



OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 1 al 7 de mayo de 2010 - Número 185

VOLCANES

El rugido del Eyjafjalla

IBERWINE

Gran foro del vino

DAVID BUSTAMANTE

Su cara más oculta

Juan Antonio Samaranch

**ADIÓS AL PADRE DEL
OLIMPISMO MODERNO**



NUEVA RUMASA
DIVISIÓN DE ALIMENTACIÓN

TU CONFIANZA...



...MARCA NUESTRO PROGRESO





ISLANDIA VOLCÁNICA **_16**
La amenaza se esconde en un glaciar

FOTO: REUTERS



NUMERO 185
2 DE MAYO DE 2010

«À LA VILLE DE BARCELONA»

Fueron solo cinco palabras, pero emocionaron a millones de españoles, forjaron sueños y encendieron la mecha que animó la creación de nuevas empresas, puestos de trabajo, ingresos por turismo, además de movilizar a miles de voluntarios en una iniciativa sin parangón hasta entonces en España, un país que avanzaba raudo hacia la modernidad y el reconocimiento internacional.

Aquellas cinco palabras, recordadas hoy con emoción, fueron pronunciadas el 17 de octubre de 1986 por Juan Antonio Samaranch, entonces presidente del Comité Olímpico Internacional, cargo en el que se mantuvo durante 21 años, y confirmaron al mundo que Barcelona era la elegida para albergar los Juegos Olímpicos de 1992. Pocas decisiones habían generado tanta expectación en la sociedad española, y todavía más en la catalana, conscientes todos de que la organización de una Olimpiada podía cambiar por completo una ciudad, física y anímicamente, como así fue.

Recuerdo que aquella mañana de octubre de hace ahora casi 24 años me encontraba pintando un lienzo (manchando al óleo una tela de buen tamaño, para ser precisos) en la heladora casa familiar del pueblo. En la radio sonaba J. J. Cale. De pronto, interrumpieron la emisión para conectar en directo con la ciudad suiza de Lausana justo en el instante en que Samaranch, uno de los «padres» del Olimpismo moderno, fallecido el pasado 21 de abril, desvelaba el nombre de la ciudad condal. El pulso se desbocó y me embargó la alegría. Había sido testigo, aunque fuese a través de las ondas, de un momento histórico... Ya no pinté más aquel día.

juanjo saiz
subdirector de OSACA



BUSTAMANTE **_12**
Otro optimista patológico



IBERWINE 10 **_20**
Feria del vino en Valladolid

SUMARIO

NÚMERO 185

HOY FIRMAN EN OSACA

tino barriuso **_4**



alfredo urdaci **_6**

El eterno retorno del cainismo

ramón sánchez ocaña **_27**

bernabé tierno **_28**

pilar riobó **_30**

eneuve **_38**

OLÍMPICO SAMARANCH **_16**

El mundo del deporte despidió al hombre que con mucho esfuerzo modernizó los Juegos

CULTURA **_22**

Segovia acoge la 24 edición de Titirimundi

CINE **_23**

Jackie Chang vuelve con 'El Supercanguro'

TENDENCIAS **_24**

Sony lidera la carrera hacia la televisión 3D

SALUD EN EL TRABAJO **_26**

La siniestralidad laboral sigue aumentando

PREVENCIÓN **_28**

Una guía ayuda a los pacientes del corazón

EDUCACIÓN INFANTIL **_29**

Cómo detectar la hiperactividad del niño

ALIMENTACIÓN **_30**

Ventajas de la carne magra de vacuno y cerdo

GASTRONOMÍA **_31**

¿Hacia dónde va la cocina española?

CRÓNICA SOCIAL **_34**

Estefanía Luyk espera su segundo hijo

MOTOR **_37**

Edición limitada del Ferrari 599 GTB

MODA **_32**

Ropa para hacer deporte



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

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

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

tino barriuso

THE WAY WE WERE (TAL COMO ÉRAMOS, TAL COMO SOMOS)

A sí no hace mucho a un concierto de Joan Báez. Estaba muy guapa la cantante neoyorquina:

parece mentira que tenga tres veces la edad que indican su esbelto cuerpo y su energía. Olvidado el poco español aprendido en la infancia: demostró ser una profesional de los pies a la cabeza haciendo un esfuerzo, con atril y todo, para cantar dos temas mejicanos, otro chileno y un cuarto de Miguel Hernández. No sólo estaban presentes Violeta Parra o Serrat: también, naturalmente, Dylan o Leonard Cohen. Y temas suyos, y espirituales cantados a capella y...

Fervor. Pocas veces he visto a un público tan entregado desde la primera canción. Recuerdo uno de Serrat y Chavela Vargas que fue un desastre: la mejicana estaba pasada de vueltas y el catalán notaba esa incomodidad que el escenario produce a algunos creadores de ley. La misma entrega que había en otro concierto de Sabina: pero Joaquín se adora a sí mismo y nunca es verdad del todo. Y en otro de María Dolores Pradera: pero el repertorio de la madrileña es, por encima de todo, sentimental e íntimo. Aunque la Pradera, tan tímida, fue la única capaz de sobrellevar la admiración icónica del público y estar a su altura.

Icono: alguien me dijo esa palabra para resumir la actuación de Joan Báez: *es un icono*. Un resumen vacío: un icono es el toro de Os-

borne o el vaquero de Marlboro. También es un icono la Virgen de Kazán, y por ahí vamos mejor orientados. La cuestión no es si Joan Báez, además de una mujer, es un icono, que lo es: la cuestión es qué tipo de icono es.

Califiquemos. Es un icono universal y es un icono moral. Lo primero es menos importante, puesto que afecta a bastante gente. Lo segundo es más raro: a ese grupo pertenecen personas no discutidas, como Vicente Ferrer, y personas discutidas como Baltasar Garzón. Pero muy pocas han llegado a esa condición a través del arte: acaso sólo Bob Dylan. Referentes de mayor cuantía, como Joan Manuel Serrat, sólo operarían en el ámbito del castellano (y el catalán, perdón): y eso no limita en absoluto la grandeza del *noi del Poble Sec*. Salvo en un aspecto: asistir a un concierto de Joan Báez es participar en una especie de comunión universal, sentir lo mismo que alguien siente oyendo ese concierto en Tokio, en Bucarest o en Johannesburgo.

Habría que examinar a los comulgantes, entonces: la chica de New York ya ha pasado el examen con nota y su vida es un eterno compromiso con ideas arriesgadas y decentes. Debutó el mismo año que Fidel Castro, uno más de los que edifican el paraíso con barrotos (aún queda gente que toma a Fidel por un icono moral, qué cosas...) ¿Cómo nos vemos, tantos años después, los que oímos juntos temas tan dispares como *Blowin in the wind* o *El preso número 9*? ¿Aplaudimos a Joan -espléndida, repito- o a nosotros mismos?

Yo creo que a ambos... Allí estaba una ju-

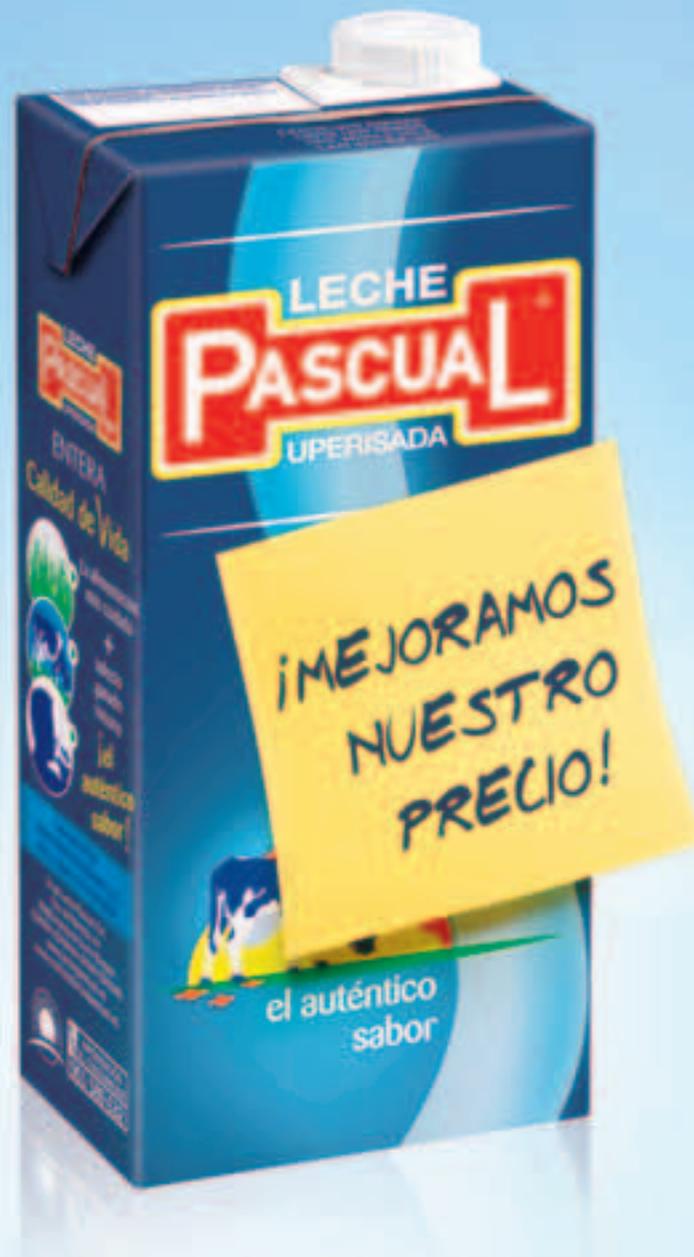
ventud de pelo cano que mezcla la bici y el adosado, el *mercedes* y el reciclado de basuras, los de *We shall overcome*. Algo se ha hecho y es mucho lo que queda por hacer: acaso vencer sea transmitir la pasión por las ideas arriesgadas y decentes de la Báez a los que vienen (allí estaban también, por cierto) Pensé en un verso de Benedetti: *cantamos -aplaudimos- porque el sol nos reconoce*. Ahora -y siempre- se trata de hacer que sea cierto: que el sol nos reconozca.



tino barriuso
Es profesor, columnista
y escritor



JOAN BAEZ, LA CHICA DE NEW YORK, YA HA PASADO EL EXAMEN CON NOTA Y SU VIDA ES UN ETERNO COMPROMISO CON IDEAS ARRIESGADAS Y DECENTES. DEBUTÓ EL MISMO AÑO QUE FIDEL CASTRO, UNO MÁS DE LOS QUE EDIFICAN EL PARAÍSO CON BARROTOS...



Tu calidad de siempre, a un precio como nunca.

Sigue disfrutando de la calidad. Sigue disfrutando de Pascual.
Ahora, a un precio como nunca.

Elige bien:

La que se recoge a diario...

La que triplica los controles legales en las ganaderías...

La que conserva todo su sabor y nutrientes...

Y por un precio como el de ahora.

No vas a encontrar otra igual.



alfredo urdaci

EL ETERNO RETORNO DEL CAINISMO

Les invito a un paseo imaginario por las alamedas de la polis. Imaginen que ustedes y yo estamos al frente de un partido político. No voy a repartir cargos, solo quiero que me acompañen. Rousseau era un paseante solitario que se dejaba llevar por sus ensañaciones. Yo detesto caminar solo. Pues bien, imaginen que tenemos el poder porque para llegar a alcanzarlo hicimos unas cuantas promesas que fueron aceptadas por los electores: sanidad gratis para todos, dinero para la investigación, cheques variados, ayudas para coches y viviendas, subvenciones para arreglar las cañerías, ordenadores gratis, ortodoncias pagadas por el dinero público, unos Juegos Olímpicos, fondos para el coche eléctrico, cambios de sexo subvencionados, estudios sobre la hormiga atómica financiados a cuenta del presupuesto educativo. Ningún grupo social se ha quedado fuera del reparto. Todos *pillan*, todos hacen caja, desde las oenegés más extrañas hasta la asociación para el fomento de la cota de malla. Además de todo eso, hemos conseguido aumentar el número de funcionarios. Hemos colocado primero a los amigos, y luego a los amigos de los amigos. También los familiares, en



los que hemos llegado hasta el grado 15 de parentesco. No tenemos la culpa de que los nuestros estén muy bien formados y sean idóneos para esos cargos de nueva creación «que deben responder a los nuevos desafíos».

Ahora vamos a repartir dinero a las escuelas, porque hay quien ha dicho que el problema del fracaso escolar es cuestión de fondos. No importa que con las primeras aportaciones el índice haya subido hasta un 15 por ciento de analfabetos funcionales, que es lo que sale todos los años de las aulas de la enseñanza pública. Si el porcentaje aumenta es que hay que poner más pasta. Como los créditos están baratos, vamos a aumentar la deuda. Tanto que podremos prometer lo imposible.

Con promesas y repartos volvemos a ganar las elecciones. Pero hay un momento en el que el tinglado se hunde y contamina a la moneda europea. El euro se tambalea. Y para evitar la catástrofe, Bruselas tiene que salir en nuestra ayuda. No pasa nada, pensamos nosotros, porque por muchas barbaridades que hayamos hecho, siempre nos tendrán que ayudar si no quieren hundirse con nosotros.

Estoy hablando de Grecia. Algún lector desconfiado habrá pensado en algún renglón de este escrito que se trataba de España. No. «Nosotros no somos Grecia», dicen nuestros políticos. Y no lo somos, pero la perspectiva de que transitemos por el mismo camino es cada día más probable, y más grave, porque la nuestra era la quinta potencia económica europea, y si no podemos pagar nuestra deuda, si nuestras cuentas se descuadran, es probable que a al-

guien se le ocurra echarnos de la moneda única, por falta de disciplina, por manirroto, por no saber gestionar la economía. Las previsiones dicen que no seremos capaces de crear empleo hasta 2016. Dios quiera que se equivoquen. Y no por la economía. Para tapar nuestras similitudes con Grecia se ha organizado en España un guirigay de distracciones, uno de esos circos que nos remiten de nuevo al franquismo. No quiero imaginar la que puede montar nuestro Gobierno y sus palmeros si caemos en la bancarrota. Es la tragedia nacional desde hace dos siglos: cuando España entra en crisis volvemos a enfrentarnos por el futuro, pero sobre todo por el pasado.



LA NUESTRA ERA LA QUINTA POTENCIA ECONÓMICA EUROPEA, Y SI NO PODEMOS PAGAR NUESTRA DEUDA, SI NUESTRAS CUENTAS SE DESCUADRAN, ES PROBABLE QUE A ALGUIEN SE LE OCURRA ECHARNOS DE LA MONEDA ÚNICA



GRUPO
GARVEY
Desde 1788

MÁS DE DOS SIGLOS BRINDANDO JUNTOS



Bebe con moderación. Es tu responsabilidad

JEREZ · RIOJA · TORO · PENEDES · RIBERA DEL DUERO
BORDEAUX · BOURGOGNE · CHAMPAGNE

www.bodegasgarvey.com
Tienda on-line

Más información en: **902 22 22 77** www.nuevarumasa.com
invernegocios@nuevarumasa.com nuevarumasabcn@nuevarumasa.com

FENÓMENOS NATURALES

EYJAFJALLA, EL FESTÍN

ISLANDIA, CON UNA SUPERFICIE SIMILAR A LA DE CASTILLA Y LEÓN Y UNA DENSIDAD DEMOGRÁFICA DE TRES HABITANTES POR KILÓMETRO CUADRADO, ERA HASTA EL ESTALLIDO DE LA ACTUAL CRISIS ECONÓMICA UN MODELO DE PAÍS

juanjo saiz
texto

DESARROLLADO, PRÓSPERO Y SOSTENIBLE.

PERO MÁS ALLÁ DE SUS TÓPICOS, DE SU PRECIADO BACALAO Y SUS SALMONES Y DE SUS SORPRENDENTES GÉISERES, ISLANDIA HA RECORDADO ESTOS DÍAS AL MUNDO QUE ALBERGA EN SUS ENTRAÑAS CASI 200 VOLCANES, EN SU MAYORÍA DURMIENTES, TAPONADOS POR IMPONENTES GLACIARES. SIN EMBARGO, DE CUANDO EN CUANDO, ALGO SE REMUEVE EN SU INTERIOR, COMO EL BORBORIGMO QUE ACOMPAÑA A UNA PESADA DIGESTIÓN, Y BUSCA UNA SALIDA, UN ESCAPE POR EL QUE ALIVIAR SUS EFLUVIOS, COMO LO HA HECHO EL YA UNIVERSALMENTE FAMOSO VOLCÁN EYJAFJALLA, QUE ENTRÓ EN ERUPCIÓN EL PASADO 14 DE ABRIL, PROVOCANDO EL MAYOR CAOS EN LA HISTORIA DE LA AVIACIÓN.

Cuenta la leyenda, transmitida de padres a hijos por los *kamchadales*, etnia nativa asentada en la península rusa de Kamchatka, que las erupciones volcánicas tan frecuentes en aquellos inhóspitos territorios de Siberia son provocadas por los *gomuls*, «fantasmas de la Tierra que se esconden en los cavernosos cráteres y que cuando tienen hambre, abandonan su guarida y surcan el océano en busca de ballenas, que atrapan con sus dedos afilados como lanzas y asan en colosales hogueras, proyectando hacia el cielo gigantescas nubes de vapor y humo. Turbulentos ríos de grasa hirviendo surcan entonces las laderas de las montañas y la Tierra tiembla... Cuando los *gomuls* han saciado su voraz apetito, el volcán se sume de nuevo en su pavoroso silencio».

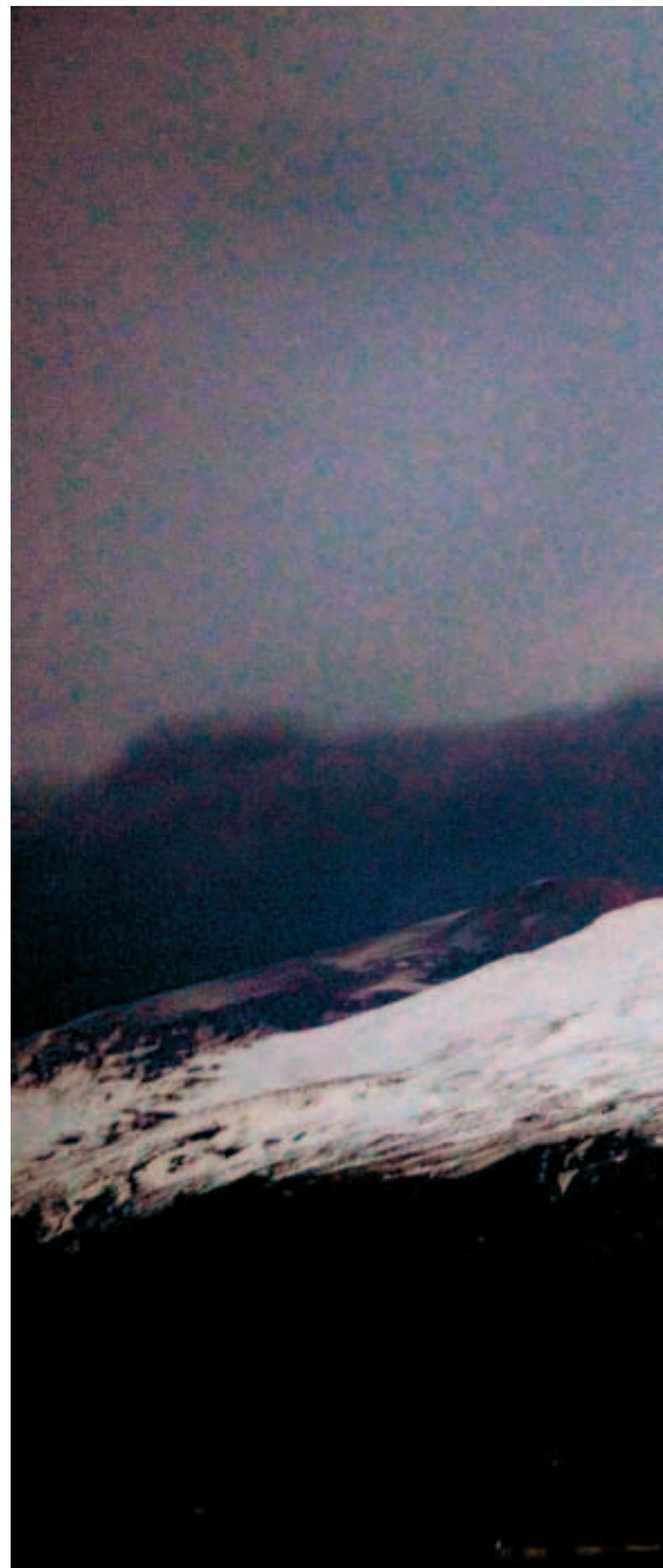
La leyenda de los *kamchadales*, como tantas otras, es un estímulo para la imaginación y la fantasía aunque, y perdón si usted es uno de los miles de afectados, está claro que poca o ninguna gracia suscitará entre los viajeros que han sufrido en persona la paralización del tráfico aéreo causado días atrás por la nube de cenizas del volcán islandés Eyjafjalla, silente desde 1823.

Tiempo habrá de saldar culpas porque, como manifestó en el momento álgido de la crisis Ramón Ortiz, vulcanólogo del Museo Nacional de Ciencias Naturales, «no existen los desastres, sino la mala gestión de los fenómenos naturales». Así que, a la espera de acontecimientos, re-

clamaciones, balance de pérdidas y efectos colaterales atribuibles a la erupción del *gomul* islandés, el último ronquido de la Tierra ha puesto de relieve la fragilidad del ser humano, de sus sistemas de comunicaciones y de alertas en un universo que, y las evidencias son incontables (terremotos, ciclones, maremotos, volcanes, etc.) no está diseñado para la vida, y todo ello pese a las pruebas y reiteradas advertencias aportadas por los expertos, con los geólogos a la cabeza.

Ya era conocido que Islandia es el mayor hervidero volcánico del planeta, que su territorio se asienta sobre una *cicatriz* activa de 650 kilómetros de profundidad que se separa al ritmo de unos 2,5 centímetros al año, resquicio por el que, de cuando en cuando, respira Gaia, lanzando a la atmósfera generalmente lava, pero en ocasiones, como ahora, también nubes volcánicas cuajadas de pequeñas partículas de vidrio, rocas pulverizadas y silicato, una suerte de papel de lija, un esmeril capaz de inutilizar los sistemas de navegación, impedir la visibilidad de los pilotos y calar los motores de las aeronaves. En definitiva, un cóctel con demasiados riesgos entre sus ingredientes como para caer en la tentación de degustarlo.

Normalizada la situación en los cielos y los aeropuertos europeos, ahora la cuestión es saber qué evolución seguirá el Eyjafjalla a corto plazo. Pero como en todo cuanto tiene que ver con la naturaleza, «nadie sabe nada» y, a lo sumo, los más osados lanzan hipótesis no vinculantes. Así, la opinión más extendida anticipa



DEL 'GOMUL' ISLANDÉS

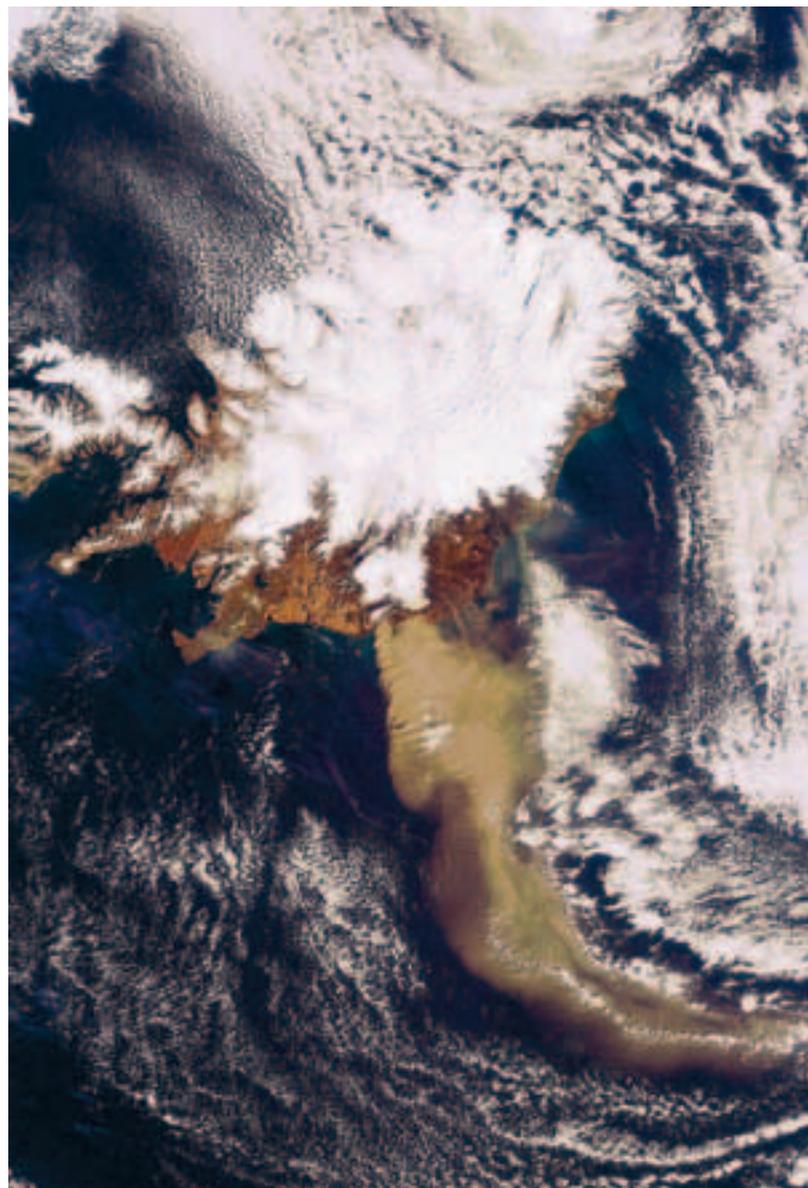


que el volcán islandés podría mantenerse activo durante semanas o incluso meses, aunque eso no quiere decir que se sigan formando cenizas durante el mismo periodo de tiempo, ya que el agua del cráter que lo contiene puede acabarse o fundirse antes, según el secretario general de la Asociación Internacional de Vulcanología, Joan Martí, quien también advierte que, aunque parezca que la actividad del Eyjafjalla ha descendido, posteriormente podría reactivarse y emanar de nuevo más lava o, por el contrario, cesar su actividad completamente. «Es un tema complicado que hay que seguir al minuto para poder realizar un pronóstico y, de momento, se desconoce cuándo va a parar», apostilla este experto.

PEQUEÑO, PERO MATÓN La gran columna de ceniza se forma porque el volcán supone un punto de calor en el glaciar que hace que éste se derrita levemente, y el agua que surge como consecuencia se mezcla con el magma, lanzando finalmente esas cenizas a la atmósfera. «Este volcán es pequeño y no debería haber causado tantos problemas. Se han producido demasiadas cenizas y también las condiciones meteorológicas han favorecido que éstas llegaran a Europa», explica Martí.

Por otro lado, el investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), Sebastian Wiesmaier, reconoce que en Islandia hay muchos precedentes de esta situación, al tratarse de una isla con cerca de 200 volcanes y que además se sitúan en latitudes muy altas, donde se forman los glaciares.

Entre las posibles consecuencias que pueda tener el volcán, resaltó que su erupción no va a fundir al completo el glaciar que lo contiene, aunque sí puede llegar a provocar un hueco. Igualmente, señaló que la comunidad científica desconoce cuándo se va a diluir por completo la nube volcánica, pero sí anticipa que su difusión provocará, entre otros muchos fenómenos, un enfriamiento de las temperaturas en el continente durante este verano. «Hay partículas que se forman tras la combinación de la ceniza y el agua en la atmósfera, el ácido sulfúrico, que



probablemente se quede en torno a tres años dentro de la atmósfera, al colocarse en la parte superior de las nubes, donde no hay lluvia», asegura Wiesmaier.

LA ODISEA DE VOLVER Ilse y Neftalí, una joven pareja residente en La Rioja,

ALGUNOS EXPERTOS CREEN QUE LA DIFUSIÓN DE LA NUBE VOLCÁNICA PROVOCARÁ UN VERANO MENOS CÁLIDO EN EL CONTINENTE

ejemplifica la odisea vivida por miles de ciudadanos, impotentes y en manos del viento desde que un aciago amanecer la nube de cenizas del volcán alteró por completo sus planes.

Habían viajado en avión, era su «bautismo aéreo», desde Madrid a Edimburgo con el propósito de pasar unos días en casa de un familiar. Su estancia en Escocia, por motivos laborales y logísticos, no podía prolongarse más allá del jueves 15 de abril. Sin embargo, el cierre del espacio aéreo durante los días siguientes a la erupción del Eyjafjalla y, ya restablecida la normalidad, el tapón de vuelos aplazados que se había formado en gran parte de los aeropuertos del norte de Europa, les condujeron a una situación realmente kafkiana: su línea aérea no les garantizaban plaza de regreso hasta después del domingo 25, por lo que de inmediato se pusieron a buscar alternativas.

Después de numerosas gestiones, llamadas telefónicas y conexiones a las páginas web de compañías ferroviarias, de autocares y barcos, la única opción factible entonces pasaba por coger un tren en Edimburgo el sábado 24 y cruzar el país de punta a punta, hasta Plymouth, puerto del sur de Inglaterra, donde pernoctarían. Y

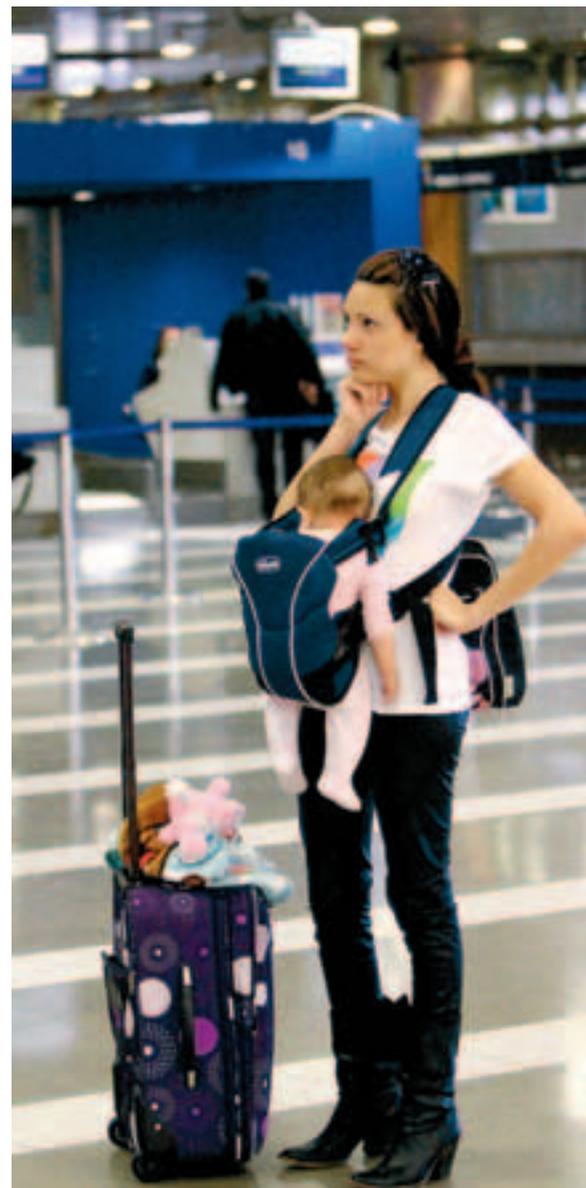


UN CIELO ÚNICO EN LA UNIÓN EUROPEA



La crisis del volcán islandés ha dejado en evidencia la fragmentación de autoridades sobre el espacio aéreo europeo (27 en la UE), al tiempo que ha dado nuevo ímpetu al plan de hacer realidad en 2012 un cielo único en toda la Unión, un ambicioso proyecto comunitario que mediante la reorganización territorial y funcional busca reducir a la mitad los costes de volar en Europa, triplicar la capacidad del tráfico aéreo y reducir en un 10 por ciento el impacto medioambiental. Desde hace dos años, el espacio aéreo europeo está ya dividido en nueve grandes bloques, con España y Portugal como responsables del segundo mayor de ellos en superficie por su profunda penetración hacia el oeste y suroeste sobre aguas atlánticas.

El proyecto es que para 2012 esos bloques funcionen conectados entre ellos y dentro de sí. Igualmente, está por ver si la coordinación entre ministros de Transporte para responder a la crisis del volcán sirve de modelo con vistas a sacar adelante el cielo único. De la crisis, cada cual ha querido extraer una lección. Por lo pronto, en el Parlamento Europeo ya se empiezan a escuchar voces a favor de una modernización del ferrocarril y la creación de las denominadas «autopistas del mar».



PÁGINAS ANTERIORES

1

1 Islandia, tierra de hielo y fuego, alberga en sus entrañas decenas de volcanes como el Eyjafjalla, cuya entrada en erupción a mediados del pasado mes de abril sembró el caos en los aeropuertos de medio mundo.

Foto: Vilhem Gunnarsson/EFE

EN ESTAS PÁGINAS

2	3	4
---	---	---

2 Imagen captada por el satélite británico del NERC en la que se aprecia la turbidez de la nube de cenizas expelida por el volcán islandés.

3 Vehículos cubiertos por una espesa capa de ceniza, estacionados cerca de Reykjavik, cinco días después de la erupción.

Foto: Jon Snorrason/EFE

4 El cierre del espacio aéreo europeo dejó en tierra a esta joven madre y a su bebé en Tesalónica (Grecia).

Foto: Grigoris Siamidis/REUTERS

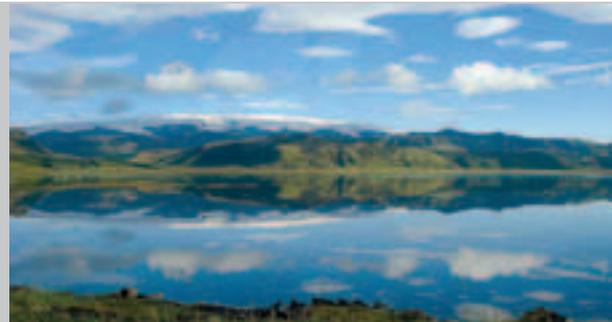
eso es lo que hicieron. Al día siguiente, domingo, cogieron un ferry hasta Santander, y desde aquí viajaron en autobús hasta Logroño, su destino final. Perdida ya la cuenta de las horas pasadas por tierra y mar, pero también del «sobrecoste» de su aventura, más de 700 euros no previstos, al margen de los billetes de avión, al caer la no-

che del lunes 26, con un retraso de 11 días, Ilse y Neftalí llegaban por fin a su casa convencidos de que había merecido la pena conocer Escocia y compartir vivencias, techo y mesa con sus anfitriones, aunque durante la prolongada estancia en la vivienda del familiar por momentos se sintieran como dos auténticos *okupas*. Sí, mereció

la pena, aunque pasará mucho tiempo antes de que esta pareja vuelva a poner un pie en un avión, tampoco en un globo, y pagarán el pato, aún chamuscado en la nube volcánica, bacalaos y salmones de Islandia, así se los regalen a ellos y a un buen número de los afectados por el inoportuno y grosero eructo del Eyjafjalla.

KATLA Y MARSILI, LOS LEONES DURMIENTES

A pocos kilómetros del volcán Eyjafjalla se encuentra la llamada «puerta del infierno», el temido Katla, uno de los volcanes más activos y potentes de Islandia cuya entrada en erupción a corto plazo empieza ahora a cobrar fuerza tras el despertar de su vecino, posibilidad que pone los pelos de punta a los expertos porque, gracias a la dendrocronología (medición de los anillos de los árboles para establecer dataciones temporales) hoy se sabe que en el año 1159 antes de Cristo una erupción del Katla provocó un tsunami que devastó la totalidad de la costa oeste de Escocia, la tierra fue cubierta por una nube de cenizas sulfúricas y lluvia ácida que ocultó el sol durante años. Alistair Moffat, autor del texto *Antes de Escocia*, asegura que «en los árboles antiguos se puede ver que se



trató de un acontecimiento que cambió el clima hasta tal punto que durante 18 ó 20 años no hubo veranos». Mucho más reciente en el tiempo, el 8 de junio de 1783, la erupción del sistema volcánico del Eldgjá Katla también tuvo desastrosas consecuencias en Islandia, provocando la muerte de

la mitad del ganado y una hambruna que se cobró la vida del 25 por ciento de la población. El Katla erupciona cada 40-80 años y la última vez que lo hizo fue en 1918. Echen cuentas. Pero el riesgo de que se pueda registrar una erupción capaz de trastocar la vida en el Viejo Continente o en el conjunto del planeta no termina aquí porque a 450 metros bajo la superficie del mar, pero ahora en el Golfo de Nápoles, se localiza el cráter del volcán submarino Marsili, el mayor de Europa, que amenaza con provocar un tsunami en las costas de Italia por el colapso de sus paredes, según han revelado las últimas mediciones sobre la inestabilidad del terreno en el que se asienta este «monstruo» de 70 kilómetros de largo por 30 de ancho y una altura de 3.000 metros. Crucemos los dedos.

>ENTREVISTA

DAVID BUSTAMANTE cantante

«LO MÁS IMPORTANTES ES SENTIRSE QUERIDO, LO DE ADMIRADO VA DETRÁS»

De entrada, una sonrisa, agradecimiento por dedicarle un tiempo y feliz de hablar de su carrera, de su vida y, sobre todo, de su hija. Daniela salpica continuamente las respuestas de **DAVID BUSTAMANTE** (San Vicente de la Barquera, Cantabria, 1982) que asegura encontrarse en el momento más dulce de su vida. Con 'A contracorriente' demuestra que ha crecido, que sabe en qué mundo se mueve y domina las inercias que, en otras ocasiones, le han llevado a perder el equilibrio. Al cantante le acompaña un cambio de imagen. Mucho más moderno y delgado, asegura que ha aprendido a sacar lo mejor de la vida sana y, sobre todo, del ejercicio físico, aunque de vez en cuando se deja llevar por la gula que suponen los macarrones gratinados que cocina los domingos su esposa Paula. Para contrarrestar está el partido de fútbol vespertino con sus amigos. Se hacen llamar 'Los desperdicios'.

Con este ya van seis discos y casi 10 años en el candelerero. Entre tanto, se ha casado y ha tenido una hija... ¿le sonríe la diosa fortuna?

Ahora sí. La verdad es que sí. También es verdad que la suerte hay que ir a buscarla, pero ahora estoy viviendo un momento idílico.

¿Siempre es tan sonriente y optimista?

Te juro que soy así. Mis amigos se descojonan cuando me intento poner *intenso* porque no me sale. Soy una persona muy alegre y también tiene mucha culpa de esto mi hija.

Antes de dedicarse a la música se dedicaba a la construcción, un sector que ahora está en sus horas más bajas. ¿Alguna vez se ha planteado cómo sería ahora su vida si siguiera trabajando como albañil?

Pues supongo que podría ser un parado más. Pero no estoy tan lejano a eso. Tengo familia que está trabajando en ello y que ve las cosas muy difíciles. Lo pienso muchas veces.

En los últimos meses se aprecia que ha dado un cambio a su imagen... ahora va como de *durito*...

¡Eso es por los musculitos! Sigo siendo igual de... (risas) de... no blando... pero, no sé... ni tan blando ni tan monstruo... Soy un tío, *psé*, normal, con mi puntito roquero.

¿Cómo se ve ante el espejo?

Ahora mismo, en forma.

¿Le ha costado mucho llegar a este estado físico?

Sí. Cualquiera que haya intentado estar así de definido y de seco sabe que hay un gran trabajo después y mucho sacrificio, sobre todo porque me gusta comer más que a nadie. Así que muchos días me he tenido que meter a la cama prontito a ver si el sueño me mataba el apetito. Después de una cremita de calabacín a la media hora el estómago pide más.

¿Sigue haciendo mucho ejercicio después de este esfuerzo?

El deporte se ha convertido en algo esencial. Si no practico no estoy igual de contento.

«AHORA QUE LAS COSAS PARECE QUE VAN TAN MAL YO VOY Y SACO EL DISCO MÁS CARO DE MI CARRERA. ES QUE LA MÚSICA ES NECESARIA»

«EL DEPORTE SE HA CONVERTIDO EN ALGO ESENCIAL EN MI VIDA. SI NO LO PRACTICO NO ESTOY IGUAL DE CONTENTO»

¿También hace dieta?

Más que régimen, he aprendido a comer. Bueno, hago la dieta disociada. No como nunca a la vez proteínas con hidratos de carbono, o sea, la carne siempre con verduras, nunca con patatas y esas cosas...

¿Y quién hace la comida en casa?

Pues normalmente nos ayuda Norma, una chica estupenda y con muy buena mano, pero cuando no hay nadie, la hace Paula, que se le da fenomenal.

¿Con algo en especial?

Mi plato favorito son unos macarrones con tomate natural hecho en casa, a los que añado chorizo asturiano, un poco picantito, y luego con el queso gratinado...

¡Una bomba para la dieta!

¡También es sano saltársela alguna vez! ¡Si no uno no vive! El domingo toca comer lo que a uno le apetece, fabada o pizza en plan guarrrete, pero el resto de la semana hay que cuidarse. Me lo tomo muy en serio.

¿Y qué hay del desayuno? Según recomiendan ha de ser fuerte para tener energía el resto de la jornada.

Tomo siempre un licuado de frutas con naranja, manzana, kiwi y tres zanahorias, que vienen muy bien para la piel. Además, tomo un poco de jamón york. A media mañana y media tarde, también como una pieza de fruta, tal y como recomiendan los dietistas.

maría
albilla
texto

universal
fotos



«ME HE RESISTIDO A VIVIR EN
MIAMI Y NO LO VOY A HACER
AHORA. PASARÉ MÁS TIEMPO
EN MÉXICO, PERO MI CASA
ESTÁ EN MADRID»

«LAS MUJERES QUE SUFREN
MALOS TRATOS DEBEN
DENUNCIAR A SUS
AGRESORES PORQUE HAY QUE
ENCERRAR A ESOS LOCOS»

¿Cuando tiene tiempo libre, a qué lo suele dedicar?

A la familia y a los amigos. Y al deporte. Abdominales, pesas, flexiones... me gustaría participar en una triatlón y estoy entrenando un poco para ello.

¿Sabe que el deporte puede llegar a ser adictivo?

Creo que estoy llegando a ese punto...

Cuéntenos entonces cómo es su fin de semana perfecto.

Mi fin de semana perfecto empieza un sábado que no tengo que madrugar y que me da tiempo a disfrutar con mi *peque*. Después me gusta salir a dar un paseo y a tomar algo tranquilamente en una terraza (por cierto ¿cuándo va a hacer ya buen tiempo?), comer en casa y mientras Daniela duerme la siesta estar en el sofá viendo una película con mi mujer. El domingo, un plan similar, pero con el partido de fútbol con los amigos. Nos llamamos 'Los desperdicios'. Ahí queda eso.

No quiero ahondar y hacer sangre del nombre... prefiero cambiar de tema. Hablábamos antes de que ya lleva casi una década sobre los escenarios, y lo cierto es que empezó muy joven, ¿cree que ha tenido que crecer demasiado rápido?

Sí, me he perdido una etapa natural de la vida como es la adolescencia, pero también la vida me ha dado otras cosas. Ha habido momentos en los que no sabía muy bien dónde estaba, me sentía descolocado... Es complicado. Son muchas cosas, muy grandes y en muy poco tiempo. También es cierto que empecé a trabajar a los 15 años y eso ya me dio cierta experiencia.

¿Se arrepiente de algo?

No me arrepiento de nada porque estoy orgulloso de todo. Me he dejado la piel en cada cosa, en cada proyecto, pero hay cosas que no volvería a hacer. Por ejemplo, jamás me volvería a desnudar para la sesión de fotos de un disco. Eso es demencial. Me pongo malo cada vez que lo veo en la televisión o en una revista, me entra una cosa en el estómago...

Así que ahora avanza llevando la contraria... ¿A contracorriente de qué va?

Este disco es un poco reivindicativo. He tenido que luchar mucho en mi carrera y ha habido temporadas en las que me han dado más palos de los que soporta un ser humano, pero, después de todo, la gente no me ha abandonado. Cierta tipo de prensa ha dicho barbaridades de mí y luego ha perdido perdón con la boca muy pequeña. Por eso también apelo a la reflexión porque detrás de todo hay una persona.

¿Quién le ha hecho tanto daño?

Profesionalmente ha habido muchos prejuicios que le pesaban más a la industria que a mí. El haber estado en *Operación Triunfo* fueron cinco meses, y ya llevo nueve años ganándome la vida con esto. En este tiempo he hecho y he logrado muchas cosas. Luego está la prensa del corazón... pero ahí no quiero ni entrar. Ahora estoy disfrutando, que es lo que me toca. Yo me dedico a cantar. Puede que a alguien le guste, o no, pero de ahí al odio...

«EN CASA
SOY MUY
ACTIVO. NO
COCINO
PORQUE NO
SÉ, PERO EN
LOS DEMÁS,
AYUDO EN
TODO»

Ha estado en silencio los últimos tres años. Además de preparar este nuevo trabajo supongo que también le habrá dado tiempo a descansar.

¡Buf! ¡Qué va! Pero me he divertido mucho creando canciones, escuchando mucho repertorio, he hecho conciertos en otros países como Argentina, México...

¿No le da miedo sacar un trabajo nuevo en pleno momento de crisis económica y en la venta de discos?

Ese es otro punto de *A contracorriente*. Ahora que las cosas parece que van tan mal yo voy y saco el disco más caro de toda mi carrera. Porque amo lo que hago, creo en ello y me niego a pensar que la música está mal. La música es necesaria.

Además, ahora va a entrar fuerte en el mercado latino, ¿qué supone para usted este salto del charco?

Creo que es la consecuencia de haber hecho las cosas bien. Es un placer que llega después de mucho trabajo porque allí hemos empezado de cero y me han recibido con los brazos abiertos.

¿Se ha sentido mejor que en España?

No, no... pero allí he sido uno más y no tenían ninguna idea preconcebida. He tocado en ba-

res mientras un tipo comía justo a mi lado y he ido poco a poco. En cuanto al público, son muy parecidos y, desde luego, en España he tenido un apoyo incondicional. Lo más importante es sentirse querido, lo de admirado va detrás.

Dice que este disco tenía que ser perfecto y diferente, pero ¿no está ya todo inventado en el mundo de la música?

¡A eso vamos! Yo pienso que no. Hay miles de ritmos y de instrumentos en el mundo y siempre hay cosas nuevas que se pueden hacer. En *Abrázame fuerte* se unen sonidos latinos de R&B con la música celta, algo que no estaba muy explorado. En general, puede estar todo inventado, pero, en particular, siempre hay alguna forma nueva de entenderla. **Ha estado grabando en Miami, ¿se plantea mudarse a vivir allí?**

Me he resistido muchos años y no creo que lo haga. Quizá ahora pase más tiempo en México, pero mi casa está en Madrid. Ahí está mi hija, su colegio... no sé... yo necesito estar aquí y jugar el partido de fútbol con mis amigos, tener una vida normal. Cuando se apagan las luces yo me expreso de otra forma, camino de otra manera y me gusta hacer las cosas más normales del mundo. Me gusta ir a



«MI FIN DE SEMANA PERFECTO
EMPIEZA UN SÁBADO QUE NO
TENGO QUE MADRUGAR Y
QUE ME DA TIEMPO A
DISFRUTAR CON MI PEQUE»

la peluquería que mi amigo Rodro tiene en Majadahonda y sentarme ahí a hablar con él mientras trabaja. Ese es el rollo, hacer lo que a uno le sienta bien.

Sin duda, lo que sí le habrá sentado muy bien es de su paternidad, ¿cómo ha cambiado su vida desde el nacimiento de su primera hija?

Eso es otra historia. Es la mayor aventura que le puede pasar a alguien en la vida. Es mágico. Mi hija me da cosas positivas todos los días, me inspira, me da fuerza. No sé cómo he podido vivir antes sin ella.

¿Entiende ahora más a sus padres?

Sí, ahora les entiendo más y he aprendido a entenderles y a pedirles disculpas. Les valoro mucho más, les hablo de otra manera.

Defíneme en pocas palabras a sus dos motores: Paula y Daniela.

Paula es mi media naranja perfecta, y mi hija, mi obra maestra.

Formáis una familia en la que ambos cónyuges trabajan fuera de casa y son padres... ¿es de los que ayuda en el ámbito doméstico?

Claro, por favor, en casa soy muy activo. Siempre ayudo. No cocino, porque no sé, pero en lo demás, ayudo en todo.

¿Y plancha?

Bueno, eso tampoco lo hago demasiado bien. No me gusta nada.

David Bisbal también ha sido padre, ¿ya le ha felicitado?

No hemos hablado, pero sí nos hemos comunicado por sms. Nos han mandado fotos y están encantados. La cría es guapísima.

¿Podría funcionar en un futuro el dúo 'Ella&Daniela'?

¡Uy! Suena muy bien como pareja artística. Bueno, eso es lo de siempre, ellas que hagan lo que quieran, que los padres las apoyemos en todo.

Esta es una pregunta delicada. Hace tiempo se vio envuelto en una demanda por malos tratos de la que fue absuelto. Este es un problema muy serio en la sociedad actual. ¿Qué les diría a aquellas mujeres que pasan por esta situación?

Que denuncien sin dudarle porque hay que encerrar a los locos. Pero también hay mucha gente que, desgraciadamente, ha pasado por lo mismo que yo y no se puede utilizar la Justicia para lo que a cada uno le venga bien. Es muy jodido. Hay mujeres que mueren por esto y otras que lo utilizan para beneficiarse de otra manera.

¿Y a los hombres que se atreven a levantarles la mano?

Que son unos cobardes y unos animales. Eso es demencial.





SAMARANCH

ADIÓS A NUESTRO MEJOR ABANDERADO

COMBATIÓ A BRAZO PARTIDO CONTRA EL DOPAJE EN EL DEPORTE Y ESTUVO AL FRENTE DEL COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL DURANTE 21 AÑOS (1980-2001), EL MAYOR MANDATO DE LA HISTORIA, TRAS EL DE PIERRE DE COUBERTIN. COMO REFINADO MELÓMANO QUE ERA, PREFERÍA QUE SE LE VALORARA COMO UN GRAN COORDINADOR O COMO SI SE TRATARA DEL DIRECTOR DE UNA AFINADÍSIMA ORQUESTA DISPUESTA A INTERPRETAR AUTÉNTICAS SINFONÍAS DE PAZ, ESPECTÁCULO Y DINERO. TAL VEZ POR SER SIEMPRE FIEL A SUS PRINCIPIOS, SE LE RESPETÓ EN TODOS LOS PAÍSES QUE VISITÓ, Y SUPO CONSEGUIR PARA ESPAÑA LOS MEJORES JUEGOS OLÍMPICOS DE LA HISTORIA: BARCELONA 92. JUAN ANTONIO SAMARANCH, QUE PRESUMÍA DE SER «EL CATALÁN MÁS ESPAÑOL», VIAJÓ DEFINITIVAMENTE HACIA EL OLIMPO, LA MORADA DE LOS DIOSES GRIEGOS, EL PASADO 21 DE ABRIL, A LOS 89 AÑOS DE EDAD.

osaca
texto

agencias
fotos

«**P**uedo considerarme un hombre feliz. Si me muriese ahora mismo no me podría quejar, porque tengo que reconocer que he llegado mucho más alto de lo que yo pudiera esperar», declaraba Juan Antonio Samaranch a la revista *Blanco y Negro* en enero de 1976.

En sus 21 años al frente del Comité Olímpico Internacional (COI), se erigió en el modernizador de los Juegos y en padre del movimiento olímpico español, que tuvo como colofón los Juegos de Barcelona de 1992, módicos por la calidad de los participantes, la asistencia del público, la unión del deporte y la cultura, las 23 medallas de España con Fermín Cacho abanderando el oro en la media distancia del tartán olímpico, entre carros de fuego ingleses y africanos, donde los grandes deportistas y los viejos dirigentes se jugaban el todo por el todo.

Hábil negociador, reorganizó la institución heredada de Pierre de Coubertin dando entrada a los países del bloque comunista, multiplicando el presupuesto de la institución y convirtiendo la gran cita deportiva en un espectáculo mediático mundial.

Samaranch destacó en todo lo que se propuso en la vida, tanto en la política como en las finanzas, donde llegó a ocupar la presidencia de La Caixa.

No acumuló ningún sentimiento de culpa ni por haber practicado liturgias del régimen anterior, ni por haber sido procurador, con más votos de toda España, en las Cortes de Franco. Uno de los principales méritos de Samaranch consistió en darse cuenta de que, al ser cesado como presidente de la Diputación de Barcelona, en las postrimerías del franquismo, nunca más aceptaría un cargo político en el país.

Burgués, tradicionalista y conservador, supo evolucionar y conectar con el entonces Príncipe Don Juan Carlos de Borbón. «Una persona me dijo en 1977: 'déjate de cuentos. Tú tienes que ser presidente del COI y yo te ayudaré'. En 1980 gané en la primera votación. Es evidente que el personaje del que hablo es el Rey de España. Gracias a Don Juan Carlos llegué a la Presidencia del COI, fue el

CON HONORES DE JEFE DE ESTADO

El expresidente del COI, Juan Antonio Samaranch, sigue los pasos de Pierre de Coubertin en la clasificación de personajes más influyentes de la historia moderna del olimpismo, el anterior por inventárselo y él por reformarlo con tal profundidad que al propio barón francés le hubiera costado reconocerlo.

Durante 21 años, Samaranch dirigió el organismo con mano firme y con un carácter aparentemente distante que, sin embargo, no impidió cuidar las relaciones personales al detalle. Cuando convocaba una asamblea, sabía que sacaría adelante sus propuestas: ni siquiera quienes dentro del COI le miraban siempre con recelo por su colaboración con la dictadura, por sus vínculos con el Opus Dei, del que era miembro, por su autoritarismo y por mantener en secreto sus decisiones, jamás atrevieron a dirigirle en público sus críticas, porque Samaranch contaba con todos y llevó al extremo la máxima de que el mejor modo de combatir al enemigo era uniéndolo a sus filas.

Se propuso, y lo cumplió, visitar todos y cada uno de los países asociados al COI, ideó el programa de Solidaridad Olímpica para ayudar a los deportistas de los países pobres y sufragó los viajes de periodistas del Tercer Mundo a Juegos y reuniones. Por ello, África, Sudamérica y Extremo Oriente le depararon siempre honores de jefe de Estado.

Viajaba habitualmente en el avión que ponía a su disposición el mexicano Mario Vázquez Raña, presidente de la Asociación de Comités Olímpicos Nacionales, y siempre acompañado de Annie Inchauspe, más que una secretaria, su sombra hasta el final de sus días. En los ratos libres, entre una y otra escala, le gustaba jugar una partida de dominó.

Defendió la colaboración con las autoridades políticas en todo momento, se tratara de Leonidas Breznev, Nicolae Ceaucescu o Fidel Castro. Recuperó para la causa olímpica a países como Sudáfrica o Corea del Norte y se sacó de la manga fórmulas como la de *participante bajo bandera olímpica* para aquellos atletas cuyos países estaban vetados por la comunidad internacional, caso de Yugoslavia en 1992.

Barcelona y la familia olímpica despidieron el pasado 22 de abril al refundador del olimpismo en una ceremonia civil en el *Palau de la Generalitat* con más de 200 asistentes, que clausuró la emotiva versión del himno de la Barcelona Olímpica *Amigos para siempre*, del tenor Josep Carreras y Sarga Brightman.

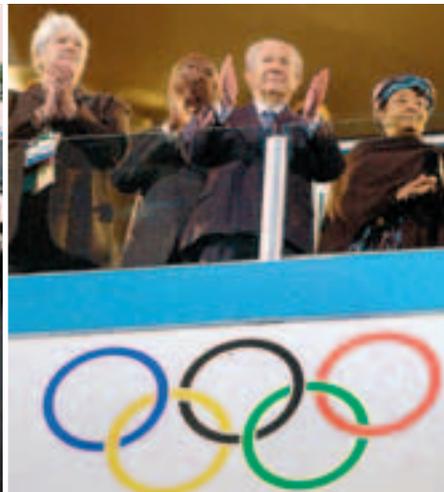
El adiós definitivo de Samaranch deja sin asesoramiento a responsables deportivos de todo el mundo, sobre todo españoles, que no movían un papel sin consultar primero con el hombre que presumía en público de sentirse «el catalán más español».

que más me ayudó y siempre me aconsejó muy bien», reconocía en un periódico de tirada nacional, el 16 de junio de 2001.

EN LA CIUDAD CONDAL Juan Antonio Samaranch nació en Barcelona el 17 de julio de 1920, año en el que se recuperaban los Juegos Olímpicos tras la I Guerra Mundial, en las Olimpiadas de Amberes (Bélgica).

Hijo de un rico industrial textil originario de Madrid y de una de las herederas de la familia Torelló (del cava Torelló), se diplomó en Comercio, en la escuela de negocios IESE. Hablaba inglés y francés y tenía nociones de alemán y ruso. Juan Antonio Samaranch y Torelló contrajeron matrimonio con una joven de una familia acomodada, María Teresa Salisachs-Rowe, más conocida como Bibis Salisachs, con la que tuvo dos hijos y de la que enviudó el 16 de septiembre de 2000, en plena celebración de los Juegos

de Sidney. Antes de convertirse en uno de los presidentes del COI más longevos, empezó en la base del deporte. Junto a un grupo de amigos, introdujo en la Cataluña de la posguerra el hockey sobre patines, mientras estudiaba para ser profesor mercantil y se diplomaba en estudios superiores de empresa. Fue jugador y seleccionador nacional del mencionado deporte y presidente de la Federación tras su creación. En 1940 militó en el Turó, como extremo, y luego de portero. Dejó de abotonarse los botines porque le echó su hermano Augusto, que era el responsable del equipo, y le dio de baja por llegar siempre tarde a los partidos. Samaranch fundó entonces la sección de hockey en España y su hermano Augusto fichó como jugador españolista. Juan Antonio le acabó apartando del conjunto no porque fuera impuntual, sino por ser mal jugador. Fue boxeador y lo amó en aquellos años revueltos. Este deporte, que reportó los prime-



Noviembre de 1996. Samaranch recibe el Premio Príncipe de Asturias.

Junio 1992. Relevo de la antorcha en Sant Sadurn d'Anoia antes de los Juegos Olímpicos de Barcelona.

Septiembre 2000. Inauguración de las Olimpiadas de Sidney (Australia).

En las inmediaciones del Palau. Los ciudadanos *montaron guardia* para decirle adiós.

Sonrisas y lágrimas. El hijo de Samaranch, ajeno a la sonrisa de su pequeña, no pudo evitar las lágrimas.

Capilla ardiente. Los Príncipes de Asturias, la Infanta Cristina y José Montilla presidieron el acto.



ros triunfos mundiales a España, le encaminaron a ser entrenador del RCD Español, seleccionador nacional y vicepresidente de la Federación Española e Internacional.

Los éxitos del hockey le llevaron con 34 años a ser nombrado concejal de Deportes del Ayuntamiento de la Ciudad Condal, cargo que se prolongó durante ocho años, hasta 1962, y desde el que organizó los II Juegos del Mediterráneo.

Siendo edil de Barcelona se convirtió en 1956 en miembro del Comité Olímpico Español (COE). Cuatro años después, fue jefe de misión de los Juegos Olímpicos de Tokio, y en 1966 fue elegido miembro del COI y delegado nacional de Educación Física y Deportes.

El 8 de febrero de 1967, con 47 años, fue proclamado presidente del Comité Olímpico Español, del que dimitió en diciembre de 1970. El 23 de octubre de 1974, por aclamación, llegó a la vicepresidencia del COI que, a partir de 1980, regiría durante cuatro lustros, elegido en pri-

mera votación en la 83 sesión del Comité Internacional celebrada en Moscú. Jamás descansó. Sus esfuerzos en pro de la independencia y la solidaridad en el deporte culminaron en los Juegos de Seúl, que no se vieron amenazados por el boicot que empañó los de Moscú y Los Ángeles. Comprometido profundamente con la universalidad del deporte, supo ver que debía admitirse la profesionalidad, que se tenían que promover las sponsorizaciones; que había que conseguir la participación de todos los países del mundo y que no debía existir obstáculo alguno para que interviniera la mujer.

En 1973 alcanzó la presidencia de la Diputación de Barcelona y un año después accedió a la vicepresidencia del COI. Pero fue en 1977 cuando se produjo el hecho crucial en su particular carrera olímpica: ese año fue nombrado embajador español en la URSS, y tres años después, en 1980, se erigió en presidente del máximo organismo mundial.

Durante su mandato, a lo largo de 21 años, fue un indiscutible gran gestor del deporte y digno heredero del barón de Coubertin, con logros como la consolidación y modernización de los Juegos, que cuando tomó posesión del cargo en 1980, se debatían entre grandes problemas de unidad y de concepto.

INDEPENDENCIA TOTAL «Encontré el movimiento olímpico en una situación que no quiero calificar y lo dejé en otra muy distinta. Es muy importante que no se dependa de nadie, de ningún Gobierno. Somos totalmente autónomos, eso nos da fuerza. Cuando visitamos un país no vamos a pedir dinero, vamos a darlo. Me voy sintiéndome orgulloso del trabajo que he realizado. Como español, siento que mi presencia en el COI ha sido buena para mi país», sostenía en una entrevista el 30 de marzo de 2008.

Bajo su mando los países miembros pasa-

DON JUAN CARLOS / REY DE ESPAÑA



“BARCELONA, CATALUÑA Y EL RESTO DE ESPAÑA HAN PERDIDO A UNO DE SUS HIJOS DE MAYOR PROYECCIÓN UNIVERSAL”

“ERA UN GRAN ESPAÑOL, PROMOTOR EJEMPLAR DE LOS VALORES OLÍMPICOS Y DEL ENTENDIMIENTO ENTRE LOS PUEBLOS, CUYA ESTRECHA AMISTAD Y FIRME

LEALTAD A LA CORONA NUNCA PODREMOS OLVIDAR”

THERESA ZABELL / ORO OLÍMPICO EN VELA



“TUVE LA GRAN SUERTE DE VIVIR EL CAMBIO DEL DEPORTE ESPAÑOL, EL ANTES Y DESPUÉS DE LOS JUEGOS DE BARCELONA. NADIE TIENE QUE ESTARLE MÁS AGRADECIDO QUE LOS DEPORTISTAS”

“AL PRINCIPIO PODÍA PARECER INALCANZABLE, POR LA IMPORTANCIA DE SU

CARGO, PERO LUEGO ERA CERCANO Y CARIÑOSO”

JACQUES ROGGE / RESPONSABLE DEL COI



“FUE, ADEMÁS DE LÍDER, UN MENTOR Y UN AMIGO, EL PRESIDENTE MÁS INFLUYENTE QUE HA TENIDO EL ORGANISMO OLÍMPICO DESDE SU FUNDACIÓN”

“PESE A SER UN HOMBRE DE POCAS PALABRAS, LAS QUE DECÍA TENÍAN SIEMPRE SENTIDO. SU LABOR AL FRENTE DEL OLÍMPISMO SE

CARACTERIZÓ POR LA INTRODUCCIÓN A LA TRANSPARENCIA, INDEPENDENCIA E INNOVACIÓN”

Iberwine 10

La Feria de Valladolid acogerá en un recinto de 8.000 metros cuadrados a los expositores, pero también dispondrá de espacios específicos para albergar reuniones de trabajo entre los asistentes a Iberwine 10.

Uno de los participantes, Javier Pons, director de exportación de la bodega Pago de la Jaraba, tiene claros motivos que le han llevado a acudir a la cita: «Han sido varios: por un lado, la confianza que tenemos en Iberwine dados los resultados de ediciones

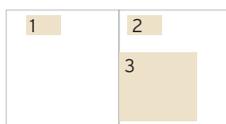


anteriores. Y por otro, el programa de compradores internacionales, que hemos valorado muy satisfactoriamente, y con los cuales esperamos tener contactos interesantes para nuestra bodega a lo largo de los tres días de la feria», afirma. De la misma forma, Esteban García, propietario de Bodegas Gazules, declara estar muy ilusionado con su asistencia al evento, «ya que es la primera feria a la que acudimos. Somos una bodega joven y creemos conveniente estar en alguna cita de

EL GRAN FORO DEL VINO

LA CIUDAD DE VALLADOLID ACOGERÁ ENTRE LOS DÍAS 25 Y 27 DE MAYO UNA NUEVA EDICIÓN DE IBERWINE, LA FERIA VITIVINÍCOLA QUE SE HA CONVERTIDO EN UN ENCUENTRO DE REFERENCIA EN CUANTO AL DESARROLLO Y LA PROMOCIÓN DE LOS CALDOS DE ESPAÑA, PORTUGAL E IBEROAMÉRICA. ESTE EVENTO PARA PROFESIONALES SERVIRÁ PARA DISCUTIR LAS NECESIDADES DEL SECTOR, LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS, ADEMÁS DE SER UN LUGAR PROPICIO PARA CERRAR ACUERDOS COMERCIALES.

osaca
texto



1 Las Bodegas Tintorbalba también estarán presentes en la cita.

2 Panorámica de Bodegas Fariña.

3 La bodega y el precioso entorno riojano de Dinastía Vivanco.

El vino facilita la comunicación y, por tanto, es un agente social milenario que ha desarrollado una cultura propia, pero diferenciada en cada zona vitivinícola. Con

el objetivo de dar a conocer las particularidades de esas regiones y ser partícipe de las nuevas tendencias, la feria Iberwine 2010 celebra entre los días 25 y 27 de mayo una nueva edición, que, por primera vez, tendrá como escenario la ciudad de Valladolid.

Se trata de un encuentro profesional dedicado al sector del vino de Portugal, América Latina y, por su puesto, España, al que acuden bodegueros, sumilleres, enólogos, compradores y representantes de la hostelería y de las diferentes denominaciones de origen para aprovechar este gran foro del vino, en el que se llegan a cerrar importantes acuerdos comerciales.

Iberwine nació en 2000 como un salón internacional del vino organizado por Emporio Ferial. Con

la llegada al proyecto del prestigioso bodeguero Carlos Falcó en 2007, el encuentro pasó a ser una feria monográfica para posicionar estratégicamente a los vinos nacionales, lusos e iberoamericanos en los mercados mundiales. Ese mismo año, se puso en marcha una sede de la cita en la ciudad estadounidense de Miami, que se ha convertido en un centro de negocios en el que el vino latino trata de abrirse camino en territorio norteamericano. A la vista del éxito de la iniciativa, la Junta de Castilla y León llegó a un acuerdo con la organización para trasladar la sede española del evento a Valladolid, donde recalca por primera vez este año.

ACTIVIDADES Uno de los grandes atractivos de Iberwine 10 es el programa de actividades que se ha diseñado dirigido a un público profesional y que consta de cinco talleres activos o *workshops* dedicados a otros tantos grandes temas: viticultura, enología, estrategias de mercado, enoturismo, e internet y las nuevas tecnologías de la información y comunicación.

Dirigidos por grandes profesionales

de prestigio internacional, estos talleres contarán con la presencia de, entre otros, Claude Bourguignon y Lydia Gabucci, que disertarán sobre *Viticultura sostenible*; Estrella Cadahía, investigadora del INIA, (*Nuevos avances en Tonelería. El roble español*); Rafael del Rey (*Mercado 2009: lecciones de la crisis*); Mariano Beroz (*Enoturismo en España*); Juan Cacho Palomar (*Modificaciones aromáticas en el proceso de crianza*), o Antonio Fumero (*Comunidad de Bloggers y Redes Sociales*).

La inscripción a las actividades debe hacerse a través de la página web www.iberwine.es. El precio de cada taller es de 120 euros, e incluye cuatro conferencias, que cada asistente se puede confeccionar según sus gustos.

Sin necesidad de inscripción, se han organizado otra serie de charlas, abiertas al público asistente a Iberwine. Por ejemplo, Sarah Jane Evans y Yoshiko Akehi debatirán sobre *Experiencias internacionales y las claves del vino español*; y el periodista y escritor Javier Reverte hablará sobre *Vino y Mundo*. Las catas también serán protagonistas en esta nueva edición de Iberwine, teniendo un lugar destacado las de Chile, México y Baja California, y los vinos aragoneses de Garnacha.



Iberwine 10

La Feria de Valladolid acogerá en un recinto de 8.000 metros cuadrados a los expositores, pero también dispondrá de espacios específicos para albergar reuniones de trabajo entre los asistentes a Iberwine 10.

Uno de los participantes, Javier Pons, director de exportación de la bodega Pago de la Jaraba, tiene claros motivos que le han llevado a acudir a la cita: «Han sido varios: por un lado, la confianza que tenemos en Iberwine dados los resultados de ediciones

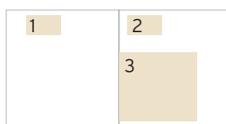


anteriores. Y por otro, el programa de compradores internacionales, que hemos valorado muy satisfactoriamente, y con los cuales esperamos tener contactos interesantes para nuestra bodega a lo largo de los tres días de la feria», afirma. De la misma forma, Esteban García, propietario de Bodegas Gazules, declara estar muy ilusionado con su asistencia al evento, «ya que es la primera feria a la que acudimos. Somos una bodega joven y creemos conveniente estar en alguna cita de

EL GRAN FORO DEL VINO

LA CIUDAD DE VALLADOLID ACOGERÁ ENTRE LOS DÍAS 25 Y 27 DE MAYO UNA NUEVA EDICIÓN DE IBERWINE, LA FERIA VITIVINÍCOLA QUE SE HA CONVERTIDO EN UN ENCUENTRO DE REFERENCIA EN CUANTO AL DESARROLLO Y LA PROMOCIÓN DE LOS CALDOS DE ESPAÑA, PORTUGAL E IBEROAMÉRICA. ESTE EVENTO PARA PROFESIONALES SERVIRÁ PARA DISCUTIR LAS NECESIDADES DEL SECTOR, LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS, ADEMÁS DE SER UN LUGAR PROPICIO PARA CERRAR ACUERDOS COMERCIALES.

osaca
texto



1 Las Bodegas Tintorba también estarán presentes en la cita.

2 Panorámica de Bodegas Fariña.

3 La bodega y el precioso entorno riojano de Dinastía Vivanco.

El vino facilita la comunicación y, por tanto, es un agente social milenario que ha desarrollado una cultura propia, pero diferenciada en cada zona vitivinícola. Con

el objetivo de dar a conocer las particularidades de esas regiones y ser partícipe de las nuevas tendencias, la feria Iberwine 2010 celebra entre los días 25 y 27 de mayo una nueva edición, que, por primera vez, tendrá como escenario la ciudad de Valladolid.

Se trata de un encuentro profesional dedicado al sector del vino de Portugal, América Latina y, por su puesto, España, al que acuden bodegueros, sumilleres, enólogos, compradores y representantes de la hostelería y de las diferentes denominaciones de origen para aprovechar este gran foro del vino, en el que se llegan a cerrar importantes acuerdos comerciales.

Iberwine nació en 2000 como un salón internacional del vino organizado por Emporio Ferial. Con

la llegada al proyecto del prestigioso bodeguero Carlos Falcó en 2007, el encuentro pasó a ser una feria monográfica para posicionar estratégicamente a los vinos nacionales, lusos e iberoamericanos en los mercados mundiales. Ese mismo año, se puso en marcha una sede de la cita en la ciudad estadounidense de Miami, que se ha convertido en un centro de negocios en el que el vino latino trata de abrirse camino en territorio norteamericano. A la vista del éxito de la iniciativa, la Junta de Castilla y León llegó a un acuerdo con la organización para trasladar la sede española del evento a Valladolid, donde recalca por primera vez este año.

ACTIVIDADES Uno de los grandes atractivos de Iberwine 10 es el programa de actividades que se ha diseñado dirigido a un público profesional y que consta de cinco talleres activos o *workshops* dedicados a otros tantos grandes temas: viticultura, enología, estrategias de mercado, enoturismo, e internet y las nuevas tecnologías de la información y comunicación.

Dirigidos por grandes profesionales

de prestigio internacional, estos talleres contarán con la presencia de, entre otros, Claude Bourguignon y Lydia Gabucci, que disertarán sobre *Viticultura sostenible*; Estrella Cadahía, investigadora del INIA, (*Nuevos avances en Tonelería. El roble español*); Rafael del Rey (*Mercado 2009: lecciones de la crisis*); Mariano Beroz (*Enoturismo en España*); Juan Cacho Palomar (*Modificaciones aromáticas en el proceso de crianza*), o Antonio Fumero (*Comunidad de Bloggers y Redes Sociales*).

La inscripción a las actividades debe hacerse a través de la página web www.iberwine.es. El precio de cada taller es de 120 euros, e incluye cuatro conferencias, que cada asistente se puede confeccionar según sus gustos.

Sin necesidad de inscripción, se han organizado otra serie de charlas, abiertas al público asistente a Iberwine. Por ejemplo, Sarah Jane Evans y Yoshiko Akehi debatirán sobre *Experiencias internacionales y las claves del vino español*; y el periodista y escritor Javier Reverte hablará sobre *Vino y Mundo*. Las catas también serán protagonistas en esta nueva edición de Iberwine, teniendo un lugar destacado las de Chile, México y Baja California, y los vinos aragoneses de Garnacha.





Manuel Fariña / director de Bodegas Fariña
 «ES NECESARIO TENER VISITAS DE COMPRADORES CON PODER DE COMPRA»

este tipo; de ahí que hayamos elegido Iberwine».

Las denominaciones de origen también destacan la oportunidad de una cita como la de Valladolid. Jesús Cantarero, presidente de la D.O Uclés, pretende que Iberwine «sea un lugar de referencia donde año tras año nuestros vinos estén representados. Las visitas de importadores, compradores y consumidores nos servirán para el conocimiento de nuestro vino, nuestra cultura y nuestra gastronomía».

Cristina Alcalá, directora de Iberwine



A menos de un mes de la celebración de Iberwine, ¿cómo invitarías a las bodegas que aún no lo han hecho para que se decidan a participar en la feria?

Les diría que es una importante oportunidad de negocio, ya que más de 100 importadores de todo el mundo acudirán a Valladolid. Nuestro programa de compradores internacionales, gestión de citas previas y centro de negocios es uno de los puntos fuertes de Iberwine. Nuestro objetivo es ser un foro de intercambio económico.

¿Qué es lo que realmente se van a encontrar tanto expositores como visitantes y compradores en el evento?

Una feria moderna que responde a un nuevo concepto de evento vinícola. Un atractivo programa de catas, talleres profesionales, charlas y debates donde reconocidos profesionales de todo el mundo hablarán de temas punteros: viticultura sostenible, últimos avances en tonelería, enoturismo internacional, nuevas tecnologías, etcétera. Y todos se encontrarán una ciudad volcada en Iberwine durante esos días porque tenemos un programa de acciones paralelas a la feria para que todos los que se acerquen a Valladolid puedan disfrutar de Iberwine.

¿Cuáles son los valores que diferencian a Iberwine de otras ferias del sector?

Iberwine es la única feria española con dos sedes: Miami y Valladolid. Cuenta con un importante centro de negocios y programa de compradores internacionales, utilizamos las nuevas tecnologías para facilitar tanto al expositor como a los visitantes todas las herramientas de gestión necesarias, hemos apostado por las redes sociales... Y una cosa muy importante, queremos poner en contacto al expositor con el cliente final a través de acciones de promoción y comercialización fuera del Recinto Ferial. Y como ejemplo, hemos lanzado un novedoso concurso, *Un vino para una tapa*, en colaboración con la Asociación de Hostelería de Valladolid, para poner en valor la cultura del vino.

Como directora técnica, ¿cuáles son los objetivos que te gustaría conseguir con esta edición?

Si los expositores que acudan a Iberwine establecen y aprovechan las relaciones comerciales que les ofrecemos, abren nuevas vías de negocio en países donde no están presentes, incrementan sus ventas, y por tanto, aumenta la presencia internacional del vino español, sería todo un éxito. Y personalmente, me sentiré muy satisfecha.



Cecilia Gaztelumendi / gerente de Hacienda La Princesa
 «SOMOS UNA BODEGA NUEVA. IBERWINE ES UN BUEN LUGAR PARA DARNOS A CONOCER Y ABRIR MERCADOS»

Alfredo Egia / dueño de Egia Enea Txakolina
 «PUEDE SER UNA PLATAFORMA DESDE LA QUE DAR A CONOCER VINOS MINORITARIOS COMO EL TXAKOLI»

Lucía Fernández / Bodegas Alejandro Fernández
 «HOY SE NECESITAN MÁS FERIAS ESPECIALIZADAS QUE NO SEAN MUY LARGAS. ES UN ACIERTO Y OJALÁ QUE CUAJE»

>TEATRO

titirimundi



LA INVASIÓN DE LOS TÍTERES

El viernes arranca en Segovia la 24ª edición de Titirimundi, un evento que contará con programación paralela en otras cinco provincias de Castilla y León, y representaciones en Madrid, Pamplona, Castellón e incluso ha saltado la frontera llegando a Portugal.



Segovia se convertirá, a partir de este viernes, en la capital mundial del teatro de títeres y marionetas. Las calles de la ciudad se inundarán de espectadores para disfrutar de la 24ª edición de Titirimundi, un certamen que nació en 1985 y que, en vísperas de sus bodas de plata, se ha consolidado como uno de los encuentros de mayor prestigio en el planeta dentro de su especialidad.

Desde el día 7 y hasta el 13 de mayo, las calles, plazas, teatros, patios históricos, iglesias y barrios de Segovia albergarán 187 funciones, a cargo de 32 compañías procedentes de una docena de países: Bélgica, Brasil, Bulgaria, China, Dinamarca, España, Finlandia, Francia, Israel, Italia, Reino Unido y República Checa.

El festival se quedará este año a las puertas de celebrar sus 25 años, certificando una trayectoria envidiable que ha evolucionado siempre apoyada en dos lemas: calidad y rigor, que se han traducido en una gran repercusión mediática y de participación, con 100.000 espectadores en su anterior convocatoria y por el cual han pasado 735 compañías de más de 46 países.

El certamen fusionará, una vez más, la raíz popular y el aspecto más lúdico del arte del teatro de títeres, dando cabida a la crítica y la ironía en espectáculos ideados para todo tipo de público, desde montajes exclusivamente para niños o adultos, hasta propuestas familiares o heterogéneas.

Segovia se convertirá así en un lugar de encuentro e intercambio entre compañías internacionales y el público español, al que se presentarán las últimas tendencias en el mundo de las marionetas, llegadas en esta ocasión desde la República

Checa o Finlandia, sin olvidar las nuevas propuestas de los países de habla francófona. «Un Titirimundi donde se podrá contemplar lo más espontáneo y artesanal de la tradición, la madera, los romances de ciego, el teatro de títeres realizado por descendientes del guiñol, las sombras chinas y lo más contemporáneo y reciente de este arte vivo donde, como expresaba Paul Claudel, el títere no es un actor que habla, sino una palabra que se mueve», apuntan desde la organización.

Las entradas para los espectáculos en recintos cerrados ya están a la venta a través del portal www.telentrada.com, en el teléfono 902.101.212 y en la taquilla del Teatro Juan Bravo de Segovia. Las localidades para los espectáculos en los patios podrán comprarse en la web www.reservasdesegovia.com, y una hora antes de cada función en el mismo recinto donde se vaya a realizar la representación. Fuera de la capital segoviana, la venta anticipada dependerá de cada local.

Pero la invasión de los títeres se extenderá fuera de la ciudad con 19 actuaciones en las localidades de La Granja y Valsaín, y otras tantas en 17 pueblos segovianos más. Fuera de la provincia, el eco de Titirimundi se dejará sentir en otras cinco provincias de Castilla y León, con 61 actuaciones de 22 compañías en ocho localidades de la región: Ávila, Burgos, Salamanca, Toro, Urueña, Valladolid, Villamayor y Zamora.

HISTORIA SINGULAR Muchos ensayos han intentado rastrear el origen de los títeres y todos coinciden en apuntar a la invención del fuego y los consecuentes juegos de sombras primitivos como el primer indicio de una

disciplina artística que ha evolucionado y se ha enriquecido con el paso de los siglos. La primera cita documentada que alude a este ámbito aparece en el *Mahabharata*, la gran epopeya mitológica hindú, que tiene su origen en relatos orales datados en el siglo VI a.C., y desde India -según apunta el investigador checo Jindrich Veselý- las marionetas emprendieron un caprichoso itinerario recorriendo Persia, desde donde se expandieron en dos direcciones hacia China y Arabia antes de llegar a Europa, atravesando Grecia e Italia de la mano de los gitanos.

Así, en Egipto se han encontrado momias rodeadas de muñecos articulados que se utilizaban en rituales religiosos, en China, Corea y Japón se han fechado antiquísimos ejemplares modelados en madera de una exquisitez y detallismo sorprendentes y es posible seguir su rastro en relatos firmados por autores griegos clásicos como Jenofonte, Herodoto o Aristóteles, y romanos como Horacio o Petronio.

Las posibilidades de este arte no han dejado de crecer desde entonces, con va-

riantes que van desde las *marionnettes à la planchette* francesas a los tradicionales muñecos de mano, el atemporal circo de pulgas o los *burattini* de la *Commedia dell'Arte*. Infinidad de propuestas que citan desde hace 25 años en Segovia, un lugar de encuentro con el público, para transportar a niños y mayores a historias mágicas.

Titirimundi es hoy una realidad gracias a la iniciativa de Julio Michel, un leonés licenciado en Psicología y Arte Dramático en París, que 10 años después de crear en 1975 la compañía de títeres Libélula imaginó una Segovia rebosante de vida cultural, ocupada por artistas del mundo. Entonces no existían teatros ni cine en la ciudad, y 15 compañías pusieron la primera piedra. Ahora, quien quiera dejarse enamorar por romances de ciegos o ventrílocuos imposibles y asistir embelesado a circos poéticos o teatros de sombras, ya tiene un lugar donde hacerlo.

Toda la programación, horarios y sinopsis de los espectáculos están disponibles en la página web del festival (www.titirimundi.com) donde, además, se informa de las actividades paralelas, que en esta edición incluyen una nueva convocatoria de Titiricole (propuesta infantil que permite a los niños realizar sus propios títeres y crear escenografías), el segundo taller de talla de títeres para profesionales a cargo del experto Chris Geris (miembro de la Compañía Plansjet), y un documental que se proyectará en La Alhóndiga que repasa la trayectoria del titiritero Francisco Peralta.





PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Quién lo diría. No fue el especialista en resucitar dulces cadáveres cinematográficos como Quentin Tarantino el que devolvió a la vida hollywoodiense a **MICKEY ROURKE**, sino el mismo con un papelón en **El luchador**, por el que le birlaron el Oscar de mala manera. Como era de esperar, el cine más comercial empezó a aporrear la puerta de su maltrecha casa, y dicho y hecho. Ahora lo podemos ver en **Iron Man 2** de *malomalísimo*.

javier m. faya
coordinación

ESPÍA DE GUARDERÍA

Bob, un ex agente de la CIA, afronta la misión más peligrosa: cuidar de los tres hijos de su novia. Uno de ellos descifra una fórmula secreta.

No vamos a descubrir aquí quién es Jackie Chan. Todos los que peinamos canas crecimos disfrutando con clásicos de kung-fu como **El mono borracho en el ojo del tigre**, **La serpiente a la sombra del águila** o **Meteoro inmortal**. El actor ha ido envejeciendo en pantalla a base de trufar sus numerosas actuaciones con acrobacias inverosímiles, piruetas increíbles, cabriolas impensables, puñetazos, patadas, acción incontrolada... y nosotros nos lo hemos pasado pipa emulando sus hazañas contorsionistas a la salida del cine. Educado en la prestigiosa Escuela de la Ópera de Pekín, una suerte de teatro total que se nutre de las formas más arcaicas de la tradición china, comenzó hace ya unos cuantos años una carrera paralela en Hollywood que le llevó a interpretar filmes menos violentos y destinados al consumo adolescente y familiar. Así, la trilogía de **Hora punta**, **El superchef** e incluso una insulsa versión de **La vuelta al mundo en 80 días**.

Este **Supercanguro** que ahora nos ocupa vendría a constituir una nueva vuelta de tuerca en este subgénero propio que son las *comedias de Jackie Chan para todos los públicos* que se sumaría a los títulos anteriormente citados. Nada nuevo bajo el sol; mientras en Hong Kong Jackie parece querer insuflar un aire más trascendente a sus producciones (acaba de filmar el drama de acción **Shinjiku Incident**, y su última cinta, aún pendiente de estreno, **Little big soldier**, se ha presentado nada más y nada menos que en Berlín) en

franc
nieto
texto

EEUU rueda películas descaradamente orientadas a hacer caja. Poco se puede salvar de un largometraje cuya trama nos sabemos de memoria, rebotante de supuestos *gags* que no arrancan ni media sonrisa al más rendido de sus admiradores, y con un elenco actoral de saldo que podría participar sin rubor en cualquier telefilme de sobremesa. Además, si lo que buscas son escenas de acción arriesgadas llevadas a cabo a pelo, sin trampa ni cartón, por el maestro,



EL SÚPER CANGURO

te vas a sentir decepcionado. Y es que el bueno de Jackie ronda los 60, y en más de la mitad de las secuencias o bien está doblado o bien se apoya en las dichosas cuerdecitas que se pusieron de moda en películas como **Tigre y dragón** o **Hero**. No se pueden pedir peras al olmo, y el hombre ya no está para muchas aventuras. Si al menos el guión ofreciera algo de chicha, la función podría salvarse; pero ocurre todo lo contrario, es aburrido y plano a más no poder. No se entiende como para parir historia tan insulsa se haya necesitado la participación de hasta cuatro guionistas distintos.

Por desgracia, las aptitudes del actor hongkonés son bastante reducidas, y si encima su *partenaire* no es otro que el petreo Billy Ray Cyrus, más conocido por ser el papá de Hannah Montana, pues apaga y vámonos. Los niños que actúan como contrapunto infantil del protagonista son bastante chirriantes, exceptuando a Madeline Carroll (vista en **El último voto** y **Resident Evil: Extinción**), que apunta maneras; mientras que en la parte adulta destaca la presencia de la guapa Amber Valletta (**Gamer**) y la no menos estimulante Katherine Boecher (**Mad men**, **Heroes**). Si a todo lo dicho añadimos que el director que firma esta comedieta familiar no es otro que Brian Levant, quien atesora en su filmografía títulos de tan volátil olvido como **Beethoven**, **Los Picapiedra**, **Aventuras en Alaska** o **¿Cuándo llegamos?**, con Ice cube ejerciendo a su vez labores de *canguro*, ya podemos decir a ciencia cierta que **El súper canguro** no pasará precisamente a la his-

toria del séptimo arte. Y es que ni los títulos de crédito del final de la película, tan celebrados en otras producciones de Jackie Chan con tomas falsas donde el actor demostraba lo duro que había sido todo el trabajo de preparación de sus peligrosas proezas, están a la altura de lo que se esperaba. En definitiva, un producto de consumo rápido que se olvida en cuanto el *The end* asoma por la pantalla.

EL CONCURSO DE MIEDO

Hoy te puedes llevar alguno de estos terroríficos DVD, pero antes nos tienes que decir cómo fue tu experiencia como *canguro*. Igual al bobo de Jackie Chan no le vendría nada mal recibir sabios consejos de un experto en estas lides. Escribe ya a: ci-ne@serviciosdeprensa.com. ¡Mucha suerte!



TENDENCIAS



CARACTERÍSTICAS

PANTALLA LED FULL HD 1080P

TECNOLOGÍA DYNAMIC EDGE LED Y

MOTIONFLOW 200HZ PRO

TAMAÑO DE 40 Y 46 PULGADAS

INCORPORAN BRAVIA INTERNET VIDEO



LA TELEVISIÓN EN 3D ESTÁ A LA VUELTA DE LA ESQUINA

Sony se adelanta a todos sus rivales y lanzará el próximo mes de junio su primer monitor de tres dimensiones. El Bravia HX800 se puede completar con unas gafas estereoscópicas.

SONY BRAVIA HX800

Después del *boom* de las películas en tres dimensiones que llegan a nuestras carteleras, los fabricantes de televisiones siguen apostando por lanzar monitores que puedan ofrecer esa posibilidad de visualización en casa. Llevamos tiempo escuchando que estos dispositivos llegarán al mercado a finales de año, pero desde Sony han querido adelantarse al resto de las compañías tecnológicas, anunciando que su televisor 3D Bravia HX800 se pondrá a la venta a principios del mes de junio, justo a tiempo para poder ver el Mundial de Sudáfrica con esta nueva tecnología. Como siempre sucede con estas cosas, la inversión parecerán acertada si España logra la gesta de ganar el campeonato, pero si no fuera así, el consumidor acabará pensando que tendría que haber esperado a que la

oferta de televisiones en 3D fuera mayor, para poder elegir con más fundamento.

De todas maneras, este LED de Sony dispone de procesador Bravia Engine 3, sensor de luz internet video, puerto USB y conexión a la red. Llegará en dos formatos, uno de 40 pulgadas y otro de 46 y también incluye gafas estereoscópicas opcionales. Junto con la televisión, el fabricante ha hecho oficial también numerosa cantidad de material diseñado para exprimir al máximo la potencia de la nueva HX800, y entre los que se incluye la gran novedad del Blu-Ray 3D, además de videojuegos para Playstation 3 adaptados y optimizados para funcionar en 3D.

El único precio que conocemos es el de los oculares, que costarán 120 euros.

Para más información, entra en www.sony.es.

SIENTA A TU PERRO A COMER A LA MESA

PET HIGH CHAIR

Si has seguido puntualmente estas páginas desde sus inicios, sabrás que somos amantes de los animales y que, especialmente, nos encantan los perros. En la redacción, muchos compañeros tienen uno por mascota y, como es normal, les tratan como a uno más de la familia.

Pero hay una de ellas que nos preocupa un poco, porque habla de él como si fuera su hijo. Por eso, sabemos que la Pet High Chair le va a encantar y no dudamos, incluso, que la vaya a comprar.

Como puedes ver, se trata de una silla para sentar a tu perro a comer

a la mesa, como si fuera un comensal más. Eso sí, el animal no podrá ser demasiado grande, porque, obviamente, no podría aguantar su peso.

Este curioso invento cuesta 50 dólares (unos 45 euros) y se puede comprar a través de la página web www.craziestgadgets.com.



VISUALIZA LOS ARCHIVOS DE TU IPHONE A GRAN ESCALA

PHONESUIT MILI PRO

No, tranquilo, no te presentamos un nuevo terminal con apariencia similar al iPhone. Ni ninguna modificación en el teléfono de Apple. Lo que hoy nos ocupa es el envoltorio que ves en la imagen. Y no, tampoco es una funda para el móvil.

Se trata del Mili Pro, un proyector que servirá para que puedas visualizar las aplicaciones del teléfono en una pantalla o una pared.

Como la mayoría de los usuarios de este terminal lo utilizan para grabar imágenes o vídeos, ahora podrás contar con la oportunidad de verlos en grandes dimensiones.

Con una resolución de 640x480 píxeles, arroja una imagen de 40 pulgadas.

Incluye un mando a distancia para facilitarte las cosas y también es compatible con cualquier tipo de iPod.

Más información en www.phonesuit.com.



PEQUEÑO GRAN TELÉFONO

GIGASET SL 400

Lo miramos y nos recuerda a los primeros móviles que aparecieron en el mercado. Y es que este nuevo teléfono de Gigaset, el SL400 destaca por su reducido tamaño. Además de por su diseño, ya que ha logrado alzarse con diversos galardones internacionales gracias a sus elegantes acabados metálicos.

Entre sus características destaca su pantalla de 1,8 pulgadas a color, la función de manos libres, una alarma con vibración, conectividad Bluetooth, función SMS, co-

nexión mini USB y el modo ECO DECT, para ahorrar hasta un 80 por ciento de radiación durante las llamadas.

Cuenta con una batería de ión-litio que te permite 14 horas de autonomía mientras hablas y más de 230 en reposo.

Pese a ser pequeño, integra un teclado bastante grande, es capaz de almacenar hasta 500 contactos, con tres números cada uno, a los que les puedes asignar fotos y tonos particulares. Asimismo, incluye calendario.

Cuesta 150 euros.



REPRODUCTORES PARA LOS MÁS JÓVENES

SONY WALKMAN B150

La semana pasada te presentábamos los nuevos Walkman para que hicieras deporte. Ya sabemos que hay muchos que no lo practican y que simplemente quieren un reproductor para ir por la calle. Así que traemos otro lanzamiento de Sony, la serie B150.

Compactos y coloridos, pensados especialmente para los más jóvenes, estos lectores de música en formato Mp3 ofrecen un sonido magnífico con unos graves profundos que se sienten de verdad.

A pesar de su reducido tamaño, estos dispositivos son muy cómodos de manejar. Cuentan con un útil botón que intensifica el sonido y unos LEDs que parpadean al compás de la música.

Como los que salieron en el anterior número, integran la tecnología Zappin, que escanea las canciones almacenadas y reproduce una muestra corta de cada una para ayudarte a escoger la que más te gusta.

Por último, cuenta con accesorio opcional que es un brazalete deportivo, perfecto para no tener que guardarlo en el bolsillo del pantalón, sino que lo lleves colgado en la muñeca.

Estarán en el mercado a partir de junio.

TRABAJO SALUDABLE

Las cifras de siniestralidad laboral aumentan a pesar de las medidas que las empresas toman para evitar accidentes en los puestos de trabajo. También hay problemas menores que generan bajas y, sobre todo, merman la calidad de vida del empleado.

«El trabajo es vida». La frase es del historiador inglés Thomas Carlyle y, con toda probabilidad, tenía razón. Sin embargo, lo cierto es que en ocasiones también es enfermedad, es accidente y hasta fallecimiento: en todo el mundo se producen anualmente 270 millones de siniestros en el entorno laboral y 160 millones de asalariados contraen una enfermedad relacionada con el desarrollo del mismo. Son datos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), que dan cuenta de la factura en sufrimiento, salud pública y pérdidas económicas. Según este organismo, las muertes y las patologías relacionadas con el trabajo representan un 3,9 por ciento de todos los fallecimientos cada año. Un 30 por ciento de los desempleados dice sufrir una lesión o una patología que contrajeron cuando tenían un empleo. Los parados mencionan muy a menudo sus problemas de salud como un obstáculo para encontrar un nuevo trabajo...

La otra cifra fatídica la ofrece la Organización Mundial de la Salud (OMS), que estima que solo entre el 10 y el 15 por ciento de los trabajadores tienen acceso a un estándar básico de servicios de salud laboral. Por ello, puso en marcha el Plan de Acción Mundial sobre la Salud de los Trabajadores 2008-2017, en el que se abordan todos los aspectos relacionados con la salud de los empleados, incluida la prevención, la protección y la promoción de la salud en el lugar de trabajo.

Amén de los datos sobre siniestralidad profesional, merecen capítulo aparte algunos trastornos que son causa frecuente de enfermedad y baja: las lesiones musculoesqueléticas constituyen uno de los trastornos más frecuentes y, habitualmente, están derivadas de posturas inadecuadas y sobreesfuerzos. A estos, según la Sociedad Española del Dolor, se une el estrés y la fatiga como problemas habituales.

El pasado miércoles se conmemoró el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, una jornada en la que conviene destacar que en los últimos tiempos las empresas han ido tomando conciencia de la importancia que tiene la buena salud de los trabajadores en dos aspectos fundamentales: su mayor rendimiento físico e intelectual. Se habla ya de entornos saludables en los que los operarios se encuentren más cómodos, lo cual mejorará sin duda su rendimiento y competitividad. El doctor Manuel de la Peña, presidente del Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social, incide en ese concepto, entendiendo que una empresa de este tipo es aquella que promueve tanto actuaciones preventivas para

luchar contra las enfermedades y accidentes laborales, como la elaboración de un plan de medidas dirigidas a fomentar los hábitos higiénico-dietéticos saludables e informar

sobre patologías frecuentes. Desde la empresa es importante, según De la Peña, «prevenir los riesgos, pero también permitir la conciliación familiar, la correcta alimentación, el desarrollo profesional y la creación de un entorno de bienestar para las personas que desarrollan su actividad laboral en cualquier empresa».

BENEFICIO PARA TODOS La promoción de un negocio saludable beneficia al individuo que trabaja en un entorno laboral seguro y mejora su satisfacción en la compañía, pero también a la propia firma, que puede observar una reducción del absentismo y de los costes médicos o de los seguros.

Por otra parte, se considera que una salud laboral precaria y una capacidad reducida para trabajar pueden ocasionar en los asalariados pérdidas económicas entre el 10 y 20 por ciento del Producto Interior Bruto de un país.

Probablemente todos hayamos pensado alguna vez en las pequeñas mejoras que dotarían a nuestro puesto de trabajo de una mayor comodidad: espacios más abiertos, luz natural, gimnasio, comedor... Hasta se habla de la importancia de la innovación arquitectónica como uno de los pilares de las empresas saludables. La realidad es que probablemente todo es posible, pero con el apoyo necesario. Si la responsabilidad es compartida entre trabajadores y empresarios, Manuel de la Peña cree que las administraciones deben ayudar a las compañías para que puedan promover estos entornos y faciliten la conciliación de la vida laboral y familiar.

«Esas ayudas podrían traducirse en incentivos económicos o fiscales añadidos por la puesta en marcha de políticas de salud. Por ejemplo, bonificando a través de una disminución en la cuota de la Seguridad Social a las empresas que se conviertan en saludables», apostilla.

PARA HACER MÁS AGRA-DABLE Y SALUDABLE EL TRABAJO, ES IMPORTANTE...

- Crear un entorno de bienestar y confort para el trabajador.
 - Hacer que el lugar de trabajo, además, sea seguro.
 - Comer correctamente.
 - Tener un desarrollo profesional.
- ... todo ello redundará en una mejor salud física y psíquica y beneficios tanto para empresa como para los empleados.





**EN
PEQUEÑAS
DOSIS**

EL TEMOR A LA PÉRDIDA DE EMPLEO PERJUDICA SERIAMENTE LA SALUD

Se ha constatado ya que los que no tienen trabajo van al médico **10 veces** más que los que lo tienen. Y evidentemente, no es solo porque dispongan de más tiempo, sino porque el paro tiene unas connotaciones de salud que conviene analizar. El proceso está descrito por los especialistas y comienza con el insomnio y la baja autoestima. La consideración de inutilidad le lleva a pensar que no sirve para nada. Cuando llega el ERE, o el despido, el individuo tiene confianza en que la situación se va a resolver. Confía en sí mismo, en amistades, en viejas aspiraciones. Hay promesas y la confianza todavía se mantiene. No tiene dónde ir, pero se sigue levantando a la misma hora. Transcurre el tiempo y es cuando empieza a aparecer el fantasma de la economía que pasa a convertirse en obsesión. A partir de entonces, todo es mirar hacia atrás. Se ve como un deprimido, quizá resignado; pero seguramente enojado e irritado. Cada vez tiene menos relaciones sociales. Se recluye. Ya es candidato a la enfermedad. Se siente infravalorado, puede empezar a beber y se convierte en un individuo susceptible y picajoso. Poco a poco, la enfermedad del paro se va asentando. Si el parado es además cabeza de familia, el problema se agudiza y la salud del otro se destruye paralelamente. El paro no solo incide en la salud de quien lo padece sino también en la de su pareja y en la de los hijos. Ansiedad, depresión, insomnio se acentúan. Y hay algo reconocible: asociabilidad. Hay un intento de aislarse, de retraerse ante la sociedad, de frialdad ante ella. Pasado un año, más o menos, el parado empieza a dudar de sí mismo, de si será capaz de desempeñar una nueva función. También es cierto, que el parado de ciudad vive con más angustia la situación. (En el ambiente rural hay más solidaridad y existen más posibilidades de subsistencia). En la ciudad queda el refugio de la familia; pero él se siente infravalorado, pierde autoestima y se encierra en sí mismo.

Y siendo grave esta situación, lo es más quien teme ser despedido. En un estudio reciente se ha constatado que el temor a perder el puesto de trabajo es incluso peor para la salud que el desempleo mismo. Es más, las encuestas señalan que quienes se preocupan por la posible pérdida de empleo tienen peor salud y sobre todo más síntomas de depresión que aquellos que ya están en paro. Y es que la inseguridad que se va haciendo crónica en época de crisis incide directamente en la percepción de salud. ¿Y cómo se traduce? Pues en insomnio, en dolor de cabeza, en alteraciones digestivas, en hipertensión. Y en el estado de ánimo que presagia una depresión.

Los psicólogos suelen afirmar que la anticipación negativa de una situación, puede ser más estresante que la situación en sí. Y en este caso se añade un factor importante: la sensación de impotencia. Se sufre la inseguridad, pero quien la padece no puede hacer nada, no tiene el más mínimo control de la situación. Por eso le aconsejarán siempre tomar alguna iniciativa, o situarse en el peor de los casos para buscar nuevas metas, nuevos retos.

Para dar una idea: el sufrimiento moral -dicen- puede ser similar al de un divorcio; y el físico, por el aumento de estrés, a un claro riesgo cardiovascular.

**ramón
sánchez
ocaña
experto en
salud**

MEJORE USTED MISMO SU SALUD

Las enfermedades cardiovasculares son las que más fallecimientos causan al año y uno de los peligros es que son silentes, es decir, que no se notan sus síntomas. Ahora, una guía de manejo de estas patologías ayudará a los pacientes a conocer su afección.

Todas las enfermedades cardiovasculares tienen en común que pueden ser prevenibles. La posibilidad de conocer los factores de riesgo ayuda a evitarlos desde el principio, incluso a detectarlos de forma precoz, ya que muchos avanzan silenciosamente. De ahí que anualmente se celebre el Día Europeo de la prevención del Riesgo Cardiovascular, cuyo objetivo es sensibilizar a la población sobre la importancia de prevenir este tipo de alteraciones.

osaca
texto

«Los pacientes todavía no somos conscientes de la capacidad que tenemos de mejorar nuestra salud», determina Plácido García Rollán, presidente de la Confederación Española de Pacientes Cardiovasculares (Conespacar) para instar a la población a

que se cuide para así evitar el riesgo de sufrir un episodio vinculado al aparato circulatorio.

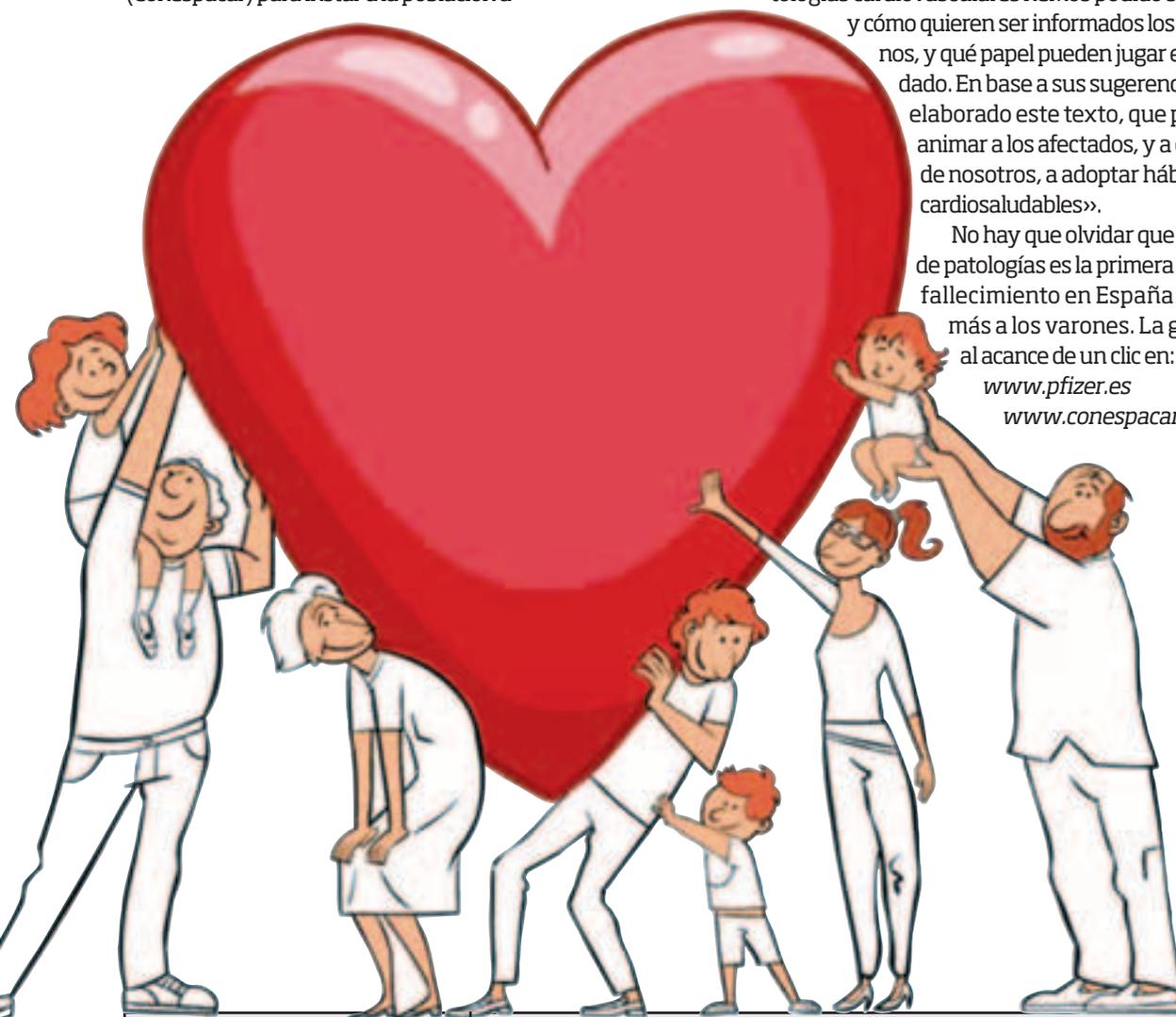
Para todas aquellas personas que quieran saber cómo puede mejorar su salud coronaria se ha editado la *Guía para el Manejo del Riesgo Cardiovascular*, realizada por la compañía biomédica Pfizer, con la colaboración de especialistas, pacientes relacionados con estas patologías y profesionales sanitarios. Esta guía proporciona amplia información contada de una manera sencilla que pueda estar al alcance de todos los sectores de la población.

Según explica Juan José Francisco Polledo, director de Relaciones Institucionales y Acceso de la compañía biomédica, «esta publicación busca responder a las necesidades, inquietudes y demandas de los pacientes. Mediante la colaboración de 11 asociaciones de afectados por patologías cardiovasculares hemos podido saber qué y cómo quieren ser informados los ciudadanos, y qué papel pueden jugar en su cuidado. En base a sus sugerencias se ha elaborado este texto, que pretende animar a los afectados, y a cada uno de nosotros, a adoptar hábitos más cardiosaludables».

No hay que olvidar que este tipo de patologías es la primera causa de fallecimiento en España y afecta más a los varones. La guía está al alcance de un clic en:

www.pfizer.es

www.conespacar.org



FACTORES DE RIESGO	CONDUCTAS ÚTILES
Hipertensión arterial.	Mantener la hipertensión por debajo de 140/90 mmHG.
Hipercolesterolemia.	Lograr unas cifras de colesterol por debajo de 200 mg/dl.
Tabaquismo.	No fumar y evitar ser consumidor pasivo.
Diabetes.	Llevar un control glucémico adecuado.
Obesidad.	Realizar 30 minutos de ejercicio al día y llevar una alimentación saludable.
Estrés.	Dedicar unos minutos al día para la relajación.



DONDE NO ESTÁ LA FELICIDAD

Se habla bastante y con acierto de dónde está la felicidad, pero no hay demasiado escrito sobre dónde no está la felicidad por mucho que intentemos encontrarla.

En el lenguaje coloquial, hablando con unos jóvenes hace varios días, se me ocurrió preguntarles cuáles eran sus metas, sus deseos para ser felices. Antes les dije que pensarán en la importancia que podrían tener aspectos que a veces no se tienen en cuenta como la propia personalidad, la educación y los valores recibidos en la familia.

Me quedé bastante sorprendido al escucharlos porque la mayoría cifraba su felicidad en tener cuanto antes una casa grande, un chalet, uno o dos cochazos y un buen sueldo, o mejor, un próspero negocio. Los bienes materiales tenían importancia capital. Cuando pretendí hacerles caer en la cuenta de que hay personas que son felices con apenas bienes materiales me dijeron que les estaba tomando el pelo.

Me pusieron el ejemplo de los futbolistas, toreros, cantantes y actores con éxito, que lo primero que hacen es comprarse la mansión, la finca y el vehículo y, después, ya viene todo lo demás. Eran cuatro chicas y cuatro chicos de 16 a 18 años y solamente un chico y una chica, ambos de 16, se pusieron de mi parte y admitieron que tienen amigos que lo tienen todo en el aspecto material, pero que no son felices porque les faltan otras cosas, como que su familia esté unida. Comentaban el caso de otros jóvenes con padres separados y cuyas familias se detestaban. Estos amigos venían a buscar comprensión y afecto en ellos. También hicieron referencia a unos compañeros de clase de origen muy humilde, pero que estaban siempre alegres porque casi todas las cosas les hacían felices aunque tuvieran que carecer de bastantes bienes. Al final, casi todos reconocieron que los bienes materiales son importantes, pero que por sí mismos, sin otros valores, no proporcionan más que necesidad de consumir, de tener, de aparentar. Reconocieron que se habla poco o nada de la importancia de buscar la felicidad: en saber valorar lo poco o mucho que se tenga, valorar más las relaciones afectuosas, de amistad y de buena convivencia; hacer el bien a los demás, disfrutar de lo cotidiano, ser capaces de lograr metas y objetivos difíciles, ser más alegres, entusiastas y positivos, etc. Yo aprendí algo muy importante y es que es necesario que pongamos mucho más el acento en valorar los bienes no materiales como la amistad, el amor, la generosidad, el optimismo vital, la bondad y saber valorar y disfrutar lo que se tiene.

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

¿TERRITORIO FEMENINO?

FIBROMIALGIA

A pesar de que habitualmente se relaciona el dolor crónico de músculos y articulaciones de la fibromialgia con las mujeres, la realidad es que los hombres también la padecen, aunque tarda más en diagnosticarse. Esto responde a que «se tiende a atribuir los síntomas a otros procesos», según la doctora Inmaculada Fraile, del Área de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Cádiz. Esta especialista señala que también puede deberse a que las mujeres acuden con más frecuencia al médico.

DERMATOLOGÍA



LAS UÑAS ENFERMAN

Las enfermedades de las uñas suponen cerca del cinco por ciento de las consultas al dermatólogo, según el doctor Vicente Delgado, profesor titular de esta especialidad en la Universidad de Granada. Y es que considera que estos trastornos pueden llegar a incapacitar laboralmente a quien la sufre porque, lejos de suponer únicamente un problema estético, esta parte de las manos tiene funciones que pueden alterarse o perderse cuando enferman. La imagen de las uñas puede ser un indicador del estado de salud.

SIN DESCANSO...

El fracaso escolar, los trastornos de la conducta o la pérdida de autoestima en el colectivo de los jóvenes pueden estar detrás de un problema cada vez mejor conocido: el trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

Que un niño sea inquieto es normal, algo inherente a su carácter, curioso por naturaleza. Juegos y deporte forman parte de su día a día en un enorme derroche de energía. Sin embargo, que el pequeño no sienta nunca la necesidad de descansar, esté siempre en un continuo ir y venir o comenzando mil tareas para no finalizar ninguna, ya no lo es tanto. Esta forma de actuar realmente puede ser síntoma de un problema: trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). En realidad, es el trastorno psiquiátrico más común entre los niños en edad escolar, con una prevalencia estimada en torno al cinco-ocho por ciento.

En el 75 por ciento de los casos, cuando se diagnostica, se observa que alguno de los padres también ha padecido o padece este trastorno. Hoy se va conociendo su base biológica y también se sabe que los condicionantes psicológicos son cruciales a la hora de entender de manera completa lo que el TDAH significa para la persona que lo padece.

Según el doctor Javier Quintero, responsable del Servicio de Psiquiatría del Hospital Infanta Leonor y coautor del libro *Trastorno por déficit de atención e hiperactividad a lo largo de la vida*, «cada vez somos más conscientes de que, al menos en uno de cada tres pacientes, diagnosticados o no durante la infancia de esta alteración van a padecer los síntomas de este mal más allá de la barrera de los 18 años».

clara
guzmán
texto

Uno de los mitos relacionados con este problema tiene que ver con el género. El doctor Javier Correas, jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital del Henares, en Madrid y también coautor del libro, ex-



plica que «hace solo unos años se pensaba que este trastorno era un problema de chicos: hoy sabemos que las niñas también lo pueden padecer, aunque los síntomas no tienen por qué ser los mismos».

De ahí que el tratamiento que se aplique a los afectados deba adecuarse a las necesidades individuales. Quintero apunta a que «lo que debemos hacer es estudiar bien al paciente y, en función de los problemas o dis-

funciones que presente, diseñar nuestro plan de tratamiento».

En el caso del adulto, Correas alude a un diseño de la terapia similar al de los menores: una combinación del tratamiento psicofarmacológico y psicoterapéutico en función de las condiciones particulares de cada uno. La mejor garantía para ambos es detectar el problema de forma precoz y tratarlo adecuadamente. De este modo se podrán evitar problemas en el futuro.



dra. pilar
riobó
médico
especialista en
endocrinología
y nutrición

Tradicionalmente se ha considerado el vacuno de mayor calidad que el porcino. Sin embargo, un estudio demuestra que el 'magro' de ambos animales no afecta al colesterol y se puede considerar similar al pollo.

CARNE: ¿TERNERA O CERDO?

En España se considera la carne de vacuno como magra y de *primera categoría* para la salud y la de cerdo como de *segunda*, de peor calidad en general. Sin embargo, en esta época de crisis la ingesta cárnica de menor coste aumenta.

Las carnes son una buena fuente de proteínas de alto valor biológico, de vitamina B12, hierro y fósforo. Sin embargo, carecen de fibra y de carbohidratos y aportan grasas saturadas que suben el colesterol.

Efectivamente, ciertas piezas del cerdo son muy grasas como chuletas, costillas, panceta, embutidos y los fiambres, a excepción del jamón cocido y el serrano muy magro. No obstante, actualmente la carne magra de porcino blanco, como solomillo, lomo y filetes de muslo, tienen un similar contenido en grasa que la considerada *magra*. Esto obedece a dos causas: en primer lugar, al tipo de alimentación actual del cerdo blanco en España, en la que se em-



EN LA ALIMENTACIÓN ACTUAL DEL GORRINO EN ESPAÑA SE UTILIZAN PIENSOS CON MUCHO MENOR CONTENIDO EN SEBO QUE EN OTROS PAÍSES DEL VIEJO CONTINENTE

plean piensos con mucho menos sebo y grasas que las que se introducen en los piensos compuestos dirigidos al ganado en otros países de Europa. Por otra parte, el gorrino, cuando va al matadero, tiene hasta un 30 por ciento menos de tocino, debido a

la selección de la raza y también porque se sacrifican antes, a los 6-7 meses de vida, cuando la grasa del animal aún no ha infiltrado el tejido muscular. Esta es la diferencia con los ejemplares de tipo *bellota* o *pata negra*, que se sacrifican a los 12-18 meses cuando la grasa ya infiltra el músculo.

En un estudio se ha evaluado el efecto de los diferentes tipos de carne sobre el perfil de lípidos en sangre (colesterol, triglicéridos...), y ha sido dirigido por el Doctor Rubio, en el Servicio de Endocrinología del Hospital Clínico de Madrid. Se comparó el vacuno frente al porcino magro (solomillo, lomo y filetes de muslo que, como se ha dicho, tienen un bajo contenido en grasa). Se utilizaron voluntarios sanos que hacían vida normal. Comían todos los días en el Hospital, salvo el fin de semana, pero se les indicaba el menú que tenían que consumir, no



debiendo introducir más carne que la que se consumía en el centro sanitario y solo pescado blanco. La carne se preparaba de diversas maneras y no solo a la plancha; es decir, albóndigas, hamburguesas, pasta con salsa boloñesa, estofado con patatas, solomillo al horno, etcétera, permitiendo el uso de salsas o frituras con aceite de oliva pero siempre salvaguardando las connotaciones de una dieta mediterránea. De manera aleatoria se asignaron a consumir carne de vacuno o porcino durante seis semanas, siguiendo las recomendaciones de la dieta equilibrada; y tras un período de descanso, se cruzaron las intervenciones dietéticas, es decir, el grupo con carne de porcino cambió a bovino y viceversa. Se determinaron las concentraciones de colesterol y triglicéridos, me-

dianete una análisis de sangre, después de cada intervención dietética.

Los resultados mostraron que no existían diferencias entre la carne de vacuno y de cerdo en cuanto al nivel de colesterol y a los lípidos plasmáticos. Es decir, que el consumo de cerdo o ternera magras no suponen diferencias en cuanto al colesterol.

El mensaje final está claro: la ingesta de *carnes magras* no afecta al colesterol y se puede considerar similar al pollo. Sin embargo, la carne roja, cuyo consumo se recomienda restringir, hace referencia a la carne de añejo, de buayo o de vaca vieja, que es muy rica en grasa (más del 20 por ciento). Pero el uso en España de carne roja es escaso, solo en restaurantes y asadores.

GASTRONOMÍA

TODO EMPEZÓ EN VITORIA

La cocina española ha evolucionado tanto en los últimos años que es hora de ponerse a debatir cuáles son los nuevos caminos a seguir.

Que la cocina, así en general, ha sufrido una transformación casi revolucionaria en el último cuarto de siglo es algo que salta a la vista. Todas las cocinas del mundo han apostado, en la medida de las posibilidades de sus chefs, por la investigación, la creatividad, la vanguardia, en una palabra. Y es importante recordar que todo esto nació... en Vitoria. A mediados de los 80, el empresario Gonzalo Antón y mi colega Rafael García Santos idearon celebrar un certamen de alta cocina, con vocación de continuidad, para que acudieran a la capital alavesa los mejores cocineros del momento a demostrar sus habilidades y enseñar a los demás. Poco a poco, los grandes maestros franceses, reacios al principio, fueron acudiendo. Por allí pasaron Guérard, Ducasse, Trama, Robuchon, Gagnaire...

Pero allí iban profesionales españoles. A cocinar, los consagrados. A fijarse mucho, los jóvenes. Todos, a ayudar. Con ganas de acabar siendo figuras ellos también. Y fue en Vitoria donde por primera vez saltaron al mundo nombres como los de Andoni Luis Aduriz, Joan Roca... y los mismísimos Berasategui y Adriá. Supieron ver qué hacían los entonces grandes. Y empezaron a transitar por sus propios caminos, hacia la gloria. Vitoria, en su primera época, cambió la cocina española o, al menos, la actitud de los cocineros.

Pero es que en la segunda época las cosas habían dado un vuelco de 180 grados. Ya no eran los chefs españoles quienes tomaban nota de lo que hacían los extranjeros, sino éstos quienes venían a aprender de esos jóvenes y audaces maestros de la vanguardia culinaria nacional. Si en los 80 los españoles aprendieron y se liberaron de los franceses, ahora es al revés.



raron de viejos complejos, en el primer decenio de este siglo ocupan los puestos de honor de las listas mundiales. Y son ellos los ejemplos a seguir.

Todo ello, insistimos, gracias a los certámenes de Vitoria. Ahora ha llegado el momento de dar un paso más y plantearnos la propia esencia de la cocina, qué es, qué queremos que sea... y, sobre todo, qué es más importante: la cocina o los cocineros. Parece una perogrullada, pero es así. Antes, hablábamos de cocina francesa, vasca, italiana... y dábamos pocos nombres. Ahora nos sabemos de memoria una buena lista de cocineros, pero hablamos menos de las cocinas; y es que, hoy por hoy, y en este segmento de la vanguardia, el importante es el autor, que maneja la obra a su gusto, sin sujetarse a reglas rígidas.

Adriá es... Adriá. No podemos extrapolar y creer que la cocina española, así, en grande, es la cocina de él. Ni la de Berasategui, ni la de Roca, ni la de Arzak. La cocina de Heston Blumenthal es su cocina, no la cocina inglesa. Tal vez sean los franceses quienes siguen más fieles a ese concepto de una cocina nacional; pero es que son siglos de prestigio, que no se pueden dejar de lado de repente. Los cocineros franceses mantienen el uso de ingredientes muy conocidos, la base de esa gran cocina; los nuestros buscan a cada momento nuevos productos, no importa de dónde procedan: se trata de seguir creando.

¿A dónde nos conducirá esto? No es fácil saberlo. Probablemente, a ahondar todavía más el abismo que ya separa la cocina de autor de la cotidiana. La gente va siendo consciente de que a los restaurantes de esos chefs se va a algo más que a comer, mientras que quienes lo único que pretenden en un establecimiento es comer a su gusto no van a aquellos en los que la cocina es rabiosamente personal y, en consecuencia, desconocida para todo comensal que no la ha probado. Es lógico.

Y hasta es bueno. Tiene que haber vanguardias y día a día, como existen la pasarela y el *prêt-à-porter*, como existen la fórmula uno y el utilitario. Lo que empieza siendo solo para unos pocos, si realmente es bueno, acaba siendo apreciado. Ciertamente, no es fácil discernir qué vale la pena y qué va a ser flor de un día; eso es parte del juego, y quienes jugamos sabemos que podemos no acertar, como un cocinero creativo desecha lo que no le ha salido como él esperaba. Investigar, imaginar, ejecutar... y consolidar o abandonar. Las cosas funcionan así. Y lo consolidado llegará, con el tiempo, al restaurante modesto, a la mesa familiar.

EL VINO

CARRADUEÑAS

D.O. CIGALES

Fundada en 1998, Bodegas y Viñedos Pilcar es un buen ejemplo de la nueva generación de productores de calidad en la denominación de origen Cigales, donde se elaboran algunos de los mejores rosados de España. La finca de la empresa familiar situada en la localidad de Valoria la Buena, a mitad de camino entre Valladolid y Palencia, cuenta con 15 hectáreas de tinto fino plantado en espaldera y de una edad media de 12 años.

Cata:

El rosado Carradueñas presenta a la vista tonos cereza. Con un aroma basado en una fruta roja bien madura, en boca muestra una buena estructura, acidez muy viva, notable frescor y buena expresión frutal.

Consejos:

Si el tiempo acompaña y empieza a hacer bueno de una vez, este vino puede ser un acompañamiento perfecto para un picnic o una parrillada al aire libre. Siempre bien fresco, el rosado gana si se bebe en porrón o bota, ya que, además del toque tradicional, ayuda a oxigenarlo.



1. LA ACTITUD.

Querer es poder, y para decirse a quemar calorías hay que tener una buena razón. Lucir prendas que sean prácticas pero al mismo tiempo modernas y atractivas provoca que se desee hacer ejercicio. La firma Roxy propone una línea de ropa de deporte que permite ponerse en forma y estar a la moda, Roxy Athletix.

Top y pantalón de la línea **Roxy Athletix**.

4. ATENCIÓN A LOS DETALLES

El plus del estilo está en los pequeños detalles, también cuando se practica deporte. Björn Borg, el tenista de larga melena rubia que entre 1977 y 1981 ocupó seis veces el puesto número 1 del ranking de jugadores, ha creado una firma de ropa innovadora y creativa cuyo diseño está influenciado por la herencia deportiva que desprende el nombre de su creador. Lo último es la colección Love All, ropa interior llena de tonalidades en una elegante y discreta cajita para barras de labios.

BJORN BORG, Love All. La ropa interior se esconde en una cajita de barra de labios.



PUESTA A PUNTO

El verano está cada vez más cerca, y la necesidad de ponerse en forma de cara a los meses de calor es cada vez más imperiosa. Aquí están las claves, en ocho pasos, para practicar deporte con estilo

Bolso de deporte de **Quiksilver**.



2. AL ALCANCE DE LA MANO.

A primera hora de la mañana la idea es hacer deporte cuando acabe la jornada laboral, pero el cansancio y la pereza se van imponiendo según transcurre el día y provocan el cambio de planes. Para que eso no ocurra, es fundamental contar con un buen bolso en el que cargar todo lo que se necesitará a última hora para ponerse en forma.

Bolsa de estilo marinero de **North Sails** (94 euros).



Age Fitness Elastic de **Biotherm**, el primer tratamiento anti-edad reconstituyente.

5. LA HIDRATACIÓN.

Factores externos como el sol, la contaminación... agravan el fenómeno natural del envejecimiento cutáneo, y su efecto es aún mayor cuando se practica deporte al aire libre. Para combatirlo es fundamental la hidratación de la piel, y es recomendable, además de protegerla, repararla. El tratamiento 2 en 1 (crema + sérum) Age-Fitness Elastic de Biotherm fusiona las dos fórmulas para crear una única textura que hace que la piel sea más resistente y tersa.

Modelos de edición limitada de **U.S. Polo Assn**, una colección compuesta por tres polos del Club Cortina y dos del Club de Costa Esmeralda.



7. LA ROPA DE DEPORTE.

Inspirada en diferentes modalidades deportivas o de estilo retro. Estas dos son las tendencias para la vestimenta para ponerse en forma. Que sea cómoda y que transpire es fundamental, pero el diseño es también una baza importante a la hora de animar a lucir ropa deportiva y por tanto a hacer ejercicio. Con estilo y a la moda es la ropa de la línea Roxy Athletix, y muy retro la de Lotto Colección 73, línea inspirada en los años 70, con la rejilla, tejido estrella de la época, como protagonista.



Sudadera de manga corta y Short de **Roxy**.



Chaqueta de aire deportivo de **North Sails** (158 euros).



Converse de la línea Star Player (70 euros).

3. EL CALZADO ADECUADO.

Unas zapatillas adecuadas son imprescindibles a la hora de hacer deporte, y si además de cómodas tienen un bonito diseño se convierten en un clásico. Cuando Converse presentó la Star Player por primera vez en 1975, combinaba todo lo que entonces era original, activo y moderno. Aquella zapatilla, que fue una verdadera revolución para el mundo del baloncesto y se convirtió en la favorita de innumerables mitos del deporte reclamando su lugar en las canchas y en las calles, se recupera para la primavera de 2010.



6. LA PROTECCIÓN.

Además de proteger la piel, ciertos deportes al aire libre exigen cuidar la vista. Las gafas de sol de la firma Oakley son un buen aliado en la nieve y ahora en verano la marca se enorgullece de ser el proveedor oficial de óptica de Alinghi, dos veces vencedor y actual defensor de la Copa América. Esta asociación ha permitido el desarrollo de una línea de óptica que llevarán los tripulantes y en la que todos los modelos de gafas de sol están provistos de lentes polarizadas de última tecnología.

Diseño de la línea de óptica Alinghi (219 euros).



Modelo Advantage de Lacoste (129 euros).

8. EL TIEMPO.

Que sean visibles los resultados de la práctica del deporte lleva su tiempo, y para no perder la paciencia la firma del cocodrilo verde, referente indiscutible en los complementos deportivos, ha creado el modelo Advantage, un reloj unisex de caja redonda de acero pulido que enmarca una limpia esfera de color blanco con calendario a las tres horas y su mítico logo a las 12 horas.

+ INFORMACIÓN

- BJÖRN BORG** www.bjornborg.com
- CONVERSE** www.converse.es / **LACOSTE** 902 87 71 87
- LOTTUSSE** 97150701 www.lottusse.com
- NORTH SAILS** 933239337 www.northsails-sportswear.com
- OAKLEY** 900 993 38 / **ROXY** 93 209 84 09
- U.S. POLO ASSN** 0039 (0)572 777346

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

RETIRA RESCATA

Las dietas drásticas

Una ayuda extra para definir la silueta. Una alimentación sana y equilibrada y deporte moderado son las claves para mantener el tipo y llegar al verano en forma. Si a pesar de cumplir estas rutinas se necesita combatir problemas de celulitis, de retención de líquidos o de flacidez o se requiere una firmeza adicional, la cosmética puede ser una ayuda de última hora. Los tratamientos más novedosos buscan la eficacia y actúan en varios frentes para conseguir distintos beneficios con un único gesto.



Body Firming Performance, tratamiento reafirmante y anticelulítico de Juvena (37 euros).



PerfectSlim de L'Oreal Paris, solución integral que combate celulitis, retención de líquidos, estrías, grasas acumuladas y flacidez (14,95 euros).

compras clave compras clave compras

Crema para combatir los signos de la edad. Los laboratorios cosméticos investigan continuamente buscando fórmulas para sublimar la belleza de las mujeres actuando sobre las señales de la edad. Guerlain ha encontrado el secreto de una longevidad prodigiosa en la orquídea y lo ha traducido en Orchidée Impériale, un tratamiento completo excepcional para que la piel del rostro retome el control sobre el paso del tiempo. Garnier también se inspira en la naturaleza y ha desarrollado su primera crema anti-arrugas con Pro-retinol, un derivado de la naturaleza que actúa como una reserva de Vitamina A y lucha contra el envejecimiento.

EL CHOLLO

Ultra-Lift de Garnier (11,99 euros).



EL CAPRICHIO

Orchidée Impériale de Guerlain (350 euros).



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

¿Cuál es la causa de la llamada 'piel de naranja'?

La celulitis es un fenómeno multifactorial que se origina por muchos mecanismos: captación de las grasas, almacenamiento de las mismas, oxidación de los ácidos grasos... La piel de naranja es el resultado de un estilo de vida (dieta desequilibrada, estrés, falta de ejercicio físico), pero también viene definida por los genes y por ello la formación de celulitis varía de una mujer a otra.



CelluDestock de Vichy es un anticelulítico acelerador reductor en zonas resistentes a las dietas (24 euros).



Celluli Laser Slim. Code de Biotherm es una fórmula que combate la celulitis sea cual sea su origen, estilo de vida o genética (50 euros).



CRÓNICA SOCIAL



La modelo **ESTEFANÍA LUYK**, en el estreno del DVD de 'Avatar'.



QUIM GUTIERREZ y **RAÚL ARÉVALO**.

LOS ARTISTAS SE SOLIDARIZAN CON HAITÍ

Contaba el otro día Estefanía Luyk, modelo, edad desconocida, altísima, de medidas casi perfectas, que lo que más feliz le ha hecho en el mundo ha sido ser madre. Hace casi cuatro años tuvo a Aroa, una niña muy buena a la que lo que más le gusta es jugar con las muñecas, y ahora, dentro de siete meses, tendrá otro bebé que, de ser niño, se llamará Zoe. «Sí, ya estoy de casi dos meses. Teníamos claro que queríamos tener otro hijo. Pasé unos 10 días con muchas nauseas, por un cuadro vírico, pero ahora estoy estupendamente». Nos lo contó con ocasión de la presentación del DVD de *Avatar*, la taquillera película de James Cameron que ella ha visto dos veces en el cine y que considera una de las mejores de todos los tiempos. Dejando a un lado esta afirmación exagerada, podemos decir que la modelo atraviesa una etapa muy buena de su vida. Continúa, después de bastantes años ya, muy enamorada de José Luis Díaz de Baldeón, su marido (se casaron el año pasado en una

boda sorpresa celebrada en lo alto de un paradisíaco acantilado mexicano), con el que reside en Valladolid, donde tiene un restaurante que, según me contó, no se ha visto machacado por la crisis. Sigue, por supuesto, con su trabajo como modelo, una profesión para la que parecía estar destinada desde antes de nacer. «No sé si destinada -dijo ella, riendo- pero desde luego sí creo que he heredado de mis padres la altura. En mi familia somos un poco como los protagonistas de *Avatar*, altísimos». Y es que su padre es Clifford Luyk, el famoso jugador y después entrenador de baloncesto en el Real Madrid, y su madre la famosa ex Miss España y actriz Paquita Torres. Como para no ser alta y deportista.

Con menos del dinero que costaría mover un cable en el rodaje de *Avatar*, se consigue hacer cada año el Jameson Notodofilmest, un festival de cortos inteligentes y divertidos que tuvo lugar la pasada semana en el Teatro Alcázar. La crisis fue la causante de que este año se redujera al mínimo el presupuesto. Y es que si otros

años montaban en el Florida Park (restaurante felizmente enclavado en los jardines del Retiro) una presentación por todo lo alto en la que no faltaba barra libre de whisky ni cena durante la gala, este año se aplicó la ley seca: nada de canapés ni de bebidas durante el acto. Eso no restó interés a los cortos, verdaderamente interesantes. Daniel Sánchez Arévalo, presidente del Jurado, Raúl Arévalo, Quim Gutiérrez, Borja Cobeaga y Ernesto Sevilla fueron algunas de las *celebrities* de nuestro cine que estuvieron en el festival y que después celebraron con los ganadores, en una divertida fiesta en el Museo Chicote, el éxito de esta edición.

Fabio MacNamara también tuvo muchas cosas que celebrar esta semana. El que fuera el personaje más extravagante, alocado y querido de la *movida madrileña* no esperaba que Pedro Almodóvar, con el que lo compartió todo por los 80 (algún lector recordará los *shows* cómicos y musicales que la célebre pareja de la *movida* ofrecía en las primeras películas del cineasta



CHENOA Y DAVID DE MARÍA.



La cantante RAQUEL DEL ROSARIO.



Para MARTA SÁNCHEZ no pasan los años.



PEDRO ALMODÓVAR con FABIO MACNAMARA.

y en el mítico Rock'Ola) apareciera por la inauguración de su exposición individual en la Fresh Gallery (galería de arte de moda en Madrid). Fue un encuentro verdaderamente emotivo y casi histórico, celebrado entre aplausos y vítores, y es que, según un extendido rumor, hacía muchos años que no tenían relación alguna. Hay quien dice que Almodóvar no se portó todo lo bien que hubiera sido posible esperar con el bueno de Fabio MacNamara, quien, por cierto, vino a la exposición recién salido de misa, adonde acude diariamente para hablar con Dios.

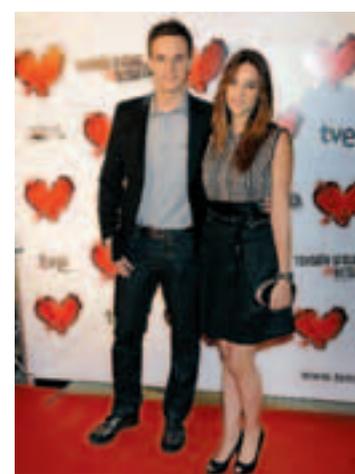
La semana terminó con un acto solidario, un concierto en el Palacio de Deportes organizado por Cadena 100 para recaudar fondos para la reconstrucción del pueblo de Haití. Alejandro Sanz fue el único que se negó a posar en el *photo call*, algo que, sinceramente, no puede entenderse, pues se trataba de promocionar un concierto humanitario: «No quiere posar por no hablar con las teles», me decía una persona cercana a la organiza-

ción. Raquel del Rosario, sin embargo, atendió a todos los medios. A mí, por ejemplo, me contó que si estaba tan morena era porque el pasado fin de semana ella y su grupo estuvieron de concierto en Canarias y, claro, aprovecharon para pasar dos días en la playa. Nek, el cantante que a todas las mujeres enamora, me contó que el tatuaje que tiene en el cuello, un pajarito diminuto que habita en la Polinesia, se lo hizo porque se siente identificado: es el único ave que, después de viajar en invierno en busca de países más cálidos, regresa siempre exactamente al mismo nido en el que nació. «Yo también regreso siempre a mi nido», dijo. Marta Sánchez, muy guapa, Chenoa, enfundada (nunca mejor dicho) en un estrechísimo traje con el que lucía sus kilos de menos, David de María, Coti y Nacho Cano fueron algunos otros de los artistas que renunciaron a su caché para hacer vibrar a más de 15.000 personas que llenaron el Palacio de Deportes y que se divertieron de lo lindo al tiempo que llevaban a cabo una acción encomiable.

EL REPARTO DE UNA HERENCIA

Existen últimas voluntades que tardan en cumplirse. La de Rocío Jurado, por ejemplo, cuyo reparto póstumo de bienes ha sido discutido hasta ahora. La finca *Los Naranjos* será para Amador y Gloria Mohedano, hermanos de la tonadillera, como según parece, fue el deseo de *la más grande*. Cuatro años después de la muerte de ésta, Rocío Carrasco, los Mohedano y Ortega Cano han firmado un acuerdo. «Yo dije en su día que respetaba la voluntad de Rocío en su testamento y siempre supe que se cumpliría su voluntad. Ella sabía que yo tenía mi vida resuelta y sé que no me voy a morir de hambre y que voy a hacer muchas cosas», declaraba el diestro, siempre esquivo con cualquier tipo de polémica, a la revista *Diez Minutos*. Lo que no sabemos es qué dirán los otros dos hijos de la pareja, que, según el albacea, verán perjudicada su legítima con semejante reparto.

UNA PAREJA PERFECTA



Son jóvenes, guapos, sanos, deportistas, famosos, simpáticos... Para colmo, están muy enamorados. ¿Se puede pedir más? Christian Gálvez, uno de los chicos de moda de Telecinco, y Almudena Cid, han decidido sellar definitivamente su amor en una boda ya anunciada para el próximo 7 de agosto. Se conocieron hace dos años, cuando la ex

gimnasta acudió un día, como tantos rostros conocidos, a participar en el concurso *Pasapalabra*. Él se quedó tan prendado de su belleza y simpatía que, a los pocos días, la telefoneó, dando comienzo a uno de los noviazgos más envidiados del actual panorama rosa. Hace poco, en París, el presentador le pidió matrimonio. Ella aceptó, por supuesto. Qué romántico.

CECILIA GÓMEZ, LOCUAZ

En el mundo del corazón, el que no corre, vuela. Si no pregunté a Cecilia Gómez, ex pareja de Fran Rivera, muy discreta hasta la fecha. Ahora, sin embargo, ha decidido largarlo todo en una entrevista en *¡Hola!*, revista que la hizo portada la semana pasada y que le pagó una suculenta suma de dinero por la exclusiva. La bailarina se suma así a la larga lista de ex de famosos que, una vez terminado el noviazgo en cuestión, deciden que ya que el amor no funcionó lo mejor será rentabilizarlo. Ella, eso sí, no ha hablado mal del diestro.

«Fue un noviazgo muy bonito», «no es posible la reconciliación», «de Francisco me enamoró su persona», la ruptura «fue muy dolorosa», han sido algunas de las declaraciones de Cecilia, que, recordémoslo, estuvo saliendo nueve meses con el torero más perseguido por la prensa rosa.



SUDOKU MANÍA

FÁCIL

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

X

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

EL SUDOKU

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

SOPA DE CINE

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

Debe buscar al director y a los actores de la película "JUANA DE ARCO" (1948): Victor Fleming, Ingrid Bergman, José Ferrer, Francis Sullivan y Carol Nash.

DIFÍCIL

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

MUY DIFÍCIL

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

LOS OCHO ERRORES



CRUCIGRAMA

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

HORIZONTALES: 1. Preparar los medicamentos por partes iguales. Medio roto. 2. Trabajar. Echarle un buen vistazo. 3. Hacer la segunda cava en las viñas. Algo parecido a las presuntas armas de destrucción en Irak. 4. Impuesto paliza. Le dijese lo que pienso. 5. Medio lobo. Bastante parecido. Tono algo cursi. 6. Palillo. Asentar una teja encima de la otra. Una de más. 7. Ojo a éste. Anillos al dedo. Un poco de cera. 8. Pagar al carnet anual del colegio. Y luego guardan la ropa. 9. Billete americano. Planta gramínea parecida al trigo. 10. Una típica pintura. Claridad. 11. Película de Woody Allen. Comete uno venial. 12. Caminar hacia allí. Se la suponemos al buen detective.

VERTICALES: 1. Sin fortaleza. Duplica las opciones. 2. Abuelo del aceite. Atontar por completo. 3. Vida bastante rica en verduras. Arrecife que suena a campanas. 4. Andaba. Rimas que no acaban de ser consonantes. 5. El que se vuelve loco por el fútbol. Donde me tumbó en verano. 6. Andar. Columna. Una broma de cine. 7. Hacer camino como decía Machado. Un objeto cualquiera. 8. Valle rico en pistas de esquí. Parte más buscada de la flor. De cera. 9. Ruido de meteoros. Apoyarás una estructura desde abajo. La copa de un pino. 10. Por donde hace puntería el francotirador. Tened un precio. 11. Golpe del buen tenista. Deja de ser vendible. 12. Recluye y encima lo es. Señalad con el dedo.

SOLUCIONES



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

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

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

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

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

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

MUY DIFÍCIL

DIFÍCIL

X

FÁCIL

FERRARI 599 GTB

MOTOR



FIN DE EXISTENCIAS

Es una edición limitada del modelo 599 GTB Fiorano F1 del que tan solo se comercializarán 599 vehículos. Disfruta de una potencia máxima de 670 caballos. Si está interesado, llega tarde, todas las unidades se han agotado.



Se desconoce su precio pero no el número de ejemplares que ya están adjudicados: 599. Ocurrió en el transcurso de una fiesta privada organizada por la propia firma de Maranello para exhibir el modelo. Deslumbrados por las prestaciones, diseño y exclusividad del superdeportivo, los asistentes al evento no perdieron la oportunidad de estampar su nombre y forma de pago para hacerse con una de las últimas piezas de museo de la compañía italiana.

Los responsables de la compañía del *cavallino rampante* ya anunciaron que esta versión extrema del 599 GTB Fiorano F1 no iba a decepcionar y acertaron con su predicción. Sus propietarios disfrutarán de una construcción que asume con éxito los genes de la firma transalpina. Podrán llevar al límite su motor V12 de 670 caballos de potencia y desarrollar una velocidad máxima de 335 kilómetros por hora. Los más entusiastas comprobarán con éxito que su capacidad de

aceleración les acercará a los 100 kilómetros por hora de velocidad en tan solo 3,3 segundos, mejorando los registros de la versión de la que deriva. Con estas cifras, se convierte en el coche de calle más rápido fabricado por la compañía italiana. Toda la fuerza del motor es canalizada a través de una caja de cambios de seis velocidades con levas en el volante.

Este potencial mecánico se consigue, además, con un descenso en el nivel de emisiones y de consumo. De este modo, emite 411 gramos de CO2 y su gasto en ciclo mixto es de 17,5 litros. El deportivo mide 4,71 metros de largo, 1,96 de ancho y 1,32 de alto, mientras que su peso se fija en 1.495 kilos, 85 más ligero que el GTB Fiorano. En cuanto a su diseño, es muy similar al modelo que toma como base, aunque presenta modificaciones en su parte trasera para mejorar el componente aerodinámico. El *coupé* llega en 26 colores con diferentes combinaciones para determinadas partes de la carrocería. El vehículo, como acostumbra Ferrari, es fascinante pero habrá que esperar otra oportunidad.

UN APUESTA POR LA DIVERSIÓN



KAWASAKI VERSYS

Su nombre es la suma de los términos *vertex*, cúspide en latín, y de *system*, sistema en inglés. Puede parecer rebuscado pero son las aspiraciones de la compañía japonesa con la renovada construcción: proporcionar una plataforma superior al servicio de la diversión en la conducción en cualquier tipo de circunstancia y terreno.

La Versys ofrece un conjunto exclusivo que consta de suspensión de largo recorrido y llantas deportivas de 17 pulgadas. El piloto disfrutará de una posición de conducción erguida con amplios manillares que ofrece una postura relajada y natural y permite al conductor tener una gran capacidad de control sobre la dos ruedas.

En el plano estético, hay una serie de retoques en el diseño con un aspecto general más agresivo que refleja mejor su carácter ágil y deportivo. El modelo irradia flexibilidad, fuerza y unas grandes dotes deportivas.

Con lo que respecta a sus condiciones motoras, viste un motor bicilíndrico paralelo con una importante suavidad en la respuesta. Disfruta de 64 caballos de potencia con los que alcanza cerca de los 194 kilómetros por hora. La moto dispone de espacio para dos personas con retrovisores revisados, nuevos accesorios y ABS opcional para los que se preocupen más por la seguridad. Un atractivo más viene dado por su precio de 7.699 euros.

NUEVOS CANALES DE COMUNICACIÓN



VOLKSWAGEN EXPERIENCE

Con la vocación de acercarse más a sus seguidores, la firma alemana pone en marcha el nuevo portal www.volkswagenexperience.es. Una herramienta dirigida tanto a los nuevos clientes como a aquellos que ya llevan tiempo confiando en los vehículos de la marca.

Las tres grandes áreas en las que se estructura esta web son *Tu*

coche, *Para tu tranquilidad y Vivencias*. En ellas, los internautas podrán obtener información personalizada de sus vehículos o acceder a los amplios servicios de posventa que ofrece la compañía.

Como novedad, el portal hace un seguimiento al detalle de la fabricación de nuestro coche desde el momento en que hacemos un pedido al departamento de producción.

RETRASADOS

En general, amiguitos, los plazos son muy importantes. De hecho, ahora que lo pienso, casi todas las cagadas reseñables en mi patética existencia han llegado por saltarme alguna puñetera fecha. A ver si no... joé, todavía me pongo rojo al recordarlo. «Haced lo que tengáis que hacer, pero siempre con condón. Ah, y mucho ojito de que no estén caducados, que luego pasa lo que pasa y no te veo yo a ti manteniendo a nadie, con esa pinta de mequetrefe que tienes». Tal fue el primer consejo que me dio mi hoy añorada primera ex suegra nada más presentarnos.

eneuve
periodista

Se me quedó grabado porque luego lo repitió de bastantes peores maneras en el bautizo y, de nuevo, varias veces más durante el divorcio. «Todo por diez euros de una caja de seis de sabores, hay

que ser gilipollas», decía histérica la muy bruja chilla que te chilla.

Y claro, pues qué remedio, tuve que volver a la desordenada vida de soltero. «La próxima vez, que se fije en la tapa, que lo pone bien clarito. Hay quien se muere por mucho menos», pude oír cómo le sermoneaba el médico a mi compañero del piso de divorciados cuando recuperé la consciencia en el hospital tres días después de comerme la lata de berberechos pasada con la que calzábamos una mesa.

A raíz de aquello solo toleraba papillas y agarré una depresión de caballo. Tanto que me dio por la ludopatía y, entre el bingo, el póquer y las tragaperras no llegaba para pasar la pensión alimenticia. «Ahí tienes la pasta; ya sabes, el 15 la quiero de vuelta con los intereses. Si te retrasas un solo día te parto las piernas», decía cariñoso aquel prestamista tan rumboso que me sacó de apuros tres semanas antes de lisiarme para siempre.

Así que, ya veis, la cruel escuela de la vida, amigui-

tos, de retraso en retraso, hasta aquí hemos llegado. Algo jodidillo, sí, pero cada vez más sabio y convencido por fin de que es necesario cumplir en tiempo y forma, porque, si no, si pasas y vas a tu bola, al final acaban cayendo las ostias. Hondanadas de ostias.

Lo único que me pregunto es si tal moraleja valdrá solo para los pringaos, o se aplica igual a esos semidioses del Tribunal Constitucional que, ole sus cojones, llevan más de dos años trampeando con el cargo expirado y cuyo caché parece subir a medida que les caducan los condones, vence el préstamo del usurero y se les pasan las latas de la despensa. ¿Cómo lo veis? ¿Nos estarán tomando el pelo también estos?



NUMERO 185
2 DE MAYO DE 2010

APAGA Y VÁMONOS



FOTO: EFE

IRRESISTIBLE

Tiene tantos nombres como propiedades medicinales, crece de forma espontánea en lugares incultos, siendo España uno de sus hábitats preferidos (sin segundas). Para algunos, no es más que una mala hierba, un molesto aguijón que, pese a anunciarse con un generoso despliegue foliar y floral, a veces se clava en piernas y brazos de los más desprevenidos. Hablamos, a la vista está, del humilde cardo mariano, conocido popularmente como cardo borriquero, lechero,

abrepuño, capotero, pinto, platero,... De corta pero estilizada vida, no sobrepasa los dos años pero sí los dos metros de altura. Cual panal de rica miel, ejerce una irrefrenable atracción sobre toda clase de insectos, que liban el néctar de sus flores. Además, en su extensa carta de beneficios para la salud, ya sea en infusión, extracto seco, en jarabe, ensalada, sola o con otras plantas, es indicada en los casos de litiasis (piedras en riñones y vesícula), reduce el azúcar en sangre y los

niveles de colesterol, combate la cirrosis, también la hepatitis, es un fiel aliado en caso de insuficiencia renal, puede tener aplicaciones en la prevención del cáncer y hasta es utilizado para tratar complicaciones en pacientes de sida. Como los cerdos, no tiene desperdicio pues se utilizan sus semillas, hojas y raíces. Y por si esto fuera poco, el cardo mariano, dicen, reduce los efectos de la resaca y aumenta la producción de leche en mujeres tras el parto. ¿Alguien da más?



Yo quiero ser como el viento.

Que no conoce distancias, ni fronteras.

Siempre por delante.

www.quierosercomoelviento.com



IMPULSOR OFICIAL DE LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL



IBERDROLA



CASTILLA Y LEÓN HAY UN CAMINO EN TI

Durante el año 2010, los caminos a Santiago por Castilla y León se llenan con tus pasos, se llenan de arte, cultura y espiritualidad. En Castilla y León, descubrimos que hay un camino en ti. Vive el camino.

*Juan Carlos
Sujarín*



XACOBEO 2010
Castilla y León

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA

www.turismocastillayleon.com
902 20 30 30



Junta de
Castilla y León



CASTILLA Y LEÓN