OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 24 al 30 de marzo de 2012 - Número 282

CARLA ROYO-VILLANOVA

EL PODER MÁGICO DE LA ROSA

GASTRONOMÍA
Zaldiaran, el reino de los fogones

HUELGA GENERAL
Las claves del 29-M

BALNEARIO DE LA TOJA
Salud para cuerpo y mente

El viento no tiene fronteras.
Nuestra energía tampoco.
Iberdrola. Líder mundial en energía eólica.

Nuestra energía cruza fronteras llegando a más de 30 millones de clientes en 40 países. Porque sólo la primera compañía energética española es capaz de llegar tan lejos para estar tan cerca.

alicante
PUERTO DE SALIDA

IBERDROLA

ISLA DE LA TOJA _18
Un paraíso con poderes curativos

SUMARIO

NÚMERO 282

29-M _14
Consecuencias de la huelga general

COCINA DE AUTOR _7
Innovación en los fogones del Zaldiaran

HOY FIRMAN EN OSACA

alfredo urdaci_4

antonio pérez henares_6
La primera luna de la primavera

pilar riobó_27

bernabé tierno_27

rosa villacastín_28

UNA VIDA ENTRE FLORES _19
Carla Royo-Villanova apuesta por el agua de rosas como 'alma' de su línea de cosméticos

TENDENCIAS _24
Packard Bell diseña el mejor compañero de viaje, el dot S, con una batería de ocho horas

CINE _25
'Tan fuerte, tan cerca', una cinta llena de detalles enmascarados dentro de un argumento dulzón

CIENCIA E INNOVACIÓN _26
La medicina personalizada es ya una respuesta a las necesidades específicas de cada paciente

SUPERAR EL CÁNCER _27
Eliminar los estigamas de este término es el primer paso para asimilar la enfermedad

CRÓNICA SOCIAL _28
El 'culebrón' entre Carmen Cervera y su hijo Borja continúa con un polémico testamento

ROCK AND ROLL Y LEIVA _22
El músico abre con 'Diciembre' una nueva etapa en su vida

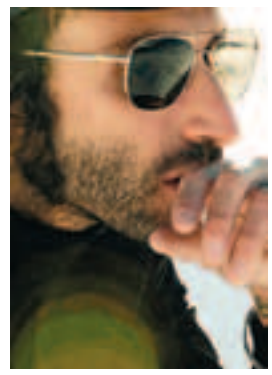


FOTO: **JUAN LÁZARO**

NÚMERO 282
25 DE MARZO DE 2012

EL PELIGRO DE LOS SALAFISTAS

Los siete asesinatos y la posterior muerte del yihadista Mohamed Merah tras más de un día atrincherado en su apartamento han conmocionado a la sociedad francesa y a buena parte del planeta. A pesar de que el país vecino siempre ha sido considerado un magnífico ejemplo y modelo a seguir en lo que se refiere a la integración de religiones y culturas, no ha podido quedarse al margen del zarpazo siniestro y letal del islamismo radical. El joven terrorista de origen argelino puso en jaque a las fuerzas de seguridad galas durante algo más de 10 días, actuando con tal sangre fría que fue capaz de grabar todos los homicidios, incluido el perpetrado en el colegio judío de Toulouse -murieron tres niños y un profesor- con una pequeña cámara que llevaba colgada del cuello. Un perturbado con un amplio curriculum delictivo que, tras ser captado en prisión por el radicalismo de Al Qaeda, decidió desplazarse hasta Afganistán y Paquistán para convertirse en muyahidín.

El peligro está cerca. En regiones como Cataluña y Aragón cada día hay mayor presencia de imanes salafistas y estos epicentros del fundamentalismo islámico se están convirtiendo en enclaves propicios para que los futuros terroristas consigan contactos y financiación para poder cometer sus infames actos. El asesino de Toulouse estuvo en España en 2007 para reunirse con miembros de estas organizaciones radicales y es un hecho que nuestro país se ha convertido en un buen lugar para dar el empujón definitivo al que lo demanda.

No todos los musulmanes son iguales. Para nada. Sería un error grave llegar a pensar así. Eso sí, se deben controlar estrechamente estos oscuros núcleos del yihadismo si no se quiere que en el futuro las actuales células durmientes despierten y puedan volver a traer la tragedia a nuestras vidas.

óscar del hoyo
director de OSACA

promecal

Director: Óscar del Hoyo.
Jefe de Fotografía: Alberto Rodrigo.
Redacción: Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, Maricruz Sánchez y Adriana Rodríguez (SPC).
Diseño: Esther Matías y Cristina Raído.

Edita:
Ópera Prima Comunicación, S.L.

Imprime:
DB Taller de Impresión

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

alfredo urdaci
periodista

RATZINGER ENTRE LOS DINOSAURIOS

el celemín

Cuando Ratzinger aterrice este próximo lunes en Santiago de Cuba, los Castro seguirán en el poder. El uno vestido de chandal tortura a sus seguidores con unas memorias interminables y consejos delirantes. El otro, arrasado por sus vicios privados, aferrado a un poder entregado por delegación, con el encargo de perpetuar el disparate, y apalizar a los disidentes y a las Madres de blanco. Es como el cuento aquel de Monterroso, el genio de lo breve: «cuando despertó, el dinosaurio seguía allí».

Fue en 1998 cuando se produjo la primera visita de un pontífice a la isla comunista. Woytila llegó a La Habana. Se anunciaba un choque de trenes, el desafío entre dos hombres que hicieron la historia de la segunda mitad del siglo XX: el Castro de la revolución y el polaco que minó las bases del sistema totalitario.

Después de abatir el régimen soviético con la ayuda de Ronald Reagan, parecía que Juan Pablo II iba a aplicar la fuerza de su sentido humanista a un país secuestrado por el materialismo dictatorial. Pero el huracán Woytila pasó por la isla, y no ocurrió nada. Recuerdo la tarde de su despedida en el aeropuerto José Martí. Junto a Fidel, Woytila pidió a Cuba que se abriera al mundo. Hoy sigue tan cerrada como en aquel final de siglo. El milagro que la mano divina le concedió para Polonia se le negaba en La Habana. Mientras el avión cruzaba el Atlántico de regreso a Roma, Castro cerraba el garrote de la represión sobre los católicos. De aquel viaje recuerdo a Roberto, un conductor ilegal que me enseñó los barrios de la periferia de la capital, los mercados donde se compran los gallos para las peleas o el vudú, y las iglesias donde se reza a los santos católicos y a las figuras de la santería, religión paralela, mezcla de magia y ritos africanos. Roberto era ingeniero, pero había dejado su puesto en una fábrica de productos lácteos porque el sueldo oficial apenas le llegaba para mantener a su familia una semana. Con un viejo coche de los años 50 se pasó a la economía sumergida. Cobraba en dólares, y así los suyos podían comprar en las tiendas reservadas para la divisa norteamericana.

Un régimen que condena a la pobreza y al racionamiento permanente a su población, convierte a sus ciudadanos en delincuentes comunes. Con aquel conductor ilegal recorrí las calles más secretas de La Habana. El único tipo de clientes que no aceptaba era el turista de la revolución: el *progre* acomodado que se pasea por el parque temático del socialismo real. Fuimos a las misas del Papa Woytila, y desde un rincón me señalaba a los agentes de la policía castrista infiltrados entre los fieles.

Hubo una ceremonia multitudinaria en la Plaza de la Revolución, con la fachada de un edificio ocupada por el retrato dibujado de Che Guevara, aquel criminal asmático. Instalados en el fondo, nos pusimos a hablar con un grupo de jóvenes médicos, interesados en la medicina occidental. Hicieron algunas críticas a la organización de los estudios en su país. Hasta que de entre el público surgió una agria revolucionaria que tomó nota de sus nombres y direcciones. Incluso en aquellos días, el ambiente en La Habana era irrespirable, y los relatos de los habaneros daban cuenta de una profunda corrupción política, económica, y moral.

> «JUNTO A FIDEL, WOYTILA PIDIÓ A CUBA QUE SE ABRIERA AL MUNDO. HOY SIGUE TAN CERRADA COMO EN AQUEL FINAL DE SIGLO. EL MILAGRO QUE LA MANO DIVINA LE CONCEDIÓ PARA POLONIA SE LE NEGABA EN LA HABANA»

Hoy ya nadie cree en el experimento marxista, y hasta el régimen reconoce la profundidad de su fracaso. Quisieron construir el *hombre nuevo*, y no les quedan más que piezas rotas y descarnadas. Quizá aquella visita de Woytila no fue tan estéril. Quizá Ratzinger coseche la esperanza que sembró Juan Pablo II.

DESDE AHORA

INFINITI FX.

Son muy pocos los elegidos.

INFINITI

Inspired Performance

Versiones gasolina y turbodiesel. Desde 238 CV. hasta 390 CV. de potencia.

Solicita tu prueba en www.infiniti.es
Desde ahora, Infiniti.

Consumo mixto: desde 9,0 hasta 13,1 l/100 km. Emisiones de CO_2: desde 238 hasta 307 g/km.

Máxima seguridad demostrada
5 estrellas Euro NCAP.

antonio pérez henares
periodista y escritor

LA PRIMERA LUNA DE LA PRIMAVERA

el divisadero

Viene con agua. Y hasta con nieve ha venido. Las nubes han ocultado las primeras asomadas de esta la primera luna de la primavera. De esta en cuyo plenilunio, celebrado ancestralmente por el pueblo judío, hicieron crucificar por los romanos hace 2012 años a uno de los suyos, una muerte que conmemoran ahora sus seguidores por todo el mundo. Es por ello por lo que cambia de fecha la Semana Santa, al compás de los ciclos de la luna, y la razón por la que, si el cielo está despejado en la noche, su luz plena bañará el rostro perlado de lágrimas de la Esperanza cuando cruce el Guadalquivir por el puente de Triana. Y de la Macarena y de los silencios estremecedores de las procesiones castellanas.

Esta luna que trae agua. La que no han traído las cuatro anteriores. Y hasta nieve, la que se le olvidó principar a la de octubre: «La luna de octubre que siete lunas cubre». Toda la que traiga será poca después de tanta sequía, pero no vamos a reñirle a la que nos caiga y sí esperar que al menos salve alguna cebada y haga verdear algunos trigos. Que al menos las flores de los romeros no se marchiten casi en el mismo instante de haberse atrevido a abrirse. Que al menos despierte a los caracoles dormidos.

Esta luna procesional y judía tiene además este año unos acompañantes muy especiales en su paso por los cielos. Son los luceros, que ya sé que se llaman planetas, pero que me gusta mentarlos como me enseñó a distinguirlos de las estrellas mi abuelo Valentín cuando era niño. Hace lustros que Venus y Júpiter no asomaban tan juntos, por el oeste, ya al crepúsculo, en el firmamento.

Ahora se están separando lentamente pero aún caminan parejos y, este domingo, muy cerca suyo, se paseará la luna en cuarto creciente. Que sí, que ya se que es un satélite, pero tampoco me gusta ese apodo para el astro por excelencia de la noche. Este domingo día 25 será el mejor momento para ver a los tres juntos. Aunque puede que se dediquen finalmente a jugar al escondite con las nubes. Venus es el que aparece en primer término, más grande a pesar de ser mucho más pequeño y más brillante que Júpiter, que se intuye en segundo plano y reluce mucho más apagadamente.

Son días, pues, y noches de mirar los cielos. Por el día para ver cruzar y venir las nubes oscuras, sentir la humedad en la atmósfera y hasta mojarnos la cara de lluvia. Por la noche para contemplar el juego de seducción que hay entre la luna y sus luceros.

«SON DÍAS, PUES, Y NOCHES DE MIRAR LOS CIELOS. POR EL DÍA PARA VER CRUZAR Y VENIR LAS NUBES OSCURAS, SENTIR LA HUMEDAD EN LA ATMÓSFERA Y HASTA MOJARNOS LA CARA DE LLUVIA. POR LA NOCHE, PARA CONTEMPLAR EL JUEGO DE SEDUCCIÓN QUE HAY ENTRE LA LUNA Y SUS LUCEROS»

De la primera luna de la primavera, que se llenará a principios de abril para contemplar las procesiones y el paso de la madre dolorosa tras su hijo (camino del calvario), que es el Dios de los cristianos. La luna de los judíos y de las flores. Y de la hierba nueva también, de los ganados y los labradores.

BANQUETE DE TENDENCIAS EN LOS FOGONES DEL ZALDIARAN

maricruz sánchez
texto

vicugo
fotos

EL FAMOSO RESTAURANTE DE LA CAPITAL ALAVESA ACOGERÁ, ENTRE LOS DÍAS 23 Y 26 DE ABRIL, LA XVIII EDICIÓN DEL PRESTIGIOSO CONGRESO NACIONAL DE LA COCINA DE AUTOR. UNA CITA INDISPENSABLE QUE SERVIRÁ PARA REUNIR DE NUEVO EN VITORIA A LOS CHEFS MÁS PRESTIGIOSOS DEL PLANETA, QUE INTENTARÁN TRASLADAR A SUS MENÚS LO ÚLTIMO DE LA VANGUARDIA GASTRONÓMICA INTERNACIONAL. Y ES QUE, TRAS EL ÉXITO DE LAS TRES EDICIONES ANTERIORES Y DESPUÉS DE UN LARGO PERÍODO DE AUSENCIA, ESTE ENCUENTRO MANTIENE LA ESENCIA CON LA QUE NACIÓ HACE MÁS DE 20 AÑOS: SERVIR DE ESTÍMULO PARA QUE LA COCINA ESPAÑOLA CONTINÚE SIENDO UN REFERENTE MUNDIAL.

LUNES 23

ALMUERZO
PASCAL BARBOT (FRANCIA)

MENÚ

RESTAURANTE ASTRANCE (PARÍS)
1. Ostras 00000 en su concha, tuétano al vapor y mantequilla de alga kombu.
2. Consomé de cigala, verduras tempranas y hierbas.
3. Ravioli vegetal, carne de cangrejo y jugo de nécora.
4. Caballa marinada con miso, angélica y hojas de mostaza.
5. Magro de tocino de corral, lentejas y chorizo.
6. Pato de Challans y pasta de curry negra.
7. Patata y helado de vainilla.
8. Sorbete de guindilla y hierba limón.
9. Calamondín confitado y nougatine de sarraceno.
10. Granizado de acedera, helado de reina de los prados y fruta.
11. Hoja de arroz asado.
12. Ponche de huevo con jazmín.
13. Magdalena con miel de castaño.

VINOS
Blanco: Cloudy Bay (Moët Hennessy España) Erre Punto 2010.
Tinto: Mauro 2009 Remirez de Ganuza Reserva 2006.
Agua: Voss Agua de manatial procedente de los fiordos noruegos y Diuco from Patagonia.
Champagne: Moët&Chandon Grand Vinatage 2002.
Café: de Colombia «Tambo».
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie.

CENA
SAGARTOKI, BITOQUE, ZERUKO Y ARRIETA

MENÚ

ASADOR SIDRERÍA SAGARTOKI (VITORIA)
'LA COCINA EN MINIATURA Y LA TÉCNICA DEL BACALAO'
1. Huevo frito con patatas.
2. Rulo de Gilda.
3. El tomate de Deusto.
4. Bikini de rabo con sopa de pimientos asados.
5. Rosa de Bogavante.
6. Pincho postre Bob Limón.
7. Kokotxas de bacalao con un guisote de callos, almejas y salsa verde.
8. Taco de bacalao con jugo de moluscos y tirabeques.
9. Torrija de pan con helado de leche merengada.

VINOS
Txakolí Alavés.
Blanco: Blanco de Guarda Finca la Reñana 2010.
Tinto: Luis Alegre Parcela número 52007.
Agua: Voss Agua de manatial precedente de los fiordos noruegos y Diuco from Patagonia.
Champagne: Ruinart Blanc de Blancs.
Café: de Colombia «Sostenible»
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie

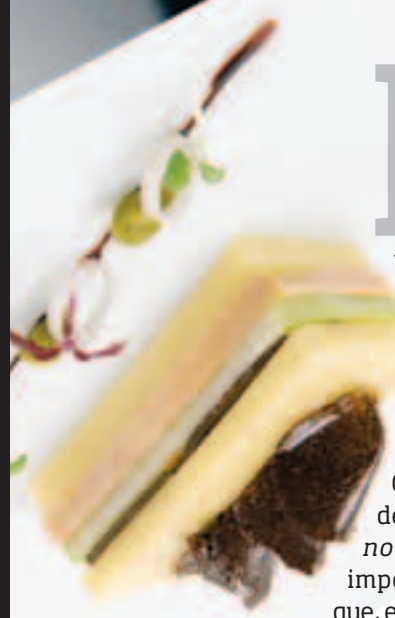
MARTES 24

CENA
NACHO MANZANO, JOSEAN M.ALIJA Y PACO MORALES

MENÚ

CASA MARCIAL (ASTURIAS), RESTAURANTE NERUA (BILBAO) Y HOTEL FERRERO (VALENCIA)
'LOS FUTUROS MEJORES COCINEROS DE ESPAÑA'
1. Tomates en salsa con hierbas aromáticas 'Nerua', puerro a la brasa, yema de arroz y jugo de cerdo ibérico 'Nerua'.
2. Cebolla blanca dulce, fondo de bacalao y pimiento verde 'Nerua'.
3. Erizos de mar sobre holandesa acidulada y yogur con aromáticos 'Casa Marcial'.
4. Mollejas de cordero tostadas, alubias blancas y ajo marino 'Paco Morales'.
5. Pieles de bacalao con lentejas, hongos y jugo de verduras asadas en la leña 'Casa Marcial'.
6. Pichón asado y reposado con tomate raf crudo y seco, aderezado con yogur y especies árabes 'Paco Morales'.
7. Flores del entorno, remolacha, frutos rojos y regalíz 'Paco Morales'. Panacota de apio, manzana e hinojos 'Casa Marcial'.

VINOS
Blanco: Bodegas Vallobera Caudalia 2011 y Ostatu fermentado en barrica 2009.
Tinto: Terrán de Vallobera 2007 y Laderas del Portillo 2008
Agua: Voss Agua de manatial precedente de los fiordos noruegos y Diuco from Patagonia
Champagne: Ruinart Blanc de Blancs
Café: de Colombia «Tambo»
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie



Las grandes estrellas de la cocina mundial y los futuros ases de los fogones, juntos en la cita culinaria por excelencia del 2012. Ésta es la carta de presentación del XVIII Congreso Nacional de la Cocina de Autor, uno de los encuentros de *nouvelle cuisine* más importantes de Europa que, entre los próximos días 23 y 26 de abril, reunirá en Vitoria a los mejores chefs internacionales.

Al abrigo de uno de los templos de la cocina vasca, el restaurante Zaldiaran, el casi centenar de asistentes al encuentro «intentará disfrutar, reflexionar y, por qué no, aprender las últimas tendencias básicas para el reciclaje culinario», como desvela el organizador del evento, Gonzalo Antón. De igual forma, y en consonancia con las pautas marcadas por los inicios de este veterano congreso en los años 80, los grandes y las nuevas promesas «intercambiarán pareceres, inquietudes e ilusiones, planteando una cocina con diferentes puntos de vista que se pueda llegar a plas-

JOAN ROCA
GANADOR DEL GORRO DE PLATA

Los Roca, Joan, Pitu y Jordi, probablemente han construido el mejor restaurante del mundo hoy por hoy. Si valoramos cocina, postres, bodega, lujo racional de las instalaciones, servicio, cercanía, sencillez, consonancia con los tiempos...y hasta la relación calidad/precio hemos de considerarla única en la alta restauración. ¿Tienen la mejor cocina del mundo? Es muy difícil compararla con la de Rene Repzepi. Son muy diferentes en todo. Quizás el escandinavo tenga una aptitud más rompedora y una genialidad innata mayor. Joan es otra cosa, su obra es más perfeccionista, menos intuitiva, más inteligente y erudita, más técnica, una creatividad profunda, requetepensada, armónica, que persigue la felicidad y el cielo gastronómico. Una idealidad más humana que divina que refleja a las mil maravillas la forma de ser de una familia que ha hecho del esfuerzo callado, la humildad y la naturalidad, filosofía de vida. Nobleza y autenticidad en el comportamiento y en el plato. El divismo justo y necesario. Verdad, esencia y coherencia. Y Jordi, al igual que Joan o Pitu, este en asunto de vinos es otro top mundial, se codea con Martín Berasategui en el desarrollo de los más excelsos y artísticos postres de restaurante. En resumen, un Gorro de Plata muy en la línea de los últimos concedidos: Ferran Adrià, Martín Berasategui y Rene Repzepi.

Rafael García Santos,
Crítico gastronómico.

mar en los negocios, asevera Antón.

Así, la cita está diseñada en dos bloques, ambos con numerosas ponencias programadas: el primero, correspondiente al lunes 23 y al martes 24, con un almuerzo oficiado por el prestigioso restaurador francés Pascal Barbot (Restaurante Astrance), una cena sobre *La cocina en miniatura y la técnica del bacalao* (a cargo de Senen González, Darren Williamson, José Antonio Calvo y Andoni Arrieta) y una segunda cena bajo la batuta de los ya conocidos como los *Futuros Mejores Cocineros de España* (Nacho Manzano, Josean M. Alija y Paco Morales); mientras, el segundo, a celebrar el miércoles 25 y jueves 26, prevé un almuerzo para repasar la *Técnica de la chuleta*, de la mano de Matías Gorrotxategi, así como una cena oficiada por los cocineros nórdicos Bo Bech, Daniel Berlin y Trond Aam.

Como colofón, Joan Roca firmará el menú que despedirá el encuentro, al ser este año el galardonado con el meritorio Gorro de Plata del congreso (en reconocimiento a su brillante trayectoria), una cita en la que también se degustarán los considerados como los mejores productos de España.

PLATOS VERDES

El evento por el que han pasado los nombres más destacados de la cocina internacional, desde Guerard, a Robuchon, seguidos de Bras, Ducasse, Adriá y Roca (posiblemente, el próximo número uno), no ha querido pasar por alto su reconocimiento a la nominación de Vitoria como Ciudad Verde Europea *Green Capital 2012*. Por ello, y para conmemorarlo adecuadamente, René Redzepi (a la cabeza del ranking mundial), Joan Roca (número dos), Andoni Luis Aduriz (cuatro), Massimo Bottura (seis), Juan Mari Arzak, Martín Berasategui, Denis Martin, Carme Ruscalleda... y así hasta 16 grandes cocineros han rendido homenaje a esta mención a través de recetas realizadas con ingredientes verdes.

En total, más de 40 estrellas Michelin expusieron sus mejores propuestas el pasado jueves, que han quedado reflejadas en una publicación presentada también en el restaurante Zaldiaran. Junto a ellos hubo además una representación de los mejores restaurantes de Vitoria, que quisieron unirse a este particular tributo, entre ellos el mencionado Zaldiaran, El Caserón, El Machete, El Portalón, Iñaki Rodaballo, Arkupe, Andere, Arimendi, Toloño y Sagartoki.

MIÉRCOLES 25

ALMUERZO
MATÍAS GORROTXATEGI

MENÚ

CASA JULIÁN DE TOLOSA (GUIPÚZCOA)
'LA TÉCNICA DE LA CHULETA'
Emplazado en pleno centro de Tolosa, Matías Gorrotxategi profundiza en los métodos de este tradicional restaurante a la hora de elaborar uno de sus productos estrella: las chuletas. Entre sus paredes, la calidad, el buen precio y el estupendo servicio, unido a la originalidad de sus platos, hace las delicias de los paladares más exigentes, sorprendiendo también a los más curiosos con sus novedosos asados. Se trata pues, en resumen, del máximo exponente en la zona de una cocina llena de sabor y sensaciones, en la que destacan platos como el buey asado, los pimientos del piquillo confitados, el jamón y lomo ibéricos, los espárragos de la huerta y los ricos cogollos de tudela.

VINOS
Blanco: Txakolí alavés (*Arabako Txakolina*).
Tinto: MIzadi crianza 2007 y Pruno 2009.
Agua: Voss Agua de manatial precedente de los fiordos noruegos y Diuco *from Patagonia*
Café: de Costa Rica 100 %
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie

CENA
BO BECH (DINAMARCA), DANIEL BERLIN (SUECIA) Y TROND AAM (NORUEGA)

MENÚ

RESTAURANTES GEIST (DINAMARCA), DANIEL BERLIN (SUECIA) Y SOSTRENE KARLSEN (NORUEGA)
1. Rabano blanco con ostra y pimienta negra (Geist).
2. Puré de patatas con buey de mar y mantequilla salada (Geist).
3. Langosta frita de Froya, pomelo y espuma de marisco (Sostrene Kerlsen).
4. Rodaballo del mar del norte con ravioli de queso relleno de hinojo (Geist).
5. Fletán pochado con rábano picante e hinojo (Sostrene Karlsen).
6. Bacalao selecto. Huevas de bacalao y pepino (Daniel Berlin).
7. Kobe muy maduro al estilo Schnitzel (Sostrene Karlsen).
8. Espino amarillo, yogur y migas (Daniel Berlin).
9. Helado de chocolate blanco con wasabi y jugo de hierba limón.

VINOS
Blanco: Lagar de Cerveza 2011 DO Rías Baixas y Marqués de Riscal Limousin 2009.
Tinto: Torre de Oña Reserva 2007 y Finca Torrea 2007.
Agua: Voss Agua de manatial precedente de los fiordos noruegos y Diuco *from Patagonia.*
Champagne: Veuve Clicquot
Café: de Colombia «Tambo»
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie

JUEVES 26

CENA
JOAN ROCA (GERONA)

MENÚ

RESTAURANTE EL CELLER DE CAN ROCA
1. Ensalada verde: aguacate, lima, melón, pepino, chartreuse, acedera, shiso verde, estragón, rúcula, oxalis, eucalipto, sorbete de oliva y aceite de oliva.
2. Toda la gamba: gamba a la brasa, arena de gamba, rocas de tinta, patas fritas, jugo de la cabeza y esencia de gamba.
3. Lenguado a la brasa a la manera meunière.
4. Telo de leche, mantequilla tostada, limón y tápenas.
5. Piel de flores y cítricos.
6. Cochinillo ibérico en blanqueta al riesling.
7. Terrina de mago y trufa, remolacha, ajo, concentrado de naranja y pistilo al azafrán.
8. Salmonete cocinado a baja temperatura relleno de paté de su hígado y ñoquis de azafrán, naranja y hierbas anisadas.
9. Higado de torcaz con cebolla, nueces caramelizadas al curry, enebro, pile de naranja y hierbas.
10. Cromatismo naranja 2012: Naranja, mandarina, yema de huevo, fruta de la pasión y zanahoria
11. Venerable 2012.

VINOS
Blanco: Izadi fermentado en barrica 2011 y Flor de Vetus 2011.
Tinto: El Regalo 2006 y Orben 2007.
Agua: Voss Agua de manatial precedente de los fiordos noruegos y Diuco *from Patagonia*
Champagne: Moët&Chandon Rosé Imperial
Café: de Colombia «Tambo»
Licores: Vodka Belvedere, Ron 10 Cane, Cognac Hennessy VS, Whisky Glenmorangie

>ENTREVISTA

CARLA ROYO-VILLANOVA
empresaria

«LAS ARRUGAS NO SON FEAS. SON PARTE DE NUESTRA VIDA, DE NUESTRA HISTORIA»

Aunque **CARLA ROYO-VILLANOVA** no ve la vida de color de rosa «porque también el arco iris es bonito», la suya sin duda sí tiene el aroma de esta flor desde que en 2003 decidiera arrancar un ambicioso proyecto: poner en marcha una marca de cosméticos basados en las propiedades curativas de la variedad conocida como damascena. Emprendedora, vital y muy perfeccionista en su trabajo, Carla innova con sus productos en un mercado muy complicado y en continua evolución. A pesar de las dificultades, ella saca fuerza de su entorno familiar y de sus clientas anónimas, las que más la ayudan con sus comentarios cada día.

maría albilla
texto

juan lázaro
fotos

La rosa es una flor muy femenina. ¿Cuáles son además sus efectos beneficiosos?
Dicen que la rosa es una flor mágica por las muchas y variadas propiedades beneficiosas para la piel que posee. Es muy hidratante, calmante, antiséptica, descongestiona, es anti arrugas, anti manchas y evita los radicales libres... Cuando se usa el agua de rosas en una cantidad muy alta se consiguen cremas muy eficaces.

¿Cómo descubrió el poder de las rosas?
La primera persona a la que oí hablar del agua de rosas fue a mi bisabuela, que la usaba como tónico. Yo tenía 13 años y ella me decía que era su truco para tener una piel bonita. No volví a reparar en ello hasta que en 1998 viajé a Bulgaria por primera vez (en 1993 se casó con Kubrat de Bulgaria) y vi la cantidad de laboratorios que hay fruto de las flores del valle de las rosas. Entonces compré un montón de productos para mi y para regalar y pude comprobar su eficacia. En 2003 viajé finalmente al valle y decidí que tenía que acercar aquella maravilla a España.

La esencia de los productos es la buena materia prima. Hablamos de la rosa damascena, ¿qué valor la diferencia de los otros tipos?
Hay muchas variedades de rosas, pero medicinales son la mosqueta, apreciada por su aceite; la gallica y la damascena, que es un híbrido entre ambas. Bulgaria tiene las mayores plantaciones de este tipo en Europa y en Irán están las más extensas del mundo. El aceite fruto del prensado de los pétalos es muy apreciado por los maestros perfumeros por su aroma muy intenso y el agua que sale de un segundo destilado es el que contiene las propiedades terapéuticas.

¿También invierte en investigación para se-

guir ampliando la gama de productos?
En cosmética no puedes dejar de investigar, sobre todo por el tiempo que se necesita antes de lanzarlos al mercado. Por ejemplo, en la crema de manos, el último producto que hemos sacado, estuvimos trabajando dos años. Hasta que no consigo lo que quiero, lo que busco, no doy el visto bueno. Ahora tenemos varias cosas en cartera... quizá para finales de año... solo te puedo adelantar que estamos haciendo otro perfume.

¿Por qué es tan importante para la mujer cuidarse y mantener unos hábitos de vida saludables?
Hombre, es que esto es incuestionable. Lo primero porque nuestra propia piel necesita alimentarse, pero también por nosotras mismas. No es lo mismo mirarte al espejo y ver que tienes un aspecto cuidado que lo contrario. Esto también afecta psicológicamente. En el caso de la piel, ella misma lo pide. Hay que cuidarla y mimarla con inteligencia.

En su caso, ¿qué terapias utiliza o qué dieta sigue para mantenerse en forma y llena de energía?
En realidad... dieta ninguna. No me privo de nada, si bien tampoco abuso de la comida poco saludable. En casa se come de todo, sobre todo verdura, pescado, fruta y platos de cuchara: sopas, potajes... pero si, de repente un día me apetece una tostada de mantequilla y azúcar o un bocadillo de crema de cacao, también me lo como...

Que, además, con tres niños en casa no puede faltar.
Hombre intento que merienden, por ejemplo, fruta, pero claro, alguna vez les apetece chocolate, como a todos. No quiero que tengan traumas infantiles por estas cosas. Es una tontería. Deben aprender a comer de todo y sano, sabiendo la importancia que tiene una dieta equilibrada, pero sin prescindir un día de un bollo si es lo que les apetece. ¡De vez en cuando el cuerpo te lo pide!

¿Les gusta practicar deporte en familia?
Los fines de semana aprovechamos para salir en bicicleta, dar paseos... En invierno nos gusta ir a esquiar también. Hacemos lo que nos da tiempo. Yo un día voy también a pilates.

¿Las cremas de verdad aminoran el efecto de los años o es más el *consumo de ilusión*?
Yo siempre digo que la línea de productos de Carla Bulgaria Roses Beauty lo que aportan es calidad a la piel, no borran las arrugas. No creo que exista una crema que las haga desaparecer, solo que las atenúan, las miman. Estos pequeños pliegues de la piel también hay que cuidarlos para que estén esponjosos, con un aspecto saludable. Las arrugas son parte de nuestra vida, parte de nuestra historia y yo no encuentro que sean feas. No hay que aparentar menos años de los que tenemos. Esto no se consigue ni con la cirugía.

¿Usa sus propios cosméticos?
Sí, ¡por supuesto! Además, mi piel ya no tolera otros productos. Pruebo muchísimas cosas que me regalan o que me interesan por curiosidad y noto que mi piel no se oxigena, que me pide a gritos que la vuelva a regar con agua de rosas.

¿Y qué rostros conocidos llevan Luz de rosas ante los *flashes*?
Siempre digo que todas mis clientas son igual de importantes y queridas. Muchas me escriben a menudo en mi blog sus comentarios y estos me dan mucha fuerza para seguir adelante, pero a cualquiera le gusta que rostros conocidos y mujeres guapas de nuestro país reconozcan públicamente que utilizan nuestras cremas. Hay muchas como María León, Nuria March, Verónica Megod, Espido Freire, Lola Marceli, Sonia Ferrer...

¿Valora usar otro tipo de flores para ampliar la variedad de su marca?
Sí. De hecho prácticamente todas las medicinas se elaboran con plantas naturales, por lo que hay

muchos vegetales que concentran importantes propiedades curativas. El labroatorio en el que hacemos nuestros productos, que está en Bulgaria, también trabaja con caléndula o con almendra, por ejemplo, pero de momento a mi me interesa afianzar esta línea y luego ya iremos avanzando.

Los productos de aloe vera se han convertido en un éxito los últimos años. ¿Podría pasar lo mismo con la rosa?

¡Ojalá! Sinceramente, me gusta más la rosa que el aloe y quienes han probado las dos suelen compartir conmigo esta opinión. Ambos son muy calmantes, pero la rosa tiene un aroma mucho más agradable y es menos pringosa. Además, estas flores tienen más propiedades, por lo que se le pueden dar más usos y son aptas para diferentes tipos de piel. El gel de aloe es lo que es y a mi no me agrada tanto.

Además de su bisabuela, su padre tiene mucho que ver en este proyecto empresarial.

De aquella conversación con mi bisabuela, cuando yo era una adolescente, surgió la semilla. Claro, cuando yo viajé al valle de las rosas en 2003 todavía era directora de comunicación de Pedro del Hierro, por l o que tenía que cumplir con mi horario laboral e ir a la oficina... era imposible viajar a Bulgaria varios días y entonces él se acababa de jubilar y se fue más de 15 días para recorrer todos los laboratorios. Bulgaria es uno de los países que más producción cosmética tiene en todo el mundo, aunque aquí este dato se desconoce porque ellos tradicionalmente han vendido al otro lado de la antigua Unión Soviética y China. Él se ofreció a hacer este viaje y a trabajar conmigo y me hizo los informes de los laboratorios, me trajo las muestras... no habría podido arrancar este proyecto sin él. A partir de ahí se *enganchó* totalmente a la marca y todavía hoy somos socios.

Uno de los valores que defiende es, precisamente, el de la familia. ¿Qué le aporta a usted este aspecto?

Me aporta lo mismo que a cualquier persona que tiene un marido y unos hijos a los que quiere mucho. Además, mis padres y mis hermanos estamos muy unidos. La familia es vital por todo, porque es importante amar, al igual que lo es sentirse querido y, egoístamente, en los momentos duros siempre son un respaldo.

¿Le ha beneficiado su posición social a la hora de hacer negocios?

Tiene su parte buena, pero también una cara menos atractiva porque te miran más con lupa. A lo mejor consigues sin problema que una persona se ponga al teléfono, pero no por tener un apellido te sacan de un apuro o te dan un trabajo. Si te descuidas, te miran más atentamente y tienes que demostrar que detrás de ti no hay solo una familia, sino un proyecto viable y sólido. No sé si tienes que demostrar más cosas, pero desde luego sí lo mismo.

«LA PRIMERA PERSONA A LA QUE OÍ HABLAR DEL AGUA DE ROSAS FUE A MI BISABUELA, QUE LA USABA COMO TÓNICO. YO TENÍA 13 AÑOS Y ELLA ME DECÍA QUE ERA SU TRUCO PARA TENER UNA PIEL BONITA»

«UNA MUJER ELEGANTE DEBE TENER ESTILO PROPIO Y, SOBRE TODO, EDUCACIÓN»

¿Por qué todavía sorprende que una mujer sea madre, trabajadora, que tenga tiempo para cuidarse, ir al gimnasio y cenar con sus amigas?

No te lo tomes a mal, pero es que esta pregunta debería desaparecer. No entiendo por qué a las mujeres se les pone la coletilla de *y madre* y a los hombres no se les pregunta si concilian vida familiar y laboral. Es uno de los motivos por los que no avanzamos. Los periodistas deberíais preguntarles a los varones qué hacen ellos por compatibilizar estos dos aspectos de su vida. La mujer no puede conciliar si su marido no lo hace también. Es una cosa de dos. Pero es que no nos debería sorprender estas cosas. Si una mujer tiene hijos, se deberá ocupar de ellos, pero es que un hombre también. Hay que cambiar el *chip* entre todos. Seguro que a los hombres también les encantaría que les preguntaran por su faceta paterna. Todavía no he visto en un titular de una entrevista a un hombre que diga 'Fulanito, actor, empresario y padre', aunque en el fondo es un problema complejo. Ser madre es lo más maravilloso que he hecho en mi vida, pero ¿por qué no se nos trata por igual?

El año pasado fue un ejercicio redondo porque recibió el premio Mujer Empresaria 2011. ¿Qué le ha supuesto una mención como ésta?

En un primer momento me sorprendió porque no me lo esperaba para nada. Creo que hay otras empresarias que se lo merecen tanto o más, pero, claro, me hizo muchísima ilusión, sobre todo por el equipo que está ahí cada día luchando conmigo. Para mi fue un momento de alegría que ellos vieran que su esfuerzo se valora y se reconoce por otros profesionales hasta el punto de hacernos merecedores de un premio. Lo que queda luego es una responsabilidad mucho más grande, claro.

¿Cuántas personas trabajan para la marca Carla Bulgaria Roses Beauty?

De manera directa, cinco.

¿Hombres o mujeres?

Casi todo mujeres.

¿Cree entonces que las empresas deben ser paritarias por ley?

Qué duda cabe de que la ley en cierta manera ayuda y empuja a que haya una conciencia social de que las mujeres valen, pero me imagino, o me gustaría pensar, que el fin último de esta normativa motora sea que no siempre se regule por imperativo, sino que se llegue a la concienciación de que hay que contratar a las personas por su verdadera capacidad, independientemente de que sean hombre o mujeres. Todos, todos, deberíamos tener las mismas oportunidades.

En la actualidad también tiene en proyecto un libro sobre cómo disfrutar de la vida. ¿Cuáles son sus pequeños placeres diarios?

Bueno, empezaré con ello en breve... Para mi los placeres diarios se basan en disfrutar de los pequeños momentos que cada día se te ponen delante. Hay veces que no somos capaces de verlos porque vas deprisa o bien estás malhumorado por lo que sea, pero tenemos a nuestro alcance pequeñas delicias que pasan desapercibidas. No sé... desde desayunar con tus hijos hasta tomarte un vinito con una amiga o ver cómo van saliendo las flores en el jardín en primavera. Ayer, por ejemplo, cuando se hacía de noche, estaban Venus y Júpiter juntos y esa imagen me pareció una casualidad muy bonita. Cada día es diferente y hay tantas cosas... Igual unos huevos fritos con migas, o un paseo con uno de mis hijos para hablar... La felicidad está hecha de esos pequeños momentos, aunque hay días que no se aprecien.

«NO CREO QUE EXISTA UNA CREMA QUE HAGA DESAPARECER LAS ARRUGAS, SOLO QUE LAS ATENÚAN Y LAS MIMAN, PORQUE TAMBIÉN HAY QUE CUIDARLAS»

«LOS PLACERES DIARIOS SE BASAN EN DISFRUTAR DE LOS PEQUEÑOS MOMENTOS QUE SE TE PONEN DELANTE, AUNQUE A VECES NO LOS VEMOS»

«HAY QUE USAR LA MODA EN NUESTRO PROPIO BENEFICIO, SABER CUÁL ES NUESTRO ESTILO Y SER CONSCIENTES DE NUESTROS DEFECTOS»

Una de las cosas con las que más disfruta es cocinando. ¿Qué es lo que mejor se le da?
Me encanta cocinar. Me relaja. Tampoco te creas que lo hago tan bien... Hago mucho legumbres y sopas. Me encanta *inventar* ensaladas y me salen fenomenal las perdices. También me gusta mucho cuidar los detalles, por ejemplo, en los aperitivos, que tengan una buena presentación, que no sea lo típico que un invitado puede tomar en su casa.

¿Cocina usted cuando tiene invitados en casa o prefiere un catering que le evite el follón?
No, no, cocino yo siempre.

Siempre ha estado muy vinculada con el mundo de la moda. ¿Es adicta a las tendencias o prefiere ir *a su aire*?
La moda me interesa, me gusta y me divierte. Disfruto viendo revistas y acudiendo a los desfiles, pero no es nada adictivo. Las tendencias están para que las conozcamos, sepamos de ellas y así podamos sacar partido a nuestro armario, pero actualizándolo, por ejemplo, con los complementos. Tenemos que usar la moda en nuestro propio beneficio, saber cuál es nuestro estilo y ser conscientes de nuestros defectos físicos para que esas tendencias sirvan para embellecer. No hay que estar al servicio de la moda.

¿Qué le hace a una mujer ser elegante?
Tener un estilo propio, no imitar, no disfrazarse y, sobre todo, la educación. La elegancia no es un vestido caro o de un diseñador. Es un conjunto.

¿Cuál es el último capricho que se ha dado?
Un viaje a Melilla con mi marido.

¿Ve Carla la vida de color de rosa?
Pues no. Bueno, en mi despacho sí... ¡todo es rosa! Pero luego... luego... también el arco iris es bonito.

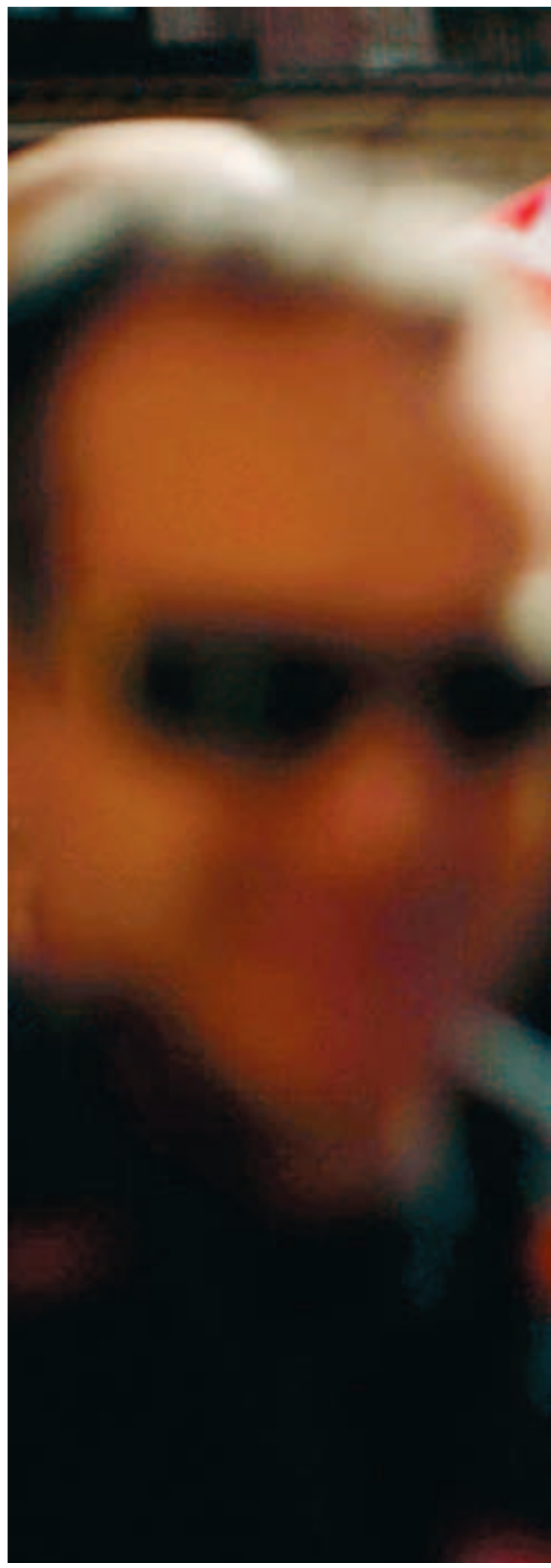
29-M

EL PRECIO DE LA HUELGA GENERAL

POCO HAY GRATIS EN ESTA VIDA ADEMÁS DE UNA SONRISA... Y TAMPOCO LO ES SECUNDAR LA HUELGA GENERAL QUE LOS SINDICATOS UGT Y CCOO HAN CONVOCADO PARA EL PRÓXIMO JUEVES CON EL FIN DE PROTESTAR CONTRA LA REFORMA LABORAL. LA MODIFICACIÓN 'A LA BAJA' QUE HA FIRMADO EL GOBIERNO DEL PP DEL ESTATUTO GENERAL DE LOS TRABAJADORES HA ENCENDIDO LOS ÁNIMOS DE LOS ASALARIADOS, QUE PLANTEARÁN A MARIANO RAJOY EL PRIMER PARO DE SU LEGISLATURA APENAS 100 DÍAS DESPUÉS DE LLEGAR A LA MONCLOA. ESTA SITUACIÓN REVERTIRÁ EN TRES FACTURAS: LA DEL PAÍS, QUE EN SU ACTUAL SITUACIÓN ECONÓMICA NO SE PUEDE PERMITIR PARAR LA PRODUCCIÓN; LA DEL EMPLEADO QUE LA SECUNDE, QUE DEJARÁ DE GANAR UN DÍA DE SU SUELDO; Y LA DE LA 'MARCA ESPAÑA', PUES UNA IMAGEN EN EL EXTERIOR VALE MÁS QUE MIL REFORMAS.

maría albilla
texto

agencias
fotos



Faltan cuatro días para que los trabajadores que así lo decidan salgan a la calle a ejercer uno de sus principales derechos laborales: el de huelga. El próximo jueves, el 29-M, muchos de ellos encontrarán en esta convocatoria su opción de réplica ante la modificación del Estatuto de los Trabajadores que aprobó el Gobierno de Mariano Rajoy el pasado 10 de febrero, una reforma controvertida que cayó como un jarro de agua fría sobre las organizaciones sindicales, que vieron cómo la nueva ley mermaba su poder, y sobre los propios asalariados, que presenciaron un retroceso en sus derechos con cada nueva iniciativa que salía por la boca de Soraya Sáenz de Santamaría, vicepresidenta del Ejecutivo, y Fátima Báñez, ministra de Trabajo.

El impacto que tuvo esta noticia en la sociedad fue tan alto que pronto se especuló con que una de las primeras consecuencias podría ser la convocatoria de una huelga general por parte de los sindicatos mayoritarios, UGT y CCOO, una sospecha que se materializó el día 9 cuando Cándido Méndez e Ignacio Fernández Toxo anunciaron que el paro coincidiría con el fijado por los representantes de los trabajadores nacionalistas en el País Vasco y Navarra y un día antes de que se presenten los Presupuestos Generales del Estado para 2012.

«Estamos ante el escenario de una profunda regresión. Debemos evitar una marcha atrás sin precedentes en las relaciones laborales en nuestro país y en la historia de la protección de los derechos sociales», exhortaba Cándido Méndez unos días antes de la fecha marcada en el calendario.

La principal cuestión que se puede plantear ante esta convocatoria es si llega en el momento adecuado para el país. La economía española pende en la actualidad de un hilo, que precisamente se está intentando reforzar a través de medidas de ahorro que sirvan para frenar los sangrantes datos de déficit, y una huelga general tiene un alto precio que, además, se paga en diferentes *cuentas de gastos*. La primera s e traduciría en los más de 2.800 millones de euros que costarían 24 horas sin actividad económica, siempre que ésta fuera secundada por un improbable 100 por 100 de la población activa. Datos más lógicos son los que aportó hace varios días la CEOE, que cuantificó en 1.000 millones las pérdidas con un seguimiento del 35 por ciento.

La huelga es un derecho, sí, pero no es gratis. Por eso el segundo recibo le paga el propio trabajador que no recibirá el salario correspondiente a esa jornada ni cotizará a la Seguridad Social ese día. Asimismo, no se le abonará la cuantía correspondiente a los complementos salariales ni a la paga extraordinaria. La media de lo que deja de recibir cada asalariado ronda los 100 euros, una cifra que probablemente sea disuasoria para muchas personas cuya situación económica sea tan complicada como la del país. Para una familia de cuatro miembros en los que solo entre un sueldo, este

UNA JORNADA DE PARO SECUNDADA POR EL 35 POR CIENTO DE LOS TRABAJADORES COSTARÍA 1.000 MILLONES

QUIEN NO TRABAJE ESE DÍA PERDERÁ SU SALARIO Y NO COTIZARÁ LA JORNADA EN LA SEGURIDAD SOCIAL

PARA LOS SINDICATOS, EL 29-M ES EL INICIO DE UNA SERIE DE MOVILIZACIONES CONTRA LA REFORMA LABORAL

LOS EMPLEADOS PÚBLICOS ESPERARÁN A VER LOS PRESUPUESTOS PARA 2012 ANTES DE SALIR A LA CALLE

montante es equivalente a un carro de la compra del que no se puede prescindir. La tercera factura corre a cuenta de la *marca España*, que verá cómo se deteriora su imagen de cara a la galería europea y de los mercados, vigilas de cada paso que se da en el territorio nacional en materia económica. «Aún yendo bien, el 29-M proyectará una idea negativa del país fuera de las fronteras», comentó el político Josep Antoni Duran i Lleida el pasado día 11, cuando los sindicatos *calentaron motores* para la huelga general. Aquel domingo de concentraciones por todo el país ya empezaron las guerras de cifras en cuanto al cálculo de personas que salieron a la calle para manifestarse contra la reforma del mercado laboral en lo que se entendió como un *simulacro*, un tanteo de los representantes sindicales a la población. Aunque las concentraciones de esta jornada se prodigaron por toda la geografía, se toma Madrid como punto significativo, ya que la Policía cifró en 30.000 las almas que acudieron a la convocatoria que transcurrió por la capital, mientras que UGT y CCOO explicaron que se congregó más de medio millón de personas clamando por una revisión del texto laboral.

También esta jornada se aprovechó para lanzar un aviso al Gobierno. Desde la cabecera de la

102 euros

Euros le costará la huelga a un empleado que perciba unos 36.000 euros brutos anuales, una cantidad en la que se incluye prorrateadas las cantidades correspondientes a los suplementos salariales y las pagas extras. Además, el mes correspondiente a la huelga se cotizará solo por 29 días trabajados.

LOS PUNTOS DE VISTA

FÁTIMA BÁÑEZ

La ministra de Trabajo, Fátima Báñez, ha sido la encargada de defender los puntos más conflictivos de la reforma laboral que ha planteado el PP nada más llegar al Gobierno. Para ella, la modificación de la normativa de trabajo supone un «antes y un después» en el funcionamiento del mercado, que pretende dinamizar la oferta y la demanda de empleo para luchar contra los sangrantes datos de paro que se registran cada trimestre en España. Quienes apoyan estos cambios, argumentan que servirán para defender a los emprendedores y que, además, acerca el modelo a la normativa que rige en Europa.

HUELGAS DURANTE LA DEMOCRACIA

- GOBIERNO
- CONVOCANTES
- MOTIVO
- DURACIÓN

05/04/1978	20/06/1985	14/12/1988	28/05/1992
Transición	Felipe González (PSOE)	Felipe González (PSOE)	Felipe González (PSOE)
UGT-CCOO-CES	CCOO y otros minoritarios	UGT-CCOO	UGT-CCOO
Paro en Europa (5%)	Ley de Pensiones	Plan Empleo Juvenil	Recorte Prestaciones paro y Ley Huelga
1 hora en 28 países	24 horas	24 horas	Media jornada

15.000 millones

El Gobierno lleva justo 99 días en el poder y, desde el primer momento, la economía ha sido su prioridad. Las medidas más polémicas, junto a la reforma laboral, han sido las recaudatorias, que pretenden obtener 15.000 millones a través de impuestos para 'aligerar' la deuda y que irán subiendo hasta cubrir los 40.000 millones que se deben.

manifestación madrileña, Méndez y Fernández Toxo avisaron de que el paro del próximo jueves es solo el principio de una serie protestas si el Gabinete *popular* no da marcha atrás en sus reformas.

VIOLENCIA EN LAS CALLES Tan complicado como prever la cifra de trabajadores que esa jornada no acudirá a su puesto de trabajo -la ley permite no avisar previamente en la empresa- es conocer cómo reaccionaran los grupos de piquetes. Se estima que esta convocatoria podría destacar por su violencia, dada la severidad de los recortes que supone la reforma laboral y las desalentadoras cifras de desempleo, que no dejan de incrementarse y que han sobrepasado hace meses los cinco millones de parados -concretamente 5.273.600 según la Encuesta de Población Activa del cuatro trimestre de 2011 del INE-.

El ministro del Interior, Jorge Fernández Díaz, fue uno de los primeros en lanzar el mensaje de que el derecho a huelga también pasa por garantizar el derecho al trabajo y pidió que la jornada se desarrolle sin violencia.

«Los trabajadores que quieran secundar el paro general, que lo hagan, y los que no, que respeten los derechos mínimos y que no haya violencia», sentenció al tiempo que garantizó que los servicios mínimos se respetarán «en el marco de la ley». También desde los sindicatos piden orden para este día. «Evitaremos que el 29-M degenere en una situación social como la griega», defendió el máximo representante de UGT en una entrevista publicada en este diario, si bien recalcó que no se puede trazar un paralelismo entre ambos países, ya que su estatus financiero es muy diferente.

En esta misma cita, resaltó que «los sindicatos siempre hemos sido muy cuidadosos: en 35 años de democracia en España ha habido siete huelgas generales (incluido el paro de media jornada de mayo de 1992). Convocar algo así es una decisión difícil, pero ahora es justa, necesaria y ponderada en función de la magnitud de la agresión que supone para la sociedad», apostilló.

éste es el segundo paro general de la actividad económica que se convoca a un Gobierno del PP, tras la que CCOO y UGT plantearon en 2002 al Ejecutivo de José María Aznar en protesta por la reforma de la protección por desempleo y de la Ley Básica de Empleo. Ahora es Rajoy el que tiene que hacer frente a este revés apenas 120 días después de llegar a la Moncloa, si bien tiene a su favor que

MÉNDEZ Y TOXO

Son la voz de los trabajadores y, como tales, reclaman la negociación de unas medidas que suponen un retroceso en décadas de lucha sindical. Para los líderes de UGT y CCOO, al impacto de una reforma laboral, que tildan de agresiva y regresiva, hay que sumar los recortes y *temer* lo que venga en los Presupuestos Generales del Estado, que no se conocerán hasta el día 30. Para ellos, la combinación de estos tres apartados «van a significar una vuelta de tuerca más en el recorte de los derechos sociales, lo que puede provocar un coma irreversible de nuestros servicios públicos fundamentales, con estas brutales políticas de ajuste».

27/01/1994	20/06/2002	29/09/2010	29/03/2012
Felipe González (PSOE)	José María Aznar (PP)	J. L. Rodríguez Zapatero (PSOE)	Mariano Rajoy (PP)
UGT-CCOO	UGT-CCOO	UGT-CCOO	UGT-CCOO
Reforma laboral	Reforma Ley Básica de Empleo	Reforma Laboral y políticas ajustes	Reforma Laboral
24 horas	24 horas	24 horas	24 horas

esta protesta llega en uno de los peores momentos para los sindicatos. De hecho, no todas las agrupaciones de trabajadores están de acuerdo con la convocatoria. El presidente del sindicato de los empleados públicos CSI-F, Miguel Borra, argumentó hace unos días que su organización no secunda la huelga porque prefiere esperar a conocer qué partidas se verán afectadas por los recortes en los Presupuestos de 2012 y a comprobar si durante el trámite parlamentario de la reforma laboral se cambian ciertas disposiciones que afectan al sector público. CSI-F no se fía de la palabra del ministro de Hacienda, Cristóbal Montoro, y teme que las cuentas para este ejercicio incluyan un nuevo recorte salarial para los funcionarios. Estas cuestiones podrían decantar una huelga en el sector público que desde la agrupación «no se descarta».

También el sector de los autónomos, uno de los más beneficiados por la nueva normativa, se ha pronunciado al respecto porque considera que «no tocaba» parar la producción en este momento. El presidente de la Asociación de Trabajadores Autónomos, Lorenzo Amor, y Pedro Barato, presidente de la Federación Española de Autónomos señalaron en una entrevista en la televisión pública que España «no se puede permitir el lujo de plantear una huelga general que no arregla nada» y aprovecharon la ocasión para reclamar una Ley de Huelga que Báñez se apresuró en negar: «Para nosotros la Ley de Huelga no está en el programa electoral del PP y, por lo tanto, no es una prioridad del Gobierno».

Aún quedan unos días de gran valor para la reflexión y para decidir si se secunda o no el paro general del 29-M. En la cabeza de algunos estarán las pérdidas económicas que registrarán sus empresas si cierran una jornada. En la de los otros, entre otros puntos, la posibilidad del despido con 20 días por año trabajado con un máximo de 12 mensualidades si la empresa registra menos ingresos -lo que no implica que tenga pérdidas-. Solo queda pensar en el futuro que queremos construir.

EN 35 AÑOS DE DEMOCRACIA SE HAN CONVOCADO SIETE MOVILIZACIONES DE ESTE TIPO, INCLUIDA UNA DE SOLO MEDIA JORNADA EN 1992

EL PARO DEL DÍA 29 SERÁ EL SEGUNDO PARA UN GOBIERNO DEL PP DESPUÉS DEL REGISTRADO EN 2002 BAJO EL GABINETE DE JOSÉ MARÍA AZNAR

CADA UNO DECIDE

5 RAZONES EN CONTRA

1. FALTA DE CONFIANZA EN QUE ESTA INICIATIVA ARREGLE LA SITUACIÓN. Las dos partes en lid, Gobierno y sindicatos, están enrocadas en sus posturas y, sobre todo la primera, no va a acceder a negociar, mucho menos cuando la atenta mirada de Europa y los mercados pende sobre las medidas económicas que se toman en el país.

2. TEMOR A UN POSIBLE DESPIDO. La precariedad del mercado laboral hace que muchos teman que no acudir a trabajar pueda ser un motivo de despido posterior, pero lo cierto es que la huelga es un derecho y su ejercicio no debe acarrear nunca el despido legal.

3. DEJO DE GANAR EL SUELDO DE UN DÍA. Hay familias que no se pueden permitir menos ingresos al mes, por lo que si es una decisión meditada, habrá que trabajar a pesar de los piquetes.

4. ESTE PARO VA A PONER PEOR LAS COSAS. Lo que la huelga le va a suponer al PIB solo será un lastre económico más para el país.

5. HAY QUE RELANZAR LA ECONOMÍA española. Y el único camino posible hoy en día es el de las políticas de ajuste.

5 RAZONES A FAVOR

1. NO ACEPTAR LA REFORMA LABORAL. Los cambios en la regulación del mercado de trabajo son una regresión en los derechos de los asalariados. Si no hay movilización tampoco habrá posibilidad de cambio o rectificación.

2. SUMARSE AL ESFUERZO COLECTIVO PARA GANAR DERECHOS. Los derechos se conquistan con diálogo y lucha social. De nada sirve quedarse en casa pensando que la opinión propia puede cambiar nada.

3. ABARATAMIENTO DEL DESPIDO. La reforma laboral acaba con los 45 días por año trabajado en caso de despido improcedente, lo que supone menos gastos para los empresarios y más facilidad para ejecutar los despidos.

4. NO TENEMOS LA CULPA DE QUE LA ECONOMÍA VAYA MAL. Los trabajadores no han hundido el país en la miseria, han sido los mismos políticos que ahora recortan derechos y suben impuestos.

5. SE NECESITAN SINDICATOS FUERTES. Esta reforma atenúa el poder de los representantes de los trabajadores, una figura clave para la negociación de los convenios colectivos con las empresas.

LA TOJA

UNA ISLA CURATIVA

SITUADO EN LA ATLÁNTICA RÍA DE AROUSA, FRENTE AL MÍTICO PUEBLO MARINERO DE EL GROVE, ESTE IDÍLICO ENCLAVE CUSTODIÓ DURANTE SIGLOS EL SECRETO DE LAS PROPIEDADES TERAPÉUTICAS DE SUS AGUAS. HASTA QUE A PRINCIPIOS DEL XIX EL MISTERIO SE RESOLVIÓ POR CASUALIDAD, CONVIRTIENDO EL LUGAR EN UNO DE LOS MÁS IMPORTANTES CENTROS TERMALES DE LA ÉPOCA. EMPLAZADO JUNTO A SUS COSTAS DESDE 2001, EL HOTEL BALNEARIO HESPERIA ISLA DE LA TOJA ES HOY EL MEJOR REFLEJO DE ESTE ESPLENDOR, AL OFRECER TODO TIPO DE COMODIDADES Y LOS ÚLTIMOS TRATAMIENTOS DERMATOLÓGICOS A SUS HUÉSPEDES.

maricruz sánchez
texto
hesperia isla la toja
fotos

Oculta bajo un espeso matorral espinoso, la pontevedresa isla de La Toja permaneció inmersa en la soledad más absoluta durante siglos, tratando de acallar el incontrolable latido caliente de su tesoro interior. A salvo del feroz zarpazo del desarrollo, exultante de vegetación y vida animal, solo las frías y oscuras aguas de la ría de Arousa supieron de su valioso secreto hasta el siglo XIX. Una realidad desconocida incluso para los habitantes de la vecina población marinera de El Grove que, hasta entonces, solo hacían uso de sus terrenos para el pastoreo y la labranza, cuando la marea baja se lo permitía. Así, esta situación se mantuvo hasta que la fortuna se cruzó en el camino del hombre, dejando que la casualidad moviera sus caprichosas fichas y fraguando una leyenda que, aunque remota, ha logrado trascender hasta nuestros días.

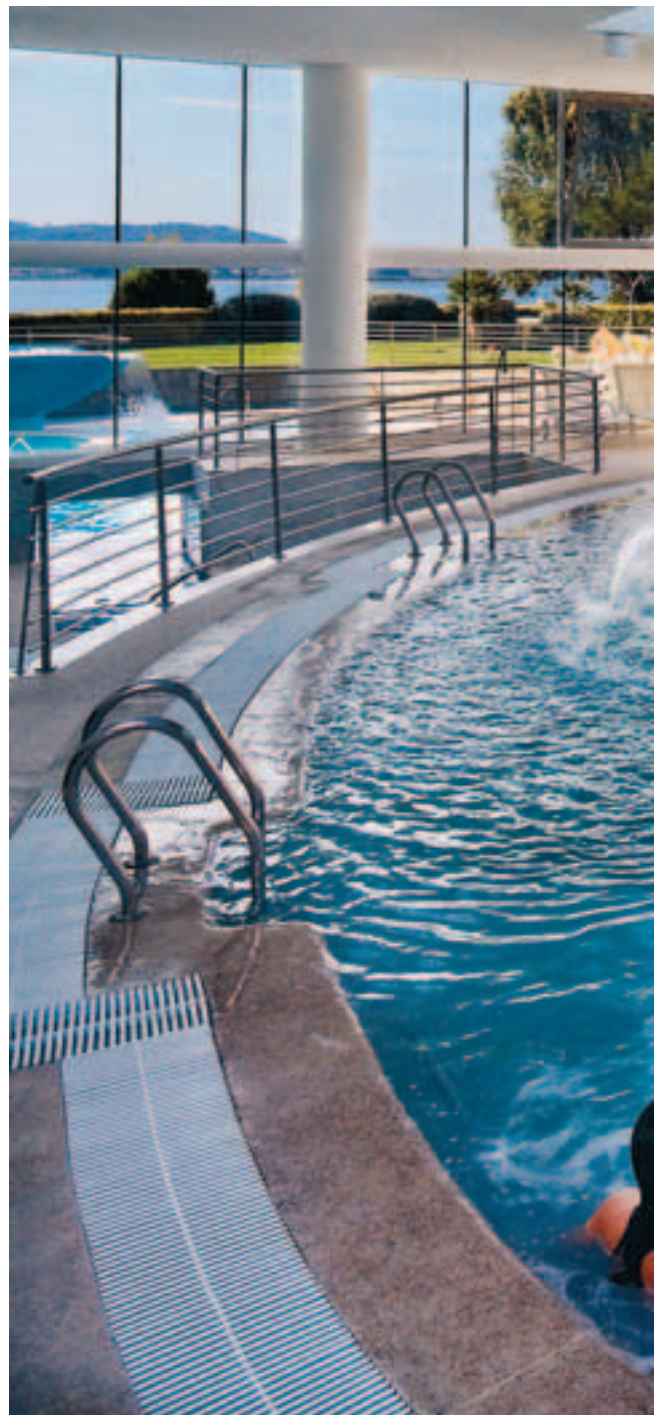
Como relatan los propios lugareños, un sacerdote, apenado por el lamentable estado de salud de su asno enfermo de sarna, decidió abandonarlo en la isla para que pasase sus últimos días de vida en paz. Pero cuál sería su sorpresa que, al regresar al lugar un tiempo después, el religioso se encontró al animal completamente curado. Para descubrir el secreto de su sanación, el cura se dedicó a vigilarlo desde la distancia, hasta que se dio cuenta de que el burro se bañaba y revolcaba en una charca de barro de donde también salía un manantial de agua caliente. Un curioso hallazgo que enseguida comenzó a pasar de boca a boca, despertando el máximo interés sobre La Toja y el origen de estas prodigiosas propiedades.

IGNORANTES DEL SECRETO QUE ESCONDÍA EN SUS ENTRAÑAS, LOS VECINOS DE EL GROVE HICIERON USO DE LA ISLA PARA EL PASTOREO Y LA LABRANZA HASTA EL SIGLO XVIII

Esta inquietud obtuvo sus primeros frutos en 1842 con la construcción de un balneario en sus terrenos, edificación de la que ya solo quedan ruinas y a la que sucedió la magnificencia y el lujo

APLICACIONES TERAPÉUTICAS. El agua de La Toja es rica en minerales, como el calcio, el potasio, el hierro y el magnesio, que son precisamente los que la confieren sus propiedades curativas. En concreto, está especialmente indicada para el tratamiento de las patologías articulares, vasculares, musculares, dermatológicas, la rehabilitación postraumática y las afecciones respiratorias.

EL 'TITANIC' DE LA RÍA D



UN LUGAR PRIVILEGIADO Situada en la atlántica ría de Arousa, la isla de La Toja es, desde principios del siglo XIX, un enclave idílico para reposar y cultivar la salud. Emplazada en una zona de gran riqueza natural, favorecida por su suave microclima, fue el destino predilecto de la *Belle Epoque*. Por sus playas pasearon personajes tan destacados como los hermanos Rockefeller, los reyes de España, la Reina Victoria Eugenia, los reyes Balduino y Fabiola de Bélgica y otros muchos miembros de la realeza europea.

del famoso Gran Hotel, inaugurado en el año 1905 y que terminaría por convertir la isla en el verdadero referente del turismo de calidad en la España de la época.

La promoción de su construcción corrió a cargo del Marqués de Riestra, el hombre más rico de la Galicia de entonces y propietario, además, de la isla en esos años. Junto a este establecimiento, que comenzó a levantarse en 1903, el aristócrata creó también la Sociedad La Toja, para poder explotar sus aguas. Después, edificaría una fábrica de sales y jabones y docenas de villas de alquiler. Como curiosidad merece la pena reseñar que, en los primeros cuatro años del Gran Hotel, sus clientes, acaudalados representantes de la más refinada *Belle Epoque*, solo podían llegar al establecimiento en barcas o a pie si había marea baja, ya que el puente que une El Grove con la isla todavía no se había construido. Con sus 400 metros de longitud y fabricado en cemento armado, este se abrió al público en 1911 y fue el más largo de Europa durante un tiempo.

Así, poco a poco, por su calidad, sofisticación y *glamour*, la fama de La Toja fue aumentando hasta traspasar fronteras, convirtiéndose en una oferta interesante para los turistas de todo el mundo que, llegados de lugares muy diversos, acudían para disfrutar de sus aguas ricas en sodio, calcio, hierro y magnesio. Y precisamente fueron estos visitantes los que, maravillados con su estancia en el lugar, quisieron llevar a sus casas las ventajas de la isla, dando pie al nacimiento y la comercialización de sus sales, que les permitían beneficiarse de las propiedades termales incluso a miles de kilómetros de distancia.

RIQUEZA TERAPÉUTICA Casi un siglo después de que se levantara el primer hotel de La Toja, vio la luz un nuevo establecimiento marcado igualmente por su impronta de lujo y comodidad: el Hesperia Isla de La Toja, miembro de la división *Resorts* de la cadena NH. Inaugurado

PIONERO EN EL EMPLEO DE LOS PELOIDES TERMALES, EL HESPERIA ISLA DE LA TOJA REGISTRA HASTA UN 60 POR CIENTO DE MEJORÍA EN LOS PACIENTES TRATADOS

E AROUSA

Uno de los recorridos marítimos más demandados entre los turistas que se acercan a disfrutar del afamado termalismo de la La Toja es la llamada *Ruta del Agua* en la que, a bordo de un catamarán, el visitante descubre la belleza paisajística de las idílicas islas de Ons, Arosa y Sálvora. De todas ellas, quizá sea esta última la menos conocida por los foráneos, debido a la prohibición expresa que existe de arribar a sus costas salvo en casos excepcionales y su condición de actual territorio deshabitado, a pesar de formar parte del Parque Nacional de las Islas Atlánticas. No obstante, y aunque la fama de peligrosa la ostente desde siempre la Costa de la Muerte, uno de los naufragios más recordados del litoral gallego tuvo lugar en 1921 a poco más de 100 metros de sus costas. Fue el buque Santa Isabel, un vapor correo cargado de emigrantes camino de América que, a la 1,50 de la madrugada de un 2 de enero se quedó encallado en unas rocas próximas a Sálvora al intentar maniobrar para acceder a la ría de Arousa. En los bajos de la embarcación se abrieron varias brechas y, en cuestión de minutos, el Santa Isabel desapareció bajo el agua para siempre con 213 personas a bordo. A pesar de que desde el buque intentaron pedir socorro por radio, fue imposible que en tierra comprendiesen lo que querían trasmitir, al quedarse sin electricidad a mitad del mensaje. Así, es famoso en toda la comarca del Barbanza (a la que pertenece el territorio) el valor de los entonces habitantes de la isla y, más concretamente, el de tres jóvenes heroínas (de 25, 16 y 14 años) que prestaron auxilio a viajeros y tripulantes, logrando salvar la vida de 56 de ellos.

El balneario del hotel es un espacio termolúdico, de 4.000 metros cuadrados, dotado con numerosas piscinas.

en 2001, este emblemático lugar combina a la perfección la modernidad de sus instalaciones con la tradición de sus tratamientos, lo que lo ha convertido en uno de los balnearios más importantes de toda Galicia.

Emplazado en una zona tranquila de la isla, declarada Centro de Interés Turístico Nacional, el hotel ofrece unas inmejorables vistas a la ría de Arousa desde su propio club termal, así como una maravillosa perspectiva de la puesta de sol en sus jardines y piscinas exteriores. Además, al tratarse de un establecimiento de construcción reciente, está totalmente pensado para satisfacer las necesidades actuales gracias a sus dos restaurantes (uno de ellos arrocería), cafetería, cervecería, salones para eventos y 104 habitaciones. En definitiva, un lugar único y de fácil acceso ideal para los que buscan pasar unas vacaciones basadas en la tranquilidad, la salud y el reposo, gracias sobre todo a su club termal: piscinas interior y exterior con agua marina climatizada, chorros subacuáticos, cuellos de cisne, seta gigante, camas de burbujas, *jacuzzi* colgante, saunas, sillones calientes y cabina de escarcha.

De esta forma, quienes se alojan en el Hesperia Isla de La Toja tienen la opción de, simplemente, relajarse o adentrarse de lleno en los beneficios del agua mineromedicinal de la zona, de fuerte mineralización, clorurado sódica, rica en calcio, hierro, potasio y magnesio, bromurada, estrónica, boratada y fluorada. Unos principios activos que estimulan las funciones metabólicas y orgánicas, producen un efecto antiinflamatorio, acción antiálgica y descontracturante, así como su enriquecimiento de la función articular, favoreciendo también los procesos de cicatrización y reparación tisular. Y para potenciar la acción de este anaranjado líquido prodigioso, el hotel puso en marcha un área médica, dirigida por la doctora Marta Arribas, así como un proyecto denominado *Hesperia Thermal Clinic*, cuyo campo estrella es el dermatológico, aunque también desarrolla otros programas terapéuticos para enfermedades reumatológicas y respiratorias, así como de bienestar y salud (adelgazamiento, antiestrés y antitabaco).

Como desvela la experta en Hidrología Médica del Hesperia Isla de La Toja, es importante destacar los muchos años de investigación que se esconden detrás de los balnearios del lugar, «cuyas propiedades fueron analizadas por primera vez en 1841 por el catedrático de Química Antonio Casares». De igual modo, según la doctora Arribas, «el tratamiento con peloides (fango o lodo termal elaborado a partir de los sedimentos del agua mineromedicinal de La Toja), especialmente recomendado para la psoriasis y la dermatitis, mejora el valor total de todos los parámetros estudiados, desde la descamación, hasta la infiltración y el eritema (inflamación superficial de la piel caracterizada por manchas rojas). Y además, el prurito (picazón) mejora en relación al tiempo del tratamiento, disminuyendo hasta en un 20 por ciento.

Es más, este balneario ha sido el primero en emplear los peloides termales (lo hace desde hace tres años), fruto de varios estudios conjuntos de la Universidad de Vigo y la de La Coruña, con notables resultados: «un 60 por ciento de los casos registrados mejoran», indica la directora de su área médica. Y es que, como apostilla Arribas, «eso no solo implica recuperar la salud, sino también la calidad de vida de los pacientes».

>ENTREVISTA

LEIVA músico

«PUEDO DECIR QUE VIVO DEL ROCK Y ESO ES UN PRIVILEGIO»

LEIVA es una estrella de rock sobre el escenario con alma de barrio cuando desayuna y compone en la terraza de su casa de Alameda de Osuna, el mismo vecindario madrileño donde creció dando patadas a un balón y aprendiendo a tocar el bajo y la guitarra en un garaje. Ahora, como buen roquero, vuelve a la carretera tras un largo parón lleno de soledades y aprendizaje personal, pero lo hace sin su otra mitad durante una década en Pereza, Rubén. Su equipaje es 'Diciembre', un disco en el que el músico ha puesto más de sí mismo que nunca, dejando a la vista lo que sus Ray Ban esconden.

maría albilla
texto

sony music
fotos

¿No le da vértigo dejar a un lado el dúo de Pereza y lanzarse solo, o en solitario, a la aventura musical?

Pues esta idea me seduce mucho. Sé que es un camino largo y que con este disco no me van a pasar cosas enormes. Es un trabajo con el que pretendo ir construyendo algo, ir poquito a poco. No tengo grandes expectativas. Tampoco me he imaginado el cuento de la lechera. Voy muy cauto y muy prudente, pero con ilusión, por eso creo que no me da vértigo. Es una posición prudente.

No hay entrevista o reportaje que no haga alguna referencia a la crisis económica. Para seguir con la tendencia, ¿cómo cree que le va a afectar?

Creo que salgo en el peor momento discográfico de la Historia. Es algo muy dicho, pero, ¡joder, es que la crisis se nota a todos los niveles! Esto hace que sea doblemente vertiginoso lo que estoy haciendo: sacar un disco solo y en estos momentos... Es un acto semisuicida.

La conclusión de este disco le ha supuesto «un invierno bastante largo y un poco cabrón», ¿qué le ha pasado durante la gestación de *Diciembre*?

Ha sido un parón muy largo en el que me he lanzado muchas preguntas al aire. Cuando uno para de *girar* durante un año y medio surgen muchas incertidumbres. No había estado sin tocar tanto tiempo nunca. Igual llevábamos 10 u 11 años trabajando y estar en casa de seguido no siempre alivia. Tiene un proceso como de estar desubicado y plantearte hacia dónde vas y cómo. Ha sido un invierno más largo de lo normal, pero es precisamente de ahí de donde han salido también las canciones.

De hecho, han sido meses muy productivos porque con su compañero de Pereza, Rubén, también tenía muchos temas para editar.

Sí, ha sido un año muy fructífero en cuanto a la composición y con muchas cosas que contar. Cuando paras saltan las alarmas y empiezas a investigar cosas de ti mismo que cuando estás de conciertos se quedan anestesiadas.

Por cierto, ¿por qué cree que se empeñan en decir que Pereza *ha muerto*?

Bueno, esto es un deporte nacional en España. Uno es responsable de las explicaciones que da, no de lo que la gente piense luego. Nosotros hemos explicado que esto es un cese temporal por el alto volumen de canciones que teníamos. No queríamos hacer una carnicería sacrificando 30 temas. ¿Qué cuándo haremos un disco nuevo? Pues cuando nos apetezca.

¿Ha sentido en este tiempo sensación de ahogo, de cierta necesidad de volver a la carretera a hacer kilómetros?

Sí, sí. En muchos momentos. Yo soy un tipo que gestiona especialmente mal los parones y enseguida se me cae encima el tiempo libre y los horizontes. De esa angustia han nacido ciertos temas.

Hombre, relájase y disfrute...

«SABINA Y COHEN ME HAN ENSEÑADO QUE UNA CANCIÓN NO ES SOLO UNA MELODÍA BONITA, SINO QUE HAY QUE CONTAR COSAS Y QUE LA GENTE LAS ENTIENDA»

«ME GUSTA EMPEZAR LOS TEMAS POR LA MAÑANA Y TERMINARLOS POR LA NOCHE. AL INICIAR EL DÍA TIENES CIERTA LUCIDEZ, PERO FALTA EL DEMONIO DE LA NOCHE»

Sí, pero solo un ratito.

¿Qué le ha aportado la *vida de ermitaño* que ha llevado de diciembre a diciembre?

He tratado de aprender, aunque no sé si lo he conseguido, a disfrutar de la soledad sin sentirme culpable. Gestionar esta nueva cruzada sin un mal sentimiento... Joder, es que la culpa es una tara importante que uno arrastra.

Ha escrito, grabado todos los instrumentos, producido el disco... ¡es un chico que vale para todo!

No, no, para nada... Simplemente tengo cierta habilidad para tocar instrumentos, pero donde me gano el sueldo es escribiendo. La parte literaria es en la que me he puesto a trabajar de verdad y la que más me cuesta. En el 75 por ciento de las cosas restantes soy un desastre. Creo que una cosa que se me da bien es la cocina. Ahí tengo tiento.

EN BREVE

¿Qué es la felicidad?
Creo que eso no existe. Pero amanecer en la montaña y coger un tomate de tu huerto se parece bastante.

¿Cuál es su principal temor?
Que se seque la fuente y, de reprente, no tenga nada que contar.

Su mejor virtud:
La lealtad.

Su peor defecto:
La impaciencia.

No perdona jamás:
El abuso de poder.

Aquel momento que no olvidará nunca:
El gol de Iniesta.

La canción más especial de *Diciembre*:
Aunque sea un rato.

El libro que siempre recomienda:
Seda de Baricco.

¿Y qué disco?
Exile on main street, de los Rolling Stones.

¿Qué personaje de ficción le gustaría ser?
Corto Maltés.

¿En qué ocasiones miente?
Cuando digo 'la ultima y a casa'. Siempre miento.

Bob Dylan es para usted:
Dios.

¿En qué momentos ha echado de menos a Rubén?

A alguien se le echa de menos cuando no le vas a ver más, pero es que yo a Rubén le tengo a dos calles de mi casa y le veo cuando quiero y hablo con él semanalmente. Bueno, el período de promoción es más aburrido sin él. Estar solo este tiempo es un rollo y juntos, al final, siempre le buscábamos sentido del humor a todo.

Este es su trabajo más roquero. ¿También es ésta su filosofía de vida?

No, qué va. No hay que llevar los clichés a rajatabla. Es el trabajo más roquero, pero es que las canciones se visten solas. Los temas te piden lo que quieren al margen de lo que intentes hacer con ellos. Yo no llevo la filosofía del rock a mi vida. Soy una persona bastante normal, pero sí puedo decir que vivo del rock y eso es un privilegio.

Miguel es Leiva desde los siete años, ¿cuál es la razón?

La cosa es que, cuando era pequeño, un entrenador de fútbol me decía que le recordaba a Leivinha, un jugador brasileño del Atlético de Madrid que era muy flaco y con el pelo rizado. Me empezó a llamar Leivinha, Leivinha... de ahí se quedó en Leiva, y hasta hoy.

Una apariencia que en la actualidad está mucho más cerca de la Bob Dylan.

Sí, bueno... es que desde pequeño le he admirado mucho. Todos hemos querido ser como él. La pinta de mendigo la tengo desde el instituto, no es de ahora.

Para la gira se ha rodeado de sus amigos de siempre, de aquellos con los que ya andaba en el barrio madrileño de Alameda de Osuna. ¿Cómo se mantienen esos vínculos con la raíz una vez tocada la fama?

Sí, es mi banda de siempre, la misma que llevaba con Pereza. Son mis amigos de toda la vida. Nosotros salimos juntos a la carretera y somos colegas. Son mis músicos y es en los que confío. Ellos me ayudan a poner los pies en la tierra.

Además se une su hermano... ¿Van a seguir compartiendo habitación?

Sí, mi hermano Juancho... es un tío con mucho talento. No, no... no compartimos habitación, pero sí lavadoras.

Llega un momento en el que un músico no sabe vivir sin la carretera, ¿qué experiencias le han marcado especialmente durante tantos kilómetros?

Hay un millón. La cantidad de emociones que manejas estando de gira es enorme. Es una constante de conocer gente, de subirte a escenarios... de sentir cosas en cada concierto. El estar fuera de todo, lejos de casa, pero con tu gente. Claro, en el momento que paras es inevitable echarlo de menos. Cuando estás al final de la vorágine te apetece frenar porque te sientes agotado, pero luego lo echas de menos. Anécdotas, hay un millón, pero al final el resumen es un vínculo muy fuerte con tu gente por la cantidad de sentimientos que se generan lejos de casa.

Quique González es uno de los amigos que también está en este disco. ¿Qué le ha aportado su talento?

Quique es mi amigo del alma. Empezamos a la vez y aprendemos mucho el uno del otro. Nos enseñamos las canciones según las escribimos... Es uno de mis mejores amigos y una constante en mi trabajo. Es un *supercrack*.

En esta ocasión ha trabajado mucho más las letras, algo que considera de gran importancia por la influencia de *grandes* como Joaquín Sabina o Leonard Cohen. ¿Qué le han aportado?

Esta gente le da una dimensión a los textos increíble y son dos ejemplos de poetas indiscutibles. La literatura, los textos de una canción, para mi son lo más complicado, lo que lleva más trabajo y solo se mejora a base de leer a gente. Sabina y Cohen me han ensañado que una canción no es solo una melodía bonita, sino que hay que contar cosas y que la gente las entienda.

¿A quién más ha leído para profundizar en este aspecto?

¿De Literatura? ¡A muchos! Músicos: me gusta mucho Tom Waits, Neil Young, Bob Dylan... Ellos son los grandes.

Dice que cada verso está «pensado, sentido y casi siempre vivido», ¿sirve también *Diciembre* para conocer al Leiva que está detrás de las Ray Ban?

Supongo que sí. Aunque no me guste, con este disco me expongo bastante. No todo lo que hay son experiencias propias aunque esté en primera persona, pero sí que hay mucho mío puesto ahí. Uno intenta siempre no personalizar demasiado, pero, si buscas dentro para escribir, es inevitable.

La sensación es que ha dejado atrás el rollo canalla y que ha dejado paso a una faceta mucho más intimista.

Supongo que son los procesos lógicos en la cada persona. La energía con la que empiezas, no es que se vaya desgastando, es que va dando forma a otras cosas. Musicalmente, creo que en *Penatis* sigue habiendo el rock and roll vacilón que me gusta hacer siempre, pero también estoy avanzando en otros aspectos que me pide el cuerpo. Lo más honesto es hacer lo que a uno le sale.

Hace años hablaba de juergas, chicas y resacas. Ahora de sentimientos y profundidad en las letras...

Pero todo puede volver en cualquier momento, aunque ahora estoy en otra etapa. Una buena juerga siempre es necesaria.

¿En qué lugar y en qué momento salen las mejores canciones?

Yo trabajo por la mañana en la terraza de mi casa. Me gusta. Eso que dicen de que la inspiración te viene trabajando es una gran verdad. Me gusta escribir cuando hay sol. En realidad, me gusta empezar las canciones por la mañana y terminarlas por la noche. Al empezar el día tienes cierta lucidez, pero falta el demonio de la noche para cerrarlas.

¿Hay que vivir mucho para que surjan buenos versos?

Hay que vivir simplemente. Tener la caña de pescar alerta para cazar cualquier pequeño momento cotidiano que te emocione y convertirlo en canción. No hace falta andar siempre desangrándose en relaciones pasionales para escribir algo. Una pestaña en el lavabo te puede dar un bonito tema.

TENDENCIAS

EL NETBOOK MÁS CÓMODO DE PACKARD BELL

PACKARD BELL DOT S

Packard Bell ha ideado tu perfecto compañero de viaje. Gracias a sus reducidas dimensiones, el nuevo dot S es un netbook que podrás llevar todo el día contigo y conectarte en todo momento, ya que cuenta con hasta ocho horas de autonomía.

Con una pantalla de 10,1 pulgadas, este ordenador llega con un atractivo diseño, con una amplia oferta de colores y texturas, un peso de menos de un kilo y un tamaño inferior al de una revista que te permitirá encajarlo perfectamente en el bolso.

Esta nueva versión de PB incorpora un puerto HDMI para conectarlo a una pantalla grande y a un procesador de tercera generación Intel Atom, que descodifica vídeos en movimiento mucho más rápido mientras incrementa su capacidad de ahorro de energía.

Su teclado, pese a su reducido diseño, es extra grande, el 93 por ciento del tamaño estándar, lo que te permitirá mecanografiar de forma confortable. Además, te podrás olvidar del ratón, gracias a su touchpad multigestual.

En cuanto al resto de prestaciones, viene con conectividad WiFi 4.0 y WiFi, procesador Intel N2600 y gráficos chipset Intel. También incorpora una webcam y un disco duro de 320 Gb.

Disponible en negro río, blanco galaxia y morado enigmático, está ya en las tiendas a un precio de 249 euros.

UNA PANTALLA TÁCTIL PARA LA PRÓXIMA XBOX

MICROSOFT XBOX 720

Cuentan que la próxima generación de Xbox, denominada popularmente como Xbox 720, podría asemejarse a la Wii U. De este modo, contaría con una pantalla táctil en el mando rodeado de con los controles tradicionales.

Con su llegada prevista para las próximas Navidades, la nueva consola será siete veces más potente que la 360.

Además, los rumores también apuntan a que Microsoft se ha sumado a la moda del negro y se olvida del blanco, con lo que el exterior de la Xbox 720 será mucho más sobrio.

A la espera de nuevas noticias, el precio con el que se especula ronda los 480 euros.

TU CERVEZA NUNCA SE QUEDARÁ SIN ESPUMA

JARRA GLORIFICADORA DE ESPUMA

Estamos ya pensando en las terracitas de verano y sus cañitas fresquitas. Pero todos tenemos a alguien en nuestro entorno que despotrica contra cómo tiran la cerveza algunos camareros. Por eso, hoy tenemos la solución perfecta para ellos.

La Jarra Glorificadora (un nombre bastante curioso) les dará la oportunidad de crear toda la espuma que queramos y, además, de una manera muy sencilla: solo hay que presionar la palanca que está encima del asa y subirá sobre el líquido.

A un precio de 28 dólares, unos 20 euros, la podrás encontrar en Internet, en la página *www.japantrendshop.com*.

EL NUEVO REPRODUCTOR DE SAMSUNG

SAMSUNG GALAXY PLAYER 70 PLUS

No solo de smartphones vive la serie Galaxy de Samsung. También existen reproductores multimedia. Y uno de ellos, el Player 70 Plus, es la última incorporación de la firma coreana, que nos ofrece una pantalla de cinco pulgadas, procesador de doble núcleo de 1 Ghz y una cámara de cinco megapíxeles.

Además, también incluye conectividad WiFi y 16 o 32 Gb de almacenamiento, según el modelo, aunque ambos ampliables con tarjeta microSD.

Su precio varía en función del tamaño de la memoria. 270 euros para el de 16 Gb y 320 para el de 32.

Más información en *www.samsung.es*.

BANG&OLUFSEN REGRESA CON SU MEJOR SONIDO

BANG&OLUIFSEN BEOLAB 12

Cualquier excusa es buena para traer a estas páginas un producto de Bang&Olufsen, aunque muchos no podamos permitírnoslo. Y es que el diseño de los dispositivos de la firma danesa siempre nos alegran la vista.

En esta ocasión, le toca el turno al Beolab 12, uno de los altavoces más delgados del mercado, pensado para colgar en la pared, que incorpora la Acoustic Lens Tecnhnology con el objetivo de que las frecuencias altas se dispersen de manera horizontal. Su exterior tiene forma de onda tridimensional y es bastante compacto. Dentro esconde un altavoz de agudos de 0,75 pulgadas, otro de medios de dos pulgadas y dos de graves de 6,5.

Está a la venta a un precio de 4.200 euros.

HTC ANUNCIA MEJORAS EN SU SERIE ONE ANTES DE LANZARLA

HTC ONE X, ONE S Y ONE V

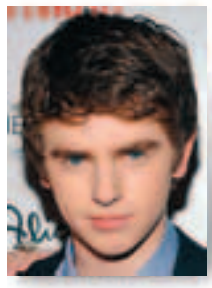
A pesar de que HTC presentó su serie ONE en el Mobile World Congreso de Barcelona, celebrado hace poco menos de un mes, la compañía ha decidido que, antes de lanzar al mercado sus terminales, va a darles un nuevo giro. Por ello, anunció hace unos días que los teléfonos serán más delgados y contarán con mejores cámaras.

De este modo, el HTC One X ha perdido grosor y el modelo, de 9,3 milímetros, que se vio en la Ciudad Condal, tendrá ahora 8,9 milímetros. Asimismo, la firma taiwanesa ha optado por una cámara de ocho megapíxeles con autofocus, flash smart LED y sensor BSI, que permite tomar imágenes en 0,7 segundos.

También la cámara frontal del HTC One S ha sido mejorada. Ahora tendrá 1,3 megapíxeles, frente a la VGA de 720 p pensada inicialmente.

Por su parte, el One V vendrá con una cámara de cinco megapíxeles con autofocus y sensor BSI. Más información en *www.htc.com*.

marta ruiz yudego
coordinación



PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

¿Quién no se acuerda del simpático niño de ***Charlie y la fábrica de chocolate***, que pasaba más hambre que Carpanta? ¿O del protagonista de la trilogía de Luc Besson ***Arthur y los minimoys***? Ya con 22 añitos, **FREDDIE HIGHMORE** ya no está para salvar al mundo o atiborrarse de golosinas... Por eso, acaba de salir en DVD, dentro de la colección Indie Project, ***El arte de pasar de todo***, donde da vida a un adolescente fatalista y pasota que se enamora por primera vez.

TAN FUERTE, TAN CERCA

javier m. faya
coordinación

NO APTO PARA DIABÉTICOS

El 11-S muere Thomas Schell en las Torres Gemelas. Su hijo, Oskar, descubre una llave en un sobre en un jarrón. Supone que es un mensaje de su padre...

Desde que ***Tan fuerte, tan cerca*** se estrenó en Estados Unidos se han escrito muchas críticas y casi todas negativas. Es interesante echarlas un vistazo. Son ácidas, sarcásticas, hirientes y muy divertidas. Curiosamente, el público ha coincidido con éstas, ya que descubren la manipulación sentimental que hay detrás. Y no les falta razón. La película se vuelca con empeño en caer bien, en ser simpática, en tocar todos los resortes de la fibra sensible del espectador. Pero aquí tenemos un grave problema porque, de fondo, hay numerosas ideas inteligentes. Sin pretender alabar en exceso la cinta, sin querer sacarla de la escala baja de la puntuación, hay que notar que, conceptualmente, la historia tiene mucho fondo. O lo habría tenido en otras manos...

Lo que ocurre es que Stephen Daldry se empeña en introducir esas buenas ideas dentro de un pastel de miel, azúcar, glucosa y otros edulcorantes. Y, cuando uno ya está empachado de sentimentalismo y lágrimas, aparece otra buena idea que resulta ser más sacarina.

gustavo de prado
texto

Temas sugerentes que aparecen en la película. La realidad: entendida fundamentalmente como algo racional, pero con momentos irracionales, y es preciso distinguir entre ellos. La paternidad: un anhelo, una angustia, salvación y perdición; para el abuelo supuso la destrucción, para Thomas una culminación; la percepción de Oskar, a través de los dos, es enriquecedora. La verdad: considerada como un objetivo, una meta y la posibilidad de libertad al mismo tiempo que la pérdida del miedo. El perdón: por supuesto. Y, desde luego, la búsqueda. Lo importante es la búsqueda. La película está envuelta en un halo de irrealidad y extrañeza, tal vez porque la miramos desde los ojos de un niño autista.

Daldry se apoya también, excesivamente, en la voz en *off* de Oskar, guía y manipulación. No permite al espectador interpretar los acontecimientos. Nos obliga a sumergirnos en ese mundo blando de buenos sentimientos, a sentirnos bien por sentirnos bien, y nos arrastra a una ingenuidad radical que contradice los temas que está tratando.

Tom Hanks y Sandra Bullock pasan bastante desapercibidos, cosa que está bien. El protagonismo absoluto es para Thomas Horn y su interpretación de Oskar. Se agradece la presencia de Max von Sydow, Viola Davis, John Goodman y un plantel de secundarios que, con su sola presencia, alientan la historia. Pero al igual que los conceptos quedan ahogados por el dulce, todos ellos quedan difuminados en el marco de una historia que cuesta mucho creer.

Adentrarse en el fondo, en lo que realmente la película quiere decir, exige demasiado esfuerzo. Las maneras, tan deliberadamente amaneradas, ese deseo de gustar a cualquier precio, antes muerta que sencilla, acaban con cualquier posible deseo de involucrarse.

LO MEJOR

Sin lugar a dudas, ese extraordinario actor llamado **Max von Sydow**, que estuvo a punto de llevarse el Oscar este año con el papelón que firma. Es una verdadera lástima que no tenga ninguno en su casa.

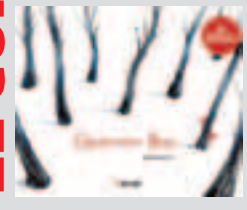
LO PEOR

Amén de desaprovechar de una forma lamentable el extraordinario plantel de secundarios con el que cuenta, estamos ante un producto **altamente manipulador** para personas de lágrima fácil.

EL CONCURSO

¡CUBIERTO!

¿Te gustaría personalizar tu móvil con la imagen que tú quieras? ¡Únete a la tendencia de los vinilos adhesivos! Consigue uno de los 5 códigos **ForCover** que sorteamos para crearte tu propio cover de móvil con la imagen que más te guste en *www.forcover.com*. Igual prefieres personalizar su teléfono, tu consola o lo que sea con alguna de las ilustraciones de **Caperucita roja**, de Adolfo Sierra. Por cierto, ¿conoces muchos lobos sin cuento? Escribe a cine@revistaosaca.com y a nuestro muro en Facebook.



UN FUTURO DE INNOVACIÓN

El objetivo de la investigación farmacológica pasa por obtener medicamentos cada vez más específicos que den respuesta a las necesidades concretas de los pacientes.

Si cada persona es un mundo, más lo es cada paciente, pues las particularidades de cada alteración se manifiestan de manera bien diferente según la genética del individuo. Por eso, si forman un grupo tan heteregéneo, ¿por qué se les intenta curar con los mismos tratamientos? El futuro de las investigaciones farmacológicas se centra en crear terapias individualizas que discriminen las diferencias entre cada afectado con una misma dolencia. Como indica Thorsten Gutjahr, responsable de Biomarcadores en la división de Diagnóstico de Roche en Basilea, hay que unir la investigación farmacológica y el desarrollo diagnóstico -perfil en el que tiene una exclusiva sinergia la compañía suiza- para llegar finalmente a la práctica clínica. De esta manera se conseguirá una medicina más eficiente de cara al paciente.

Tiempo, inversión y también cierta intuición aunque se hable de ciencia son necesarios para lograr estos productos, ya que a la predisposición al desarrollo de las enfermedades hay que sumar siempre el diagnóstico precoz de la alteración y la habilidad de predecir el posible curso de la patología, momento en el que empieza la fase de estratificación de los enfermos para elegir la terapia más adecuada para cada uno.

maría albilla
texto

La medicina personalizada se convierte así en un concepto de creciente protagonismo científico y médico que está estrechamente relacionado con el grado de eficacia y seguridad de los fármacos comercializados y que abarca, en el caso de Roche, áreas como la onco-hematología, reumatología, las enfermedades metabólicas, cardiovasculares o del sistema nervioso central, así como hepatitis B o C en la cartera de víricas.

Uno de los ejemplos de este tipo de terapias es el de vemurafenib, un fármaco cuya autorización en España está prevista para este año para tratar el melanoma -el carcinoma de piel más grave-. El desarrollo del medicamento y de su técnica diagnóstica se ha llevado a cabo en un tiempo récord: cuatro años y medio. El test permite identificar a los pacientes que presentan la mutación de una proteína concreta (presente en el 50 por ciento de los casos) y que podrían recibir el nuevo producto, que aumenta significativamente la esperanza de vida en los casos metastásicos.

CONVIENE SABER... Otro de los conceptos con los que hay que familiarizarse es el de los medicamentos biosimilares, versiones parecidas a los fármacos biológicos, que empiezan a llegar al mercado. Los conocidos como agentes biológicos son productos mucho más complejos que los medicamentos convencionales, porque para su producción se utilizan moléculas vivas que evolucionan, cambian, y que hacen más difícil su manipulación, mientras que un fármaco normal está compuesto de moléculas simples.

Fermín Ruiz de Erenchun, responsable del área de Biosimilares de Roche en Basilea, asegura que los biológicos innovadores son la *bala mágica* para alcanzar una diana y evitar los efectos secundarios que un tratamiento pueda tener sobre el paciente, pero su proceso de producción es muy difícil y costoso, ya que puede alcanzar los 100 millones de euros y, lo que es más importante, cualquier cambio en el proceso de manufactura, por leve que sea, conlleva cambios en el fármaco que pueden tener impacto potencial en la calidad, seguridad, y eficacia del mismo. Por eso resulta clave regular y controlar la fabricación de las *copias*, es decir, de los biosimilares.

Los fármacos biológicos se utilizan en la actualidad para tratar sobre todo enfermedades reumáticas y ciertos tipos de cáncer. Uno de los problemas que surgirán cuando venzan las patentes de los medicamentos que están actualmente en el mercado es que no se podrán prescribir por principio activo, como sucede con los ya comúnmente conocidos como genéricos, debido a las peculiaridades del producto de referencia. De hecho, Ruiz de Erenchun se apoya en las recomendaciones de la Agencia Europea del Medicamento para concretar que «la prescripción solo se puede hacer por nombre comercial, ya que hay que comprobar qué efectos tiene en cada paciente», apunta. Asimismo resalta que, en estos casos, la sustitución por el medicamento de menor precio que el farmacéutico hace ya con los genéricos no será viable, ya que solo el galeno puede cambiar una medicación de este tipo. El concepto de biosimilares está ya arraigado en el campo de la medicina, por lo que los pacientes deben conocer estos términos y lo que conllevan para poder implicarse junto al personal que lo trata en su enfermedad.

LO MÍO SE LLAMA CÁNCER

Desestigmatizar el impacto que aún tiene esta palabra servirá para normalizar una enfermedad que cada día cuenta con más medicamentos para convertirla en crónica.

Más de un millón y medio de personas conviven en la actualidad con el cáncer en España, lo que hace necesario desestigmatizar esta palabra. Frases tan cotidianas como: «¿Cómo vas de lo tuyo?» hieren la sensibilidad de los pacientes. Se tiende a pensar erróneamente que es mejor no utilizar la palabra cáncer. Parece que da miedo enfrentarse a la realidad, sin embargo a los pacientes les resulta más cómodo contestar a las preguntas ¿cómo te encuentras? o ¿qué tal llevas la quimio? El cáncer es demasiado habitual en la sociedad. Si somos capaces de enfrentarnos a la palabra y perder el miedo, también lo seremos de plantar cara a la enfermedad.

Por supuesto que la detección de un tumor es algo serio y grave, pero, afortunadamente, también se registra un aumento de las tasas de curación y las expectativas de vida de la mayoría de los pacientes. Desde la Sociedad Española de Oncologia Medica (SEOM) se expone que con las nuevas opciones de tratamiento se puede conseguir que el afectado sobrelleve la patología incluso en un estadio metastásico (extendido) manteniendo una buena calidad de vida. Podemos casi decir que, en muchos casos, el cáncer se convierte en una enfermedad crónica.

La cirugía y la radioterapia actúan eliminando el tumor a nivel local. La quimioterapia, por su parte, se distribuye por todo el organismo, por lo que, además de luchar contra el tumor, puede destruir las células malignas que estén a distancia (micrometástasis). Pero este procedimiento no solo mata a las células cancerosas, sino también las normales que son de crecimiento rápido, como las de la sangre y las que hacen crecer el cabello. La quimioterapia deberá administrarse en múltiples ciclos repetidos para incrementar las posibilidades de curación.

pilar riobó
texto

En los últimos años han aparecido nuevos fármacos que lo hacen posible. Por un lado, la nueva familia de los denominados anticuerpos monoclonales. Estos son moléculas que se unen a las células tumorales y que conducirán a la destrucción de estas células o a una parada en el crecimiento del tumor. Uno de ellos se ha generado contra un receptor denominado Her-2, presente en la superficie de las células cancerosas de mama, y actúa impidiendo la función de transmitir la señal de crecimiento. Otro de estos químicos, actúa contra el receptor de crecimiento, siendo especialmente útil en los tumores de cabeza y cuello y el cáncer de colon, incluyendo los casos con metástasis.

NUEVOS CAMINOS Otra familia de medicamentos son los llamados inhibidores de la tirosina quinasa. Son moléculas dirigidas a bloquear los cambios que se producen dentro de la célula, cuando el receptor de la membrana recibe la señal desde el exterior. Uno de ellos, erlotinib, se utiliza por vía oral como tratamiento del cáncer de pulmón cuando ha fallado la quimioterapia convencional de primera línea y en el cáncer de páncreas no resecable.

Imatinib actúa inhibiendo la actividad tirosina quinasa de casos de leucemia mieloide crónica, tumores de estómago o intestino delgado no operables. Mientras que sunitinib es un fármaco de administración oral con una potente capacidad de inhibir la actividad tirosina quinasa, que no solo inhibe la proliferación de las células tumorales, sino también la formación de vasos sanguíneos (angiogénesis) que precisa el tumor para seguir creciendo. Es práctico en cáncer de riñón y es el primero que demuestra eficacia en el tumor primario de higado que, hasta la presente, no disponían de ningún tratamiento médico eficaz. Otros grupo de medicamentos, como everolimus se dirigen a bloquear la proteina mTor, activada en múltiples carcinomas y causa de que se produzca un crecimiento desordenado de las células.

Por supuesto que todos estos productos tienen efectos secundarios, (cansancio, pérdida de apetito, diarreas, erupciones cutáneas), pero suponen un paso de gigante en la lucha contra los diferentes tipos de cáncer.

VIVE MÁS CON LOS QUE TE QUIEREN

Los lectores de este espacio, los que han ojeado alguno de mis últimos libros publicados y aquellos que han asistido últimamente a alguno de mis cursos o conferencias, saben que tengo verdadero interés por profundizar en las vidas de las personas más optimistas, luchadoras y positivas y, al mismo tiempo, muy longevas que conozco. Cuando les pregunto a estos hombres y mujeres de más de 90 años qué es lo que habrían quitado se su vida si estuviera en sus manos, la mayoría dice que de todo han sacado provecho y las carencias, dificultades y adversidades las consideran como algo normal en la vida de todo ser humano. No lamentan el hecho de no haber sido más ricos, famosos y conocidos. Tampoco se quejan demasiado de haber padecido enfermedades y otros males, pero hay algo que casi todos cambiarían si volvieran a vivir y es que aprovecharían más las oportunidades para estar con los suyos, disfrutar más de los seres queridos, haberles dicho con más frecuencia cuanto les querían.

Las personas que han vivido la experiencia de viajar en un avión que ha estado a punto de estrellarse y todos pensaban que en unos minutos estarían muertos, cuentan que lo que más les ha importado en esos instantes es dejarle un mensaje de amor a sus seres más queridos, lamentándose de no haber aprovechado tantos momentos vividos para decirles cuánto les querían. Si el accidente no se produjo, buena parte de estas personas que vivieron con tanta intensidad y realismo la inminencia de una muerte segura, cambiaron sus esquemas mentales respecto a la forma de vivir. Todas ellas hicieron una breve lista de cómo sería su nueva vida y el primero y principal de todos los puntos es vivir más el amor, la admiración y el cariño y no hacer tanto problema de bobadas, insignificancias y memeces, como había sucedido anteriormente.

Hemos dejado atrás un año horrible y ahora afrontamos uno que muchos consideramos como *año puente* y de esperanza, aunque va a ser lleno de sacrificios, pero nada debe importarnos más que vivir lo más intensamente posible cada instante con las personas más cercanas, más nuestras. Hay que demostrarles nuestro amor y que todos disfrutemos el camino aunque la meta esté todavía lejos. Mejor todavía, hagamos que nuestro caminar feliz, sea ya una meta gozosa.

Tengo claro, amable lector, que mi éxito de cara al futuro y a los años que me queden de vida, no va a consentir en tener, ser más conocido o ganar más dinero, sino en vivir con mayor plenitud la vida, dedicando más tiempo y más muestras de amor a quienes más amor, admiración, entrega y cariño me demuestran. No me hará falta estar a punto de ver la muerte a cinco minutos de distancia. Sé que lo que más lamentan las personas casi centenarias y más optimistas vitales e inteligentes es no haber dedicado más tiempo a vivir y a ser más felices junto a sus seres queridos: Que tu éxito sea vivir más y más intensamente.

Dice Adison que «la vida jubilosa y placentera es la única vida real», perder el tiempo en lo que sea y no aprovecharlo para disfrutar de quien nos quieren es un grave error.

WWW.CLUBOPTIMISTAVITAL.COM

EN EL PUNTO DE MIRA

ELENA TABLADA PIERDE LA BATALLA CONTRA LOS MEDIOS

La veíamos muy despendolada a esta señorita que tuvo el honor de ser pareja del cantante David Bisbal. Pero parece que la fiesta terminó. *Diez Minutos* destapó hace unos días en exclusiva la sentencia que ha fallado a favor de Ana Rosa Quintana, y que condena a Elena Tablada a pagar las costas de un proceso judicial que podría llegar a costarle 60.000 euros.

Hace siete años Cuarzo, productora presidida por la reina del *colorín*, emitió en *DEC* (Antena 3) una entrevista a un *stripper, Rico* -rico, rico- que afirmaba haber tenido «una relación pasional con mucho sexo» con la ¿diseñadora? de origen cubano, cuya familia trataba un poco con la punta del pie a la del artista almeriense, a la que siempre hacían de menos. O eso dicen.

La por aquel entonces pareja de Bisbal interpuso una demanda contra la productora.

Según pudo saber la revista, el caso ha sido archivado por el Juzgado de Primera Instancia número 2 de Alcobendas y Tablada ha sido condenada a pagar las costas al no haberse presentado a declarar en los plazos marcados. Pero el asunto no termina aquí y las cosas podrían ponerse más feas para la diseñadora, ya que, al no haber abonado los pagos, el proceso de embargo de los bienes de Tablada se ha iniciado. Pero no es el único pleito que la diseñadora ha perdido contra los medios, ya que también ha sido condenada a pagar 16.000 euros a la revista *Qué me dices*, y otro 30 por ciento adicional en concepto de intereses.

Para más inri, sale una exasistenta, Erika, que la relacionaba con un hijo de Ruiz Mateos y con «una persona extremadamente conocida y muy de moda en las revistas de prensa rosa en la actualidad».

TWITEAME

MARIO CONDE
Hora de cenar. Gracias a todos. Buen fin de semana.

MARÍA PATIÑO
Hoy termina el día acordàndome de un señor de la escena y en la vida, Paco Valladares

IVONNE REYES
Un ser integral conoce sin viajar, ve sin mirar, y realiza sin hacer..Lao Tse... Buen domingo para todos, si podemos!!

BELÉN ESTEBAN
Aqui os dejo un telefono para ayudar a Jara la niña que ha venido a mi programa 660168243 gracias!

EL TERMÓMETRO

AL ROJO VIVO

Belén Esteban tiene un nuevo enemigo: Ni más ni menos que el director del periódico *El Mundo*, **Pedro J. Ramírez**. «Lleva jorobando mi carrera desde que empecé en televisión». Queda dicho.

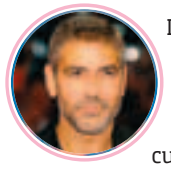
CALDEADO

La cantante **Rihanna** se empeña en recuperar a su ex novio, pero la indiferencia de la pareja es su única respuesta. Lo cierto es que tiene el corazón roto porque añora a **Chris Brown**, porque él solo tiene ojos para su novia Karrueche Tran.

NI FRÍO NI CALOR

El futbolista portugués del Real Madrid **Fabio Coentrao** celebró hace unos días su 24 cumpleaños junto a su compatriota **Cristiano Ronaldo** y no dudó en fumarse un cigarro a las puertas de un local madrileño.

ZONA GLACIAL



Después de ser detenido, y haciendo gala de su sentido del humor, **George Clooney** dijo que se llamaba **Brad Pitt** cuando los policías le pidieron que se identificara. Seguramente su amigo se habrá reído mucho de la broma.

GOYA YA PUEDE RESPIRAR TRANQUILO

La baronesa Thyssen acaba de emitir un testamento en el que deja a su derrochador hijo, Borja, lejos de obras de arte que éste aspira a lograr de inmediato para así venderlas al mejor postor y continuar su frenético ritmo de vida.

«Mientras yo viva, Borja heredará si quiero». Así de contundente se manifestó hace una semana Carmen Cervera, Tita Cervera o, si lo prefieren, por aquello de que suena mejor, la baronesa Thyssen. Y es que el culebrón que enfrenta a la exmujer de Espartaco Santoni -quién lo diría- con su retoño va para largo, muy largo. Y el tiempo que no pasa sino vuela juega en su contra.

A punto de cumplir 70 primaveras, la otrora actriz del destape quiere dejarlo todo atado y bien atado. Posiblemente, por la memoria de su marido, Heine -así le llamaba con cariño-, a quien venera, tanto a él como a su apellido, como no se cansa una y otra vez de recordar. También por sus dos hijas adoptadas en 2007, que son pequeñas y la colman de alegría. Por España, porque la fabulosa colección de arte está aquí gracias a ella, que nadie lo olvide, y ella no olvida sus raíces, si bien tiene nacionalidad suiza, donde, por cierto, allí no existe la herencia legítima, por si a *alguien* le puede interesar. También por orgullo, pues no puede tolerar que la causa de su desdicha, que se llama Blanca y se hace apellidar Thyssen, se haga de oro. Y, por encima de todo, por su hijo, al que quiere con locura, aunque reconoce que no se está portando bien, que está completamente abducido y que confía en que algún día volverá al redil.

Lo único cierto es que el conflicto con su hijo y su nuera está más que enquistado y lleva arrastrándose desde hace muchísimo tiempo, si bien, Carmen le regaló una casa de ensueño como la suegra que se hace con una colonia de oferta del Corte Inglés...

Borja, que cuenta con dos inmuebles de diseño absolutamente impresionantes, se pasa casi todo el año en las playas de Ibiza pensando en qué va a gastar su dinero. Sin contar las exclusivas que de vez en cuando vende, que son muy jugosas, el niño tiene asignados tres pagos de cinco millones de euros cada cinco años, hasta que llegue a los 35, cuando se cortará el magnífico grifo, si bien nos faltaba contar que, desde tiempo inmemorial, el tatuado señorito percibe un sueldo por no se sabe qué de 300.000 euros mensuales, vamos, que deja en pañales a cualquier presidente del Gobierno o jefe de la Diputación que se precie...

Que se haya llegado a esta esperpéntica situación se debe a que el joven le interpuso una querella contra su madre reclamándole dos cuadros que, según él, le pertenecen ya que, cuando era un renacuajo, uno de ellos, de Francisco de Goya, *Mujer con dos niños junto a una fuente*, le fue prometido por el mismísimo barón.

Y es que esta mujer es de armas tomar y sabe lo que es ganar. Ya lo hizo en 1961, en el certamen de Miss España.

Pero también conoce el fracaso. La verdad es que la baronesa ha tenido mala suerte con los hombres. En 1965 Carmen se casó con el actor Lex Barker, famoso por sus películas de Tarzán, a quien había conocido en un vuelo a Zúrich al pedirle un autógrafo. Gracias a este matrimonio, trató con varias figuras del cine americano; Sinatra les regaló un perro pastor alemán. Carmen participó con un breve papel en una película protagonizada por Barker (*Mister Dynamit*, 1967) pero, según ella misma relató, su marido impidió que iniciase una carrera estable como actriz. Enviudó

redacción
mari cler

SE DICE QUE...

EN LA NUEVA SERIE DE TELECINCO, 'CARMINA', SE TOCARÁ EL POSIBLE IDILIO DE LA 'EX' DE PAQUIRRI CON MANZANARES...

CARLOS FELIPE DE SUECIA SE CASA CON UNA BELLA 'STRIPPER'

LA FRASE

FLORENTINO FDEZ.: «RECUPERAR A KRISPÍN KLANDER HA SIDO ALGO TREMENDO»

AGENDA DE CUMPLEAÑOS

>LUNES

El actric británica **Keira Knightley** cumple 27 años rodeada de nuevos proyectos y futuros estrenos.

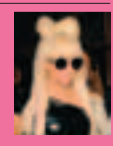
>MARTES

La cantante **Mariah Carey**, que está encantada con su papel de madre, llegará a los 42 el día 27 de marzo.

>MARTES

El presidente del Gobierno **Mariano Rajoy** cumplirá los 57 inmerso en los recortes que está viviendo España.

>MIÉRCOLES



El cantante estadounidense **Lady Gaga** celebrará su 26 cumpleaños mientras prepara su próxima gira mundial.

>VIERNES

Al defensa del Real Madrid **Sergio Ramos** le caerán 26 primaveras el próximo viernes 30 de marzo.

>SÁBADO

El actor **Ewan McGregor** llegará a los 41 en la cima del estrellato y como uno de los actores mejor pagados.

«A LOS SEIS AÑOS SE LO LLEVAN A LA INDIA LOS MONJES AL VER EN ÉL AL LAMA YESHE. AL CUMPLIR LA MAYORÍA DE EDAD, EL MUCHACHO DECIDE IRSE. HABÍA CRECIDO SIN SU FAMILIA

inesperadamente en 1973 cuando Lex Barker murió de un infarto en Nueva York.

En 1975 Carmen comenzó una relación con el productor y playboy venezolano Espartaco Santoni, casi tan mafias como se ve en *Torrente*. Se casaron en Nueva York en febrero de 1975, un matrimonio que se descubrió no válido por bigamia de él. El muy caradura se vio implicado en litigios financieros y terminaría en prisión, perjudicando económicamente a Carmen, a la que le puso más cuernos que un saco de caracoles.

Y al fin, en 1981, conoce al hombre de su vida: Hans Heinrich Àgost Gábor Tasso Freiherr von Thyssen-Bornemisza, al que llamará Heine, que salía más barato. Desde luego, con tantos nombres valía por cuatro señores lo menos. Un año después, la coronan en Marbella como Lady España, reconquistando un estrellato que fue efímero. Como su felicidad, ya que el barón se fue en 2002, dejando a Carmen como «la viuda más rica de Europa», según la prensa del momento.

Debe ser muy duro para una abuela no poder conocer a sus nietos y para una madre ver cómo la repudia su propio hijo. ¿Cómo acabará todo este lío?

LAS OTRAS NOTICIAS

PAULINA RUBIO RESPONDE A 'COLATE' Y SE AVECINA UNA GRAN TORMENTA

La respuesta de **Paulina Rubio** a la demanda de divorcio de **Nicolás Vallejo-Nágera** no se ha hecho esperar. Si hace unos días, el empresario presentó los papeles, solicitando, además, la custodia compartida de su hijo, la cantante mexicana ha sacado sus armas. «Es lamentable que el señor Nágera haya presentado sus argumentos inverosímiles en un momento en el que sabía que Paulina Rubio estaría de gira», aseguró la abogada de la artista. Se avecina una tormenta, y gorda.

BUSTAMANTE Y PAULA ECHEVARRÍA CELEBRAN SIETE AÑOS DE AMOR

Son guapos, jóvenes, famosos y están tan enamorados como el primer día. La actriz **Paula Echevarría** y el cantante **David Bustamante** han celebrado siete años de amor incondicional. La pareja se dió el sí quiero el 22 de julio de 2006 en la Basílica de Santa María la Real de Covadonga, tan solo un año después de conocerse. Además, su felicidad se vio completa con la llegada al mundo de **Daniella**, su única hija hasta el momento, el 17 de agosto de 2008. Pronto aumentarán la familia.

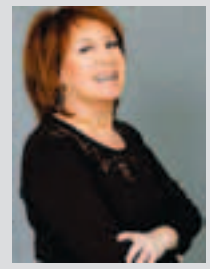
EL MAESTRO JOSELITO RELATA SUS VIVENCIAS MÁS ÍNTIMAS EN UN LIBRO

«De no haber peleado por ser torero, a estas alturas estaría en la cárcel o me habría muerto por sobredosis», así de directo y tajante comienza **José Miguel Arroyo**, *Joselito*, a desvelar sus vivencias más íntimas en un libro, *Joselito el verdadero*. Pasada ya la frontera de los 40, y después de superar los hondos envites del pasado y sus secuelas, una de las personalidades más carismáticas del mundo del toreo cuenta lo que nunca ha contado y habla por primera vez de sus orígenes.

EL ABANICO

Rosa Villacastín

Ley pionera: prohibir la delgadez



No es habitual, quizá porque el mercado de la cosmética, la estética y la belleza es muy potente, que nuestros legisladores se impliquen en aprobar leyes que impidan la delgadez extrema de hombres y mujeres. Aunque hace tiempo se crearon comisiones parlamentarias con el fin de estudiar la incidencia que estas modas pueden tener en nuestros jóvenes, por las que desfilaron representantes de todos los sectores implicados (desde modelos famosas a diseñadores de prestigio), lo cierto es que no llegaron a una conclusión definitiva sobre cuál es el peso ideal de alguien que mide 1,80 ó 1,60, entre otras razones porque nadie se considera culpable de cometer delito alguno. Pero, sobre todo, ocurrió esto por las dificultades que entraña controlar una corriente que no deja de crecer y de causar estragos alimenticios y a la que todos nos sumamos, bombardeados como estamos por poseer una silueta transparente.

Quizá por eso ha llamado tanto la atención que el Parlamento israelí haya aprobado una ley pionera que prohibe a los anunciantes utilizar imágenes de modelos excesivamente delgadas. Una norma que va más allá y que veta también las fotos retocadas por ordenador por considerar que todos estos métodos son una estafa (esto no lo dice la ley, lo digo yo) que desencadenan trastornos alimenticios como la anorexia. Una enfermedad muy extendida, de la que apenas se habla, y que afecta a miles de chicos y chicas en nuestro país.

Doy fe que estar delgada se ha convertido en una obsesión no solo entre los más jóvenes, también entre las maduras, más ahora que nos adentramos en la primavera y las ropas son más ligeras, de manera que no hay forma de ocultar el michelín. ¿No sería mejor, más gratificante, que en vez de intentar parecernos a Bar Rafaeli, que es de otro mundo, nos aceptamos tal como nuestra madre nos parió? Si en España hemos legislado contra una costumbre tan arraiga y extendida como el tabaco, hagámoslo para evitar que en las revistas y en las pasarelas salga gente que no parecen de este mundo. No hay datos de lo que se ahorraría si se aprobase una norma así pero estoy segura que mucho dinero, que redundaría en la salud de mucha gente.

APAGA Y VÁMONOS

REDKEN Y LOEWE: ASES DE LA ELEGANCIA

Una de las marcas que mejor evoca la exclusividad en el mundo, Loewe, fue la encargada de vestir de glamour la Ciudad Condal, gracias al desfile más esperado por los amantes de la moda: sus propuestas para la temporada otoño/invierno. Un evento, que tuvo los peinados como verdaderos protagonistas, broches de lujo para la ropa como pudo apreciarse en la *fashion week* de París, en la que Guido Palau (director creativo internacional de Redken) dirigió el *backstage* del desfile. Todo un espectáculo del diseño en el que las prendas, imponentes y siempre elegantes, marcaron la pauta de la perfección junto a los peinados, brillantes muestras de soltura a la vez que de sobriedad. Detrás de este gran trabajo, no solo se pudo encontrar a Redken y Palau, sino también la labor del salón profesional D-Room, encargados de poner a punto a todos los modelos. Al otro lado de los focos y ocupando las sillas de la Fundación Tapias, pudieron verse muchos rostros conocidos, expectantes ante el comienzo del *show*, como Eva González o Verónica Blume. Un desfile de famosos que se prolongó también sobre la pasarela, con la presencia de los *tops* internacionales Andrés Velencoso o Uriol el Cacho, así como los nacionales Clara Alonso, Antonio Navas y Sheila Márquez. De esta forma, el look de Loewe quedó plasmado en peinados muy masculinos para ellos, con raya al lado y mucho volumen, conseguidos gracias a la crema *Dishevel de Redken for men* con claras evocaciones a Cary Grant. En el caso de ellas, las coletas bajas muy pulidas fueron la estrella y, al igual que con los chicos, la raya al lado aportó el toque de sobriedad, con cabellos totalmente pegados a la cabeza y luciendo un efecto muy brillante. Los lisos se rinden a un *must have* de los cabellos rizados *Ringlet 07*, un producto que crea textura y fijación sin apelmazar.

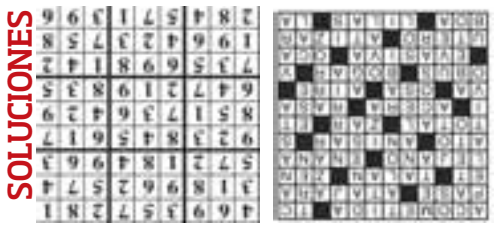
SUDOKU**MANÍA**

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

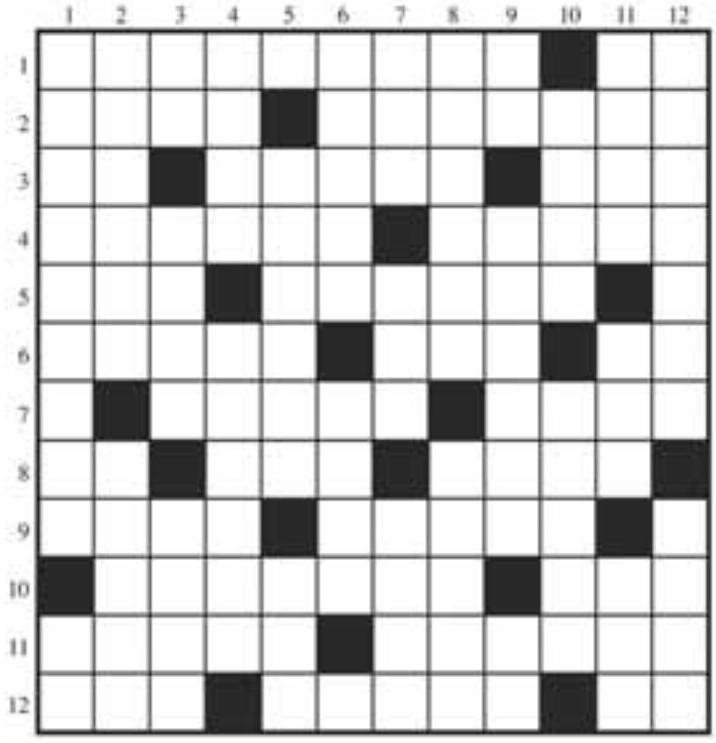
EL SUDOKU

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

SOLUCIONES



CRUCI**GRAMA**



HORIZONTALES: 1. Embestida. Tic sin vocales. 2. Entre. Atrapará el objeto. 3. Extraterrestre. Cortan troncos. Meditación budista. 4. Aquello que no está cerca. Muy bajita. 5. Atrapo con sogas. Dar gusto de anís. Sociedad plural. 6. Global. Gobernante presoviético. Conjunción latina. 7. Tronco desnudo. Sección peatonal de la calle. Igualada de alturas. 8. Se mueve. Plantígrada valiente. Oxígeno, nitrógeno y argón sin forma definida. 9. Proyectil. Remar a la moda. Signo de victoria. 10. Frase con que se pretende cambiar de tema. De una a otra y tiro porque me toca. 11. Matriz. Darle caña al fuego. 12. Serpiente constrictor. Flores moradas. La más definida.

VERTICALES: 1. Nombre que sirve para apellidar a alguien. Un tubo sin límites. 2. Lado de un triángulo rectángulo. Árbol de Navidad. 3. A vosotros. La letra que más se baila en Aragón. Membrana ocular. 4. Inserte al final del circuito. Obligar con violencia. 5. Número base de los logaritmos neperianos. Registros de la Historia. La nota más luminosa. 6. Parte del pie elevada por el tacón. Sabio judío. Un romano. 7. Media Italia. Enarbola el estandarte. Ovalada. 8. Compatriota de Hamlet. Piedra preciosa. 9. Achaque. Cajón de carro. El sí al revés no es el no. 10. Suerte en el juego. Guarnición popular en todo el mundo. 11. Vehículo sobre raíles. El de allí. Calcificación. 12. Cesta que emite puntos. Rama o palo.

EL AGUA,
NUESTRA RAZÓN DE SER
Líderes en el desarrollo de soluciones y tecnologías del agua.
Gestionamos con eficiencia y responsabilidad el agua de veintiséis millones de personas en ciudades de diez países. Contribuimos con productos y propuestas innovadoras a resolver las necesidades de las empresas. Impulsamos la investigación basada en el conocimiento y la experiencia para responder a los retos actuales y futuros de la sociedad y el medioambiente.
Aquagest
www.aquagest.es

Semana Santa en Castilla y León

Descubre cómo Vivirla

www.semanasantacastillayleon.com

¡Hazte amigo!

castilla y leon es vida

@cylesvida

Junta de Castilla y León

CASTILLA Y LEÓN es vida