecnológica y la innovación en la industria del sector; y crear nuevas iniciativas y proyectos. Una idea que nació con la vocación de convertirse en una apuesta en firme por un proyecto estratégico internacional, que convirtiera al País Vasco (donde 22 restaurantes tienen una o varias estrellas Michelin) y a San Sebastián (ciudad con un importantísimo flujo turístico), en la meca de la formación en ciencias gastronómicas.

Para lograrlo, es necesario que sus alumnos no solo aprendan cocina, sino también técnicas de gestión y mercadotecnia, historia, humanidades, fisiología, física, tecnologías y muchas otras disciplinas. De este modo, se conseguirá, por primera vez en la historia docente de las artes culinarias españolas, que estos graduados tengan un rango formativo equiparable al de un médico o un arquitecto (aunque ya existían algunas aspiraciones previas al respecto, como la iniciativa de la Universidad de Barcelona, que cuenta con un curso de cocina *on line* www.il3.ub.edu en el que participan algunos de los mejores cocineros de España). Y es que, no hay que olvidar que el Basque es una facultad con una formación adaptada al Espacio Europeo de Enseñanza Superior, adscrita a la Universidad de Mondragón, de la que depende y a la que debe, en gran parte, el claustro de profesores que nutre sus aulas. En este sentido, la propuesta educativa comprende cuatro grandes campos: técnicas de cocina-sala-sumillier, gestión del negocio, ciencia y tecnología y cultura y arte.

Del mismo modo, y junto al grado universitario en Gastronomía y Artes Culinarias, el BCC imparte títulos de postgrado dirigidos a profesionales de la cocina y de otros sectores relacionados: uno de Innovación y Gestión de restaurantes y otro de Producto y Técnica. De hecho, el pasado mes de octubre se inició la segunda edición del primero de los *master*, ya que las clases del curso 2010-2011 se impartieron en otro emplazamiento, propuesta que cuenta entre sus alumnos con un 50 por ciento de extranjeros. La facultad tiene, además, una oferta continuada de 60 cursos cortos para los aficionados entusiastas de la cocina.

Por si fuera poco, a todo ello hay que sumar un importante complemento y una de las singularidades del centro donostiarra: su departamento de I+D+i, vinculado al conocimiento gastronómico y dedicado, en especial, a aquellas áreas relacionadas con la cocina. Para alcanzar su pleno rendimiento, el equipo profesional que lo integra pondrá en marcha seis líneas de investigación: educación y hábitos alimentarios, sensorialidad, tendencias de alimentación, innovación en la gestión de empresas del sector, desarrollo de tecnologías asociadas y elaboración, presentación y conservación de alimentos. No

obstante, la facultad de San Sebastián es la segunda Universidad Gastronómica que existe en Europa, ya que la primera nació en el norte de Italia, en la localidad de Bra (Piamonte), bajo los auspicios de Carlo Petrini, líder del movimiento *show food* y promotor del pensamiento del gastrónomo responsable.

SILUETA DE PLATOS Una propuesta rompedora como esta requería de un continente acorde a su elevado nivel y aspiraciones de internacionalización; un envoltorio que se erigiera, a su vez, como referente arquitectónico y espacio puntero de formación de los 70 alumnos que encarnan el gran salto cualitativo en la manera de entender la gastronomía en España.

Así, surgió una construcción bella y funcional, que aprovecha la topografía en desnivel del terreno y se emplaza en el Parque Tecnológico de Miramón (en una finca cedida por el ayuntamiento de San Sebastián). Compuesta por cinco plantas, con una extensión total de 15.000 metros cuadrados, la edificación supuso una inversión de 17 millones de euros (siete aportados por el Ministerio de Educación y los otros 10 por el Gobierno vasco, la Diputación de Guipúzcoa, Azti-tecnalia y Fagor).

Ideado por el estudio Vaumm Arquitectos que, entre muchos aspirantes internacionales se alzó con el proyecto con la particularidad de tratarse de una empresa donostiarra, el edificio trata de representar una serie de platos apilados sobre la montaña. De este modo, el esquema de la construcción, concebido en forma de U y recubierto de paneles de chapa dorada, permite dividir sus usos en dos partes diferenciadas: unos espacios dedicados, expresamente, a la formación académica, y otros a la práctica. Para ello se parte de una pieza básica y compacta, organizando la edificación en torno a un patio de *relaciones*, que sirve de referencia central y orientación básica.

En lo que respecta al espacio exclusivamente formativo, la construcción cuenta en su interior con cuatro aulas polivalentes; un auditorio; despachos; zona de trabajo con varias cocinas; área de experimentación con laboratorios y talleres de pastelería, panadería y heladería, entre otros. Eso sí, todos ellos comparten una pretensión común: ser independientes entre sí y contar con los medios necesarios para disponer de plena autonomía a la hora de trabajar (sin necesidad de desplazarse a diferentes lugares).

Del mismo modo, la facultad dispone de otra parte dedicada a la investigación, integrada por laboratorios y talleres, así como de zonas comunes y un restaurante-cafetería en el que se puede comer menús degustación y del día. Entendido este último como una pieza más del complejo engranaje del BCC, no se trata de un sitio que sirve simplemente comidas, sino que es un aula más del centro en la que se desarrollan prácticas directas de atención al público, presentación y gestión de negocio. Como aliciente añadido, todo el edificio de la Facultad permite realizar grabaciones de lo que se hace en su interior, hecho que contribuirá a la actividad divulgadora del centro de cara al exterior, gracias a Internet y las redes sociales.

COCINEROS DEL FUTURO Esta universidad ha hecho gala, desde su puesta en marcha el pasado mes de octubre, de su estatus de singularidad para formar a profesionales que diseñen, desarrollen y supervisen empresas y servicios gastronómicos de alto nivel. Por ello, la matrícula del grado que imparte cuesta 8.000 euros por año, aunque



1. Bajo la atenta mirada del maestro. El profesor Íñigo Murúa muestra a una alumna cómo realizar los cortes adecuados en las hogazas tradicionales dentro del Taller de Panadería y Repostería. **2. En contacto con el cliente.** Un estudiante monta una mesa corrida en la cafetería del centro, como parte de su formación en el aprendizaje de la asistencia real en sala y el trato directo con los comensales. **3. Productos frescos y de calidad.** En el Taller de Verduras los jóvenes aprenden las diferentes técnicas de corte de estos alimentos, así como su adecuado envasado y conservación. En una sala próxima se encuentra el espacio de deshuesado de carnes y preparación de embutidos. **4. La belleza de las formas.** El restaurante es uno de los rincones más singulares de la facultad, por sus estupendas vistas, los cuidados detalles de su decoración y lo espacioso de su comedor principal.



existe la posibilidad de la concesión de becas; de hecho, en este curso ya hay un 10 por ciento de alumnos con estas ayudas.

Entre los 56 estudiantes (de entre 18 y 25 años) seleccionados tras tres meses de pruebas hay 23 vascos, 27 de otras comunidades autónomas (Madrid, Andalucía, Cataluña y Castilla y León) y seis extranjeros (México, Colombia, China, Francia, Rumanía y Venezuela). El 57 por ciento son chicos y el 43, chicas. En las pruebas de acceso se evaluaron idiomas, aptitudes y motivaciones personales. Por ello, los alumnos destacan «la responsabilidad» que implica pertenecer a esta primera *hornada* de cocineros universitarios. De hecho, hay una lista de espera para el próximo año con 400 solicitudes.

Por ello, no cuesta trabajo entender las razones de estos jóvenes para apostar por esta propuesta. Como indican, más que por el prestigio, la decisión la tomaron por una cuestión práctica. «Mientras en el resto de carreras se estudian muchos contenidos teóricos, muy duros y sin una aplicación práctica directa, aquí se trabaja en la cocina desde el principio, con la ventaja de que es lo que a uno realmente le gusta», asegura Clara Zaráin (Madrid). Además, la

COMPUESTA
POR CINCO
PLANTAS, LA
EDIFICACIÓN
SUPUSO UNA
INVERSIÓN DE
17 MILLONES
DE EUROS

IDEADO POR
UN ESTUDIO
DONOSTIARRA,
EL EDIFICIO
REPRESENTA
UNOS PLATOS
APILADOS
SOBRE LA
MONTAÑA

mayoría de los chicos destacan el buen ambiente que se respira.

La facultad se muestra así, a los ojos del visitante, como un hervidero de platos que van y vienen, olores que traspasan los fogones y prácticas de *maitre* en la cafetería, donde los jóvenes empiezan a tantear la profesión. A modo de consigna, el centro potencia, como una asignatura más, la cooperación entre los alumnos, siguiendo la estela de los grandes *chefs* vascos, que siempre han presumido de la falta de secretos en sus fogones. Como herramientas para ponerse a trabajar desde el primer día, la casaca blanca (con el nombre aún sin grabar), el gorro de cocina y un excelente maletín de cuchillos, obsequio de del BCC. En febrero se sumarán a los 56 estudiantes que ya están en la facultad otros 14, procedentes de prestigiosas escuelas de hostelería y poseedores ya de unos conocimientos de restauración básicos adquiridos.

ASESORES DEL MUNDO Aunque se analizaron diferentes centros de referencia mundial, uno de los que más calado tuvo en la idea global de esta nueva universidad fue el prestigiosísimo



Culinary Institute of América (CIA), con cerca de 3.000 alumnos y cuatro campus (Nueva York, San Francisco, Texas y Singapur). Y precisamente con esta facultad, el BCC ha firmado un acuerdo marco de colaboración que permitirá realizar intercambios de estudiantes y profesores en el futuro, con proyectos de investigación conjuntos.

Además, la vocación internacional con la que nació esta facultad, de ahí su nombre, está avalada por un consejo asesor de grandes cocineros, presidido por Ferrán Adriá e integrado por Michael Bras (Francia), René Redzepi (Dinamarca), Gastón Acurio (Perú), Alex Atala (Brasil), Dan Barber (EEUU), Heston Blumenthal (Reino Unido), Máximo Botura (Italia) y Yukio Hattori (Japón). Ellos son los embajadores de lujo de este centro, en el que darán clases magistrales, dejando notar su influjo en la procedencia internacional de las solicitudes de matrícula. Los nueve se juntaron por primera vez en San Sebastián el pasado año, redactando después la conocida como *Carta abierta al cocinero del futuro*, toda una declaración de intenciones y un referente para el oficio.

LA
MATRÍCULA
DEL GRADO
CUESTA
8.000 EUROS
POR CURSO,
AUNQUE
HAY BECAS

DE LOS 56
ALUMNOS,
EN TOTAL 23
SON VASCOS,
27 DE OTRAS
REGIONES Y
SEIS DE
DIFERENTES
PAÍSES

JOSÉ MARÍA AIZEGA DIRECTOR DEL BASQUE CULINARY CENTER

«NO ES UNA CARRERA DIFÍCIL, PERO HAY QUE TENER MUCHA ILUSIÓN»



El BCC dispone de varios elementos vertebradores, como la fundación y el Consejo Asesor. ¿Cómo se conjugan estas partes entre sí?

Lo primero que hay que pensar es que el Basque es una fundación sin ánimo de lucro, con las ventajas de un proyecto realizado en cooperación pública y privada, en el que todos sus elementos son importantes, pues han hecho posible la construcción de estas instalaciones. Por otro lado, están los cocineros, al frente del patronato, que son representantes del sector gastronómico. A ello hay que sumarle la Universidad de Mondragón y determinadas empresas del ámbito alimentario. En la actualidad, ya colaboramos con cinco grandes grupos en la fundación.

En el aspecto formativo, ¿qué influencia ejercen todas estas visiones?

Los alumnos reciben primero unos conocimientos interdisciplinares en los que aprenden técnica culinaria, servicio, ciencia e investigación, cultura (pues la gastronomía es una parte integrante de este aspecto) y gestión (empresarial y de equipos). Al alcanzar el tercer curso, los chicos elegirán un itinerario concreto. Ahí es donde se decantarán por profundizar en la vanguardia culinaria (lo más novedoso para un restaurante), innovación y aprendizaje (para poner en marcha nuevos negocios y productos) e industria alimentaria (I+D en empresas de *catering*, de comida preparada).

¿Ha sido compleja la elaboración del plan de estudios específico?

Ha requerido de más de un año de trabajo intenso en el que se ha escuchado la voz de los profesionales de la gastronomía y los agentes universitarios. Así se han ido esgrimiendo las diferentes materias que nos pare-

cía interesante tocar en la carrera.

En cuanto al plantel docente. ¿Qué se van a encontrar los alumnos?

Tenemos dos tipos de profesores. Por una parte los que imparten clases a tiempo completo: se trata de profesionales con una experiencia mínima de 10 años. Y, por otro lado, contamos con la posibilidad de organizar talleres, seminarios y clases magistrales de la mano de restauradores conocidos, *metres*, responsables de sala...

Ante el aluvión de solicitudes recibidas para este curso, ¿cuáles son los criterios de selección de aspirantes?

Han llegado de toda España y, también del exterior. Para hacer el proceso de selección se tiene en cuenta el nivel de idioma, su expediente académico, sus actitudes personales y, de manera muy importante, el grado de motivación. Ésta no es una carrera difícil, pero sí en la que hay que tener mucha ilusión.

¿Cuál es el perfil del estudiante de esta Facultad?

Aunque en España esto no es lo habitual, en otros países del mundo es muy normal que se empiece aprendiendo otras cosas y se termine interesado por la cocina, pues realmente se acaba descubriendo que se trata de una pasión profesional. Entre nuestros alumnos hay desde chicos y chicas muy jóvenes, de 18 años, que han terminado ahora el instituto, hasta personas de 24 o 25 años que venían de otros estudios.

¿Qué previsión de crecimiento tienen, en este sentido, de cara al próximo curso?

Queremos que el total del alumnado no supere las 100 personas al año. Aunque las instalaciones son grandes, nuestro modelo educativo se basa en el trabajo en grupos reducidos, con tutorización individualizada.

«QUEREMOS QUE EL TOTAL DEL ALUMNADO NO SUPERE LAS 100 PERSONAS AL AÑO. NUESTRO MODELO EDUCATIVO SE BASA EN GRUPOS REDUCIDOS»

>MÚSICA



ETERNA EMOCIÓN

The Cure publica su disco 'Bestival Live 2011', un álbum benéfico con su memorable actuación en la Isla de Wight (ante 50.000 espectadores), celebrada durante el pasado mes de septiembre.

The Cure está de celebración; en estas fechas se cumplen 36 años desde que Robert Smith y compañía unieron sus destinos en el condado británico de Sussex Occidental. En pleno esplendor del punk, ellos daban forma a uno de los grupos más importantes y personales del último medio siglo. Pero el tiempo ha pasado y, hasta la fecha, han grabado 13 álbumes de estudios, cinco directos y 10 recopilatorios, cosechando alrededor de 30 millones de copias vendidas en todo el mundo.

La aventura continúa y este mismo lunes ha salido a la venta en España el último trabajo discográfico de la banda. *Bestival Live 2011* es el primer lanzamiento del grupo en los últimos cuatro años (en octubre de 2008 publicaron *4:13 Dream*) y su quinto dis-

co en directo, aunque hay que remontarse 19 años atrás para encontrar su última grabación en vivo (París, 1993).

Admirador confeso de The Cure, el fundador del *Bestival*, Rob da Bank, estuvo siete años detrás de ellos intentando que tocasen en el festival que, cada septiembre desde 2004, se celebra en la Isla de Wight. Pet Shop Boys, Beastie Boys, The Chemical Brothers, Amy Winehouse, Underworld, Aphex Twin, Massive Attack, Kraftwerk, Fleet Foxes, The Prodigy o The Flaming Lips ya habían dejado su impronta en uno de los acontecimientos musicales del verano en Inglaterra, pero hasta la pasada edición, los chicos de Robert Smith no habían podido acercarse al certamen.

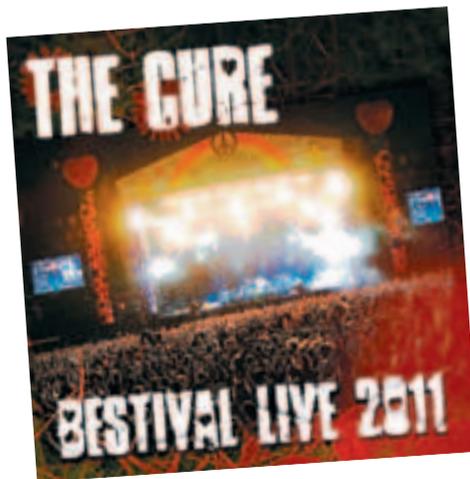
En una convocatoria que contó con Björk, Primal Scream, PJ Harvey, Fatboy Slim o Public Enemy, entre muchos otros, The Cure fueron auténticos cabezas de cartel, y convirtieron la noche del sábado 10 de septiembre en un acontecimiento memorable para los 50.000 espectadores que presenciaron su actuación, que ahora puede recuperarse gracias al lanzamiento de este doble compacto.

La veintena de clásicos que tocaron, más las siete canciones de su primer bis y las cinco que ofrecieron en su segunda reaparición en el escenario, convierten *Bestival Live 2011* en un trabajo imprescindible

para su legión de seguidores, así como en un gancho exquisito con el cual poder ampliar su nómina de fieles. Además, toda la recaudación que se consiga con la venta del disco irá destinada a la ONG *The Isla of Wight Youth Trust*, una organización benéfica que desde hace 27 años trabaja con menores de 25 años ofreciéndoles asesoramiento y ayuda en cualquier ámbito de sus vidas que puedan precisar.

Desde la apertura, con la maravillosa *Plainsong*, hasta el cierre, con *Killing another*, y con una calidad de audio inmejorable, la banda actualiza sus grandes éxitos e incorpora nuevos matices a clásicos imborrables como *Lovesong*, *Lullaby*, *Friday I'm in love* o *Boys don't cry*. Canciones que han marcado a varias generaciones, con su exquisita combinación de melancolía, estallidos de color e introspección, en universos oníricos y terriblemente sugerentes.

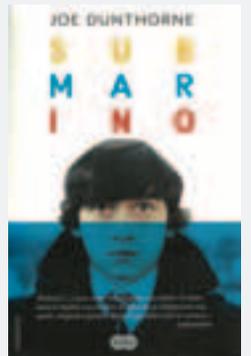
Entre las sorpresas, destaca el regreso de Roger O'Donnell al frente de los teclados (convirtiendo lo que en los últimos seis años había sido un trío en un cuarteto, nuevamente), junto con la inclusión en el repertorio de un temazo como *The caterpillar*, que llevaban dos décadas sin tocar en vivo. Además, el álbum incluye dos canciones de su último trabajo (*The only one* y *The hungry ghost*). Un delicioso aperitivo mientras ultiman su esperado nuevo trabajo de estudio.



>LIBRO

MAGNÍFICO DEBUT

No son banales las múltiples comparaciones que la prensa internacional está haciendo entre *Submarino* (Suma de Letras), la primera novela del galés Joe Dunthorne, y un clásico como *El guardián entre el centeno*, de JD Salinger. Y es que se trata de un libro arrebatador de inicio a fin, que flirtea con el delirio y la tragicomedia esquivando ambos al apoyarse con maestría en un sentido del humor totalmente inusual. Algo que provoca una empatía extraordinaria con Oliver, el adolescente protagonista al que acompañamos a lo largo de las páginas, mientras intenta salvar su unidad familiar y estrenarse con su novia. A través de la imaginación sin límites del protagonista, y con un lenguaje directo y extraordinariamente ágil, Dunthorne construye un microcosmos al que nos empuja sin posibilidad de salir desde el comienzo del libro. Un universo marcado por las inseguridades, la ansiedad y las maquinaciones incansables del joven Oliver. No obstante, esta novela ya cuenta con una notable adaptación llevada al cine por Richard Ayoade, con música a cargo de Alex Turner (Arctic Monkeys).



>ARTE

GRANDES DE LA ESCULTURA

El Museo Guggenheim Bilbao acoge, hasta el próximo 15 de abril, *Brancusi-Serra*, una muestra donde conviven las creaciones de quien fuera precursor de la escultura moderna, Constantin Brancusi (1876-1957) y de uno de los principales exponentes contemporáneos de esta rama artística, Richard Serra (1938). La exposición reúne en total una treintena de obras del primero y nueve piezas del segundo (además de la monumental *La material del tiempo*, exhibida de forma permanente en Bilbao) para ilustrar el desarrollo progresivo de las ideas escultóricas de ambos artistas.



TENDENCIAS



LG INAUGURA 2012 A LO GRANDE

LG

LG ha decidido estrenar el año a lo grande. Y es que ha preparado una nueva pantalla OLED de nada más y nada menos que 55 pulgadas que, según la compañía, destaca por ofrecer «colores más reales, una imagen más brillante y más velocidad».

Este monitor, el más grande del mercado, es un panel de LEDs orgánicos con varias innovaciones, como píxeles de cuatro colores y sus ajustes de tonalidades, que permiten que las imágenes se dibujen de un modo más preciso, combinando rojo, verde, azul y blanco.

La nueva pantalla de LG también presume de tener un ratio de contraste muy alto, lo que ofrece una excelente calidad, independientemente de la iluminación de la imagen.

Por último, este monitor, que acaba de ser presentado en el CES de Las Vegas, es más rápido que los modelos LED y LCD, consiguiendo hasta 1.000 veces más de velocidad que sus competidoras, lo que permite mostrar escenas en movimiento de una forma más nítida.

Desconocemos su precio, su nombre y su fecha de llegada, pero puedes saber más en www.lg.com.es.

CARACTERÍSTICAS

PANTALLA OLED
55 PULGADAS
PÍXELES DE CUATRO COLORES
AJUSTES DE TONALIDADES PARA MAYOR PRECISIÓN DE LA IMAGEN
MAYOR VELOCIDAD DE MOVIMIENTO
PRECIO: DESCONOCIDO

CLÁSICOS ESPAÑOLES PARA LAS FIESTAS

PLAYSTATION 3 SINGSTAR GRANDES ÉXITOS

SingStar vuelve renovado tras las Navidades. Y nos gusta esta edición porque nos trae auténticos clásicos del pop español del último medio siglo. Así, *SingStar Grandes Éxitos* ofrece una variada selección de canciones que incluye *hits* de Joaquín Sabina, Mecano o Nino Bravo con sus videoclips originales.

Perfecto para las reuniones entre amigos, podrán participar hasta ocho jugadores para poner a prueba sus voces al ritmo de *Ritmo de garaje*, de Loquillo; o *Torito guapo*, de El Fary.

Lo puedes encontrar a un precio de 30 euros o en un pack especial, que incluye el juego y dos micrófonos inalámbricos, a 50 euros.



UN RATÓN CUADRADO

LOGITECH CUBE

Viendo la imagen, cualquiera negaría que se trata de un ratón. Pero así es. Y es que Logitech ha



decidido (y conseguido) sorprendernos con un mouse en forma de cubo en cuyo nombre no se han comido mucho la cabeza: Cube.

Se trata de un periférico que cambia completamente la forma ergonómica y que, a primera vista, no nos parece en ningún momento cómodo. Pero es que el uso de este ratón no es el tradicional porque, en lugar de desplazarlo por la mesa, lo que tenemos que hacer es mover nuestros dedos por su superficie. Además, también se controla con movimientos en el aire.

Funciona con una batería interna recargable mediante USB y cuesta unos 70 euros.

LA FACILIDAD AL ALCANCE DE TU MANO

PLEXTOR PLEXEAS

Si lo que quieres es tener todos tus archivos bien guardados en copias de seguridad, Plector te propone una manera fácil de conseguirlo. Con la unidad óptica PlexEasy podrás grabar fotos, documentos o cualquier tipo de dato en cualquiera de tus dispositivos, sin necesidad de pasar los archivos a tu ordenador. Solamente es necesario que el aparato fuente tenga conexión USB y todo listo para obtener tus duplicados.

Se estima que llegará al mercado europeo en febrero y su precio aún no lo conocemos.



TU RADIO POR INTERNET... Y ALGO MÁS



SONY TABLET P

Archos presentó hace algún tiempo la 35 Home Connect, una radio web con acceso a más de 50.000 emisoras. Con la llegada del año, este dispositivo es ya una realidad y llega con una pantalla táctil de 3,5 pulgadas, Android 2.2, conectividad WiFi, reproductor de música y función de alarma y despertador. Además, también cuenta con aplicaciones para jugar, navegar por la red y ver vídeos.

Está a la venta a un precio de 130 euros.



SAMSUNG TE FACILITA LOS AUTORRETRATOS

SAMSUNG DV300F

Después de que Samsung nos presentase su cámara con pantalla abatible, ahora nos trae una de sus compactas más completas, la nueva DV300F, un dispositivo con un sensor de 16 megapíxeles, un zoom óptico de cinco aumentos, conectividad WiFi y doble pantalla, perfecta para los autorretratos.

El monitor principal es de tres pulgadas y cuenta con una resolución de 460.000 píxeles, mientras que la frontal es de 1,5 pulgadas.

Forma parte de la familia DualView y también puede grabar vídeo en calidad 720p.

Su conectividad WiFi le permite subir las capturas con gran inmediatez a las redes sociales, que están integradas en el software de la cámara (Facebook, Flickr y Picasa), así como a Youtube. Además, también podrás enviarlas directamente a tu ordenador sin necesidad de cables o, incluso, almacenarlas en la nube de Microsoft (Microsoft Skydrive)

Se estima que llegue al mercado el próximo mes de marzo a un precio que ronda los 150 euros. Para más información, entra en www.samsung.es.

1. **KIDDIMOTO**. Casco de la Union Jack (29,99 euros) www.smallable.com;
 2. **MAYBE**. Zapatos Oxford con suela en contraste (53,80 euros) www.asos.es; 3. **SACHEL**. Bolso de charol exclusivo de Cambridge Satchel Company para Asos (134,50 euros);
 4. **PIECES**. Diadema Heidi (2,69 euros) shop.bestseller.com; 5. **BURBERRY**. Trench de algodón (962 euros aprox.) uk.burberry.com; 6. **ASOS**. Borsalino con estampado clásico (7,40 euros); 7. **SURFACE TO AIR**. Abrigo de paño (126 euros) www.smallable.com; 8. **FINGER IN THE NOSE**. Bufanda (25 euros) www.fingerinthenose.com; 9 y 14. **JUNYA WATANABE**. Vestido tartán (619 euros). Falda (534 euros) www.farfetch.com;
 10. **BURLINGTON**. Calcetines tobilleros con rombos. (9,42 euros) www.burlington.de; 11. **VIVIENNE WESTWOOD, ANGLOMANIA**. Chaqueta de lana (559 euros) www.farfetch.com; 12. **RAG & BONE**. Chaqueta roja y gris de lana (258 euros) www.farfetch.com; 13. **CHRISTIAN LOUBOUTIN**. Zapato con puntera de metal (c.p.v.) www.christianlouboutin.com; 15. **HUNTER**. Original Tall con bandera británica (168,13 euros) www.hunterboot.com; 16, 17 y 19. **PAPERPOD**. Castillo fortaleza de carton (29 euros). **DANISH CRAFTS**. Oveja balancín (315,72 euros). **PLAN TOYS**. Servicio de té (25 euros) www.smallable.com; 18. **CHIVAS**. Viviente Westwood viste la edición especial del whisky Chivas Regal 18 años (c.p.v)

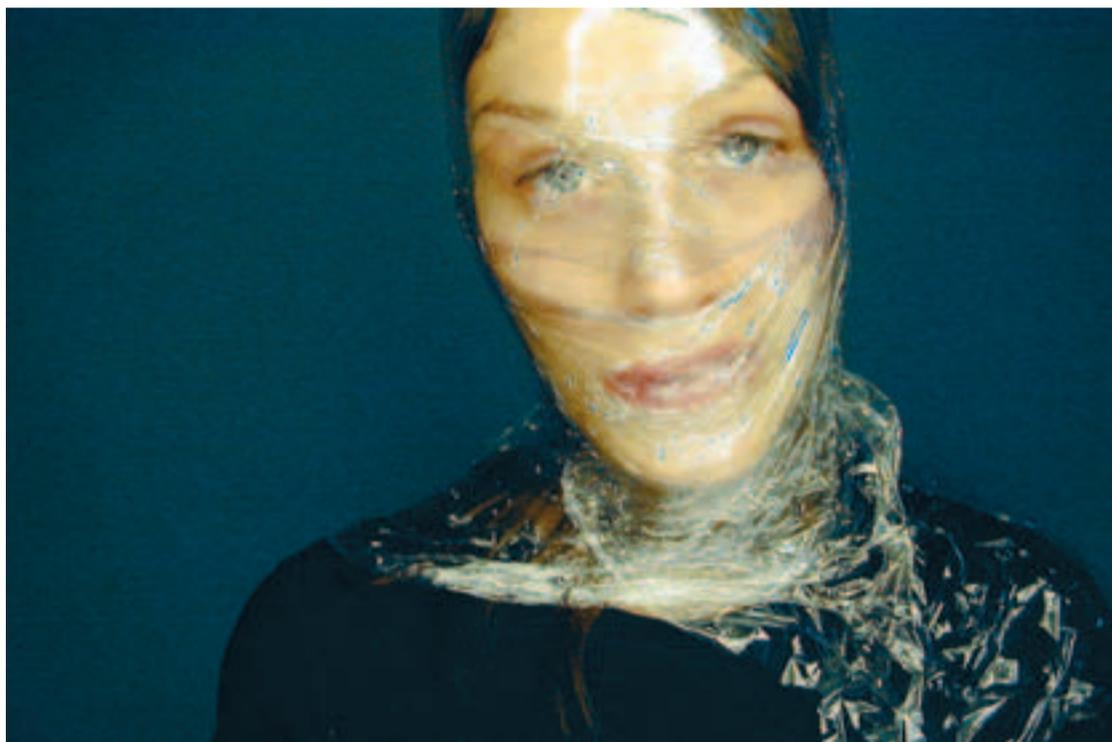


british style

adriana rodríguez coordinación

UN PROBLEMA QUE TRASTOCA LA MENTE

Las alteraciones que afectan a los procesos cerebrales son las que causan mayores índices de discapacidad y en España 10 millones de ciudadanos padecen alguna.



UNO DE LOS ASPECTOS EN LOS QUE MÁS SE HA AVANZADO GRACIAS A LOS COLECTIVOS DE PACIENTES ES EN LA ELIMINACIÓN DE LOS ESTIGMAS QUE SUELEN ACOMPAÑAR A ESTOS MALES

diendo problemas de adaptación esperables en situaciones críticas como el paro, las dificultades económicas o la soledad con estos problemas de salud».

LOS DESAFÍOS DEL FUTURO Otro de los grandes retos de la psiquiatría se encuentra en el porcentaje significativo, «mayor de lo deseado», de afectados que no reciben tratamiento. «Y todo ello a pesar de que las cifras de consumo de antidepresivos pudieran indicar lo contrario», determina el doctor Eduard Vieta, coordinador de Investigación en Neurociencias y Director del Programa de Trastornos Bipolares del Hospital Clínico de Barcelona. Y añade que, «tanto en las comunidades autónomas como en los centros hospitalarios se está limitando el acceso a determinados tratamientos aprobados, de forma que los médicos no podemos dispensar fármacos innovadores con eficacia basada en la evidencia, dañándose de esta forma la calidad asistencial», analiza.

Según se recoge en el informe Inesme, España es un país líder en investigación en salud mental gracias en gran medida a la actividad de Cibersam, que la ha situado al mismo nivel que otras especialidades y también se ha avanzado en la lucha contra la estigmatización a través, sobre todo, de los colectivos de pacientes. Asimismo, desde todos los sectores se aplaude la Estrategia de Salud Mental que cumple ya cinco años y a la que se pide únicamente más indicadores de evaluación de los programas promovidos por las distintas regiones.

Las enfermedades mentales son la causa del 30 por ciento de la discapacidad global. El dato es esclarecedor, pero, sin embargo, el presupuesto invertido en su tratamiento no se corresponde con esta cifra, ya que solo cinco de cada 100 euros se emplean en ellas, lo que sitúa a España por debajo de la media en Europa. En cifras totales, podemos hablar de que más de 10 millones de ciudadanos padecen una alteración mental, como depresión, ansiedad, esquizofrenia o trastorno bipolar y, de hecho, se estima que hasta uno de cada cuatro individuos en edad adulta puede llegar a padecer alguna de éstas a lo largo de su vida. También, hasta el 11 por ciento de la población infantil se encuentra en riesgo de desarrollar una mala salud mental.

clara guzmán texto

En definitiva, estos males son la causa del 30 por ciento de la discapacidad producida por enfermedades médicas, superando a las patologías cardiovasculares u oncológicas. Todos estos datos se han puesto de manifiesto en el reciente Informe del Instituto de Estudios Médico Científicos (Inesme), presentado en Madrid bajo el título *Presente y futuro de las enfermedades mentales más prevalentes*. Según el profesor Jesús Honorato, presidente de Inesme, «la enfermedad mental tiene un gran impacto tanto asistencial como humano, por lo que era necesario elaborar un documento para conocer la situación presente de estas alteraciones y adelantarnos, en lo posible, a lo que pueda pasar en el futuro».

Por su parte, el doctor Celso Arango, director Científico del Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental (Cibersam) y coordinador del informe Inesme, cree que «a los trastornos de la mente se destinan menos recursos en comparación con su prevalencia, carga asistencial y discapacidad que a otras grandes patologías. En tiempos de crisis no se puede pedir una mayor financiación, pero sí un reparto más justo de la existente».

Y es que, en la actualidad, el volumen de personas con estos problemas es tan grande que a los especialistas les resulta muy difícil de manejar, de forma que parte de la asistencia la asume Atención Primaria. En esta línea, el doctor Arango opina que «etapas de estrés como la que vivimos en la actualidad constituyen el caldo de cultivo para desarrollar una enfermedad mental y, por eso, se está observando un incremento de las mismas. No obstante, también se están confun-

5 de cada 100 euros se invierten en el tratamiento de estas enfermedades, lo que deja a España por debajo de la media europea.

CÓMO NOS AFECTAN ESTAS ALTERACIONES

- Son la causa del 30 por ciento de las discapacidades globales.
- El estrés es uno de los elementos que más agrava sus síntomas, además de estar en el origen de muchas de ellas.
- A pesar del alto consumo de antidepresivos, una gran parte de personas afectadas no están tratadas correctamente.
- El reciente Informe Inesme pone de manifiesto su enorme impacto tanto asistencial como humano.



COMER A GUSTO

Todos sabemos lo complicado que resulta seguir un régimen de comidas, a pesar de que en muchas ocasiones nos va en ello la propia salud. Entre las personas intolerantes al gluten más del 50 por ciento no sigue su dieta de manera correcta.

El gluten es una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada, el centeno, la avena y otros cereales y trae de cabeza a aquellos cuyo organismo no lo tolera por diversos motivos.

Según el presidente de la Asociación de Químicos de Madrid, Juan José Álvarez Millán, si desde pequeñas las personas afectadas por una enfermedad celíaca no siguen una dieta sin gluten, su dolencia puede desembocar en celiaquía refractaria, es decir, llegar a un punto en que sea irreversible. Asimismo, aquellos que no son tratados adecuadamente pueden sufrir diarreas que suponen malabsorción y malnutrición. Es por ello que actualmente se proporciona a la población la información sobre su tratamiento, pero que «la conciencia es esencial» para llevar la enfermedad de la mejor manera posible. En este sentido, Álvarez considera que la industria debe respaldar la fabricación de este tipo de alimentos puesto que son «esenciales» para estas personas y aboga por el aumento de productos en el mercado «suficientemente nutritivos» y cuyo precio se vea disminuido para que todo el mundo pueda acceder a ellos. En el I Simposio Internacional del Proyecto de Ayuda a los Celíacos Españoles (Pace) organizado por la Fundación Ramón Areces, quedó claro que un número importante de personas no son adecuadamente diagnosticadas de esta enfermedad debido a la falta de uniformidad de los criterios utilizados en las distintas comunidades autónomas.

Por otro lado, según el presidente de la Sociedad Española de Enfermedad Celíaca (SEEC), Eduardo Arranz, actualmente existen investigaciones que pasan por el desarrollo de alternativas alimenticias como un proyecto para generar avena en la

álvaro
del río
texto

cuenca mediterránea que pueda ser ingerida por todo tipo de personas. En este sentido, Arranz apuesta porque



LOS PACIENTES APUESTAN POR IMPULSAR EL DESARROLLO DE FÁRMACOS QUE LES PERMITAN COMER DE TODO, PERO LOS ESPECIALISTAS LES INSTAN A SEGUIR LAS DIETAS

«la ciencia llegue a la sociedad», aunque no hay que olvidar el importante papel que juega la industria. Asimismo, alerta de que, a pesar de que esta alteración supone un trastorno digestivo provocado por la intolerancia al gluten en la que «una proteína es vista como una bacteria por el organismo y termina por dañar al intestino, el órgano diana», el gluten puede desencadenar la sintomatología clínica en pacientes con el síndrome de colon irritable que se encontraban con una dieta libre de este componente y en los cuales la enfermedad celíaca ha sido excluida.

El especialista apunta, en otro orden de cosas, que, a pesar de que los pacientes insisten en impulsar la investigación de fármacos con los que puedan ingerir cualquier tipo de alimentos, los médicos recuerdan que existen dietas «que no tienen los efectos secundarios de éstos».

¡TENGA CUIDADO CON LA BONDAD A 'TODA COSTA'!



OPTIMISMO
Y VIDA

Siempre he contado una sencilla historia que viví hace unos años en San Sebastián. Después de impartir una conferencia, se me acercó un hombre de unos 40 años con su hijo de 12, que había estado acompañando a su padre durante el evento. Hablamos de su futuro, de sus estudios y posibles metas a conseguir y el chaval me dijo: «Yo voy a estudiar medicina, pero mi padre me ha dicho siempre que, haga lo que haga, mi primera meta tiene que ser procurar convertirme en una buena persona». Me impresionó que un niño tan pequeño y bien formado por su padre, ya tuviera como objetivo, ser una buena persona y le dije que yo pensaba lo mismo y le animé en su proyecto.

Nadie puede dudar que ser bueno es el mejor de los logros, pero hay que procurar no dar la impresión con tanta bondad a *toda costa*, porque eso conlleva, a veces, dejar que nos pisen, nos chantajeen y se aprovechen de nosotros. La bondad inteligente, despierta y valiente, nada tiene que ver con esa otra bondad bobalicona que se deja manipular y que lleva a los demás a considerarte un tonto, un memo sin sangre en las venas.

Hace algún tiempo, los profesores Aldo Carotenuto y Paolo Crepet, de la Universidad La Sapienza de Roma, demostraron en una de sus investigaciones que ser bueno en extremo, lleva al conformismo y «al aplastamiento del individuo». Hablando en plata, conduce a que te tomen por tonto y se aprovechen de ti. La falta de asertividad, no hacerse valer y decir «no» cuando así nos lo pide todo nuestro ser, resulta muy perjudicial para la salud física, psíquica y emocional y afecta especialmente al sistema digestivo y al cardiovascular.

Tener satisfacciones, incluida la sexual, y esforzarse en exceso en ser siempre la imagen de perfección para la familia y para todos con el fin de mantener esa imagen de la bondad personificada parece ser que no hace demasiado feliz a la gente y crea bastantes problemas. Esa pretendida bondad, según algunos, puede convertirse en una especie de *imbecilidad sustancial* de quien se ha acostumbrado a vivir su propia vida no según su propio guión, sino según el guión que otros le han escrito. Permitir que otros tomen decisiones sobre tu vida no es bondad sino estupidez. Así que, por respeto a la bondad auténtica, que siempre es asertiva y no se deja pisar, he querido dejar claro que el bueno que ha evolucionado hasta convertirse en tonto y manejable, ya no es un bueno auténtico, es otra cosa.

Hay que tener mucho cuidado con quien pretende *hipotecarte emocionalmente* y que toda la vida tengas que pagarle deudas. Las inversiones emocionales ruinosas son más destructivas que las inversiones económicas... ¡Despiertel, amigo.

NECESIDAD DE INVESTIGACIÓN

Como defiende el doctor Jesús Almendral, miembro de la Sociedad Española de Cardiología, el 50 por ciento de los pacientes que sufre muerte súbita no manifestó en ningún momento síntomas previos, lo que dificulta enormemente su tratamiento. Por otra parte, el pronóstico de supervivencia de las personas que han padecido una parada cardíaca fuera del medio hospitalario es muy bajo (apenas el 10 por ciento). De este modo, para este especialista «en el caso de esta enfermedad cobra una especial importancia la reacción de las personas que atienden al paciente, ya que realizar una reanimación cardiopulmonar en los minutos siguientes al paro y trasladarlo a un servicio de urgencia, elevará enormemente las posibilidades de supervivencia de los afectados». Así, en España se producen cada año entre 10.000 y 15.000 casos registrados, por ello resulta fundamental la continuidad en la investigación de estas situaciones.

SU IMPORTANCIA EN LOS MAYORES

Las quejas que manifiestan las personas de la tercera edad relativas a su calidad y conciliación del sueño «podrían influir» en su capacidad de aprendizaje y memoria. Así lo ponen de manifiesto los datos del estudio denominado *Influencia de las quejas subjetivas de sueño sobre variables cognitivas en una muestra de personas mayores*, presentado en el Congreso de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. El trabajo parte de la premisa de que los criterios biológicos del sueño parecen estar asociados «con un empeoramiento cognitivo a lo largo del ciclo vital».



NUEVAS APLICACIONES PARA LA MEDICINA

En España los médicos apuestan por lograr una mayor efectividad valiéndose de las últimas tecnologías de la información y la comunicación. Aún así, las percepciones son diferentes en función de la edad y del hábito de uso de las mismas.

Las nuevas tecnologías han alcanzado todos los rincones: en el trabajo, hogar, lugares públicos...; en muchas ocasiones ya parece difícil prescindir de ellas. Y de igual modo, se han acercado de lleno a nuestros galenos, quienes ya las utilizan como una herramienta más de su trabajo. De hecho, un estudio de la consultora Accenture revela cómo los médicos españoles son los facultativos que ven más ventajas a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación

(TIC) de cara a la mejora de la atención sanitaria. Concretamente, el 82 por ciento de ellos opina que la tecnología conlleva una mayor coordinación entre la atención sanitaria y los límites del servicio; una mejora de los procesos de trabajo entre las diferentes organizaciones y un más fácil acceso a los datos cualitativos para la realización de estudios clínicos.

Por otra parte, una ventaja añadida, según nuestros especialistas, es que la tecnología, aplicada al ámbito de la sanidad, mejorará la calidad



EL GRADO DE IMPLANTACIÓN DE LAS TIC EN EL ÁREA SANITARIA ESPAÑOLA ES ELEVADO Y FIGURA CLARAMENTE POR ENCIMA DE LA MEDIA EUROPEA

en la toma de decisiones de tratamientos, reducirá posibles errores y beneficiará a la salud de los pacientes. Y en cuanto a las funciones de los avances tecnológicos aplicados a la sanidad, este estudio midió la utilización de 12 aspectos diferentes de las mismas, entre ellas las referencias electrónicas a otros médicos, los pedidos *on line*, la receta electrónica y la comunicación con pacientes y otros profesionales con un correo electrónico seguro.

SER POSITIVO De cualquier modo, hay que decir que no todos los galenos están acostumbrados por igual al uso de estas herramientas, que para otros muchos son de gran ayuda. De hecho, se confirma que los más habituados a las tecnologías son los que tienen una actitud más positiva respecto a los beneficios que conllevan. En este sentido, Javier Mur, portavoz de Accenture considera que «el grado de implantación de las TIC en el área sanitaria en España es elevado y figura claramente por encima de la media europea, debido, entre otras cosas, a las considerables inversiones realizadas en los últimos años». La encuesta revela que los médicos españoles y de Singapur son los más positivos, comparados con sus homólogos de Estados Unidos, Canadá y Australia, los más escépticos.

Uno de los indicadores clave de escepticismo entre los expertos es la edad, con diferencias entre las opiniones de los mayores de 50 años, debido a su nivel de conocimiento y uso de las tecnologías de la información, y las de los médicos más jóvenes, que muestran una mayor predisposición a considerar el impacto positivo de estas técnicas.



maría
jesús
álava
psicóloga

PODEMOS LEVANTAR EL ÁNIMO

Dejarse llevar por la apatía en los momentos difíciles es una actitud negativa ante la vida que hay que combatir a través de la actividad y el buen carácter. Cambiar de rutinas y centrarse en los pensamientos positivos ayudarán a salir de los baches.



Aunque seamos personas optimistas, la realidad que nos está tocando vivir en los últimos años, inmersos en una tremenda crisis económica que envuelve todos los ámbitos de nuestra vida, no nos invita a sentirnos alegres y con buen ánimo. Pero no debemos dejarnos contagiar por el pesimismo reinante, porque si sucumbimos al desánimo ante las situaciones difíciles que atravesamos, estaremos reaccionando con lo peor de nosotros mismos, algo que no nos podemos permitir.

¿Por dónde comenzar?

Desde la psicología siempre insistiremos en que empezaremos prestando atención a los pensamientos que tenemos cuando nos sentimos mal. Sabemos que dentro de nuestros razonamientos están los que nos mantienen estancados o los que nos movilizan, los que nos provocan tristeza o alegría, los que infunden miedo o nos llenan de seguridad... Es crucial que no fomentemos las ideas catastrofistas.

¿Cómo me activo?

Cuando nos encontramos desanimados y estamos apáticos buscamos excusas para no hacer nada y seguir inactivos. Adoptamos conductas muy pasivas e ineficaces como quedarnos en el sofá viendo la televisión.

Tenemos que aparcar las dificultades que nos encontramos una y otra vez para pasar a la acción y ponernos realmente a *hacer algo*. Para ello será crucial que nos convenzamos de que el efecto más rápido y beneficioso sobre nuestra apatía y desilusión es la actividad.

Pero si queremos consolidar nuestros avances, será importante que mantengamos durante unos días nuestro foco de atención sobre las actividades que hemos retomado o comenzado. En este punto, no debemos ser extremadamente exigentes o inflexibles con nosotros mismos. Por ejemplo, si hace unos días ni siquiera nos planteábamos acudir a un grupo de literatura, hoy nos felicitaremos por habernos matriculado en uno, y si un día faltamos a clase, no nos marcharemos por ello, pero sí vere-

mos la forma de que estas ausencias no se produzcan de nuevo en el futuro.

CLAVES QUE NOS AYUDARÁN

El principio básico en estos casos será: a cada emoción una estrategia.

- Si nos sentimos apáticos: fomentaremos la actividad.

Nos centraremos en el ejercicio físico, en las acciones al aire libre como pasear, bailar, ir de excursión... Recordemos que practicar algún deporte tiene una acción inmediata y positiva sobre nuestras emociones.

- Ante la melancolía: nos relacionaremos con alguien cuanto antes.

Iniciar una conversación, intercambiar opiniones o compartir experiencias nos ayudará a salir de estos sentimientos. Por ejemplo, recuperaremos contactos de nuestra agenda, pasearemos por el vecindario, acudiremos a clases de grupo (teatro, pintura, encuadernación, cocina...), a conferencias, a reuniones de vecinos...

- Ante la tristeza: nos centraremos en nuestras fortalezas, en la potenciación de nuestra mejor sonrisa y, por supuesto, del sentido del humor.

Escucharemos a los que nos dicen cosas agradables y nos las repetiremos internamente. Nos permitiremos algún capricho, pues nos ayuda ante la tristeza. También intensificaremos las actividades que nos resulten placenteras como comprar flores, darnos un baño... Además, al hacer un esfuerzo por sonreír a los demás, se producirá un *contagio emocional* y nos sentiremos mejor con nosotros mismos.

- Ante el aburrimiento: pasaremos inmediatamente a la acción, pues el hastío con frecuencia nos conduce a la tristeza, ya que tendemos a darle demasiadas vueltas a las cosas.

En esos momentos jugará un papel esencial la distracción y, cuanto más concentración requiera la actividad que realicemos, mejor. Por ejemplo: coleccionar, jugar, cantar, tocar un instrumento, bordar, hacer bricolaje...

Herodoto decía: «Tu estado de ánimo es tu destino». Seremos dueños de nuestro destino si aprendemos a levantar nuestro estado de ánimo.

Libros recomendados: *La inutilidad del sufrimiento y Recuperar la ilusión*, de M^a Jesús Álava Reyes. Disponibles en Amazon.

CRÓNICA SOCIAL

BEYONCÉ DA A LUZ A SU PRIMERA HIJA

Por fin, **Beyoncé** y Jay-Z ya son mamá y papá. La pequeña, Ivy Blue Carter, nació hace unos días en un exclusivo hospital de Nueva York. Sí, no, no, sí, sí, sí. Los rumores sobre el alumbramiento de la cantante han causado muchos quebraderos de cabeza. Desde el pasado 30 de diciembre varias publicaciones se atrevieron a decir que



la pareja había tenido un retoño. Sin duda, el embarazo de la artista ha sido muy mediático, pero la pareja ya tiene en casa a **Ivy Blue Carter**, que es así como se llama la pequeña. Además, el rapero, **Jay-Z** y su esposa han querido mantener en secreto absoluto la noticia, a pesar de que su anuncio en la gala de los MTV fue todo un espectáculo. Con este espectacular *baby-boom* hollywoodiense pronto habrá un ranking al más guapo, al que tiene más estilo, al más rico... Cosas de *celebrities*.

KATY PERRY VUELVE A SONREÍR TRAS SU DIVORCIO

Muchos aseguraban que la cantante estadounidense **Katy Perry** estaba destrozada tras su repentino divorcio con el humorista **Russell Brand**, con el que contrajo matrimonio en otoño de 2010, pero parece que el amor recibido por todos sus seres queridos durante la pasada Navidad ha ayudado a que afronte su soltería con una sonrisa en sus labios. «Estoy feliz de nuevo y muy agradecida por todo el amor y apoyo que he recibido. En cuanto a los chismes, quiero que quede claro que nadie va a hablar por mí», confesó la artista en Twitter.



PAULINA RUBIO Y NICOLÁS VALLEJO NÁJERA PONEN FIN A SEIS AÑOS DE RELACIÓN

Ya es oficial. Paulina Rubio, la chica dorada, y el empresario español Nicolás Vallejo Nájera se van a divorciar después seis años juntos, tal y como confirmó a los medios de comunicación uno de sus amigos más allegados.

2012 arranca con una nueva ruptura sentimental. La cantante y su pareja han decidido hacer su vida por separado, aunque los rumores ya venían coleando desde hacía varios meses. Su relación ha tenido varios altibajos durante estos años y lo cierto es que ya hacía tiempo que no se dejaban ver juntos en ninguna fiesta. De hecho, ni tan siquiera habían pasado en amor y compañía la Navidad y la entrada del nuevo año.

Además, la revista *QMD* publicó que *Colate* podría haber sido infiel a la artista mexicana durante la boda del hijo del expresidente del Gobierno José María Aznar hace un mes en Madrid, a la que acudió solo, pues su mujer estaba inmersa en la promoción de su nuevo disco, *Brava*.

Algunos de los allí presentes han asegurado que Vallejo Nájera no se separó de una misteriosa mujer durante todo el evento. Y ya hay muchos que afirman que podrían existir fotos comprometidas de ambos. Además, algunos mentideros dicen que Paulina estalló en cólera cuando el asunto llegó a sus oídos. Parece ser que la artista nunca ha aprobado las juergas de su marido y ésta sería la gota que ha colmado el vaso.

Al parecer, la joven con quien se vio al empresario era una amiga de la pareja y, cuando parecía que los rumores de la presunta infidelidad se disipaban por completo, se ha hecho oficial que el matrimonio está roto. Por el momento, ninguno

EL EMPRESARIO MADRILEÑO PODRÍA HABER SIDO INFIEL A PAULINA DURANTE LA BODA DEL HIJO DEL EXPRESIDENTE JOSÉ MARÍA AZNAR, A LA QUE ACUDIÓ SIN LA ARTISTA

de los implicados ha precisado nada al respecto, pero también se comenta que su matrimonio se ha hundido por diferencias personales que no han logrado solucionar.

En Noviembre de 2010, Paulina Rubio y Nicolás Vallejo Nájera se convirtieron en padres primerizos de un precioso bebé al que llamaron Andrea Nicolás y al que presentaron en una jugosa exclusiva en la revista *Hola*. El nacimiento de su primogénito hizo muy feliz al matrimonio, que se casó en el paradisíaco parque ecológico de Xcaret, situado en la Riviera Maya, en mayo de 2007, tras dos años saliendo juntos.

De este modo termina una relación de más de seis años que siempre ha estado marcada por los continuos altibajos que hasta ahora habían conseguido superar, pero que esta vez no ha llegado a buen puerto.



LA REINA SOFÍA, CONVENCIDA DE LA INOCENCIA DE IÑAKI URDANGARÍN

No corren buenos tiempos para la Familia Real. La situación de **Iñaki Urdangarín** ha provocado que, por primera vez los Reyes no hayan podido celebrar la Navidad con sus tres hijos y, según han publicado algunas revistas, **Doña Sofía** está absolutamente convencida de que su yerno «ha sido engañado por los que eran sus socios». Siempre en un discreto segundo plano, la Reina no se ha pronunciado acerca de la situación de su yerno, pero de puertas hacia dentro dicen que su actitud es la de una suegra que cree incondicionalmente en su inocencia y que «lo está pasando realmente mal». Y es que Doña Sofía siempre ha guardado una estrecha relación con su hija Cristina y, en estos momentos, está en una auténtica «encrucijada», pues tiene que lidiar con su papel de Monarca y el de madre. Además, el final de 2011 fue algo triste para ella, debido a que pasó la última noche del año sola, ya que **Don Juan Carlos** estaba cazando, los Príncipes de Asturias con la madre de Doña Letizia, mientras que la Infanta Elena se tomó las uvas con unos amigos.



LA CANTANTE RAQUEL DEL ROSARIO YA TIENE NUEVO NOVIO

La noticia de la separación del piloto **Fernando Alonso** y la cantante **Raquel del Rosario** cogió a todo el mundo por sorpresa, pero parece que ambos ya tienen sustitutos. El asturiano se está dejando querer por la modelo **Xenia Tchoumitcheva**, mientras que la canaria también se ha buscado a alguien con quien volver a compartir su vida: un multimillonario empresario mexicano que le ha devuelto la sonrisa. La vocalista del grupo El sueño de Morfeo, que se ha volcado en su carrera, ha decidido volver a probar suerte en el mundo del amor, y ya se ha dejado ver en actitud muy cariñosa con este nuevo acompañante. Y es que parece que esta pareja se ha aplicado ese cuento que dice que *un clavo saca a otro clavo* y de qué manera.



NACE BIANCA, LA SEGUNDA HIJA DEL MATADOR ENRIQUE PONCE

Mientras la prensa de medio mundo se vuelca en el nacimiento de la primera hija de Beyoncé y Jay-Z, dentro de nuestras fronteras, 2012 ya empieza a recibir el nuevo *baby boom* español. Los primeros afortunados, **Enrique Ponce** y **Paloma Cuevas** quienes esta semana han dado la bienvenida a su segunda hija. Se casaron en el año 1996 y tuvieron a Paloma en abril de 2008. Cuatro años más tarde, la pareja ha recibido con los brazos abiertos a la pequeña **Bianca**. El bebé vino al mundo en la clínica Ruber Internacional de Madrid, y tanto la madre como la hija se encuentran en perfecto estado. Además, los primeros en acercarse al hospital para dar la enhorabuena a los padres fueron los abuelos, tanto los maternos como los paternos.



MARC ANTHONY MUESTRA AL MUNDO A SU NUEVA PAREJA

Desde que pusieron fin a su matrimonio, Jennifer López había sido la única en pasearse por medio mundo con su nuevo amor, pero parece que su ex **Marc Anthony** ha cogido velocidad. Ya hay fotos en la red y mensajes cariñosos, pero ¿quién es ella? Su nombre es **Shannon de Lima**. Nació en Venezuela hace 24 años, y en 2005 se alzó con la corona de Miss. Además, la joven es mamá de un niño de cuatro años, Daniel, fruto de su relación con el actor Manuel Sosa. Según los mensajes que ambos se han enviado en una red social, para el cantante esta joven es su «bebé» y «estatua de libertad», mientras que ella ya conoce a los vástagos de su pareja. Mientras Marc y Shannon siguen con su reciente relación, **Jennifer López** sigue disfrutando con su chico, el bailarín, Casper Smart.



IRINA SHAYK SE DESNUDA PARA LA REVISTA 'ESQUIRE'

No es la primera vez que la novia de **Cristiano Ronaldo**, la modelo rusa Irina Shayk consigue transformar las gélidas temperaturas en ardientes grados que hacen posible que hasta los termómetros más escondidos lleguen a reventar. Esta vez, la maniquí aparece medio desnuda en un reportaje para la revista **Esquire**, aunque tiene bien claro que nunca posaría para **Playboy**. «Soy una modelo de ropa interior, pero tengo clase. Me ofrecieron mucho dinero y les dije que no. Yo me considero chica de portada, pero no de ese tipo de publicación», añadió. La novia del futbolista se muestra, sin tapujos, celosa de mostrar más de lo necesario, pero muy orgullosa de dejar sin aliento a los lectores de **Esquire** presumiendo de cuerpo de infarto. Sencillamente espectacular.



EL ABANICO

Rosa Villacastín

El futuro esperanzador de Concha García Campoy



Concha García Campoy tiene leucemia, se lo ha comunicado a través de twitter a sus muchos seguidores, y a sus amigos más íntimos vía SMS. Estupenda periodista como es Concha no quería que se especulase con su enfermedad, ni que quienes la queremos nos preocupásemos por la falta de noticias, ya que permanece aislada en la Clínica de la Zarzuela, para evitar que su habitación se convierta en un ir y venir continuo, lo que podría provocarle alguna infección, ahora que está siendo sometida a un duro tratamiento, por un equipo médico en el que ha depositado todas sus esperanzas. Confieso que cuando me dieron la noticia de que Concha estaba enferma no daba crédito a lo que estaba escuchando y reaccioné como se reacciona en estos casos: con estupor primero y con dolor después. Conozco a Concha desde hace 25 años, he trabajado con ella codo con codo, he disfrutado del nacimiento de sus hijos, de su felicidad sentimental y he padecido algunos de sus desencantos. Sentimientos que he compartido con otras colegas como Olga Viza, Ángeles Caso, María Escario, Elena Sánchez o Susana Griso, con las que comemos o cenamos para que no se esfume el cariño que nos tenemos. Reuniones que no tienen otro objetivo que charlar de nuestras cosas, de todo aquello que nos preocupa y gratifica. En la última Concha nos comentó que estaba enganchada a twitter. Lo contaba como si nos estuviera dando la mejor de las noticias, con la sonrisa siempre a punto, los ojos como chispas encendidas. Estaba feliz, bueno, en realidad a Concha siempre la he visto feliz, porque tiene un carácter optimista que le ha ayudado en los momentos difíciles y que estoy segura que le será de gran ayuda ahora, porque confío en quienes dicen que una actitud positiva ayuda a la curación de las enfermedades. Y aprovecho la oportunidad que me brinda esta página para pedir, suplicar a los representantes del Gobierno que no recorten en Sanidad e Investigación, porque hacerlo sería como cortarles las alas a la esperanza de vida de muchos enfermos que como Concha padecen esta u otra enfermedad. Recorten, pero no poniendo en riesgo nuestra salud y el futuro de quienes sueñan con esos medicamentos o tratamientos que puedan devolverles la salud y la alegría de vivir. Los enfermos no son un número, ni una cifra, tampoco los médicos, ni los enfermeros, ni los investigadores que se dejan la piel por todos y cada uno de nosotros.

APAGA Y VÁMONOS

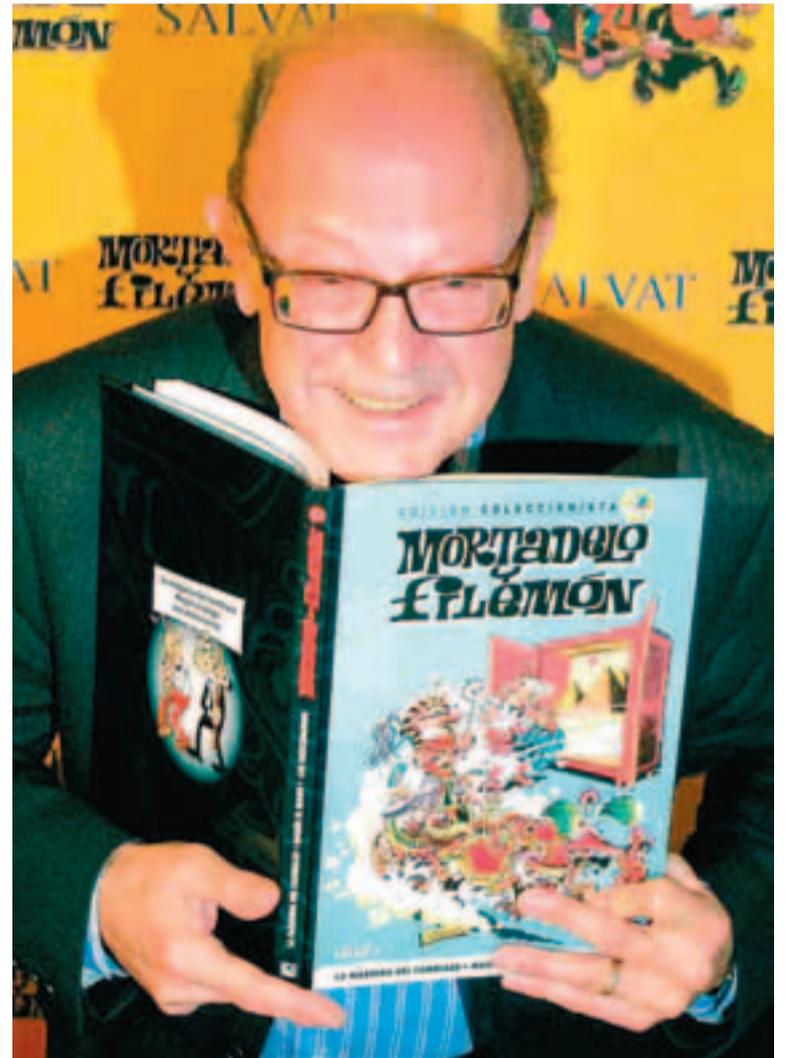


IBÁÑEZ PUBLICA UNA EDICIÓN PARA COLECCIONISTAS DE 'MORTADELO Y FILEMÓN' SIN PENSAR EN JUBILARSE

Los fans de *Mortadelo y Filemón* podrán recopilar la mayoría de sus historietas de los súper agentes de la T.I.A. gracias a la colección que ha lanzado esta semana la editorial Salvat, aunque no es una antología, ya que su creador, Francisco Ibáñez, avanzó que no piensa jubilarse.

«Cuando digo que me quiero jubi... ¡no me dejan acabar la frase!», confesó divertido, y añadió que solo dejará el cómic si las musas le abandonan y es capaz de pasar más de 24 horas sin hacer un garabato. La nueva edición recopila 60 tomos, cada uno con tres tiras cómicas largas ordenadas de manera cronológica desde 1969 hasta 2011, y se podrá comprar en los quioscos.

En ese largo lapso de tiempo se percibe la evolución de las tramas; de unos personajes más ingenuos de los años setenta hasta el acercamiento a los temas de actualidad que empezó a raíz de los Juegos Olímpicos de Barcelona 92. Así, el dibujante confesó que esto trajo algunos inconvenientes, pues cuando se centraba en alguien de avanzada edad -como algún famoso constructor o el anterior Papa- y fallecía antes de publicarse el tebeo, se sentía obligado a repetir todo el trabajo para omitirlos. No obstante, los mayores contratiempos los vivió haciendo frente a la censura franquista, no tanto en *Mortadelo y Filemón* como en *13 Rue del Percebe*, que por su carácter estático considera su creación más complicada. Los censores, recordó Ibáñez, pusieron el punto de mira en uno de los vecinos del alocado edificio: un apasionado de los *Franksteins* considerado inmoral porque, para el Franquismo, solo Dios podía crear seres humanos. En cuanto al origen de la historia de este famoso ilustrador catalán de 76 años, cabe destacar que empezó a trabajar en un banco, donde escondía su libreta y sus dibujos bajo los grises papeles de la cartera de riesgos. Después, se lanzó al mundo del cómic y empezaron los éxitos.



SUDOKU MANÍA

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

EL SUDOKU

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

SOLUCIONES

S	O	S	O		O	I	S	V	T	L	
O	I	X	E		F	V	G				
D	I	V	D	V		N	V	G			
V	A	R		S	V	O		O	D		D
L	E		S	V	O		M	O	S		L
M	E		S	V	O						L
R	E	T	E		V	N	V	E			I
P											
I	D	A									
L	A	V	A								
A	O	A									
E	L	I	C	A							
S	E	L	A								
F	A	V	O	R							
P	I										

CRUCIGRAMA

HORIZONTALES: 1. Las preferidas por todos. Número omnipresente en los círculos. 2. Ciencia olvidada hoy sobre lo moral. Relativos a la historia. 3. Electrodoméstico que centrifuga. Aquí empieza a acabar. 4. Billeto sin retorno. Especie de bongos cuyo ejemplar más famoso es la muscaria. 5. Torta muy popular en San Juan. Lo es el nacido en Teherán. Primer piso. 6. Palo sin más. Extremadamente pequeña. Él quinto elemento. 7. Organización espacial. Toma como propias las responsabilidades. 8. Contracción alimentaria. Cura. Contracción delimitadora. 9. Uno de los cinco lobitos. Tienes el valor suficiente. Canto de animadora. 10. Vence. Líder militar. 11. Experiencia vital y cultural. Suerte profesional. 12. Obra artística que se considera referente universal. Soso invertido.

VERTICALES: 1. Armonía con la vida. Bici sin vocales. 2. Ligado de pies y manos. Contra de la ley. 3. Ágiles y muy vivos. Puñal de hoja corta. 4. Pariete del pato. Ranunculáceas de jardín. 5. Bahía. Periodo de doce meses. Para muchos americanos, pimiento. 6. La latina. De mal agüero. En medio de la pesca. 7. Onomatopeya que acompaña al tararí. Isabel no es ésta. Vocal. 8. Fruta capicúa. Ave que empieza como la anterior. 9. Sociedad. Amada de tenorio. Instrumento muy sexy. 10. Dimensión. Flor heráldica. 11. Es pecador. Profesor ya retirado. 12. Canto canario. Superiores de un convento.



IBERDROLA

El viento nos hace grandes.

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





CASTILLA Y LEÓN

en una escapada

VERÁS MUNDO



CASTILLA Y LEÓN