

# OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Semana del 3 al 9 de julio de 2010 - Número 194

**JUAN TORRES**

Fotografías con tacto

**SALUD**

El tratamiento del glaucoma

**SAN CEBRIÁN DE MUDÁ**

Los bisontes vuelven a la Península

Florentino Fernández

**EL 'SHOWMAN'  
QUE FUE VIGILANTE**



*Naturísimos*

Un sabor natural en un mundo donde las cosas  
ya no saben a lo que tienen que saber.



**Naturísimos de Campofrío.**  
Sin conservantes, sin colorantes.





RESERVA DE BISONTES **\_8**  
La oportunidad del medio rural palentino

FOTO: JUAN LÁZARO



NÚMERO 194  
4 DE JULIO DE 2010

## ESTÁ PASANDO

Hay vida más allá del fútbol, claro. El mundo, como el balón, sigue girando gane Brasil, España o las Islas Marshall, igual que si los miembros del G-20 acuerdan aplicar una tasa a cada ciudadano que se atreva a recabar información en cualquier entidad financiera para obtener un crédito, poner al día su libreta de ahorros o pedir un calendario.

Pero mientras el balón rueda y el planeta orbita, las tragedias se suceden en numerosos puntos del globo, aunque hay zonas especialmente castigadas por las mafias, las drogas, la impunidad, la corrupción, el abandono y toda esa larga lista de miserias tan habituales para algunos como indiferentes para los que tenemos la gran dicha de contemplar la vida desde el otro lado, desde el fortificado y seguro malecón donde rompen las olas y nos refresca su espuma.

No es fácil, quizás tampoco sea ético, destacar un drama sobre otros de los muchos conocidos, pero el castigo que está sufriendo la población civil en distintos estados de México por acción de los cárteles del narcotráfico, ante la impotencia o incompetencia de las fuerzas policiales, convierte a sus víctimas en meras dianas con fecha de caducidad en su anverso. Según cifras oficiales, siempre a la baja en estos casos, la guerra contra el narcotráfico suma 23.500 muertos (900 niños) desde diciembre de 2006.

Sirva el testimonio de una maestra de Ciudad Juárez como denuncia de la realidad que se vive ahora mismo en aquel país. «Hace tres años celebramos la fiesta de 15 años de mi hija, tuvo 14 *chambelanes* -chicos del barrio de su misma edad que acompañan a la festejada-. De esos 14, nueve están muertos y los otros cinco en la cárcel».

juanjo saiz  
subdirector de OSACA



MIRAR CON LAS MANOS **\_16**  
Instantáneas de un fotógrafo ciego

# SUMARIO

NÚMERO 194

## HOY FIRMAN EN OSACA

carlos alsina **\_4**



javier ares **\_6**

*el color del miedo*

ramón sánchez ocaña **\_26**

bernabé tierno **\_28**

maría jesús álava **\_30**

eneuve **\_38**



MODA **\_32**

Reciclar prendas de otras temporadas

## FLORENTINO FERNÁNDEZ **\_12**

La otra cara de 'Flo', mucho más alejada de la comicidad a la que acostumbra ante la cámara

## TENDENCIAS **\_20**

Una hornada de cámaras Sony para sacar la mejor instantánea de las vacaciones

## CULTURA **\_22**

Los maestros renacentistas de Florencia se citan en el Museo Thyssen-Bornemisza

## CINE **\_24**

Un desdibujado 'Retrato de Dorian Gray' llega a la pantalla de la mano del director Oliver Parker

## FORMADO E INFORMADO **\_26**

Los pacientes cada vez acuden a consulta con más datos para poder gestionar su enfermedad

## PSICOLOGÍA **\_30**

Niños felices durante el verano

## GASTRONOMÍA **\_35**

Una buena despensa para sorprender a un invitado de última hora

## CRÓNICA SOCIAL **\_34**

Elegante Laura Ponte, vital Esperanza Balaguer

## MOTOR **\_37**

Las novedades de la firma Abarth, a punto de entrar en el mercado español

**Director:** Óscar del Hoyo.

**Subdirector:** Juan José Saiz.

**Jefe de Fotografía:** Alberto Rodrigo.

**Redacción:** Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, Daniel Huerta, Adriana Rodríguez e Iván Juárez (SPC).

**Diseño:** Sergio Azúa y Esther Matías.

**Edita:**

Ópera Prima Comunicación, S.L.

**Imprime:**

Rotedic, S.A.U

**Depósito legal:**

M-43231-2006

**Comercializa:** Gestión y Comercialización OSACA, S.L.

**Dirección:** Avda de Castilla y León 62-64. 09006 Burgos.

**Teléfono:** 947282904 (Redacción).

**Fax:** 947282906.

**Departamento comercial:** Alicia Serna.

Teléfono: 947252253 (Publicidad).

Correo electrónico: publicidad@revistaosaca.com

carlos alsina

## LATIGUILLOS

Como sabe cualquier empleado de la sección de fontanería del Leroy Merlín, latiguillos los hay más largos y más cortos, pero todos con idéntica función: llevar el agua entre un conducto y otro. El otro día me vi en la necesidad de instalar un grifo (no me preguntes por qué, estas cosas pasan), de modo que me planté en el paraíso terrenal de los amigos de la ñapa para proveerme del material que me había listado mi amigo Manolo, bioquímico en paro y manitas virtuoso. La cinta de teflón la encontré a la primera, la llave inglesa también, pero al llegar a los latiguillos me hice, con perdón, la picha un lío. Sufrí un *shock* de exceso de oferta y escasez de conocimiento para afinar en la demanda.

Aquello era el *sex shop* de los fontaneros, qué variedad de instrumentos de longitudes y grosores diversos diciéndote *elígeme*. Por suerte para mí estaba allí Miguel, eficaz oteador de dilemas ajenos y empleado del mes, si de mí dependiera. Yo recorría con la vista aquel interminable surtido de canutos con rosca cuando se acercó con elegancia para hacerme la pregunta cuya respuesta conocía: «¿Necesita ayuda, señor?». Me salió una contestación entre borde y filosófica: «¿Quién no?». A él debió parecerle más profunda que grosera, porque amagó una sonrisa, miró el inabarcable muestrario de latiguillos colgantes y solo dijo: «¿Inodoro o grifo?». No sabes el alivio que sentí al conocer la respuesta a la pregunta técnica. «Grifo», dije, orgulloso de mí mismo. Y aun me atreví a añadir un revelador: «Por?». Esta vez Miguel hubo de

contener la risa. «Macho-macho para el inodoro, macho-hembra para el grifo», sentenció telegráfico. Yo asentí, colmado de ignorancia. «¿Toma de tres cuartos o de medio?», continuó con su preciso interrogatorio. Hice ver que pensaba un poco, pero acabé aparcando la filosofía. «Ni flores», le respondí. Ahora sí rió él, abiertamente. «La longitud, más o menos, ¿sabe quizá por dónde anda?». De perdidos al río: «Longitud estándar, lo que viene siendo un lavabo».

El hombre arqueó las cejas y me dijo, resignado: «Bueno, va a ser mejor que se lleve usted tres o cuatro, largos, cortos, de medio y de tres cuartos, seguro que con alguno acierta». Asentí y me confesé: «Jamás pensé que tuvieran ustedes tantos latiguillos», le dije. «¡Más que un político, amigo -dijo él-, más que un político!».

Ahí me ganó. Exclamé: «¡De eso sí que sé algo, mire, por consiguiente y con buen talento!» Resultó que él también controlaba. «Esos ya son viejos», añadió, «ahora se lleva el 'hemos abierto una reflexión necesaria y razonable', ¿qué le parece?». «Que es muy de José Blanco», le contesté. «A De la Vega le gusta más decir

'hemos hecho un esfuerzo conforme a la legalidad'». Miguel recogió el guante: «No olvide lo del sacrificio, siempre nos están pidiendo un sacrificio». «Cierto», admití, «y si se fija en Moratinos verá que en todas sus frases dice, al menos una vez, 'por lo tanto'». «¡Ja, ja!, ese no lo tengo fichado», rió Miguel, «¿y de Rajoy, qué me dice? Rajoy es muy de 'oiga', cuando le

hacen una pregunta que no le agrada le sale el 'oiga' con tono de queja, 'oiga, no me toque los cojones', algo así». «Y el 'mire' -apunté-, también es muy de 'mire', pero sin 'mire usted' que es más de Aznar». «A mí me gusta Leire», dijo él, ya lanzado, «porque siempre dice que lo que ella piensa es lo que piensan todos los ciudadanos y ciudadanas, como si le supiera a poco dar una opinión que solo fuera suya».

«¿Qué me dice de Llamazares, con esas frases que se marca en plan Harry *el Sucio*: 'alégreme el día, José Luis, alégreme el día'». Reímos los dos un buen rato. Antes de irme me preguntó cuál era mi profesión. «Soy periodista», le dije. «Yo soy filólogo», me contó él, «pero me aburría y cambié de trabajo». «Pues éste lo borda», añadí. Marché para casa tan contento con mi surtido de latiguillos. El grifo me lo cambió Manolo.



«¿NECESITA AYUDA, SEÑOR?». ME SALIÓ UNA CONTESTACIÓN ENTRE BORDE Y FILOSÓFICA: «¿QUIÉN NO?». A ÉL DEBIÓ PARECERLE MÁS PROFUNDA QUE GROSERA, PORQUE AMAGÓ UNA SONRISA, MIRÓ EL INABARCABLE MUESTRARIO DE LATIGUILLOS Y SOLO DIJO: «¿INODORO O GRIFO?»



# XII EDICIÓN PREMIOS JOVEN AIRÉN 2009



## 1ER PREMIO JOVEN AIRÉN PEDROTEÑO

Vinos Colaman, S. A. T.  
C/ Goya, 15. 13620 Pedro Muñoz - CIUDAD REAL  
Telf.: 926 586 410. Fax: 926 586 656  
[www.satcolaman.com](http://www.satcolaman.com)  
[colaman@satcolaman.com](mailto:colaman@satcolaman.com)

## PREMIO MEJOR ENSAMBLADO TOMILLAR

Sdad. Coop. de Castilla-La Mancha  
Virgen de las Viñas  
Ctra. Argamasilla de Alba, s/n  
13700 Tomelloso  
CIUDAD REAL  
Telf.: 926 510 865  
Fax: 926 512 130  
[www.vinostomillar.com](http://www.vinostomillar.com)  
[vinostomillar@comcast.net](mailto:vinostomillar@comcast.net)



## PREMIO MEJOR VINO ECOLÓGICO CLEARLY ORGANIC

San Isidro, Sociedad Coop.  
Castilla-La Mancha  
Bodegas Latúe  
Camino de la Esperilla, s/n  
45810 Villanueva de Alcardete  
TOLEDO  
Telf.: 925 166 350  
Fax: 925 166 673  
[www.latue.com](http://www.latue.com)  
[info@latue.com](mailto:info@latue.com)



## PREMIO MEJOR ESPUMOSO LATÚE

San Isidro, Sociedad Coop.  
Castilla-La Mancha  
Bodegas Latúe  
Camino de la Esperilla, s/n  
45810 Villanueva de Alcardete  
TOLEDO  
Telf.: 925 166 350  
Fax: 925 166 673  
[www.latue.com](http://www.latue.com)  
[info@latue.com](mailto:info@latue.com)



# Airén, 09

PURO ARTE

javier ares

## EL COLOR DEL MIEDO

La primera noche que osamos salir en busca de un poquito de diversión descubrimos aquello de lo que tanto se hablaba. Fue

al tratar de dar con una de las zonas nobles de la ciudad cuando nuestro conductor se adentró involuntariamente en un barrio desfavorecido. En medio de la nada más siniestra y absoluta empezaron a divisarse, a cada paso, hogueras de fuego, alrededor de las cuales un montón de vagabundos negros buscaban calor y refugio en una noche en la que las temperaturas -aquí es invierno- bajaban de los cero grados. Las escenas parecían sacadas de la película *Hijos de los hombres* en la que un montón de terrícolas luchan desesperadamente por lograr la supervivencia en un planeta que ha perdido la capacidad de procrear y en medio de un panorama apocalíptico.

Habíamos sido previamente advertidos de que Sudáfrica era un territorio peligroso donde 25.000 personas habían perdido la vida el pasado año en acciones criminales. Y de que Johannesburgo, donde se hacinaba la peor ralea y la mayor inseguridad, duplicaría su peligrosidad con motivo de la gran cumbre deportiva que allí se iba a celebrar. Fue saliendo del aeropuerto de Tambo en dirección a Soweto, donde empezamos a interpretar la situación al ver a tantos y tantos mendigos por las carreteras, en semáforos y cruces, portando cartelones en los que, a las consabidas peticiones de ayuda, co-

mida, ropa, etc añadían: *I don't do crime (No quiero delinquir)*, como haciéndote responsable de sus delictivos actos en el caso de que no les socorrieses.

Cuando llegamos al hotel, varios compañeros detectaron que sus maletas habían sido abiertas y que faltaban determinadas pertenencias. Hasta ahí, nada que no ocurra con desagradable frecuencia en cualquier aeropuerto del mundo. La sorpresa fue cuando al ir a dar de baja un teléfono robado solo dos días antes (lo que tardaron en llegar las maletas), se descubrió que el gasto realizado en el mismo ascendía a 18.000 euros. Solo la Policía nos sacó de dudas al asegurarnos que el teléfono habría sido vendido a un locutorio público. El hambre, que azuza el ingenio.

Podría estar relatando un montón de circunstancias difíciles que, quien más quien menos, ha pasado en estos días, pero tampoco viene al caso insistir en escenas que ya habrán sido relatadas. He sentido de cerca el miedo, como aquella noche en Pretoria, cuando, a la salida del estadio y bien entrada la noche, una docena de *gorillas* rodearon

nuestro auto, enzarzándose en una violenta discusión por ver a quien le correspondía la propina por su custodia y aparcamiento. Al final, en la mayoría de los casos, solo se trataba de sujetos inofensivos peleando por las migajas del rico opulento, ese 13 por ciento de ciudada-

nos blancos, inmensamente ricos, que aquí siguen gozando de prebendas y canonjías, y el resto de forasteros que mostramos nuestra impúdica alegría en medio de tanta miseria.

Lo dicho: no más ayudas al Tercer Mundo. Basta con que dejemos de robarles.



LA SORPRESA FUE CUANDO AL IR A DAR DE BAJA UN TELÉFONO ROBADO SOLO DOS DÍAS ANTES, SE DESCUBRIÓ QUE EL GASTO ASCENDÍA A 18.000 EUROS. SOLO LA POLICÍA NOS SACÓ DE DUDAS AL ASEGURARNOS QUE EL TELÉFONO HABRÍA SIDO VENDIDO A UN LOCUTORIO. EL HAMBRE, QUE AZUZA EL INGENIO

# RECORRE MÁS KILÓMETROS, VIVE MÁS EXPERIENCIAS



- + MÁS VIDA ÚTIL PARA TU MOTOR
- + MAYOR RENDIMIENTO
- MENOR CONSUMO

En el **Centro de Tecnología Repsol** desarrollamos nuestros carburantes con la tecnología más avanzada y lo aprendido en las **competiciones de motor** más exigentes, para garantizar su **máxima eficiencia**. La formulación exclusiva de nuestros carburantes proporciona el **máximo cuidado del motor**. Encuéntralos en las Estaciones de Servicio Repsol, Campsa y Petronor. Más información en [repsol.com](http://repsol.com)



# UN BISONTE LLAMADO ESPERANZA

LA MONTAÑA PALENTINA ACOGE UNA RESERVA  
Y CENTRO DE CRÍA DEL MAYOR BÓVIDO EUROPEO



MIENTRAS UNOS, ALGUNOS, CUENTAN OVEJAS PARA CONCILIAR EL SUEÑO Y OTROS, MUCHOS, AMASAN FORTUNAS, IMAGINAN IMPERIOS O CONSTRUYEN CASTILLOS EN EL AIRE COMO TERAPIA EN SUS LARGAS NOCHES DE INSOMNIO, JESÚS GONZÁLEZ, ALCALDE DE SAN CEBRIÁN DE MUDÁ DESDE HACE 14 AÑOS, DUERME MÁS TRANQUILO Y NO NECESITA SUMAR BISONTES EN SU CABEZA PARA GANARSE EL ABRAZO DE MORFEO. «AHORA CUENTO PERSONAS, POSIBILIDADES, Y ESTOY CONTENTO PORQUE HEMOS CONSEGUIDO, APARTE DE TAPAR LA BOCA A MUCHA GENTE QUE NO CREÍA EN ESTO, QUE SAN CEBRIÁN SALGA EN LOS TELEDIARIOS Y NO SOLO POR EL TIEMPO. SE HABLA DE NOSOTROS PORQUE HEMOS CREADO UNA OPORTUNIDAD, Y AUNQUE LA RESERVA DE BISONTES EUROPEOS A ALGUNOS LES PUEDA PARECER UNA EXCENTRICIDAD, ESTO ES EL PRINCIPIO, LA MATERIALIZACIÓN DE UNA DE LAS POSIBILIDADES DE VIDA QUE PUEDE GENERAR EL TERRITORIO». LA EXPECTACIÓN GENERADA POR EL PROYECTO EMPIEZA A DAR SUS FRUTOS.

juanjo saiz  
texto

tomás  
alonso  
fotos





# «N

uestra intención es sacar toda la rentabilidad que supone introducir en la montaña palentina un animal totémico de la cordillera cantábrica como es el bisonte europeo (*bison bonasus*). Al mismo tiempo, con la recuperación de este magnífico bóvido también contribuimos a mejorar la biodiversidad de la zona y a divulgar, a través del centro de interpretación y recepción de visitantes ya construido (a falta solo del mobiliario), la historia del bisonte desde Altamira hasta nuestros días. Como especie en peligro de extinción, su presencia y pervivencia aquí, un enclave rural de Castilla y León prácticamente despoblado y abandonado, también puede ser una garantía, además de una de las últimas oportunidades, para evitar nuestra propia desaparición». Toda esta declaración de intenciones y principios brota de la garganta de Jesús González, alcalde de San Cebrián de Mudá desde hace 14 años, sin necesidad de formular pregunta alguna, así, de sopetón, con la lección bien aprendida y desde el convencimiento absoluto sobre el éxito de una iniciativa pionera, original, atrevida e insólita.

El acceso a la reserva o centro de cría controlada de San Cebrián de Mudá, que ocupa una superficie de 20 hectáreas y dispone de un doble vallado de seguridad, uno de ellos electrificado para disuadir a las bestias, está vetado a los particulares y para poder observar a los bisontes es necesario pasar por taquilla. El visitante accederá al recinto a través de una pista forestal por la que podrá transitar en calesa tirada por dos soberbios caballos hispano-bretones,

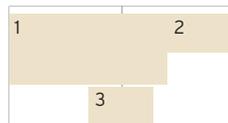
en bicicleta de montaña o simplemente andando. La gestión de las visitas permitirá la creación de cuatro puestos de trabajo estables, «cuatro oportunidades, en palabras de González, para que otros tantos jóvenes de la comarca no se marchen de aquí».

Desde el primer esbozo del proyecto hasta su materialización el pasado 4 de junio, cuando llegaron a la reserva palentina los siete primeros ejemplares de bisonte europeo (dos machos y cinco hembras procedentes del bosque polaco de Bialowieza, donados por el Gobierno de este país y canalizados a través de la Asociación para la Conservación del Bisonte Europeo y el colectivo Moruna, que encabeza Benigno Varillas, biógrafo de Félix Rodríguez de la Fuente), han

**EN LA RESERVA, QUE NO PRETENDE SER UN ZOOLOGICO NI UN PARQUE TEMÁTICO, SE LLEVAN INVERTIDOS 1,3 MILLONES**

transcurrido casi nueve años, un periodo que Jesús describe gráficamente. «Ha sido un continuo deambular por legislaciones y burocracia obsoletas o desfasadas ya que ni siquiera contemplaban la posibilidad de que el medio rural se pudiera desarrollar a través de una especie como el bisonte. Ha quedado de manifiesto que un municipio pequeño está atado de pies y manos para hacer su propio desarrollo, y esto es terrible. Pero a base de mucho insistir, hemos conseguido la aportación de muchas personas que, sin conocerlos, han estado apoyando este proyecto. Defendemos que la base del desarrollo del medio rural está en el propio medio rural, que no hay que viajar a Valladolid, a Burgos o a Madrid para hacer desarrollo rural. No hay que esperar a que la administración venga a solucionar un problema que, casi siempre, ni le interesa ni entiende».

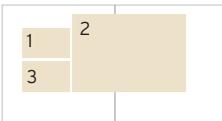
Finalmente, la reserva, «que no pretende ser ni un zoológico ni un Port Aventura ni una Tierra Mística de esas, como yo digo», advierte



1 La manada de bisontes procedente de los bosques polacos de Bialowieza está integrada por cinco hembras y dos machos.

2 Jesús González, alcalde de San Cebrián de Mudá, visita cada día la reserva.

3 Panorámica de la localidad palentina famosa ya por albergar a un animal que desapareció de la Península en el siglo XII.



1 y 2 Una reluciente calesa espera ya a los visitantes que deseen realizar el itinerario hasta la reserva cómodamente sentados e impulsados por la fuerza de dos magníficos caballos hispano-bretones. Los vecinos del pueblo también colaboran en el cuidado y la alimentación de los corceles.



3 Fachada del centro de recepción e interpretación, ya terminado y a falta solo del mobiliario.



González, es hoy una realidad tras muchos esfuerzos y una inversión global cercana a los 1,3 millones de euros, dinero aportado por la Consejería de Turismo de la Junta de Castilla y León, Fondos MINER y por el propio Ayuntamiento de San Cebrián, que agrupa a las localidades de Vergaño, Perapertú, San Martín de Perapertú y Valle de Santullán, municipios que, en su conjunto, suman una población total de 160 personas, cuya edad media no baja de los 55 años. Casi todos los vecinos están jubilados o prejubilados de la minería; engrosan el capítulo de clases pasivas salvo dos o tres albañiles y media docena de ganaderos.

«Aquí nos quedamos sin escuela, sin minería, sin recursos, pero no por ello nos resignamos a nuestra suerte. No estamos dispuestos a poner el contador a cero y que llegue el día en que se nos apague la luz para siempre. Empezamos a desarrollar ideas entre todos. Primero construimos el Mirador de las Estrellas (un antiguo secadero de carbón rehabilitado como observatorio astronómico, dotado de una cúpula galáctica y dos telescopios). Luego nació el programa del bisonte y ahora también trabajamos en otros dos proyectillos que, si todo sale como esperamos, permitirán la creación de 14 ó 15 empleos».

En principio, los promotores de la reserva de bisontes prevén fijar una tarifa de tres euros por persona que incluirá la visita al centro de interpretación y una excursión a pie hasta el lugar de asentamiento de los animales. También alquilarán bicicletas. El traslado en calesa hasta la reserva costará unos 15 euros por persona, aunque no son precios definitivos.

La llegada de los siete bisontes fue, en palabras de Jesús, «algo muy emocionante. Ver a personas de 80 años llorando; tocar las campanas de la iglesia como antiguamente se hacía para convocar

al pueblo a cualquier fiesta o celebración importante... Ahora la gente se ha vuelto a encargar de hacer la policía del territorio que hizo toda la vida. Suben cada día a ver a los bisontes, se preocupan de que nadie ande por allí haciendo ruido o molestando a los animales. Creo que hasta la médica descansa ahora un poco más porque son casi dos kilómetros los que hay que subir y bajar para contemplar a la manada y los vecinos se están poniendo en forma», sonríe satisfecho el alcalde, un hombre soñador, a ratos fi-

lósofo, a ratos político, utópico siempre pero ilusionado. Un antiguo minero barrero (hacia agujeros para alojar en ellos los cartuchos de dinamita con los que se fragmentaba la piedra arenisca) que empezó a obsesionarse con los bisontes sin motivos aparentes. «Es un animal que siempre me ha gustado, su planta, su nobleza. Habitó la Península hace mil años, ahí están las pinturas de Altamira, y me fui documentando, leyendo y preguntando para saber más. Mira, -Jesús se embala de nuevo- en este mundo hay dos profesiones que no tienen carrera, que no se estudian: ser padres y ser alcaldes, y todo depende de lo que te esfuerces y aprendas en el camino».

Si se le pregunta por qué una reserva de bisontes europeos y no una de osos o de lince, también tiene una respuesta a mano. «Bueno, osos ya tenemos por aquí y lince, pues no sé... Pensamos que el bisonte tenía la peculiar forma de vida que ahora estamos viviendo nosotros. Se pueden establecer comparaciones en cómo se fue retirando hacia las zonas más frías conforme el hombre lo diezmaba para alimentar a los refugiados y combatientes de la Primera Guerra Mundial, y cómo el hombre fue también abandonando el medio rural porque no veía futuro y se asentó en las ciudades. Los polacos

Vista del acceso a San Cebrián de Mudá desde una de las originales ventanas del Mirador de las Estrellas.



## OTROS PROYECTOS EN CARTERA

### CENTRO DE LOS RECURSOS

Un nombre quizás ambiguo porque, según el alcalde, «el proyecto tiene que ver con la memoria histórica, y ya hemos visto lo que pasa cuando se toca este tema... En este espacio, que tendrá su sede en la localidad de Perapertú, pretendemos crear un arca de Noé en el que estén representadas todas las herramientas que han pasado por las manos del hombre. Se trata de que la gente conozca nuestra historia a través de nuestros utensilios más comunes y nuestros recursos. Aquí tendrá cabida desde una azada a un trillo, una máquina de beldar, una lámpara de mina o a un hacho de partir leña, todo ello recuperado de las casas de particulares y cedido en alquiler».

### MUSEO DE LA CULTURA MINERA

«Son ciento y pico años de minería en la Montaña Palentina y hay una cultura específica sobre este mundo que debemos conservar para poder contársela a las próximas generaciones. Si al final conseguimos que nuestro Parque del Ocio Mundo Miner, que es como se llama técnicamente, es capaz de desarrollar los valores del territorio, entonces habremos abierto nuevas posibilidades de progreso ligadas al turismo», explica Jesús, y añade que también les gustaría crear una ganadería municipal.

Como colofón y pensando en favorecer la permanencia en la comarca de los jóvenes, está prevista la construcción de seis viviendas de protección oficial en San Cebrián.



**Mirador** Antiguo secadero de carbón reconvertido en observatorio astronómico.

se propusieron mantener una raza y ahora, gracias a su esfuerzo, al trabajo de muchas personas sensibles, han logrado mantener una gran reserva en su país de la que nos podemos beneficiar con la llegada de estos animales, que subsistirán aquí, limpiarán el monte y permitirán que nosotros tengamos oportunidades. Estos bisontes son trascendentes para nuestro modelo de vida, para nuestra continuidad en el medio rural. Representan nuevas posibilidades para la comunidad. Tenemos que ser exóticos en nuestros planteamientos porque si seguimos haciendo lo mismo que hasta ahora nos despojlamos y se apaga la luz».

Y la luz casi se extinguió para los bisontes europeos en 1919, año en el que murió el último ejemplar polaco en Bialowieza. Peor suerte corrió el *bison bonasus* en España, territorio del que desapareció por completo en el siglo XII, tras ser abatido el postrero espécimen en los montes de Navarra. En 1927 fue cazado el último bisonte en el Cáucaso y la especie hubiera desaparecido de no haber sido por la existencia de medio centenar de ejemplares repartidos por zoológicos de todo el mundo. En 1966, la ONU incluyó a este animal en su lista de especies protegidas, cuyo futuro ahora también depende de San Cebrián de Muda y de sus pobladores.

**FICHA TÉCNICA DE LA MANADA.** La hembra mayor tiene 10 años y las crías rondan el año de vida. El bisonte macho, llamado *Opior* (en polaco original) pesó al llegar a San Cebrián 660 kilos, aunque con el tiempo superará la tonelada. «En términos globales, añade Jesús, aquí tenemos ahora más de 3.100 kilos de bisonte europeo» (sonríe).

**TERRENO.** De las 20 hectáreas que ocupa actualmente la reserva, cinco pertenecen a particulares y el resto al ayuntamiento. También en este punto el alcalde tiene algo que decir. «A la hora de delimitar el terreno nos hemos encontrado de todo, desde gente que no ha querido cedernos fincas que tienen completamente abandonadas porque, sencillamente, no les ha dado la gana, a casos como el protagonizado por el único concejal en la oposición, que primero nos dio una parcela y luego nos la quitó, provocando un retraso de cuatro meses en el proyecto».

**SEGUIMIENTO DE LOS ANIMALES.** La vigilancia a que están sometidos los bisontes es permanente, incluido el control veterinario. Todos los días son visitados por los concejales, el alcalde, vecinos y gentes de la zona. Además, se han instalado cámaras de seguridad en el perímetro del centro de cría y cada animal porta un microchip con todos sus datos. «La primera vez que se relacionaron con nosotros estuvo marcada por la tensión y el escape, tanto por su parte como por la nuestra. Ahora ya entro en la reserva, echó un poco de sal en algunas piedras, paso entre los matorros para que se vayan acostumbrando a los olores y, si no te acercas mucho, ya no huyen», explica Jesús. «Cuando los observo pienso en lo mucho que nos ha costado traerlos hasta aquí, y aunque sé que no me entienden, también creo que ahora se sienten como en un hotel de seis o 15 estrellas porque con los pastos de la montaña palentina, y ahí están las vacas y la carne de Cervera, ellos van a mejorar en todo. Van a tener bastante más comida por metro cuadrado que la que tenían en Polonia, y cuentan con la protección natural del monte. Estoy seguro de que durante los próximos tres o cuatro años no van tener ningún problema. Además, estamos terminando los cobertizos para proteger el heno que comerán durante el invierno», rubrica satisfecho.

**SINGULARIDADES.** El estómago del bisonte, entre otras características, es capaz de procesar la lignina presente en numerosos arbustos y matorrales leñosos, *forraje* desdeñado por la mayor parte de los rumiantes por su aspereza, sabor y difícil digestión. En consecuencia, este animal se alimenta, además de otras herbáceas, de escobas, espinos, zarzas, etc. que, de otro modo, como así lo atestigua el estado *salvaje* en que se encuentra la mayoría de los montes de nuestro país, crecen sin control convirtiendo bosques y espacios forestales en potenciales teas, en terreno inmejorable para la propagación de incendios. Quizás por esto el bisonte es llamado coloquialmente la «desbrozadora animal», porque es un regulador nato de la cubierta vegetal, mueve el terreno, lo oxigena, come en un lado, defeca en otro, completa su ciclo alimenticio y, de paso, protege y enriquece nuestra biodiversidad. Este colosal bóvido puede alcanzar los 1.000 kilos de peso y hasta tres metros de longitud. Su esperanza de vida se sitúa entre los 25 y los 30 años.

> ENTREVISTA

**FLO** 'showman'

## «POR SI ACASO, ME PEDÍ LA EXCEDENCIA DE VIGILANTE»

javier m.  
faya  
texto

juan lázaro  
fotos

Odio hacer entrevistas telefónicas. No puedes mirar al personaje a los ojos. Tampoco puedes estudiar sus gestos al detalle, o sus manos... o lo que sea. No obstante, también tiene sus ventajas. Como jugar un poco con tu apariencia física o, tal vez, ver si el entrevistado echa humo por la oreja al otro lado. Incluso es muy posible que se te sincere, pues esto es lo más parecido a un confesionario. Tampoco está de más el innoble ejercicio de probar hasta dónde llega su paciencia. Florentino Fernández, **FLO** (Madrid, 1972), aguantó 20 minutos con un, pese al forzado gracejo, muy poco simpático: «¿Qué? ¿Vas a escribir 'El Quijote' con todo lo que he hablado? Macho, que llevamos un rato...». Esperemos que lo haga bien en *La venganza de Ira Vamp* y en la *tele*, porque aquí tuvo menos gracia que el de *El gato al agua*.





**Acabas de estrenar *La venganza de Ira Vamp* en cine, pero ya estuviste representándola en teatro con Josema (Yuste). ¿Tan buena fue la experiencia como para dar el salto a la gran pantalla?**

Fue muy buena, un éxito. Estuvimos cerca de dos años y medio representándola. Hicimos dos o tres giras. Lo dejé por cansancio y espero volver a recuperarla porque hubo mucha gente que se quedó sin verla.

**Entre ellos, servidor.**

Pues ya sabes, para la próxima no te la puedes perder, tío.

**Oye, ¿pero me puedes conseguir alguna entrada, no?**

Sí, hombre, eso está hecho.

**¿Y para mi señora?**

Para ti, para la novia, para los amigos que quieras, que estamos en crisis. Que nosotros no ganamos, no pasa nada, pero lo importante es que tu no pagues nada, macho.

**¿No lo dirás para quedar bien conmigo?**

Tú puedes traerte a la gente que quieras. 100, 200... Lo que quieras. El aforo es de 650. Hasta 750 te puedes traer a los que quieras.

**Ahora sí que no te creo.**

Que sí, coño, que te lo digo en serio.

**Bueno, el caso es que Josema me contó que acabaste quemadísimo de la obra.**

Es que tenía que hacer de cojo, marcarme un baile, tirarme por el suelo...

**Pero, claro, ya la película es distinto.**

No te creas. Tuvo su aquel. Era verano. Tenía que hacer de criado, de mujer, me depilaron las cejas, las manos, el pecho con una crema que me la dejaron puesta demasiado tiempo, me raparon la cabeza al cero... Muy incómodo el maquillaje pero, afortunadamente, fueron solo cuatro semanas y media.

**Supongo que para las tetillas no tuvieron que hacerte ningún implante, ¿verdad? (Respiro hondo: la entrevista peli-gra, acaba de arrancar y, como le sucedió a Parada pero a la inversa, Flo me puede colgar el teléfono en cualquier momento y con razón).**

Sí, me tuvieron que ayudar porque si no parecía que tenía 16 años.

**Es que yo también estoy un poco gordito y sé lo que es tener tetita.**

¿Sí? Para tener unas tetas conformes a mi volumen necesitaba más pecho. Tengo algo, pero no era suficiente.

**Imagínate que te sometieras a una cura de adelgazamiento tipo Peter Jackson.**

**¿Crees que perderías mucha gracia?**

Yo es que no me sometería. No me lo puedo imaginar porque no está dentro de la lista de cosas que me gustaría hacer. Disfruto tanto comiendo como yendo al gimnasio.

**Ah, ¡vas al gimnasio!**

Voy mucho menos de lo que como (risas).

**Y de comida ¿qué te gusta? Porque en esta revista recomendamos vida sana.**

Mejor pregunta qué es lo que no me gusta. Las comidas india, paquistaní y todas esas orientales raras que no he probado, con guisantes y cosas así a la parrilla, no me atraen nada.

**¿Y de comida basura, qué?**

Voy de vez en cuando y me meto una hamburguesa de esas gigantes entre pecho y espalda. Pero en un restaurante bueno.

**Tú te cuidas bastante.**

Hombre, lo justo para poder levantarme al día siguiente y verme bien. Me suelo tomar unas judías verdes con un poco de aceite de oliva, sal y vinagre, y un pescadito a la plancha o al vapor, o rebozado, y luego, de postre, una copa de chocolate. Además, salgo en bicicleta, me gusta patinar, nado...

**¿Y de cremas?**

Sí. El maquillaje me deja la cara hecha polvo. En ese sentido, me cuido bastante. Cada día.

**¿Eres tan metrosexual como Josema?**

Qué va. Tendrías que ver a uno y a otro. Está obsesionadísimo con esas cosas. ¡Cómo se cuida! Es increíble, ¡qué figurín tiene con 56 años el tío! Tiene un cu... Yo, porque no soy del otro lado, del lado oscuro... No lo dudaría dos veces. Es una gran persona (risas).

**El lado oscuro... Si publico esto, te acusarán de homófobo y perderás audiencia.**

No, no. ¡Cada uno que piense lo que quiera! Ya a estas alturas... No, no, no. ¿Tú crees que ha sido un comentario homófobo, tío?

**No, pero la gente da vueltas a las cosas. Pues no lo publiques y ya está, tío.****Bueno, pues, hablando del lado oscuro, ¿Krispin Klander es el personaje del que te sientes más orgulloso?**

No especialmente. Me gusta mucho, al igual que otros que he interpretado a lo largo de mi carrera, pero de lo que me siento orgulloso es de seguir aquí, después de tantos años en televisión, cine, teatro, doblaje...

**¿Te has planteado resucitarlo?**

No, porque siempre he tirado por otros sitios. Yo lo he visto como una parte de mi carrera que ya pasó. En alguna ocasión especial lo he representado de nuevo, pero ahí queda.

**Otro bombazo fue Lucas Grijander. ¿Hiciste las paces con Chiquito...?**

Sí, en el rodaje. Estuvimos cenando hace un mes y medio en el Festival de Cine de Málaga y nos dimos un abrazo que a mí me gustó. Fue una noche muy emotiva.

**Aún se recuerda el juicio. Supongo que, pese a ser muy surrealista que os pusierais a mostrar vuestro repertorio, debió ser muy desagradable.**

No fue algo que a uno le guste. Él estaba en Sevilla, yo en Madrid, y participé como testigo. La denuncia iba contra la productora y contra el director, Pepe Navarro. Fue triste.

**Lo que resulta curioso es que no compartáis un solo fotograma en la película.**

Ya, y a mí me extrañó mucho. De hecho, no coincidíamos ningún día en el plan de rodaje.

**A diferencia de él, fuiste un privilegiado al encontrar la fama tan joven.**

Yo me siento privilegiado por poder hacer algo que me gusta y con lo que me gano la vida. La fama no la rechazo. Así que me da igual que sea en canales de televisión pequeños, o en teatros reducidos... Siempre que me pueda dar de comer, lo haré.

**Supongo que, por experiencia, estarás más cómodo en televisión, ¿no?**

No, me da lo mismo. Al final todo -cine, teatro, televisión- es un canal de comunicación, solo que lo hace de diferente manera y con un ritmo que no tiene nada que ver. En el teatro obtienes la respuesta en el público que está a dos metros de ti -aunque es todo muy virtual-; en el cine esperas a la recaudación tras hacer promociones, entrevistas... En la televisión dependes del *share*... En cualquiera de los medios, siempre que el producto me guste, que esté rodeado de gente que me mole, me sentiré cómodo. Y en el doblaje, te metes en una sala oscura un montón de horas mientras ves un dibujo animado o un perso-

naje real... Me adapto a todo. No tengo ninguna preferencia.

**Por cierto, leo en internet que naciste en Madrid y que te criaste en Leganés, pero todos dicen que eres de Valladolid.**

Eso fue por un compañero mío del *Mississippi* que era pucelano. Y nos confundieron en una rueda de prensa. Eso pasa cuando salen colaboradores de medio pelo: los periodistas no prestan atención.

**¡Gracias por lo que me toca!**

¿Miento? A mí me pasaría igual, pero, macho, hubo allí un cambio de origen y es acojonante. ¿Puedes creerte que han pasado 15 años y todavía me lo siguen diciendo? Mira qué poder tenéis. Y yo soy de Madrid, nacido en Madrid, criado en Madrid y...

**Del Real Madrid.**

No, a mí no me gusta el fútbol, tío. En el programa digo que soy del Atlético de Madrid para equilibrar un poco el tema.

**Es que ser del Atleti trae cuenta.**

Claro, claro.

**Oye, Florentino, ¿de vigilante de seguridad cuánto tiempo estuviste?**

Casi cuatro años.

**Y en las noches, ¿te pasabas mucho rato pensando en chistes y coñas para el programa de Pepe Navarro?**

Daba igual que fuera de noche o de día. Yo siempre iba ido con mis películas. Eso sí, siempre pensé que no llegaría a ningún sitio.

**¿Y dónde trabajaste de segurata?**

Mira, empecé en un polígono industrial en Fuenlabrada, y de ahí me fui a un edificio de oficinas. Luego al Metro, después a un control de explosivos de Correos en Chamartín, y, por último, en otro, al CTM de Villaverde, que era también de explosivos, aunque para envíos urgentes (no me lo quiero ni imaginar allí de noche, con tanto bulto sospechoso y diciendo *Comorrr* mientras pegaba sus saltitos). Entonces me salió lo del *Mississippi*, y después de compaginarlo durante casi cuatro meses, porque pensaba que no iba a salir eso de la *tele*, vi que no podía más.

**Debió ser muy duro.**

Ahí se portaron maravillosamente bien mis compañeros. Cambiaron de tal manera los turnos que yo podía llegar a las 100 horas mínimas. Como yo tenía que estar en el estudio entre las cinco de la tarde y las dos de la madrugada, salía de allí, y a las cuatro empezaba, hasta la una del mediodía. Luego llegaba a casa, mi madre me tenía la comida.

Dormía una hora y media, aunque en el fondo no pegaba ojo porque estaba excitadísimo. Ten en cuenta que en el *Mississippi* actuaba, doblaba, cantaba, hacía el gilipollas... Yo me decía: ¡*Hostias, esto es lo mejor que me ha pasado en mi vida!*

**Era de locos ese día a día.**

Es que lo hice así por si acaso.

**Cuando te centraste en el Mississippi diste el portazo. ¿Fue una liberación?**

«CUANDO PIENSO EN LA PRESIÓN DE LA TELE ME ACUERDO DE UN AMIGO CERRAJERO QUE TRABAJA EN VILLAVERDE QUE TAMBIÉN LA SUFRE»



Yo me pedí una excedencia de cinco años, por si acaso.

**El por si acaso ese, ¿cuánto te duró?**

Pues hasta hoy. Te puede parecer algo exagerado a lo mejor, pero es cierto que en mi mente me pasa mucho la idea de ser esclavo de mi *no trabajo*, porque esclavo de mi trabajo me encanta ser. Aquí echamos muchas horas, hacemos un programa, nos lo pasamos de puta madre... Y en el cine igual. Pero no quiero que mi vida dependa de que un día el teléfono suene y aparezca un productor. Estar pendiente de eso puede hacer que te salgan unas historias mentales que te perjudiquen bastante. ¿Que hay que esperar seis meses, un año para que salga un proyecto? Se espera, pero siempre que haya un remanente, un ahorro para poder seguir viviendo. ¿Que no se puede? Lo dejaré, me buscaré la vida con otra cosa y ya está. Por eso te digo lo del por si acaso. Ya sabes cómo es esta profesión. Hoy estás arriba, mañana abajo...

**¿Y cuándo te decidiste a jugártela y dejar el trabajo?**

Cuando vi la repercusión que tenía el *Mississippi*. Ahí me di cuenta de que la cosa iba en serio y decidí arriesgarme. Me hacían contratos de tres en tres meses. Y en el segundo decidí dar el salto. Eso sí, me pedí excedencia. Y la sigo teniendo.

**Qué previsor. Seguro que tienes un fondo de pensiones como el de Corbacho.**

Sí, sí que lo tengo (risas). Pero lo más importante es ahorrar dinerillo, que en una racha ganas mucho, y en otras ganas muy poco. Y ya no solo por el dinero, también está la estabilidad psicológica. Aquí te metes en un proyecto a saco, y a lo mejor se va todo a pique en dos semanas, o me pides una entrevista y te digo que igual no puedo atenderte... Y, de repente, *boom*, la agenda está en blanco. Eso, psicológicamente, es un golpe muy duro, aunque el primer día estés de puta madre y te quedes dos o tres días metido en la cama. Al mes es horrible. Yo me subiría por las paredes.

**Lo malo de la tele es que tienes que estar pendiente del índice de audiencia.**

**Si va mal tienes que cambiar, ¿no?**

La vida es así. Cuando hay unos márgenes de beneficio tan brutales, la tensión y el estrés se multiplican, y son directamente proporcionales a la pasta que vayas a ganar. Luego dices: *Jo, es que todos los días me tienen que examinar*. Entonces pienso en mi colega, que es cerrajero en Villaverde, y él también tiene que hacer bien su trabajo porque si no lo echan a la puta calle. Al final todo es lo mismo.

**Pero lo injusto es que ese cerrajero, posiblemente, sea un *mileurista* y tú tendrás un sueldo de tres pares de narices.**

Tardé tiempo en entenderlo. Me preguntaba al principio por qué ganaba yo más que el cámara, pero, claro, cada uno produce un dinero según el puesto en el que esté situado. Eso sí, llegué justo cuando los contratos millonarios se habían acabado. Emilio Aragón y su *VIP* no sé qué fue el último en firmarlo. ¡Que ya es mala suerte, joder!



# ACARICIANDO LA LUZ

JUAN TORRES ERA FOTÓGRAFO DE PRENSA CUANDO UNA ENFERMEDAD LE ARREBATÓ LA VISTA EN 1986. LEJOS DE SUCUMBIR ANTE EL ABATIMIENTO, ESTE PROFESIONAL HIZO SU SUEÑO REALIDAD Y HA LOGRADO DEDICAR SU VIDA A UNA ACTIVIDAD QUE ADORA. SU LOGRO: RETRATAR A UNA DOCENA DE MÚSICOS EN IMÁGENES QUE SE PUEDEN MIRAR, TOCAR Y SENTIR.



martín g.  
barbadillo  
texto

carlos  
naranjo y  
juan torre  
fotos

**T**odo el mundo fantasea, elucubra, o proyecta hacer cosas. Estas ideas, tantas veces, acaban siendo poco más que un entretenimiento para la mente mientras se pasea o se espera al autobús, cuando se chocan con esas otras que hablan de dificultades, de problemas, o lo que es lo mismo, de la realidad. Pero algunas personas, como Juan Torre (Getxo, 1956), parecen conocer, como si fuesen alquimistas, la fórmula que convierte los sueños en realidades que se pueden ver, sentir e incluso acariciar, por muy fuerte que sople el viento en contra.

Juan ve la vida a través de una rendija mínima detrás de la que se dibujan formas borrosas, colores deslavazados y luces y sombras

de intensidades variables. Sombras, muchas sombras. Perdió la luz cuando rondaba la treintena a consecuencia del síndrome de Bechet, una enfermedad que afecta a una de cada 20.000 personas en España y que le reventó los vasos sanguíneos, dejándole completamente ciego del ojo derecho y afectándole también al izquierdo, del que conserva el ocho por ciento de la visión, la pequeña rendija. En ese momento, 1986, Torre trabajaba en el País Vasco como reportero gráfico para *Diario 16*, peleando cada día, firmando regularmente fotos de portada y planteándose su salto profesional a Madrid. Un cuarto de siglo y mucha oscuridad después, Juan sigue haciendo lo mismo, contar historias con imágenes, moldeando la luz como un escultor da forma al barro, aunque esa luz le sea esquivada.

Para un tipo como Juan, no poder ver es solo un detalle, nada que pueda resultar insuperable para continuar haciendo fotos o para poder disfrutar de la experiencia de sentir las.

Con esta firmeza tranquila pero inquebrantable ha transformado una idea que le asaltó, hacer fotos que puedan ver los ciegos, en una realidad palpable que ahora es una exposición en la que es imprescindible usar todos los sentidos de los que se dispongan. De las paredes del Museo Tiflológico de la ONCE en Madrid, cuelgan hasta el 18 de septiembre una docena de retratos de músicos en gran formato que pueden verse o tocarse, según cada uno quiera o pueda.

La experiencia comienza cuando se prescinde de los ojos, uno se confía *ciegamente* al tacto y pasa los dedos por encima de las imá-



genes. Ahí se descubre que es posible sentir desde las cuerdas del stradivarius de Periko, las notas musicales de la partitura de Ángel Unzu, las teclas, las blancas y las negras, del piano de Ignasi Terraza o las arrugas de la camiseta de Fito.

Esta manera de vivir las imágenes es posible gracias a que las fotografías han sido impresas con varias capas de tinta que consiguen relieve. Apenas unas décimas de milímetro que permiten sumergirse en la comprensión a través de las yemas de los dedos. Una novedad absoluta, nunca antes probada, salida del empeño de Juan que no ha tenido problema en bautizarlo como *efecto Torre*. Según dice, «esto es solo el principio. Hemos probado a pasar dos capas de tinta al imprimir y pensamos intentar con más pasa-



1	2	3
		4
		5

1 Juan Torre 'mira' con las manos una de sus fotografías.

2 Javi Alzola, saxofonista.

3 Benito Lertxundi, cantautor.

4 Oreka, Igor y Harkaitz tocando la txalaparta.

5 Blas Fernández, batería.

das para ver el resultado. Es como un experimento, no sabemos hasta dónde se puede llegar». Un experimento caro que Torre financia en su mayor parte.

**TRAS LA CÁMARA** Antes de materializar las copias y parir el *efecto Torre*, Juan concibió las imágenes en su cabeza y se puso detrás de la cámara para tomar las fotografías. Pero, ¿cómo puede hacer fotos un ciego? «Instinto, oficio y técnica», una especie de fuerza que nunca desaparece y que se remonta a los tiempos en los que Juan corría a los aeropuertos para entregar los carretes a los pasajeros para que éstos los hiciesen llegar a la redacción del periódico en Madrid. Todo esto, después de un día de trabajo en manifestaciones, entierros o en lugares de atentados terroris-



tas, siempre viendo la vida tras un objetivo.

Ahora el frenesí no ha sido muy diferente al de aquellos tiempos. «A veces para llegar a la sesión, cogía un autobús, un metro y luego otro autobús, cargado con todo el equipo».

A falta de una visión adecuada, Torre hace las fotos *de oído*. «Tengo la idea en la cabeza y espero a que el pitido me indique que la cámara ha enfocado y disparo. Muchas veces me sorprende después al ver en la pantalla cosas que no había percibido mientras tomaba la imagen». Esos pequeños detalles que a Juan le pasan desapercibidos no son más que la periferia de las imágenes, la anécdota que probablemente incluso las enriquece porque, viendo las fotos, parece que han pasado limpias directamente de su mente al papel sin interferencias, con todas las luces, sombras y

**JUAN VE LA  
VIDA A  
TRAVÉS DE  
UNA RENDIJA  
MÍNIMA  
TRAS LA QUE  
SE DIBUJAN  
FORMAS  
BORROSAS Y  
SOMBRAS**

miradas que imaginaba como si de un cuadro de Vermeer se tratase.

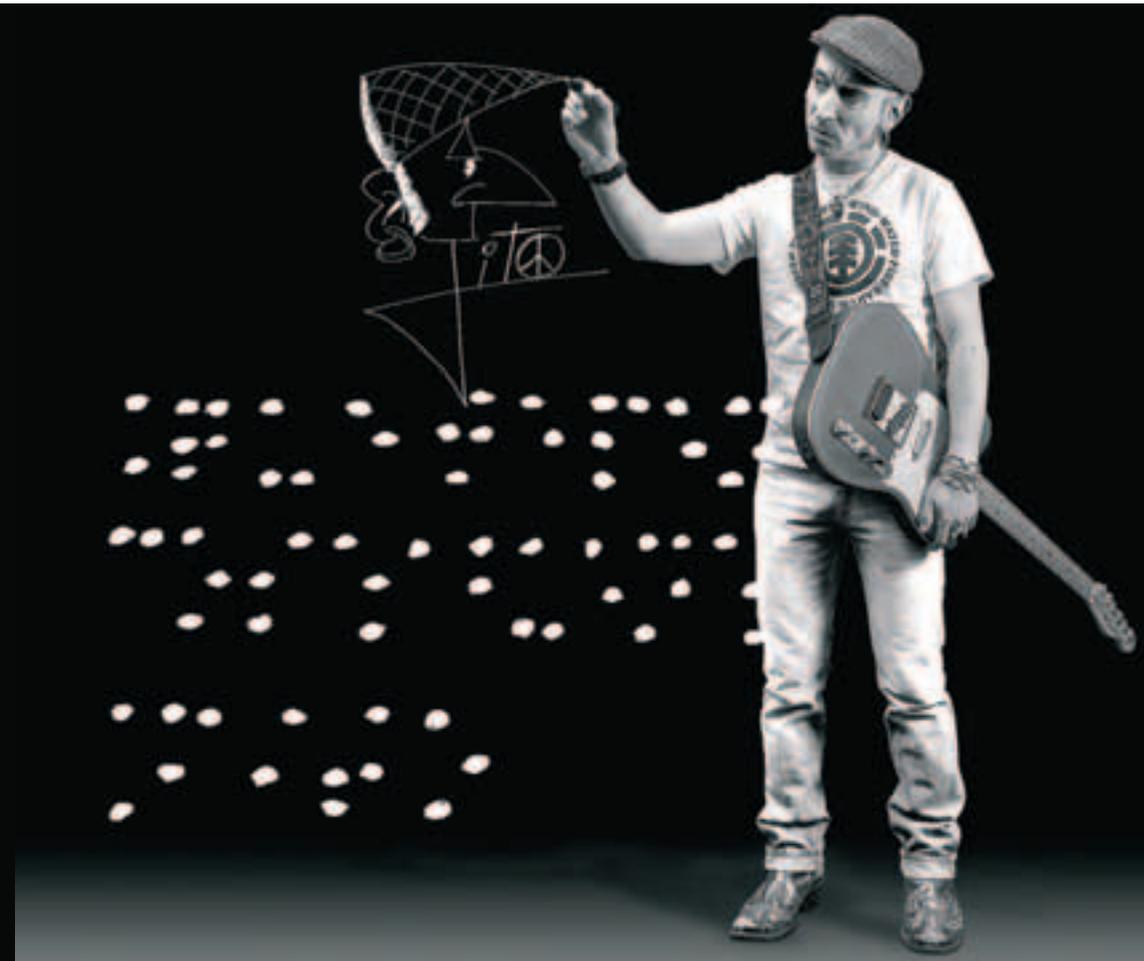
**OÍR Y TOCAR** El oído que sirve a Torres de ojo a la hora de fotografiar está en el origen de este proyecto. Una instantánea del percusionista norteamericano Sonny Emory que captó hace varios años en Venezuela, donde residió entre 1996 y 2005, de alguna manera cambió su vida. La imagen, llena de impulso, fuerza y ritmo le ha rondado ininterrumpidamente estos años hasta el punto de convertirse él mismo en músico aficionado, volcando en la batería su propia energía lejos de las limitaciones visuales.

Por eso, la música, presente en los retratos de intérpretes, muchos de ellos amigos, es la coprotagonista de la exposición. Una vuelta

más de tuerca al *efecto Torre* en la que uno no sabe si mirar, tocar, escuchar o simplemente sentir.

A los doce protagonistas retratados, la mayoría de ellos vascos, como el propio autor, se unirán otros tantos para presentaciones posteriores de la muestra que ya tiene fecha para presentarse en Bilbao en febrero de 2011 y luego, quién sabe.

Desde ahora hasta ese momento la técnica probablemente mejorará, nuevas caras pasarán para el objetivo de Juan, habrán de pasar horas de retoque en la pantalla de 30 pulgadas de su ordenador y habrá que tomar de nuevo autobuses, metros y más autobuses. Y también habrá mucha luz, la que se cuelga por la rendija del ojo izquierdo, la que impulsa a Juan hacia adelante.



## EL EFECTO TORRE

Juan Torre ha conseguido dar relieve a sus fotografías gracias a una técnica consistente en imprimir sobre una superficie de Dibond (aluminio con núcleo de polietileno) varias tintas en diferentes fases. En primer lugar se aplica una base de cuatro colores (cian, magenta, amarillo y negro) para conseguir el fondo negro, que presenta un aspecto liso y una textura mate. Posteriormente se le aplican capas de tinta blanca. Cuando la tinta está impresa se le expone a una lámpara de secado que la transforma en un polímero plástico muy resistente que permite ser tocado infinitas veces y admite incluso la limpieza con un paño húmedo. Las copias han sido realizadas en Estudios Durero, empresa situada en el Parque Tecnológico de Vizcaya y por su sorprendente resultado se han interesado laboratorios fotográficos de primera fila mundial. La muestra *Imágenes para tocar* puede visitarse en el Museo Tiflológico de Madrid (C/Coruña, 18. Teléfono 91 589 42 19) hasta el 18 de septiembre, de martes a viernes de 10 a 14 y de 17 a 20 horas y sábados de 10 a 14.



1	2	4
	3	5
		6

1 Ángel Unzu, guitarrista, con el laúd sobre el pecho.

2 Fito escribiendo un mensaje en braille que dice '¡Que te pasen cosas buenas!'.

3 Ignasi Terraza, pianista.

4 Aziza es una cantante saharauí.

5 Mikel Erentxun.

6 Sonny Emory, batería.

# TENDENCIAS



## SONY TE AYUDA SI ADORAS LA FOTOGRAFÍA

Llega una nueva hornada de cámaras compactas pensadas para los que se inician en este mundo. Las Alpha DSLR-A290 y A-390 son perfectas para empezar.

### SONY ALPHA DSLR-A390 Y A290

Por si fuera poco una, Sony nos trae con el verano dos cámaras compactas perfectas para los que nos queremos adentrar en el mundo de la fotografía. Se trata de los nuevos modelos de la gama Alpha, DSLR-A390 y DSLR-A290.

Elegantes en su diseño (vienen con una distinguida empuñadura y una nueva disposición de botones para un cómodo manejo), prometen hacer las delicias de los aficionados de la imagen, cada vez más numerosos.

Ambas cuentan con una resolución de 14,2 megapíxeles efectivos para conseguir capturas perfectas y con poco ruido. Ofrecen un espectacular avance en calidad de imagen y opciones creativas respecto a otras cámaras compactas. Y, lo más importante, son muy fáciles de utilizar.

El intuitivo Graphic Display hace que sea muy sencillo comprender la relación entre apertura, velocidad de disparo y los ajustes en la exposición elegidos sobre la imagen final. El sistema de ayuda Help Guide ofrece explicaciones claras y concisas de las funciones de la cámara, ilustradas con una imagen de ejemplo que muestra los resultados que puede conseguir. El rápido acceso a los menús de disparo y reproducción ahora también es más cómodo gracias a los iconos en color de la pantalla.

Las dos cámaras incluyen un terminal mini-HDMI para su conexión directa a cualquier televisor HD Ready.

Entre las diferencias existentes, la A390 añade el sistema Quick AF Live View, que combina la comodidad de la previsualización de imágenes en directo sobre la pantalla abatible Clear Photo LCD, con un rápido y preciso autofocus con detección de fase.

Ambas estarán disponibles a partir de la segunda quincena de julio a un precio de 510 euros (la A390) y 460 euros.



## UNA GRAN CÁMARA EN UN GRAN MÓVIL



### MOTOROLA MILESTONE XT720

Inicialmente pensado para ser únicamente comercializado en Corea del Sur, nos alegra saber que Motorola ha cambiado de opinión y ha decidido que este móvil también llegue a Europa.

Se llama Milestone XT720 y, además de ser un terminal Android bastante interesante, nos han sorprendido sus 8 megapíxeles en la cámara de fotos integrada. Asimismo, incorpora un flash de xenon que le da más puntos a la hora de pensarnos si comprarlo o

no. Ya sabemos que es un teléfono, pero no podemos dejar pasar por alto que la cámara graba vídeo en alta definición y cuenta con la posibilidad de ver lo que hemos capturado en *Youtube*. También incluye autoenfoco, estabilización, detección de sonrisas y caras, zoom digital de 10 aumentos y geolocalización de las imágenes.

Una vez que nos hemos emocionado hablando de sus grandes características para las imágenes, nos centramos en el móvil en sí.

Viene con una pantalla de 3,7 pulgadas y una resolución de 480x854 píxeles, 8 Gb de memoria y, por supuesto, el sistema Android.

En cuanto a su diseño, es muy llamativo y, sobre todo, ligero. Pesa 160 gramos y mide 61x116x11 milímetros.

Su batería dura hasta 5 horas de conversación y, obviamente, el terminal viene con conectividad 3G.

Se prevé que llegue a Europa a mediados de julio, pero se desconoce con qué operadora. Eso sí, muchos hablan ya de que Orange se va a hacer con la primicia.

## EL TELÉFONO INTELIGENTE DE ACER



### ACER STREAM

Cada vez son más las compañías de cualquier sector que se aventuran en el mercado de la telefonía. Y, además, no lo hacen de cualquier manera, sino que apuestan por terminales inteligentes y repletos de prestaciones.

Ése es el caso de Acer, que ya había probado suerte con los móviles, pero que en esta ocasión se abre un nuevo hueco en el ámbito de los smartphones.

El Stream tiene un claro perfil multimedia, perfecto para ver películas en alta definición, escuchar música con calidad y navegar cómodamente, como si lo estuvieras haciendo con un ordenador.

Con el Android 2.1 como sistema operativo, cuenta con una cámara de cinco megapíxeles capaz de grabar vídeo y salida HDMI.

Tiene una pantalla táctil de 3,7 pulgadas, conectividad WiFi, Bluetooth, GPS y HSDPA, radio FM, un procesador a 1 Ghz, 512 Mb de RAM y 2 Gb de memoria interna, que se puede ampliar con tarjetas microSD.

Asimismo, la compañía ha integrado una interfaz propia bautizada como Acer Touch 3D, que aglutina a las principales redes sociales.

En cuanto a su diseño, está fabricado con plástico y metal y cuenta con tres teclas dedicadas a las labores multimedia en la parte inferior del monitor. Sus dimensiones son de 119,5x63x11,2 milímetros y pesa 140 gramos.

Por el momento, se desconoce su llegada al mercado español, pero estamos seguros de que las teleoperadoras estarán peleándose por hacerse con la exclusiva.

## LA FIRME COMPETENCIA AL IPAD LA TIENE DELL

### DELL STREAK

Continuamos con el *boom* de las tabletas y hoy le toca el turno a una firme competidora de la hasta ahora todopoderosa iPad. Porque Dell ha tardado un poco en lanzar su propuesta, pero la verdad es que lo ha hecho por todo lo alto para intentar hacer sombra al dispositivo de Apple.

El Streak, que es como se llama este aparato, viene con dos características que le hacen poderoso: la posibilidad de usarse como teléfono y la incorporación de una cámara para videoconferencias.

Con una pantalla táctil de cinco pulgadas (bastantes menos que las 9,7 del iPad), viene con el sistema operativo Android de Google, pero, sobre todo, con una campaña mediática muy convincente: *Es portátil y móvil. Puedes llevarlo en el bolsillo.*

Cuenta con una ranura externa para tarjetas de memoria, otra de las novedades con respecto al ordenador de la manzana.

Por el momento no conocemos muchos más datos, ya que se ha lanzado la noticia hace poco, pero estaremos atentos para saber más y, sobre todo, tener constancia de su precio y su llegada a Europa.



## ALTAVOCES PARA EL OÍDO Y LA VISTA

### BOWERS & WILKINS MM-1

Si la pasada semana te presentábamos los últimos auriculares de Bowers & Wilkins, hoy le toca el turno a estos altavoces de alta gama, un placer tanto para los ojos como para los oídos.

Tal vez te acuerdes de los Zeppelin, unos dispositivos de la misma firma que fueron todo un éxito para escuchar música en alta fidelidad. Eso sí, el único problema es que eran compatibles únicamente con el iPod. Por eso, los nuevos MM-1 amplían su oferta y los podrán utilizar los usuarios de PC y Mac.

A diferencia de la mayoría de los altavoces para este tipo de dispositivos, éstos utilizan su conector USB para convertir internamente la señal digital en analógica, de modo que te aseguran siempre la mejor calidad de sonido, independientemente de la salida de audio del ordenador.

El sistema HI-Fi MM-1 está compuesto por dos altavoces que han sido diseñados por el mismo equipo que desarrolló los Zeppelin. Su carcasa está construida en aluminio y en su interior incorporan las tecnologías Nautilus, DSP y Dynamic EQ para lograr una calidad de sonido asombrosa.

Poseen salida de auriculares y mando a distancia.

Están ya disponibles a un precio de 500 euros.



# RENACIMIENTO EN FLORENCIA

El Museo Thyssen-Bornemisza reúne, hasta el 10 de octubre, un selecto conjunto de 60 pinturas, esculturas, dibujos, manuscritos iluminados, medallas y objetos diversos para ilustrar el arte y la cultura en la ciudad italiana del siglo XV.



El Museo Thyssen-Bornemisza ha organizado una exposición muy especial en torno a una de las obras más sugerentes y atractivas de su colección permanente: el Retrato de Giovanna Tornabuoni, realizado entre 1489 y 1490 por el pintor florentino Domenico Bigordi, más conocido como Ghirlandaio.

A partir de este ejemplo inmejorable del retrato en el Quattrocento italiano, la muestra reúne un conjunto de 60 obras, entre las cuales aparecen pinturas, esculturas, dibujos, manuscritos iluminados, medallas y objetos diversos, que arrojan luz sobre tres ámbitos fundamentales del arte y la cultura en la Florencia de finales del siglo XV: el género del retrato, el tema del amor y el matrimonio, y la iconografía religiosa tradicional.

La exposición parte de esa tabla para abrir una ventana a la civilización florentina del primer Renacimiento; un viaje en el tiempo para conocer con más detalle cómo era la vida en la Florencia del siglo XV, cómo eran las relaciones sociales y comerciales, las creencias religiosas o la vida doméstica.

Obras de Verrocchio, Filippo y Filippino Lippi, además de Ghirlandaio y de otros grandes maestros

florentinos, están presentes en este recorrido.

Así, aparecen Retrato de una mujer de perfil (1475), de Piero del Pollaiuolo, procedente del Metropolitan Museum of Art de Nueva York; Perfil de una mujer, de Sandro Botticelli, cedido por la Galleria Palatina (Palazzo Pitti) de Florencia; o Retrato de una mujer (1485), de Ghirlandaio y taller, conservado en el Lindenau Museum de Altenburg.

El Retrato de Giovanna Tornabuoni fue encargado por el esposo de la joven, Lorenzo Tornabuoni (emparentado con los Medici), después de que ésta falleciera prematuramente durante el embarazo de su segundo hijo. El atribulado viudo encargó al prestigioso Ghirlandaio, amigo de la familia, un retrato que le permitiera recordar y honrar para siempre la memoria de su esposa, y que reflejara no sólo su belleza exterior sino también la interior. El resultado fue esta obra, que se integró en la colección Thyssen-Bornemisza, procedente de la Morgan Library de Nueva York, en 1935.

El enlace de la pareja es el matrimonio florentino de finales del siglo XV mejor documentado, y son muchas las obras de arte importantes directamente relacionadas con esta ceremonia, como los frescos encargados a Botticelli con motivo de la boda para la casa de campo de la familia, que están representados en la muestra. Las adquisiciones artísticas más valiosas fueron las que se hicieron para decorar y amueblar la estancia de los jóvenes. De ellas, todavía se conservan las obras realizadas para la Chamera di Lorenzo Bella del palacio Tornabuoni. Cuatro de estas obras se reúnen ahora en esta exposición, por primera vez desde hace cinco siglos, incluido el magnífico tondo de la Adoración de los Reyes, una obra maestra de Ghirlandaio prestada por la Galleria degli Uffizi de Florencia.

Se trata de una ocasión única para contemplar juntas éstas y otras piezas que ilustran el contexto del enlace, como testimonio de una época de esplendor que desapareció en el tiempo, y que ahora resurge de la mano del Thyssen con esta inusual propuesta.

césar combarros coordinación

## BRUNETTI, AÑO 19

Donna Leon nació en Nueva Jersey, pero ya en su juventud quedó prendada de Italia. Tras trabajar como guía turístico en Roma y superar un peregrinaje interminable por Europa y Asia como profesora, a comienzos de los 80 se instaló en Venecia, la ciudad que 10 años más tarde, en 1992, eligió como escenario para las andanzas del comisario Guido Brunetti, un hombre culto, tan perspicaz como melancólico, que contempla con añoranza las transformaciones que sufre su ciudad, mientras intenta resolver los casos más rocambolescos que se presentan en su oficina. Traducida a una treintena de idiomas, año tras año Leon ha brindado una nueva aventura de Brunetti, descubriendo al lector recónditos rincones de la ciudad, mientras destapa todo tipo de tramas de corrupción, narcotráfico, inmigración ilegal o prostitución. En Cuestión de fe (Seix-Barral, 18,50 euros), con un nuevo asesinato de por medio, la escritora nos adentra en el mundo de los charlatanes, falsos futurólogos, videntes y adivinos, y lanza una reflexión sobre la necesidad de crear para sobrevivir ante la irrevocable tragedia humana.



## FRÁGIL DELICIA

Hace tres años, la actriz Zooey Deschanel [(500) días juntos] y el compositor Matthew Ward se conocieron en el rodaje de una película indie (The go-getter). El director les invitó a cantar una canción a dúo para acompañar los créditos finales del film, y así nació She & Him, una banda que parecía destinada a la anécdota hasta que publicó *Volume one*, su primer trabajo discográfico, en 2008. Acogido con elogios por la prensa especializada, el álbum se convirtió en un fenómeno en el circuito independiente. Con su segundo trabajo, *Volumen two*, han demostrado su auténtica talla. Integrado por trece temas (once compuestos por la vocalista y dos maravillosas versiones de *Ridin' in my car* y *Gonna get along without you now*), el disco desprende una extraordinaria energía positiva, con letras teñidas de desamor y una instrumentación escueta y deliciosa. El compacto encierra joyas como *Thieves, Me and you* o *In the sun*, en las que Deschanel suena como una diva surgida del pasado, que no se resiste a jugar con su voz en un delicado artefacto pop sin fisuras.



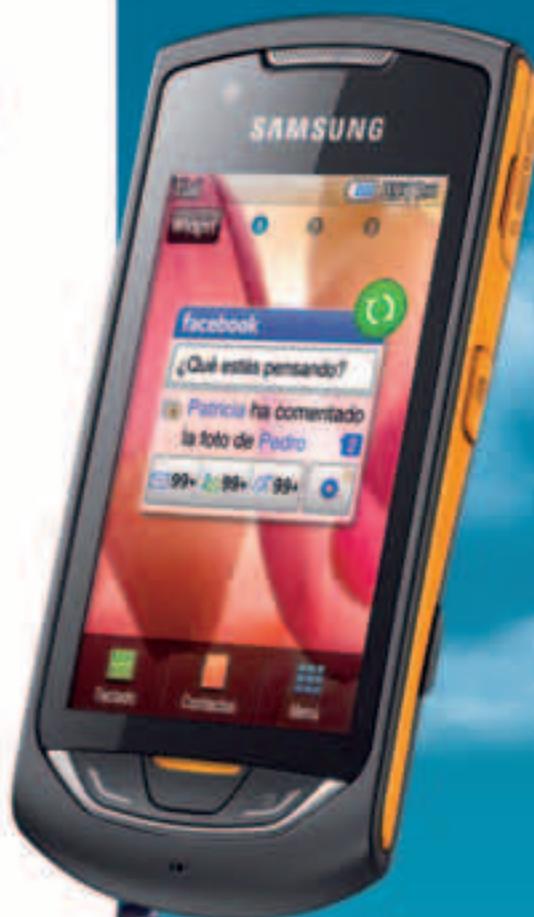
**Ven a Movistar**  
**Habla y manda SMS con**  
**toda tranquilidad,**  
**con las Tarifas Planas.**

Desde

**9,95€/mes**  
hasta final de año

Además llévate este **Samsung Onix -S5620** por **0 €**  
Queremos conocerte.

1004  
Tienda Movistar  
[www.movistar.es](http://www.movistar.es)





## PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Comienza uno a estar harto de lo que le gusta a **ROBERT PATTISON**, lo que le disgusta, lo que le da miedo, lo que valora en una chica, si se lava mucho o poco, y una sarta de memeces que no caben en esta ilustre página. Este Adonis del celuloide estrenó el miércoles **Eclipse**, una parte más -y van tres- de la saga **Crepúsculo**. Sigue haciendo de vampiro bueno y, esta vez, va a recibir una gran cantidad de palos.

javier m. faya  
coordinación

### EL RETRATO DE DORIAN GRAY



## EGO ETERNO

Un chico inocente comenta mientras le hacen un retrato que daría lo que fuera por mantenerse joven.

**L**a archiconocida novela de Oscar Wilde, uno de los clásicos literarios del siglo XIX, había sido adaptada previamente en la pantalla grande con desiguales resultados. Albert Lewin, en 1945, firmó un trabajo aceptable. 25 años después, Máximo Dallamano lo intentó sin éxito. Incluso en **La Liga de los hombres extraordinarios** (Stephen Norrington, 2003), basado en los cómics de Allan Moore, uno de los protagonistas es Dorian Gray. La novela en cuestión, considerada ahora una gran obra, en sus inicios sufrió malas críticas, y el paso del tiempo la aupó a la categoría de clásico. El mundo del cine, sin embargo, no ha sabido plasmar su esencia, y aún se espera el filme definitivo que aúpe al celuloide de manera eterna al joven Dorian. Oliver Parker ha fracasado en el intento, que ya podemos ver en cartel.

emilio  
luna  
texto

Este director de errática carrera, íntegramente desarrollada en el Reino Unido, nos deja un producto cercano al telefilme que su propio país dio la espalda en su estreno. Autor de cintas cómo la impersonal **La Importancia de llamarse Ernesto** (2002), Parker opta por una na-

rración carente de ritmo que no engancha al espectador en ningún momento.

A cada minuto que pasa -se llegan a los 102- se nota que es una producción menor, de bajo presupuesto, pensada para que los intérpretes saquen el barco a flote. El filme ya se presentó en España, en el festival de cine fantástico de Sitges, con una mala acogida de crítica y público. Todas estas razones han influido en su distribución y en el por qué de su retraso en las carteleras españolas.

Este juvenil Dorian Gray está dibujado en un Londres victoriano, fantasmagórico y lúgubre. La ambientación es, sin duda, lo mejor de la cinta, una excelente recreación que, sin embargo, no encuentra colaboración en los demás aspectos del filme. Ben Barnes, que se dio a conocer como el príncipe Caspian (**Las crónicas de Narnia**), es un Dorian Gray poco carismático. Aún muy verde para papeles principales. Se le ve incómodo y poco creíble en su rol. Una interpretación muy floja en la primera parte del filme que gana empaque según avanza el metraje. El resto del reparto con Colin Firth (**El diario de Bridget Jones**, **La última legión**) y Ben Chaplin (**La delgada línea roja**), cumple sin más; en una historia de terror gótico que solo produce interés en alguna de las salidas nocturnas del protago-

nista. Adaptación destinada a los más jóvenes que verán en Barnes el principal reclamo para pagar casi siete euros. El conjunto final nos deja una película fría que logra entretener pero, desde luego, no entusiasmar. Oscar Wilde descansa tranquilo: el celuloide, una vez más, no supera a la tinta y la vela.

## CANTAR Y VER

EL CONCURSO

Si quieres ser la envidia de tus amigos, igual quieres el juego **Lips: cantar en los 80** para Xbox, aunque siempre puedes ver un peliulón en DVD como **Fresa y chocolate**, que tiene un libreto muy interesante. Por cierto, ¿quién la protagoniza? Escribe ya a: [cine@serviciosdeprensa.com](mailto:cine@serviciosdeprensa.com).





**PASCUAL**

**SÓLO ZUMO**  
**100%** No se puede ser más zumo

# PACIENTES CADA VEZ MÁS ACTIVOS

Quizá se deba a que cuando nos hacemos mayores nos reconforta la cercanía de nuestro médico o, simplemente, a que preferimos el 'cara a cara' al contacto con una máquina. Sea como fuere, España es el país de Europa donde la población acude más al médico.

**S**e estima que cada persona acude una media de 10 veces al año a la consulta del médico. Y las razones que justifican esto son varias, ya que muchas veces los temas que se tratan son banales, de ahí que el número tan alto de citas esté denominado como hiperfrecuentación. Este vínculo médico-paciente tiene su propia definición y se considera como «una relación interpersonal con connotaciones éticas, filosóficas y sociológicas basada en lo profesional que sirve de base a la gestión de la salud».

Por otro lado, los avances diagnósticos y terapéuticos han mejorado la localización de las enfermedades crónicas cada vez en fases más precoces, lo

que supone una mayor esperanza de vida. La consecuencia directa es que el sistema sanitario tiene dificultades

des para dar respuesta a esta situación, razón por la que los médicos apelan a un autocuidado responsable para afrontar los estados individuales. Es decir, hay que devolver la responsabilidad a los ciudadanos en el cuidado de su salud a través de la educación de los mismos.

En la actualidad, las patologías crónicas son la primera causa de gasto sanitario, lo que supone un nuevo reto para el sistema, preparado para dar respuesta a los procesos agudos, aquellos que se diagnostican, se tratan y se curan en un breve plazo de tiempo.

Este es uno de los temas que ha ocupado las mesas de debate del 30º Congreso de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (semFYC) celebrado recientemente en Valencia. Según el doctor Emilio Orozco, vicepresidente de esta entidad, «las patologías crónicas son enfermedades que duran 20, 30 ó 40 años y en las que el afectado requiere un nivel de información innecesario en otro tipo de procesos. En su atención se producen situaciones muy distintas que implican un reto para el profesional».

Para el doctor Orozco, «uno de los grandes desafíos que tienen los nuevos programas de cuidado a este tipo de paciente es el desarrollo de las nuevas tecnologías y canales de consulta (telefónica, internet...) y la existencia de espacios informativos que estén validados científicamente.

Internet es una herramienta muy interesante para acceder a la información desde cualquier parte del mundo. El problema

es que también hay mucho material que no es científico y el paciente debería tener la tranquilidad de poder acceder a información validada o recomendada por profesionales».

Sin embargo, en las consultas de Atención Primaria cada vez es más frecuente encontrarse a personas formadas, con un mayor acceso a la información, que exigen sus derechos a la salud como consumidores. Y es importante que el médico de familia sea la primera fuente de información. Según el doctor Carlos Almendro, director científico de la página web de semFYC, «lo que motiva al paciente a buscar información en la red es el hecho de completar o ampliar lo que ya saben y poder así participar en la toma de decisiones que afectan a su salud».

Pese a todo, un 87 por ciento de los pacientes no sustituye la consulta en la web por la médica. Así lo reflejan los resultados de un estudio que ha analizado el uso de internet para cuestiones de salud por parte de enfermos del ámbito rural y su influencia en la relación médico-paciente.

A pesar de todo, hay ocasiones en las que quienes habían solicitado cita con su médico faltan a ella, hecho muy común que había sido estudiado ya en Reino Unido. Ahora también existe un análisis en España, que señala que el perfil más común de paciente que no se presenta en la consulta tras haberla pedido es el de una mujer con alguna patología crónica y de más de 65 años «que cuida de sus nietos» y alega motivos familiares.

En el caso de los hombres, esta encuesta -que se realizó entre 255 personas-, lo más habitual para faltar a la cita es que, simplemente, la olvidaron. Por edades también se observó que en los que no superan los 65 prevalece la mejoría de síntomas por encima de los asuntos de familia.

## ¿POR QUÉ FALTAMOS A LA CITA DEL MÉDICO?

- ASUNTOS FAMILIARES
- MEJORÍA
- OLVIDO
- PROBLEMA LABORAL
- FALLOS EN LA CITA ELECTRÓNICA
- HORA INADECUADA
- CANCELACIÓN DE LA CITA
- HOSPITALIZACIÓN
- MAL TIEMPO
- «EL PACIENTE SE DURMIÓ»
- ESTAR ENFERMO
- EQUIVOCACIÓN DEL DÍA
- FALLO EN EL TRANSPORTE

\*Fuente: semFYC



EN PEQUEÑAS DOSIS

## PREPARE LA VISITA

Se cuenta que dos señoras ya mayores se encuentran en el ambulatorio y una le dice a la otra:

- Maruja, hace tiempo que no te veía por aquí...
- Es que estuve enferma, le responde.

Era la forma de subrayar que acudir a la consulta no tenía una relación directa con la patología, sino que se trataba más bien de una consulta de complacencia.

Bromas aparte, parece cierto que el número de visitas al médico crece porque, como bien se señala en estas páginas, las enfermedades crónicas aumentan, se detectan primero y por tanto, los pacientes pueden estar pasando por ese proceso durante muchos años, y en todo ese tiempo, tienen de una u otra forma que ir a la consulta para comprobar el tratamiento, para hacer los análisis oportunos o para la vigilancia precisa. También es verdad que si la relación médico-paciente es la deseable, el enfermo irá poco a poco conociendo su afección y podrá ir tomando decisiones sobre su propia salud, haciendo realidad el dicho de que un paciente informado es siempre un mejor paciente.

Pero eso es todo un largo desarrollo que empieza en una primera consulta que tiene casi siempre un matiz negativo. No por el médico, ni por el centro, ni por la consulta en sí; sino porque el paciente se sitúa en una especie de desvalimiento moral en el que supedita todos sus derechos a ese otro sublime -y en ese momento casi sagrado- de ser atendido, de ser curado.

No tiene por qué haber dificultades en la relación médico-paciente; pero es verdad que en muchos casos nosotros, como enfermos, no preparamos la visita como es debido y no somos conscientes -más que en la espera- de que nuestro tiempo ante el doctor es limitado. Por eso lo ideal es, tras el saludo, ir al grano. Cuál es la causa concreta de la visita, por qué está uno allí, qué sintió, cuándo, dónde, circunstancias todas que pueden encender la luz para encontrar la causa del malestar. Piense siempre en el tiempo y aprovéchelo lo mejor posible. Sería aconsejable llevar por escrito qué es lo que quiere preguntar, con todos los datos que puedan ser útiles para caracterizar la enfermedad.

Otro problema bastante general es el de no entender el lenguaje profesional en que le hablan. Si no entiende algo, diga que se lo repitan o que se lo digan en lenguaje más coloquial para tener una idea clara. El médico sabe que usted es lego en la materia y, por tanto, no se va a escandalizar porque no sepa distinguir entre artritis y artrosis. Por lo mismo, debe huir de creerse poco menos que premio Nobel porque ha leído todo en internet. Debe saber que la red ofrece o puede ofrecer mucha y buena información; pero por lo mismo, puede empachar si no se sabe digerir.

Los profesionales que nos dedicamos a la divulgación sanitaria solemos decir que la información de este tipo dice más de lo que cuenta porque es recibida por un público ansioso y, en muchas ocasiones, poco formado médicamente. ¿Y qué pretendemos con nuestra información? Pues lo hemos dicho muchas veces: lograr un mayor conocimiento del público en general con el fin de que pueda decidir libremente cuándo debe ir a consultar.

Ojalá pudiéramos conseguir que la sociedad tuviera los conocimientos suficientes como para ir al médico solo cuando fuera necesario. Sería el mayor logro para el periodismo sanitario... y para el funcionamiento de la sanidad.

ramón  
sánchez  
ocaña  
experto en  
salud

# CUMPLIR EL TRATAMIENTO GOTA A GOTA

Casi la mitad de los pacientes con glaucoma dejan de administrarse la medicación cuando desaparecen los síntomas sin pensar que la ausencia de la misma puede llegar a ser causa de ceguera en el 10 por ciento de los casos.

ana ortega  
texto

**U**n mensaje muy claro para empezar: un paciente no puede dejar un tratamiento nunca si su médico de referencia no se lo ha aconsejado antes. Aunque parece una cuestión baladí, muchas personas abandonan sus rutinas farmacológicas cuando cesan los síntomas de su enfermedad sin ser conscientes de que no tomarse una pastilla, prescindir de un pinchazo u olvidarse de las gotas son pequeños gestos que pueden traer consecuencias graves.

Esto es lo que sucede con los afectados por glaucoma. Casi la mitad de ellos deja su medicación tan solo seis meses después de ser diagnosticados, sin pensar que en el 10 por ciento de los casos este incumplimiento llega a provocar ceguera. ¿Qué hay que hacer entonces? Francisco Javier Goñi, Jefe del Servicio Integrado de Oftalmología de los Hospitales de Granollers, Mollet y Sant Celoni, y co-director del Barcelona Glaucoma Centre, lo tiene claro: convencer a los pacientes para que gota a gota cumplan con su tratamiento. «Con cada gota que olvida un paciente con glaucoma, está facilitando el empeoramiento de la enfermedad. Es aconsejable insistir en que cada gota cuenta y ayudar al paciente a buscar las maneras de recordar que se han de poner cada día el colirio que le han recetado. Recomendar, por ejemplo, que se asocie el tratamiento a alguna rutina a la que se sea especialmente fiel o vincularlo activamente a un familiar que conviva con él para que le ayude», añade el doctor Goñi. Otro motivo por el que resulta esencial seguir el tratamiento es porque la enfermedad puede estar hasta 15 años sin diagnosticar, ya que durante ese tiempo no hay síntomas, «por eso hay que evitar que evolucione cumpliendo cada día con la medicación», dice.

Para conseguir este fin todo vale, desde el trato personalizado con el enfermo en la consulta hasta las nuevas tecnologías, que en la actualidad se están convirtiendo en una herramienta muy útil para la difusión de estos mensajes. A través de la web [www.cumple365.com](http://www.cumple365.com) tanto pacientes como médicos encontrarán materiales que les ayudarán a cumplir el tratamiento. Entre ellos destaca el kit para el cumplimiento del mismo, una tarjeta en la que marcar qué repeticiones se han seguido, ya que está demostrado que los pacientes olvidan su medicación más de dos veces por semana. Además, en la misma web se puede obtener información útil para entender la enfermedad y la administración de la medicación.

**¿QUÉ ES?** El glaucoma es un término que describe a un grupo de enfermedades que se caracterizan por ocasionar un daño en el nervio óptico y que puede afectar a uno o a ambos ojos.

**¿POR QUÉ HAY QUE CUMPLIR EL TRATAMIENTO?** Aunque el daño que se produce en el nervio óptico es irreversible, el tratamiento del glaucoma puede evitar la progresión y la mayoría de las personas consigue mantener una cierta cantidad de visión a lo largo de su vida.

**¿HAY DISTINTOS TIPOS DE COLIRIO?** El tratamiento inicial consiste siempre en colirios cuyo objetivo es disminuir la presión intraocular. Existen distintos tipos. Su médico decidirá cuál es el más adecuado. Los principales tipos actúan de dos formas distintas: reduciendo la producción de fluido en el ojo o aumentando la salida del mismo al exterior.

**¿EXISTEN FACTORES DE RIESGO?** Sí, y están relacionados con los antecedentes familiares, la edad, el origen étnico y si se padece miopía, diabetes u otras enfermedades de los ojos.



## PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

El estrés crónico, ese que no nos permite vivir porque nos llevamos los agobios y preocupaciones a casa y ni siquiera nos posibilita tener un sueño reparador, es nuestro peor enemigo y es la causa directa o indirecta de la mayoría de las enfermedades de nuestro tiempo. Hacerle frente al agobio es fundamental y convendría enseñar a los niños y adolescentes también las técnicas sencillas que se aconsejan a continuación:

- La primera y fundamental técnica antiestrés es la relajación física y mental. Desconectar diariamente al menos durante media hora, dos o tres veces practicando la relajación inducida utilizando un CD de los que hay en el mercado. El que se acompaña de regalo en mi último libro *Sabiduría esencial*, ayuda además a reprogramar la mente de forma positiva.

- La segunda herramienta es el ejercicio físico y, en concreto, andar y correr de forma alternativa 40-50 minutos y después darse una ducha de agua tibia seguida de un ligero descanso. Esto contribuye a generar serotonina, dopamina y endorfinas y mejorar el carácter y el estado de ánimo.

- Dormir de siete a nueve horas y desconectar de todo al llegar a casa es otra buena práctica.

- Una alimentación adecuada en la que predominen las frutas, los cereales integrales, las verduras y las proteínas también ayuda a mantener el tono físico adecuado.

- Divertirse en casa y con los amigos; reírse con frecuencia y no perder el buen humor contribuye a desdramatizar los acontecimientos preocupantes y a no convertirse uno mismo en problema. Sea sociable, divertido y disfrute de todo y el estrés saldrá por la ventana.

- Planificar el tiempo y ponerse límites es imprescindible. Hacer lo que es absolutamente necesario, pero no cargarse con más responsabilidades de las que se puede bajo ningún concepto, es otra medida que todos deberíamos tener bien presente. Recordar que el día solo tiene 24 horas y que el descanso y el tiempo para uno mismo son salud.

- Por su bien, por su salud, por su vida, aprenda a decir ¡basta! Nada es más importante que su salud y su vida y si las pierde, solo usted será el responsable.

- Bajo ningún concepto se le ocurra combatir el estrés con sustancias adictivas como el alcohol, las drogas, el tabaco y otras falsas estrategias.

- Si es necesario, busque ayuda en un buen profesional o realice algún cursillo para vencer el agobio o la ansiedad.

bernabé  
tierno  
psicólogo y  
escritor

## CONTROL DEL NIVEL DE SODIO

Uno de cada tres pacientes hospitalizados padece este trastorno, el más común relacionado con los electrolitos del cuerpo que se origina por un desequilibrio entre las concentraciones de sodio y agua en el organismo. A diferencia de otras alteraciones de esta modalidad, como la deshidratación, los especialistas aseguran que la hiponatremia está infradiagnosticada. Esto sucede, según el doctor Antonio Picó, jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital General Universitario de Alicante, porque los síntomas son poco específicos (cansancio, alteraciones de la marcha, caídas, confusión) y pueden atribuirse a otras afecciones. Lo ideal: analizar de forma rutinaria el sodio sérico del paciente para obtener un diagnóstico y evitar la evolución a cuadros graves.



## MALOS AIRES

El 35 por ciento de la población española respira aire con niveles de contaminación por encima de los parámetros establecidos por las normativas de la Unión Europea y, desde la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica, los especialistas señalan que esta circunstancia agrava el desarrollo de enfermedades respiratorias y favorece los fallecimientos prematuros. Los óxidos nitrosos, las partículas suspendidas que emiten los automóviles y la industria y el dióxido de sulfuro de los combustibles fósiles o las emisiones de diésel son los contaminantes ambientales con mayor impacto sobre la salud.

# DONACIÓN: UNA NECESIDAD

A pesar de que el número de personas altruistas que ceden sus órganos sube, aún faltan. En la actualidad, se recurre a la donación en vivo para paliar esta situación, aunque nuestro país es uno de los más 'generosos' en este campo.

A pesar de la evidencia probada de que no supone una merma en la calidad de vida, el hecho de donar órganos sigue siendo para algunos un tema tabú. Tanto de donante vivo como de donante fallecido. Sin embargo, según las estadísticas, una de cada cinco personas que opta por ello en Europa es española o vive en nuestro país, aunque la población nacional solo representa el 9,4 por ciento de toda la Unión Europea. Son datos del Ministerio de Sanidad y Política Social, para el que estas cifras demuestran la «generosidad» de los ciudadanos patrios. Sin embargo, a pesar de estos datos, en Europa cada día fallecen 12 personas a la espera de un trasplante, puesto que los órganos disponibles solo permiten cubrir el 46 por ciento de las necesidades.

A finales de 2008, alrededor de 62.000 pacientes comunitarios permanecían en lista de espera, mientras que entre 2005 y 2008 en los países de la UE se registraron un total de 34.454 donantes, de los cuales 6.182 son españoles. Actualmente, en el continente existen enormes diferencias a la hora de abordar la escasez de órganos. La actividad de donación de personas fallecidas oscila entre un donante por millón de población, como es el caso de Bulgaria, y 34,4 personas por millón en el caso de España.

Durante la celebración del Día Nacional del Donante de Órganos el pasado 2 de junio, el Ministerio recordó que la situación «podría incrementarse de forma sustancial» con la aplicación de la Directiva europea sobre calidad y seguridad en la donación y trasplante de órganos, aprobada recientemente por el Parlamento Europeo.

Esta nueva iniciativa propiciará un marco jurídico para facilitar las donaciones y tras-



plantes en los Veintisiete y establecerá la creación de una autoridad específica competente en cada Estado, que será la responsable de asegurar la calidad y seguridad de las intervenciones, tal y como hace en España la Organización Nacional de Trasplantes. Lo que se pretende con estas medidas es evitar el tráfico de órganos y el turismo de trasplantes en Europa.

Cuando se aplique esta normativa, 500 millones de personas mejorarán su acceso a los órganos, que aumentarán tanto en cantidad

como en calidad. Según los cálculos de la Organización Mundial de Trasplantes, solamente con el desarrollo del Plan de Acción, el número de donantes en los 27 países de la UE podría incrementarse en un 89 por ciento. Con este notable aumento, cada jornada 143 pacientes de todo el continente podrían beneficiarse de una intervención, frente a los 76 actuales. Una cantidad nada desdeñable, ya que representa poder salvar diariamente la vida de 67 personas más.

julia  
martínez  
texto



maría  
jesús  
álava  
psicóloga

## VACACIONES Y FELICIDAD PARA LOS NIÑOS

Estos meses de descanso pueden ser una oportunidad para reforzar a los más pequeños en los aspectos necesarios para vivir plenamente. Y es que, con la práctica, se puede aprender a ser más dichoso.



Cada vez son más los padres que nos preguntan cómo deben actuar para conseguir que sus hijos alcancen el mayor nivel de felicidad. La mayoría de los chicos ya tienen vacaciones, por lo que es un buen momento para profundizar en un tema que puede ser crucial para su vida actual y para su futuro.

En nuestro equipo cada año vemos a cientos de chavales y de padres que nos piden orientación y ayuda para conseguir que sus hijos sean buenos estudiantes, para que saquen lo mejor de sí mismos, para que aprendan a convivir, a compartir, a asumir unas reglas y normas que les ayuden en su día a día, en su relación con los demás y en su visión del mundo.

Dentro de nuestro equipo, Silvia Álava, coordinadora del área Infantil, basándose en nuestra experiencia (recogida en algunos de nuestros libros, como: *El no también ayuda a crecer*) y en los estudios de la doctora Sonja

Lyubomirsky, autora de *La ciencia de la felicidad*, ha desarrollado una serie de pautas básicas que pueden ayudar a potenciar la felicidad en los hijos.

Vamos a exponer las principales conclusiones a las que ha llegado Silvia, después de haber trabajado en los últimos años con cientos y cientos de casos de niños y padres.

### ¿Cómo debe ser un niño feliz?

Un niño feliz es un niño despreocupado, seguro, que se relaciona con los demás sin complejos, que disfruta en su casa jugando, en la calle, en el colegio, que no tiene miedos... que sonrío y que ríe por muchas cosas.

### ¿Se aprende a ser felices?

Por supuesto que se puede aprender a ser felices. Incluso si revisamos los últimos estudios científicos sobre el tema, encontramos que el 50 por ciento de la felicidad se debe a factores genéticos, un 10 por ciento a las circunstancias vividas y el 40 por ciento a la acti-

vidad emocional. En definitiva, nos queda un 40 por ciento de margen, el correspondiente a la actividad emocional, que podemos aprender a controlar.

Solo un 10 por ciento del estado de ánimo óptimo depende de las circunstancias externas y, aunque la capacidad para ser feliz es algo innato, está en nuestra mano incrementarla. Poseemos una increíble fuerza para mejorar la dicha y el bienestar, que depende exclusivamente de nuestros actos y pensamientos, y podemos trabajar con los niños para que aprendan a ser más felices desde pequeños.

### ¿Cómo se debe educar a los niños para que aprendan a ser felices?

- Centrándonos en lo positivo.
- No machacando la autoestima, aunque es necesario corregir los errores de los hijos.
- Diciéndoles siempre lo que han hecho bien.
- No poniéndoles *etiquetas*.
- No minimizar lo que tienen de positivo.
- No caer en pensamientos absolutistas dicotómicos. O todo blanco o todo negro. La vida tiene toda la gama de grises.
- No dar importancia a las cosas que no la tienen.
- No dar nada por supuesto.
- La gratitud es uno de los mayores predictores de la felicidad. Si aprendemos a ser agradecidos incrementaremos nuestra felicidad.
- Ser amables.
- Realizar cosas por los demás, sin pedir nada a cambio.

La autoestima y la seguridad del niño van muy relacionadas en un primer momento con las valoraciones que recibe del exterior. Hasta que se desarrolla el lenguaje interior, la principal fuente de seguridad del niño son los mensajes de sus padres y de los adultos que le rodean. Si le damos frases negativas, la seguridad y la autoestima del menor se pueden ver resentidas.

### ¿Cómo beneficia la felicidad a los más pequeños?

Un niño feliz es más seguro, se va a desenvolver mejor en todos los aspectos de su vida, con los amigos, con la familia, en el colegio... más receptivo al aprendizaje, a escuchar a otros niños, a cooperar... y, en definitiva, va a disfrutar de la vida.

## GASTRONOMÍA

# DEL FONDO DE DESPENSA

Un tarro de 'confit' en conserva puede ser una excelente solución para sorprender a una visita inesperada presentando el pato acompañado, por ejemplo, con melocotones.

**E**l pato, y no estamos pensando en Donald ni en Lucas, tampoco en el *patito feo* de Andersen, es un ave que, en general, a la gente le cae simpática. Pero esa simpatía no oculta las muchísimas posibilidades gastronómicas que ofrece un animal del que, como siempre se dice del cerdo, se puede aprovechar prácticamente todo, plumas y pico incluidos, aunque para otros menesteres, como rellenar almohadas o fabricar botones.

La verdad es que, tal vez por esa condición de animal torpemente gracioso, al que gusta ver en los estanques, en los jardines, el pato no ha sido un huésped demasiado habitual en nuestras mesas. El pato, se entiende, doméstico, porque los *de caza*, como el azulón o *coll vert*, siempre han tenido su trocito de fama entre los amantes de la cocina venatoria.

También es verdad que hay recetas tradicionales, sobre todo en Cataluña, de mucho interés, como el pato con nabos, o el pato con peras. También el arroz de pato tiene sus incondicionales. Se habla mucho de grandes recetas para el pato, de las que quizá la más prestigiosa sea el pato a la naranja; los amantes de la cocina pekinesa adoran -cuando se hace como es debido- el pato al estilo de Pekín, el pato lacado... Pero poco más.

El pato cebado, del que se obtiene el foie-gras, tuvo su gran momento en los años de auge de la *nouvelle cuisine*. La gente se familiarizó con cosas como el *magret* -la pechuga entera-, el llamado jamón de pato (pechuga curada y fileteada) y hasta con el *confit*.

El *confit* de pato -lo hay, también, de oca- es el resultado de cocinar muy despacio en su propia grasa los muslos y alones de ambas aves, que se guardan cubiertos completamente por esa grasa, prácticamente sólida; en esas condiciones duran bastante tiempo en el frigorífico, incluso en la despensa. De hecho, en un buen *fondo de despensa* -¿no los hay de armario?- nunca deberían faltar algunas piezas, porque son una magnífica solución de urgencia para un imprevisto o, claro, para darse uno mismo un capricho de vez en cuando.

*Desconfitar* una pieza de éstas, y quien dice una dice las que sean menester, es una cosa bien sencilla. Basta con volcar el contenido del bote, o del envase en el que venga, en una cazuela, y colocar ésta en el horno. Cuando la grasa que rodea a la carne, se haya fundido por completo, se retira. Se sigue calentando el pato hasta que la piel tome un tono apetitoso, dorado, con aspecto crujiente. De ahí, al plato. Y, claro, hay que buscarle buena compañía.

Con la grasa pueden hacer ustedes varias cosas, desde desecharla hasta colarla y guardarla para saltear en ella diversos elementos vegetales; las patatas fritas en esa grasa adquieren un sabor excelente. Naturalmente, la grasa de pato

no está especialmente indicada para quienes tengan hipercolesterolemia, pero, si ése no es su caso, no se prive de utilizarla.



Una guarnición... Al pato, la verdad, le van muy bien las frutas: las ya citadas peras o naranjas, las cerezas, las manzanas, la piña, el melocotón... El otro día, en casa, teníamos unos melocotones de ahora mismo, de principios de temporada. Resultaban quizá un poco ácidos para tomarlos tal cual, aunque hay mucha gente que adora la fruta así. Procedimos con el *confit* según queda explicado. Por otra parte, pelamos los melocotones, les eliminamos el hueso y los cortamos en gajos, más finos que gruesos. Los mojamos con unas gotas de un buen licor de esa misma fruta y los vestimos con un poco de buena mantequilla. Y al horno con ellos, para que tomaran temperatura.

El plato quedó estupendamente. Por un lado, el *confit*, con sus diferentes tonos y texturas según la proximidad de la carne al hueso; por otro, los dorados gajos de melocotón. El *toque de color* -o sea: verde- que hoy parece obligatorio en todos los platos lo pusieron unas hojas de rúcula, que a mí me gusta bastante más que el perejil. En las copas... bueno, creo que un ave cebada se merece un tinto de importancia, y abrí un Murrieta del 2005, perfecto. Para qué les voy a engañar: disfruté un montón.

Un apunte fuera de tiesto: todos sabemos que, con la crisis, las cosas se hacen con menos alegría que antes, se mira más el gasto. Pero nunca pensé en recibir una invitación en la que se advertía -literal- de que «al término del acto se servirá una copa de vino para todos los asistentes». Una copa... para todos. Mal deben de estar las cosas, sí.

## EL VINO

### PICRÉS 871

D.O. RIBERA DEL DUERO

La Compañía Vinícola Pizarro dispone de unos excelentes viñedos enclavados en el término burgalés de Fuentecén, a una altitud de 871 metros. Los suelos están compuestos por cascajos, arcillas y tierras calizas, donde la variedad tempranillo crece en cepas que están formadas tanto en espaldera como en vaso, superando éstas últimas los 80 años. De allí sale el Picrés 871, un vino que ha pasado 25 meses en bodega de roble francés.

### Cata:

Se trata de un vino rojo granate intenso con tonos rubí. En nariz es limpio, amplio y elegante, heredero de la madera y la fruta madura. Tiene una entrada suave en boca, agrandándose conforme pasa por ella. Posee una acidez justa que le confiere alegría y vigor.

### Recomendación:

Beber, preferiblemente decantado, a una temperatura de entre 16 y 18 grados acompañando a asados de carne, platos de caza, carnes rojas y quesos curados de oveja.



# MEZCLA GANADORA

Objetivo: reciclar la ropa que guardamos de otras temporadas. Una americana, un vestido y una falda de años anteriores se actualizan y se convierten en prendas de moda con la compañía adecuada.



Blazer de **TOMMY HILFIGER**



**LEVI'S** (40 euros)

Short de **H&M**



**GLORIA ORTIZ**, de venta en El Corte Inglés.

## BLAZER Y 'SHORT'

La chaqueta sastre es una prenda con estilo habitual del fondo de armario. Si es larga está de plena actualidad, y con ella se puede lograr una imagen joven y desenfadada cuando aprieta el calor si se combina con un pantalón corto, una de las prendas del verano, y camisetas de estilo roquero. Unas sandalias de piel con un tacón medio ponen el punto y final a un *look* urbano.



Falda de **YONO TAOLA**



## ESTILO 'NEO-HIPPIE'

Cualquier vestido, independientemente de su color o estilo, puede convertirse en una prenda de temporada si se luce con los accesorios adecuados para lograr una de las tendencias de este verano, el nuevo *hippie*. Para ello son infalibles las sandalias con plataforma y suela de madera o de corcho y los bolsos bandolera. Las joyas tribales, habituales de los estilos veraniegos, se convierten en el complemento perfecto para rematar esta imagen, como los brazaletes de la firma El Palacio de Plata que combinan plata y piedras.



**EL PALACIO DE PLATA** (89,10 euros)



Sandalia con suela de corcho, de **MANGO** (47 euros)



### + INFORMACIÓN

**CORTEFIEL** 902453545/ **EL CORTE INGLÉS** 901122122/ **HOSS INTROPIA** 91 399 31 12/ **H&M** 901120084 [www.hm.com/](http://www.hm.com/) **JAVIER SIMORRA** [www.javiersimorra.com/](http://www.javiersimorra.com/) **LEVI'S** 91 521 50 28/ **MANGO** 900150543 [www.mango.com/](http://www.mango.com/) **NAFNAF** [www.nafnaf.es/](http://www.nafnaf.es/) **NICE THINGS** [www.nicethings.es/](http://www.nicethings.es/) **EL PALACIO DE PLATA** [www.elpalaciodelaplata.com/](http://www.elpalaciodelaplata.com/) **SPRINGFIELD** 902452545 [www.spf.com/](http://www.spf.com/) **TOMMY HILFIGER** 91 429 81 13/ **YONO TAOLA** 677538300 [www.yonotaola.com](http://www.yonotaola.com)



SPRINGFIELD (19,95 euros)

## FALDAS Y COMPAÑÍA

Faldas y estío van de la mano. Cortas o *midi*, y esta temporada también largas si están confeccionadas en tejidos vaporosos, son indispensables en el guardarropa de verano. Para actualizarlas y poder lucirlas al caer la tarde los complementos se ponen a su servicio: carteras de mano y cinturones hacen de ellas la prenda de la temporada. Una camiseta-joya, con detalles de piedras, *pailletes* o tachuelas, convierte el conjunto en una tendencia de referencia.



'Clutch' de HOSS INTROPIA (80 euros)



HOSS INTROPIA (55 euros)



Bandolera de NICE THINGS. (45,50 euros)



NAF NAF

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

## RETIRA

Las fragancias intensas.

Ô D'AZUR de LANCÔME se reinventa con una nueva sensación estival y fresca (50 ml 40,20 euros).

## RESCATA

Los perfumes de verano. Cuando la temperatura sube, la fragancia que se utiliza habitualmente se intensifica y se hace más patente. El clima modifica el uso del perfume, y en verano es aconsejable elegir esencias más suaves, florales y cítricas y tener en cuenta la concentración de aceites que tienen. Las colonias, por su ínfima concentración de esencias y por sus notas generalmente cítricas, son muy frescas y muy indicadas para el los meses de calor. También son una buena opción las versiones estivales que con la llegada del buen tiempo lanzan muchas marcas de perfumes, más frescas y alegres que las ediciones originales. Quienes sean fieles a un aroma pueden buscar su versión veraniega.



Marine Groove, la edición de verano de ESCADA (50 ml 49,50 euros).

compras clave compras clave compras clave

Una camisa blanca. Nunca pasa de moda y es perfecta para crear cualquier *look*, tanto formal como informal. La camisa blanca es una prenda básica de fondo de armario, imprescindible en cualquier guardarropa y las rebajas una buena oportunidad para hacerse con una... o más.



EL CHOLLO CORTEFIEL (39,90 euros)

## EL CAPRICHIO

JAVIER SIMORRA (89 euros)



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

### ¿Cómo se puede reducir el neceser para viajar con menos equipaje?

El secreto está en los productos multifunción que cubren más de una necesidad a la vez y permiten ahorrarse algunos pasos... además de dinero y espacio. Para el rostro, una hidratante con color es una buena alternativa a la base de maquillaje y sustituye también a la crema de cara. Para el cuerpo, el gesto de hidratación diaria puede además aportar un natural y uniforme toque de sol si se utiliza un producto que le de color progresivamente. Para sacar el máximo rendimiento a los cosméticos se recomienda elegir *dos por uno*, que junto al efecto maquillaje funcionan también como tratamiento: barras de labios que los hidratan y alisan, anti-ojeras que además de esconderlas combaten las bolsas de los ojos, fondos de maquillaje con efecto *lifting* para combatir las arrugas... A la hora de maquillarse, apostar por la sencillez es ganar espacio: una única paleta con distintos tonos puede utilizarse para matizar el rostro, dar rubor a las mejillas, como sombra de ojos e incluso para los labios aplicando una hidratante antes.



Roll-on Cafeína de GARNIER, estimula la desaparición de las bolsas y cubre las ojeras con un toque de color (11,99 euros).



Fluido anti arrugas con color de JUVENA OF SWITZERLAND, que, además de mejorar la apariencia de la piel y reducir arrugas, proporciona un tono natural al rostro (60 euros).



Anti-Edad y potenciador del bronceado de DIOR, producto facial para activar, intensificar y prolongar el tono moreno de la piel (102 euros).



## CRÓNICA SOCIAL



## UNA MUJER ENTRAÑABLE

Los tópicos los desmonta la vida a cada rato. **Laura Ponte**, por ejemplo, puede cargarse en menos de medio minuto de conversación el mito de la chica guapa y tonta. Es divertida, dicharachera, pizpireta e inteligente. Convócame a mí a un acto que amadrine la modelo y allí intentaré estar, el primero. Recuerdo que cuando la conocí, hace más de un año, le pregunté por la fórmula secreta del milagro de su relación con **Beltrán Gómez Acebo** (¡parecían la pareja perfecta!). Sonrisa pícaro mediante, me dijo: «Bueno, bueno, tampoco es para tanto...». Reía, y con la mirada daba a entender que no existen matrimonios perfectos sino solo en la apariencia, que en todas las parejas cuecen habas y que la suya, desde luego, no era una excepción. El otro

día amadrinó la Fiesta del Cava Rosado y allí estaba, con la misma sonrisa pícaro de siempre. Su vida ha cambiado, claro. Ahora ya no vive con el padre de sus hijos y sí, sabemos que lo ha pasado mal, aunque ella no sea una de esas mujeres que cuentan sus penas y problemas. Una ruptura, más cuando hay hijos pequeños de por medio, suele ser traumática y, en su caso, siendo los dos famosísimos y estando vigilados todos sus movimientos por los *paparazzis*, más todavía. Y, sin embargo, esta mujer atípicamente elegante (lo mismo luce un vestido de 1.000 euros que una falda de 10 comprada en el rastro, (mercadillo del que confiesa ser asidua visitante), se encuentra, pasada la tormenta, tranquila e ilusionada. Y no solo por lo evidente (hace meses que se la ve por La Latina pasear

tranquilamente de la mano con **Mario Conde Jr.**, el hijo del ex banquero, y ya ni siquiera niega la relación: «Me habéis visto con él, ¿no? Entonces, ¿qué más puedo decir?», nos contó), sino porque tiene encima de su mesa una montaña de proyectos interesantes, la mayoría relacionados con el diseño, que es el trabajo que más le inquieta en estos momentos.

A su lado, **Luis Medina**, impecablemente trajeado, como siempre, contaba que en breve se va a Mallorca, donde pasará parte del verano. «Tengo allí trabajo, y también en Ibiza», apuntó. «Sí, sí...», pensaba yo, mientras imaginaba las juergas que el hijo pequeño de **Nati Abascal** se correrá por las discotecas de la isla. Y es que a machoso y mujeriego no le gana nadie. De hecho, la semana pasada se le vió en un conocido pub



de Madrid besándose apasionadamente con una atractiva morena. Hace bien, que la vida es muy breve y hay que disfrutarla.

Esto mismo, que la vida es breve y pasa igual de rápido que una película, me lo recordó al día siguiente una mujer extraordinaria. Se celebraba una entrega de premios en Logroño (no me pregunten cómo ni con qué pretexto llegué allí) y una de las premiadas era **Asunción Balaguer**. Dios mío, quién pudiera llegar a los 84 años («a punto de cumplir 85», me aclaró) tan bien llevados: qué ánimo tan espléndido, qué candidez, qué maravillosa mujer. Créanme si les digo que su sonrisa, llena de luz, ilumina mágicamente su cara arrugada y, ya de paso, va iluminando, poco a poco, a todo el que la rodea. «¿Se enfadará alguna vez, no?», le pregunté a Elvira, su representante, que me explicó que no, que ella siempre está contenta. Después de que le dieran su premio por *El Pisito*, la obra que representa por las ciudades de toda España, mientras tomábamos una copita de vino blanco, le pregunté a Balaguer por **Paco Rabal**. Me dijo tiernamente: «Ay, ¿imaginas cuánto le echo de menos? ¡Le quería tanto! Toda una vida con él, ya imaginarás...». Ahora vive ella sola en la casa de Alpedrete (Madrid) en la que vivió con el actor los últimos cuatro años de su vida. «Él no quería mudarse, él quería seguir viviendo en el piso oscuro y ruidoso que teníamos en la calle Doctor Esquerdo. Me decía: 'Que no, Asunción, que yo no me cambio de casa, que a mí me gusta ir al Retiro a pasear', y yo le decía: 'Pero Paco, que allí podrás pasear por el campo y no te molestará nadie...' Al final le convencí, y se alegró. Le disfruté mucho, mucho los últimos años, siempre a mi lado...».

Por allí también andaba otro grande, **Emilio Gutiérrez Caba**, que había acudido a por su premio con sus compañeros de serie **Ana Risueño** y **Armando del Río**. Me contó que ya cuenta los días que le faltan para ir a su lugar más soñado: una casita junto al mar de la Costa Brava adonde acude cada vez que el trabajo se lo permite. «Me gustaría trabajar cada vez menos y pasar más tiempo allí. Es el único lugar en el que duermo bien».

Conocí a **Flipi**, el humorista de Cuatro, que sorprendentemente es un hombre muy, muy tímido (en nada se parece al histriónico humorista de *El Hormiguero*), y a **Gisela**, que tiene un tipazo de impresión y que se emocionó escuchando cantar a **Antonio Orozco**, artista que acudió con una murciana despampanante que decía ser su ayudante. Una semana agitada de la que, sin duda, quedará algo importante: la lección enorme de vitalidad y entusiasmo que nos dio **Asunción Balaguer**, esa entrañable mujer a la que aún, espero, le quede mucho por vivir.

**1.** Laura Ponte y Luis Medina amadrinaron, muy elegantes, un acto al que acudieron muchas caras conocidas. **2.** El cantante Antonio Orozco llegó acompañado de una joven y guapa desconocida a la que presentó como su ayudante. **3.** Asunción Balaguer se mostró vital e ilusionada a sus casi 85 años y reconoció que echa mucho de menos a su marido Paco Rabal. **4.** Emilio Gutiérrez Caba acudió acompañado por Ana Risueño y otros actores de 'Gran Reserva'. **5.** La cantante Gisela y el cómico Flipy no dudaron en posar juntos durante el evento. **6.** Orozco se unió a Los Delincuentes para hacer lo que mejor saben: cantar y tocar la guitarra para amenizar la velada.

## UNA MUJER 10



Si ya debe ser duro que a uno le dejen por otro, mucho más debe ser enterarse de que tu ex pareja tiene nuevo amante por las revistas o la televisión. Es algo que les sucede a algunos famosos y que, según parece, ahora le ha sucedido a **MIGUEL ABELLÁN**. El torero, que hasta hace poco salía con **NATALIA VERBEKE**, ha visto ahora en las revistas cómo ésta disfruta de su nuevo idilio con **GONZALO DE CASTRO**, compañero de reparto de la actriz en *Doctor Mateo*. Con todo, el torero, muy educado, no tiene sino buenas palabras para la actriz: «Es una mujer 10, muy deseada, por lo que es normal que en cualquier momento encuentre nueva pareja», dijo hace poco en un evento de moda.

## EL ÚLTIMO SOLTERO REAL



Muchos decían que no se casaría nunca, que sus gustos sexuales no iban por ahí. Se equivocaban. Es lo único que podemos pensar ahora, cuando ya se sabe que **ALBERTO DE MÓNACO**, de 52 años, se casará en unos meses con su novia, **CHARLENE WITTSTOCK**, una bellísima ex nadadora surafricana mucho más joven que él. La boda se celebrará en el verano de 2011, según ha confesado el hijo de Rainiero y Grace Kelly, que ha declarado

además que espera que su pueblo acoja a su amada «con benevolencia» y que «aprecie lo que su cultura y su mirada nueva nos pueden aportar». No sabemos si los más de mil millones de dólares que atesora el príncipe Alberto II habrán influido a la hora de que Charlene haya dado el sí definitivo, pero, en cualquier caso, les deseamos lo mejor.

## EL ¿DESNUDO? DE JESÚS

Menudo chasco. Semanas comentándose en todos los corrillos el que iba a ser el primer desnudo masculino posado para la revista *Interviú* y ¿qué hemos encontrado? A un **JESÚS VÁZQUEZ** con cuerpazo, por supuesto (le dedica varias horas diarias al *gym*), pero que protege del ojo ajeno sus partes más íntimas. El presentador, uno de los más guapos y simpáticos de la historia de la televisión, aparece recreando escenas eróticas de películas que protagonizaron actores como Brad Pitt, Paul Newman o James Dean, e incluso posa con la bandera gay, pero hasta ahí. Hombre, teniendo en cuenta que hubo una época en la que Jesús Vázquez se quitaba la camiseta en casi todos los programas de TV en los que aparecía, lo cierto es que uno esperaba que, ya puestos, hubiera dado un paso más allá. Lo mejor del asunto es que el dinero irá para Acnur, organización de Naciones Unidas para los refugiados de la que el presentador es embajador.





ABARTH PUNTO EVO/500C

MOTOR

# EL ALARGADO SELLO DEL ESCORPIÓN

Las dos novedades de la firma creada por Carlo Abarth preparan su desembarco en nuestro mercado

La firma italiana Abarth acaba de lanzar en su país de origen dos nuevos modelos que preparan su inminente llegada a nuestro mercado. Confirman, de esta manera, el compromiso del Grupo Fiat con la división de la marca del escorpión. Ambos modelos están desarrollados a partir de conocidos turismos de la casa matriz como el Fiat Punto Evo y el 500C. Llegan para garantizar una experiencia de conducción basada en cánones deportivos pasados por el filtro ultradinámico de Abarth, con detalles a tener en cuenta como un nuevo cambio secuencial con levas en el volante derivado de la competición.

El Abarth Punto Evo evoluciona en su potencia, gracias al nuevo motor Multiair 1.4 Turbo en gasolina de 165 caballos. Su afán deportivo y sus notables

prestaciones se ponen de manifiesto en su aceleración, ya que alcanza los 100 en 7,9 segundos.

Como buen *coupé*, el Punto Evo de Abarth ofrece dos modalidades de uso, la superdeportiva *Sport* y la urbana *Normal*. En función de la opción elegida varía la respuesta del motor, los frenos y la dirección. Como en un coche de carreras, el conductor dispone del *Gear Shift Indicador*, un dispositivo que sugiere al copiloto la marcha adecuada en cada momento para reducir el consumo. Con este fin, también incluye el mecanismo *Stop&Start*. Así, su consumo en ciclo urbano es de ocho litros a los 100 y de seis en ciclo mixto, cumpliendo con la normativa *Euro5*.

En materia de seguridad, destaca la aportación de siete *airbags*, incluido el de rodillas para el conductor. En el plano estético, apreciamos la mano de Abarth en elementos como los paragolpes, faldones,

tomas de aire y llantas que presentan un perfil más dinámico y expresivo.

Mientras, el Abarth 500C llega como un icono de estilo. No es la primera vez que la firma del escorpión desarrolla un coche de este tipo y ha cuidado tanto los aspectos técnicos como su estética. Su carrocería esconde un 1.4 Turbo T-Jet con 140 caballos de potencia. Su velocidad máxima es de 205 kilómetros por hora plantándose en los cien en 8,1 segundos. Su consumo es más bien contenido, de 6,5 litros a los 100 en ciclo combinado.

Uno de los mayores atractivos y peculiaridades del coche deriva de su capota, de lona, de la que sólo es posible plegar la parte superior ofreciendo una mayor protección a sus ocupantes frente al viento y el ruido. Se puede accionar la apertura y cierre de la capota a una velocidad de 60 kilómetros por hora.



MODELO	PUNTO EVO
MOTOR	1.4 TURBO
POTENCIA	165 CV
VELOCIDAD MÁX.	213 KM/H
0 A 100 KM/H:	7,9 SEG
CONSUMO:	6L
EMISIONES CO2:	142 GR/KM
PRECIO	18.500 EUROS



MODELO	500 C
MOTOR	1.4 TURBO
POTENCIA	140 CV
VELOCIDAD MÁX.	205 KM/H
0 A 100 KM/H:	8,1 SEG
CONSUMO:	6,5L
EMISIONES CO2:	155 GR/KM
PRECIO	21.400 EUROS



## UN CENTRO ESTRATÉGICO

Gijón acoge el grueso de la producción de las motos de 125 de Suzuki

La única fábrica europea de la firma japonesa Suzuki se encuentra en Gijón. En la factoría asturiana se producen buena parte de las motocicletas y *scooter* destinadas al mercado mundial con una importante repercusión para la compañía nipona.

La génesis de esta ubicación nos conduce hasta el año 1955. Alfredo Avello funda la fábrica para destinarla a la elaboración de motocicletas de la marca MV Augusta. No es hasta 1984 cuando se establecen los primeros contactos con Suzuki y en 1990 todas las motos que salen de la factoría gijonesa llevan el sello japonés.

Con unas instalaciones que ocupan una superfi-

cie de 18.000 metros cuadrados, la factoría orienta su actividad a la fabricación de modelos de 125 centímetros cúbicos, una cilindrada estratégica para la compañía y de la que pueden disfrutar todos aquellos que tengan el carnet B. Suzuki ofrece una interesante y amplia gama para los que se inician en el mundo de las dos ruedas.

Dentro del segmento, nos encontramos con la Suzuki *SR 125SM*, la legendaria *Marauder*, la super-ventas *Burgman* o la polivalente *Sixteen*. Toda esta gama de modelos se producen en Gijón, desde la soldadura del chasis hasta el montaje de cada uno de sus componentes, lo que ha permitido con el paso de los años incrementar la calidad del producto.

Estas motocicletas se dirigen al mercado mundial, excepto el modelo *Marauder* de 250 centímetros cúbicos y las GS que, al no cumplir con la normativa *Euro3*, están destinadas a países no europeos.



## LAS FIESTAS

Mi ciudad, digamos una de tantas, así como entre mediana y pequeña, tirando a enana, más o menos igual que la de tantos de ustedes, está en fiestas. Ya saben, esa orgía de diversión que, a fecha fija, sazona cada año la vida con fuegos artificiales, timo-toros, cutre-conciertos, verbenas y pseudobares instalados en mugrosas casetillas callejeras. ¡Yupi!

La idea consiste en aliviar nuestra miserable vida rutinaria con un sinfín de atracciones, tan exóticas como audaces, que nos sirvan de válvula de escape y, si cabe, aporten algo de ilusión y aventura a una existencia por entero con-

sagrada al no siempre redentor, pero a menudo alienante trabajo

Y no digo que esté mal pensado... para hace 200 años. Supongo que por

eneuve  
periodista

aquellos entonces, dos siglos atrás, uno incluso si me apuran mucho, a falta de televisión, internet y 600.000 bares de a diario, mamarse de una bota viendo junto a los vecinos cómo se arrastran esos toros cojos podía tener su gracia. Quizá, hasta los fuegos artificiales les pareciesen algo extraordinario, y tal vez puede que aquellas carrozas de barrio tipo aprobado raspado en Manualidades de primero de ESO les dejaran con la boca abierta. Pero hoy ya no.

Tomar un pincho de morcilla rancia en un chiringo que cerrarían por insalubre en Centroáfrica, bailar al ritmo de la Orquesta Samuráis versionando a los Chichos y gastarse 20 euros para ganar unas zapatillas de felpa en las barracas es exactamente tan mierdoso como parece.

De hecho, para evitar semejante marronazo, esta su segura servidora está encerrado en casa desde el mismo instante en que el emotivo solo de dulzaina *La cabra chospa alegre* puso el broche de oro al pregón -que, por cierto, a falta de alguien con algo que contar, encargaron a un

político, y no pienso salir hasta que mi calle, de esas que vienen a llamarse *de copas*, quede libre de echadoras de cartas, mendigos profesionales, labriegas con blusas de leopardo y macarras borrachos.

La verdad es que no podría aunque quisiera, porque los 50 tíos y las dos chicas de la Peña los Chorros llevan tres días aposentados justo delante de mi casa -su sede está seis portales más allá, pero una cosa es ser algo bobos y otra tan gilipollas como para molestarse a sí mismos- y me tienen bloqueado el portal con una montañía de cachis vacíos. Eso sí, el puto bombo suena a gloria. ¡Cómo molan las Fiestas!



NÚMERO 194  
4 DE JULIO DE 2010

# APAGA Y VÁMONOS



## SENTIR LOS COLORES

FOTO: DYLAN MARTÍNEZ (REUTERS)

El fútbol es un deporte, un juego, un fabuloso negocio para algunos. Es una de las más universales señas de identidad de la cultura humana; fuente de pasiones, de celebración y encuentro. El fútbol es uno de los pasatiempos que más seguidores y practicantes aglutina. Es un escape, una terapia, una de las mejores

formas de evasión al alcance de cualquier persona. Sin embargo, la expectación que genera este divertimento y las magníficas sumas de dinero que mueve poco o nada tienen que ver con la reglamentación que, pese a los avances tecnológicos, sigue estando en manos del criterio de un juez de línea o del silbato de un árbitro.

Hoy, un tiempo en el que cada gesto, cada paso es grabado por decenas de cámaras, a más de uno se le pondrán los pelos en cresta, como al joven aficionado inglés de la imagen, al ver mil veces la repetición de un gol en fuera de juego o de un balón traspasando la línea de gol varios palmos. Es fútbol y todo es posible,



NUEVA RUMASA

DIVISIÓN DE BODEGAS Y BEBIDAS

MÁS DE DOS SIGLOS BRINDANDO JUNTOS



Bebe con moderación. Es tu responsabilidad

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

www.bodegasgarvey.com  
Tienda on-line

Más información en: **902 22 22 77** [www.nuevarumasa.com](http://www.nuevarumasa.com)  
[invernegocios@nuevarumasa.com](mailto:invernegocios@nuevarumasa.com) [nuevarumasabcn@nuevarumasa.com](mailto:nuevarumasabcn@nuevarumasa.com)

CASTILLA Y LEÓN

¿ITALIA?

Acueducto de Segovia

CASTILLA Y LEÓN

¿EGIPTO?

Yacimiento Arqueológico Atapuerca (Burgos)

# CASTILLA Y LEÓN

en una escapada

## VERÁS MUNDO

CASTILLA Y LEÓN

¿NORUEGA?

Arribes del Duero (Salamanca)

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA

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

  
Junta de  
Castilla y León



CASTILLA Y LEÓN