

# OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Semana del 5 al 11 de marzo de 2011 · Número 229



## SALUD

Controlar la  
hipertensión

## CARNAVAL

Diablos de Luzón

ROSARIO FLORES

## DE PURA RAZA

## GASTROBOTÁNICA

Sabores de antaño  
para la cocina de hoy

# Se buscan Quijotes



Albacete · Ciudad Real · Cuenca · Guadalajara · Toledo

[www.turismocastillalamancha.com](http://www.turismocastillalamancha.com)



Unión Europea

Fondo Europeo  
de Desarrollo Regional  
"Una manera de hacer Europa"



Castilla-La Mancha

Descubre y siente



Castilla-La Mancha

[www.jccm.es](http://www.jccm.es)



CARNAVAL DE LUZÓN\_7  
Tradición y leyenda en forma de diablos



GASTROBOTÁNICA\_12  
La cocina de la esencia ibérica



LOS OSCAR\_20  
Unos premios sin sorpresas

## ETERNA ROSARIO\_16

La hija pequeña de Lola Flores hace un repaso de su trayectoria y su vida junto a 'La Faraona'

## CULTURA\_22

REM regresa con su disco 'Collapse into now'

## CINE\_23

'Winter's bone', triunfadora en Sundance

## TENDENCIAS\_24

HTC lanza al mercado su tableta Flyer

## SALUD\_26

La importancia del control de la presión arterial

## DONACIÓN DE SANGRE\_28

La generosidad sigue siendo imprescindible

## MAYORES\_29

Cuidado con los accidentes fuera de casa

## ALIMENTACIÓN\_30

Una buena dieta para prevenir la ceguera

## GASTRONOMÍA\_31

Berenjenas, esenciales en el Mediterráneo

## CRÓNICA SOCIAL\_34

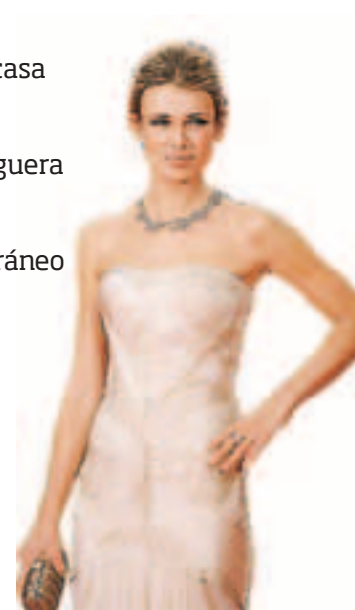
De fiesta en fiesta por Madrid

## MOTOR\_37

Nueva mecánica para el BMW X1

## MODA\_32

Cómo lucir en la alfombra roja



NÚMERO 229  
6 DE MARZO DE 2011

## GANAMOS TODOS

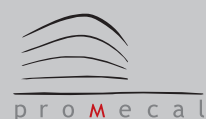
Desde el otro lado de los Pirineos, y más allá, empiezan a considerarnos, a los españoles, algo más que militantes en la fabulosa Liga de los PIGS (Cerdos), competición económica liderada exaequo y con solvencia por Grecia, que pone la G, e Irlanda, que presta la I, seguidas muy de cerca por la P de Portugal y la S de Spain, y que quede claro que aquí somos muchas cosas y puede que ninguna a un tiempo, mas fijo que cerdos no somos, literalmente hablando.

Empiezan a considerarnos, decíamos, una rara mezcla entre botarates y niños malcriados a los que todo les parece, de entrada, mal, y más si procede del gobierno de turno. Somos, ya lo fuimos con terribles resultados, un país dividido. Mientras unos remamos por babor y otros por estribor, la impresión general es que navegamos a la deriva y, como las olas, saltamos aquí y acullá e improvisamos conforme nos va atizando el temporal.

Pero no, no se confundan admirados inversores alemanes, chinos y jeques de gentil y abultada chequera: aquí, en España, cuando queremos también nos ponemos de acuerdo, aunque nos reviente, lo que pasa es que discrepamos porque nos va en los genes.

La última molleja del cordero es una señal circular con un 110 gigantesco. Sí, nos están tocando los límites de velocidad en carretera y algunos, graciosos, dicen que a este paso nos regularán las horas de comer, los minutos de amar y los segundos de pensar. Pero no es para tanto porque, como decía el eslogan, todos ganamos. Reducir la velocidad de 120 a 110 contribuirá, nos guste o no, a que disminuyan los accidentes o su gravedad, favorecerá el ahorro energético, evitará la emisión a la atmósfera de 8 millones de toneladas de CO<sub>2</sub> y, también, por supuesto, aumentará la recaudación vía multas. El problema es que nos hemos hecho muy mayores y no nos gusta que nos tutelen, pero la medida tiene su razón de ser.

juanjo  
saiz  
subdirector  
de OSACA



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

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

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

tino barriuso

## LA CASA DE LA LEY

**G**uardo un pensamiento menor -en el contexto de aquella tragedia- desde el asesinato del primer ministro sueco Olof Palme. Me parecía que para todos era un lujo maravilloso que el primer ministro pudiera ir al cine paseando, como uno más: y algo muy sutil perdieron para siempre los habitantes de Estocolmo aquella noche. Siempre sucede lo mismo: los contratos son necesarios porque hay personas que no cumplen la palabra dada, y eso significa que la palabra empeñada por quienes sí la cumplen no vale nada, es papel mojado.

Hablemos de la palabra. Hay varias religiones del Libro, así, con mayúsculas. El libro alberga la palabra revelada (a otros, a los que tienen línea directa con la verdad). Uno de ellos contiene una afirmación de abrumadora belleza, el arranque del evangelio de Juan: *En el principio existía la Palabra, y estaba ante Dios y era Dios*. Así, como intuyó mágicamente Antonio Machado, el silencio es la música de Dios. Obviamente la canción del ser humano contiene sonidos; si son articulados deben venir del puñado de palabras verdaderas que como un eco de la nota *de la lira inmensa* llegan al oído. Es otra vez Machado el que habla, porque el dueño (y guardián y esclavo) de la canción es el poeta: algo que sabía bien León Felipe cuando amenazaba a Franco con dejarle mudo.

La palabra es la sustancia de la ley, y la ley

debe ser perfecta, como ella: o aspirar a serlo, a nacer de la nota de la lira celeste. Desde lo alto de Buda se contempla un espectáculo muy interesante: la torre barroca de San Esteban, el primer rey magiar, indica dónde está el asiento de la ley: la alianza entre el trono y el altar garantiza la procedencia divina de la ley. La historia, que es muy tozuda, nos enseña cuántos alfeñiques y cuántos canallas han cobijado coronas y tiaras. Eso no apagó la sed de perfección: se acabó con el absolutismo pero se siguió persiguiendo un altar para la ley, el de la diosa Razón. Así, muy cerca de San Esteban, se alza un imponente parlamento neogótico, una

nueva basílica: como en Londres (aunque en Budapest se perseguía, además, tocar las narices vienesas intensamente) La fe que movía aquellas ingentes obras del XIX se explica muy bien en el *Trágala*, una canción nítidamente española (lleve dentro una perpetua guerra civil): *Tú que no quieres/ lo que queremos/ la ley perfecta.../ ¡trágala, perro!*

Hoy sabemos demasiado bien cuántos alfeñiques y cuántos canallas se esconden tras un acta de diputado.

Inútilmente, porque nos han hecho sus prisioneros, soñamos con volver al origen de la democracia, al barón de Montesquieu, que desconfiaba tanto de las personas que diseñó un juego de poderes equivalentes para que todos se supieran vigilados. Reyes, obispos, diputados, ministros... seres humanos: a decir de Mark Twain, no se podía decir nada peor.

Quizá los parlamentos de este siglo, que sufre la infinita degradación de la palabra que

en ellos se practica, deberían ser salas de reuniones vigiladas doblemente: y si es preciso con toma de rehenes. Sus señorías no podrían salir de ellos hasta que llegaran a acuerdos que pasaran el filtro de un ordenador razonable. Una máquina que diera el perfil de lo que se puede hacer: el marco (y la frontera) de una ley de educación o de un presupuesto. Una nueva Bastilla, vamos, aunque más cómoda. ¡Ah: y sin fumar!



HOY SABEMOS DEMASIADO BIEN CUÁNTOS ALFEÑIQUES Y CUÁNTOS CANALLAS SE ESCONDEN TRAS UN ACTA DE DIPUTADO. INÚTILMENTE, PORQUE NOS HAN HECHO SUS PRISIONEROS, SOÑAMOS CON VOLVER AL ORIGEN DE LA DEMOCRACIA, AL BARÓN DE MONTESQUIEU»

tino barriuso  
Es profesor, columnista  
y escritor

**más**  
digestiva  
0,0% lactosa



# Vuelve a disfrutar de la leche.

El 40% de los españoles tiene intolerancia a la lactosa, aunque muchos no lo saben.\*\*

¿La solución?

**Leche Pascual Sin Lactosa.**

Con todos los beneficios y el sabor de la leche, pero sin lactosa. Buena para todos, porque es más digestiva.

Y sienta mejor.



*Fabricando* **Calidad de Vida**  
desde 1969

No apta para alérgicos a la proteína de leche de vaca

\* Estudio realizado por Kantar en Septiembre de 2010 sobre una preferencia de productos nuevos de gran consumo a 10.019 individuos representativos de la población española integrados en el panel GfK de Lightpoint. [www.grupoleche.com/informacion](http://www.grupoleche.com/informacion)

\*\* Manual de nutrición y metabolismo. Bolívar Gutiérrez D. de Luis Romero G. Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición, Editorial Elsevier de España, Madrid, 2008.

alfredo urdaci

# LOS LIBROS PERDIDOS

Intuyo que entre los prodigios que nos esperan en el futuro está el hallazgo de vida e inteligencia en otros mundos, y la irrupción de la robótica en nuestra realidad cotidiana. Habrá un día en que después de hallar miles de planetas en sistemas estelares nos encontraremos con seres complejos, formados por células organizadas para la supervivencia. Y llegará el momento en el que nuestro ordenador doméstico será un amasijo de chips, pantallas y sensores, capaz de captar nuestro estado emocional y de mantener una conversación, una charla al final del día, terapéutica como un vaso de güisqui.

No estaremos solos en el universo, aunque cada vez estemos más solos en nuestra casa. De todas esas promesas, la única que me inquieta es la que vaticina la desaparición del libro. Guardo en un armario el primer artillugio electrónico que fabricaron ingenieros americanos con la promesa de jubilar el invento de Gutenberg. Contiene en sus tripas cientos de libros. Basta con accionar dos teclas para abrir los mundos de Kipling o el juego de los espejos de *Alicia en el país de las maravillas*. Guarda *El Quijote* y *Lolita*, *Los mares del sur* de Stevenson, las pesadillas de Conrad y todo un diccionario de español/in-

glés, y la Enciclopedia Británica y *Madame Bovary*. Su página es como el espejo de un lago mágico: tocas la superficie y el relato se compone sin ruido, terso y claro, seductor. En sus viejos anaqueles, mis libros de papel se pierden en el caos frente al nuevo orden. Muchas de esas obras que llenan metros de estantería están destinadas a convertirse en impulsos electrónicos, traducidas al lenguaje binario de los ordenadores. Otras sin embargo exhiben su perfil imprescindible.

Intuyo que morirá el libro de bolsillo, y las ediciones baratas, los libros de texto y los diccionarios, los catálogos y las enumeraciones, el Espasa que ocupaba paredes enteras y el diccionario etimológico de Corominas en su edición íntegra. Pero no hay circuitos para contener en una pantalla la edición en tres tomos de *La Divina Comedia* de Galaxia Gutenberg con las ilustraciones de Miquel Barceló, ni la Biblia ilustrada por Eduardo Arroyo, ni las obras de arte de Irma Boom, diseñadora de libros casi imposibles, objetos de una belleza equilibrada en los que el continente está al servicio del contenido. Sobrevivirán los libros de Marilena Ferrari, la presidenta de Franco Maria Ricci, que aspira a crear el libro único, el ejemplar absoluto, y que moviliza para cada edición a los mejores artesanos de Italia, y muchas de las obras de la castellana Everest, que ha encontrado en la excelencia estética una vía para sortear la crisis.

No me encuentro entre los apocalípticos deprimidos por el fin de nuestro mundo. Siento más bien que la revolución tecnológica despeja el camino de las grandes obras y empuja a los

amantes del libro a un mercado de obras exquisitas, a una elite abierta a todo aquel que sepa apreciar el arte y sus declinaciones. Es probable incluso que el juego del tiempo nos lleve al encuentro de otras civilizaciones del número y la letra, otros seres, también 'bibliotecarios imperfectos' que diría Borges, y al hallazgo en su mundo de esos libros extraviados de Lowry, de Byron, Cendrars o Melville que forman según Alexander Pechmann 'La biblioteca de los libros perdidos'.



EN SUS VIEJOS ANAQUELES, MIS LIBROS DE PAPEL SE PIERDEN EN EL CAOS FRENTE AL NUEVO ORDEN. MUCHAS DE ESAS OBRAS QUE LLENAN METROS DE ESTANTERÍA ESTÁN DESTINADAS A CONVERTIRSE EN IMPULSOS ELECTRÓNICOS, TRADUCIDAS AL LENGUAJE BINARIO DE LOS ORDENADORES

alfredo urdaci  
periodista

# DIABLOS DE LUZÓN

LLEGAR A LUZÓN, ATRAVESANDO LOS ESCARCHADOS MONTES Y LLANURAS DE GUADALAJARA BAJO LA ÁSPERA LUZ DE UNA MAÑANA DE INVIERNO, ES TRASPASAR ESE UMBRAL HACIA UN SENTIMIENTO DE LA TEMPORALIDAD Y DE LA VIDA QUE COMPARTIMOS TODOS LOS SERES HUMANOS: ES EL TIEMPO DE LOS RITOS Y LOS

MITOS, DE LA RELIGIÓN Y DE LA POESÍA, DEL AMOR Y DE LA LUZ PERO TAMBIÉN DE LAS PASIONES DEL MIEDO. UN LUGAR PARECIDO A LA INFANCIA DONDE LOS HITOS ESENCIALES DE UNA VIDA SUCEDEN UNA VEZ Y PARA SIEMPRE. NO ES EXTRAÑO, POR TANTO, QUE

ANTROPÓLOGOS Y ARTISTAS SE HAYAN SENTIDO IRREMEDIABLEMENTE ATRAÍDOS POR LUGARES COMO ESTE SENCILLO PUEBLO QUE PRESERVA COMO UN TESORO INCALCULABLE SU FIESTA DE CARNAVAL, JUSTAMENTE DECLARADA DE INTERÉS TURÍSTICO PROVINCIAL Y QUE, DADOS SU AUTENTICIDAD E INTERÉS ETNOGRÁFICO, BIEN MERECE LA DE FIESTA DE INTERÉS NACIONAL.

**C**ontemplando las retorcidas calles de piedra que descienden hacia la plaza desde donde se yergue la iglesia parroquial de San Pedro Apóstol, hemos comprendido definitivamente que nuestro viaje no era en el espacio sino que consistía en atravesar el tiempo, el tiempo de la naturaleza y la propia naturaleza del tiempo. Que hemos vuelto a un mundo primordial que tenazmente se resiste a desaparecer ante la implacable ansiedad sin límite de la civilización globalizada. Un mundo donde los elementos y las estaciones marcan el compás

de las vidas, las labores y la razón de ser de las celebraciones. Nada es gratuito, casual o sobrevenido y esa sabiduría ya casi olvidada de vivir sabiéndose parte de la naturaleza, del cuerpo del mundo, se plasma en la arquitectura de las casas, en el olor del humo que asciende hacia el altozano o en el sabor del vino que la asociación cultural del pueblo ofrece en la plaza. El carnaval es tal vez la fiesta más genuinamente popular y plena que nos brinda el ca-

rubén  
contreras  
texto  
ralf pascual  
fotos



lendario. En sus orígenes era a la vez una exaltación de las fuerzas naturales, una subversión del orden social y una ruptura con el austero estoicismo de la vida agrícola. Celebrarlo en un lugar como Luzón no tiene nada que ver con asistir a la representación esclerotizada de un folclorismo vacío y anquilosado en el tiempo sino, muy al contrario, es compartir la impagable vivencia de un rito liberador, la experiencia de un tiempo mítico y ancestral donde se reflejan las visiones poéticas y religiosas del horror y la alegría que conocieron todas las comunidades arcaicas y que los vecinos de este pueblo decidieron recuperar tras la larga prohibición impuesta por el régimen franquista.

Hay que tener en cuenta que una de las teorías sobre el origen de esta tradición se re-



monta a diversos rituales de la era precristiana cuyo centro común eran la transmutación y la transgresión de la realidad cotidiana, de ahí la importancia de la máscara como ruptura y disolución de la identidad personal y colectiva: enmascararse para ser otro por un día (¿Acaso alguien no ha sentido nunca ese deseo?) y actuar de otra manera ante y entre los demás. La máscara es también un elemento igualador que rompe con las instituciones sociales y los rígidos roles desempeñados a diario en la familia, el trabajo y el conjunto de la vida social en las pequeñas sociedades agrícolas, donde uno es él mismo desde que nace hasta que muere y la comunidad orienta y reprime toda pulsión tenida por desviada o subversiva. De Babilonia, el Mediterráneo Oriental y Grecia llegó a Roma en la



forma de un barco con ruedas, el *carrus navalis* que se paseaba, entre danzas desenfadadas, en honor a la diosa Isis. De ahí y a través del Imperio romano se habría incorporado a los ciclos festivos de celtas y germanos.

**UNA HISTORIA MILENARIA** A Luzón el carnaval habría llegado durante la Edad Media, época agitada de batallas y pestes en la que se sucedieron en la zona repoblaciones de colonos de origen navarro que se asentaban en el bosque, hoy patéticamente calcinado por el trágico incendio que lo asoló hace unos veranos. Estos colonos, que habrían traído consigo la tradición que asocia el carnaval a las divinidades cornudas de los pueblos prerromanos del norte peninsular, iniciaron la cos-



tantos pueblos castellanos, la de Luzón está flanqueada por la iglesia parroquial, el Ayuntamiento y la pared del frontón. Los miembros de la asociación cultural han preparado unas mesas llenas de bebidas y algunas viandas con las que obsequian a los visitantes. Entre las mascaritas empiezan a aparecer otros disfraces mientras los gaiteros Mirasierra animan la mañana con jotás y otros toques típicos de estos lugares. Entre las mascaritas hay payasos rítmicos, brujas y monjas joterías, un piolín algo torpón, Charlot, monjes siniestros, los Drugos de La naranja mecánica, brillantes esqueletos, viudas alegres...

Poco después del mediodía se interrumpe el baile, momento adecuado para acercarse al conjunto de los Escolapios, compuesto por



tumbre de acercarse al municipio al atardecer para asustar festivamente a los vecinos con su diabólico aspecto y pringar, a quienes no llevasen disfraz ni máscara, con la mezcla de aceite y hollín que cubre sus caras y sus brazos, únicas partes del cuerpo que los diablos llevan descubiertas.

Los disfraces más típicos son las llamadas genéricamente mascaritas, muy extendidas por toda la provincia y presentes en todos los ciclos festivos del año. En Luzón llevan ropas femeninas, sin faltar la enagua ni el pañuelo en pico que cubre la cabeza, y tapan su rostro con una tela blanca rasgada por apenas tres agujeros para los ojos y la boca.

A medida que se acerca el mediodía la plaza se va llenando de gente. Como la de



una capilla de estilo neogótico y un aulario, ahora reconvertido en museo, que ejerce de centro cultural. El museo conserva la memoria histórica y antropológica del pueblo desde el neolítico hasta nuestros días, y propone al visitante un recorrido donde los dibujos prehistóricos, las lámparas romanas, los aperos de hierro y madera de la vieja labranza o las coloridas máscaras de las distintas celebraciones hacen muy fácil al visitante caer en la cuenta de que la historia, antes de serlo, fue vida, vida cotidiana de hombres y mujeres que en esencia no eran muy distintos de nosotros. Se ganaban el pan, calentaban su casa, cantaban y bailaban y volvían al arado o el pastoreo.

No menos viva es la impresión que se siente al traspasar el umbral de la escuela.



Restaurada con esmero y con la colaboración de los vecinos, conserva intacto el aspecto que debió de tener hacia 1940. La solemne mesa del maestro con su calendario, su juego de escritura y la bola del mundo, los pupitres alineados sobre los que descansan enciclopedias escolares, pinturas y hasta cuadernos con ejercicios fechados antes del medio siglo, mapas, reglas... incluso el cuarto de aseo con sus ajadas letrinas de madera. Ninguna recreación cinematográfica ha transmitido nunca con igual intensidad el ambiente de aquella escuela rural.

A la salida del museo, hablamos con Montse, de la asociación cultural. Nada de esto existía hace un par de décadas. El pueblo estaba condenado a desaparecer como tantos otros tras el masivo éxodo rural de los años 60 y 70 del siglo XX. De hecho, solo el empeño y la dedicación de los socios ha logrado rescatarlo de

PÁGINAS ANTERIORES

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
|   | 1 |   |  |   |
| 2 |   | 4 |  | 6 |
|   |   | 3 |  | 5 |

1 Un joven prepara su cara para la fiesta.

2 Las mascaritas son los disfraces más típicos.

3 Antiguamente la cara se pintaba con una mezcla de aceite y hollín.

4 Uno de los diablos, muy metido en su papel.

5 La gente del pueblo y alrededores vive su fiesta en plenitud.

6 El carnaval de Luzón estuvo prohibido por el régimen franquista.

EN ESTAS PÁGINAS

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|   | 1 |   | 3 |   |
|   |   | 4 |   | 5 |
| 2 |   |   |   |   |

1 Los diablos persiguen a todo aquel que no se haya disfrazado.

2 La tradición obliga a tiznarse la cara de negro.

3 Los más pequeños también disfrutaban de un día tan señalado.

4 Todo Luzón participa en esta fiesta que data de la Edad Media.

5 La alegría y el buen ambiente envuelven esta celebración, que estuvo a punto de perderse el pasado siglo.





un olvido que parecía inexorable. Los gaiteros nos aclaran que su repertorio es castellano, porque esta parte de la Comunidad autónoma es Castilla a secas, que La Mancha está más abajo y tiene otra idiosincrasia.

La expectación crece a medida que se acerca el atardecer. Mientras Luzón se va llenando de disfraces que bailan al compás de los gaiteros, a las afueras, en una nave agrícola, los diablos empiezan a prepararse para su visita. Poco a poco se visten las faldas, sayas y chaquetillas negras. Se ajustan el ancho cinto de cuero del que penden unos grandes cencerros. Se colocan después las cornamentas de toro sobre la cabeza y las sujetan pasando unas correas por debajo de los brazos. Es entonces cuando empiezan a cubrirse la cara y los brazos de pintura negra. Se dice que algunos aún emplean la vieja mezcla de hollín disuelto en aceite pero la mayoría usan cremas más modernas. Su aspecto se va tornando definitivamente diabólico y terrible. Todo es negro salvo el blanco de los ojos. El colofón del atuendo es una rodaja de patata con forma de feroz dentadura que sujetan entre los dientes.

Y entonces llega el atardecer. Cuando el sol empieza a esconderse tras los valles, los diablos se agrupan y se preparan para las carreras. Saltan, gritan, hacen sonar sus cencerros, comprueban la consistencia de los atuendos y salen corriendo en dirección al pueblo. A la altura de los lavaderos esperan los músicos, los enmascarados y el resto de los vecinos. ¡Ay de aquél que no se haya cubierto con una máscara! Los diablos de Luzón le hostigarán y le perseguirán hasta tiznarle la cara con sus negras manos. Las máscaras son más danzarinas y juegan con los diablos entre las paredes de piedra. Los que no van disfrazados huyen de la negra amenaza. La música no para y la comitiva se acelera. A medida que se acerca la noche los diablos van ganando el terrible aspecto de una sombra dentro de una sombra. La jota suena más acelerada. Es el momento de mayor intensidad. Ya nadie es ajeno al rito y todos, diablos, máscaras, vecinos, visitantes y músicos somos uno solo. El rito ha surtido su efecto y acecha una forma de felicidad colectiva: la alegría compartida, sencilla y hermosa de recorrer las calles en ese jolgorio.



# GASTROBOTÁNICA

CULTURA VEGETAL RECUPERADA PARA LA COCINA

CON LA INTENCIÓN DE RESCATAR LA RIQUEZA FLORÍSTICA PERDIDA DE LA PENÍNSULA IBÉRICA PARA SU USO EN LA ALTA COCINA, EL BOTÁNICO SANTIAGO ORTS Y EL CHEF RODRIGO DE LA CALLE HAN UNIDO ESFUERZOS EN UN PROYECTO QUE EN UNA DÉCADA LES HA PERMITIDO PRODUCIR Y COMERCIALIZAR DESDE ELCHE UNA DECENA DE ESPECIES DE CÍTRICOS DESCONOCIDOS, VARIAS VERDURAS DEL DESIERTO Y SU PRODUCTO ESTRELLA, EL DÁTIL FRESCO. ESTA INICIATIVA RECUPERA SABORES DE PLANTAS INTRODUCIDAS POR ÁRABES Y JUDÍOS, Y QUE QUEDARON EN EL OLVIDO CUANDO ESTOS PUEBLOS SE VIERON OBLIGADOS A ABANDONAR EL TERRITORIO

daniel  
huerta  
texto  
á.ayala  
foto

ESPAÑOL. UNA MANERA DE REAPROVECHAR LOS RECURSOS DE LA TIERRA, PERO SIEMPRE RESPETANDO SUS TIEMPOS.

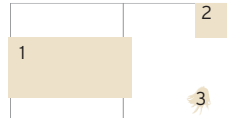




Desde que Ferrán Adriá -genio de la gastronomía, pero también del marketing- habló por primera vez de deconstrucción, la invención de conceptos se ha convertido en una de las claves de la diferenciación en la cada vez más abundante oferta culinaria de vanguardia. Palabras como fusión, cocina molecular, kilómetro 0, *slow food*, gastrobar o tecnochef sirven para etiquetar el trabajo de profesionales de los fogones que buscan salirse de la convención marcando un estilo propio. Esa ha sido también la intención de Santiago Orts y Rodrigo de la Calle, que han creado la gastrobotánica para reflejar la simbiosis perfecta entre el trabajo de un botánico y el de un cocinero. Estos dos jóvenes emprendedores han ido un paso más allá al pensar ellos mismos una definición para la palabra ahorrando esfuerzo a los *siempre ocupados* miembros de la RAE: «Se trata de la investigación de nuevas especies vegetales, el rescate de otras olvidadas y el estudio de los componentes de todas ellas (raíces, tallos, hojas, flores, frutos y semillas) para su aplicación en la cocina». Un reto al que ambos llevan dedicando más de una década y del que ahora empiezan a recoger sus frutos.

Los resultados del proyecto son bastante más espectaculares que la teoría. A partir de los Viveros Huerto de Elche, empresa familiar que Orts regenta en la localidad alicantina, se han logrado recuperar distintos tipos de verduras del desierto introducidas en la Península durante la ocupación árabe y olvidadas tras la reconquista; cultivar 10 variedades diferentes de cítricos desconocidos; y producir con fines comerciales la auténtica estrella de la gastrobotánica: el dátil fresco. Todos estos productos, que aportan exotismo y una personalidad muy definida a los platos en los que intervienen, han logrado la excelencia culinaria en los fogones del restaurante que tiene De la Calle en la localidad madrileña de Aranjuez. El éxito ha sido tal, que este chef ha alcanzado la distinción como mejor cocinero del año en la edición de Madrid Fusión celebrada el pasado enero, un galardón que ratifica el de cocinero revelación que logró en 2009 en el mismo certamen gastronómico, considerado el más prestigioso de todos los que se celebran en España.

La pasión de Orts por las palmeras y el deseo de que este legado de los árabes de hace más de 1.200 años no desapareciera está en el origen del proyecto. El biólogo pensó en dar



1 Santiago Orts (i) y Rodrigo de la Calle acudieron al Museo de la Evolución Humana de Burgos para dar una conferencia sobre gastrobotánica, dentro del ciclo *Encuentros con la Dieta*, que complementa la exposición temporal del centro *La dieta que nos hizo Humanos*, que permanecerá abierta hasta el 1 de mayo.

2 Algas de tierra, una de las verduras del desierto que se explotan en el Vivero el Huerto de Elche.

3 La Mano de Buda es un cítrico sin zumo que se suele utilizar rallado en repostería por su gran aroma.

## LA SITUACIÓN GEOGRÁFICA Y EL CLIMA DE LA PENÍNSULA FAVORECEN LA FORMACIÓN DE ESPECIES VEGETALES, MUCHAS DE ELLAS COMESTIBLES

un fin comercial a esta planta explotando su fruto en estado fresco. En 2001, conoció a De la Calle, que era ayudante de cocina en un restaurante de su familia, y le comentó la iniciativa. El aroma y las posibilidades gastronómicas del producto sedujeron inmediatamente al joven cocinero, que completó su formación en el País Vasco al lado de chefs tan reconocidos como Andoni Adúriz o Martín Berasategui, siempre con un dátil en el bolsillo. Como la explotación del fruto no era lo suficientemente rentable, en 2005 decidieron llevar los cítricos ornamentales que Orts cultivaba en su vivero hasta la cocina. La gran aceptación que obtuvieron entre los cocineros animó a los dos amigos a abrir una tercera vía: la recuperación de verduras silvestres olvidadas, consideradas malas hierbas durante siglos, pero que son comestibles y con alto valor gastronómico. Con toda esta amalgama de productos, los socios han logrado diseñar un *reloj de las estaciones*, lo que implica que durante los 12 meses del año pueden abastecer a sus clientes con vegetales de temporada, respetando así los ciclos naturales del cultivo de cada ejemplar.

**AMOR POR EL DÁTIL** «Yo lo comparo por su aroma y versatilidad con el jamón ibérico, el champagne, la trufa o la vainilla». Así habla Rodrigo de la Calle del dátil fresco, su producto zen -como él le llama-, «que no deja de darte alegrías cuando lo cocinas». El hecho de que su cultivo tradicional se produzca en climas desérticos de África y Oriente Próximo ha condicionado que su comercialización en Europa siempre se haya realizado en seco.



El trabajo de Orts en Elche, ciudad cuyo Palmeral fue declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, ha implicado un arduo trabajo de selección, ya que solo un 4 por ciento de las palmeras hembra dan un dátíl comestible y siempre con unas características organolépticas diferentes, por lo que cada variedad es única e irrepetible. «Cada palmera te da un fruto con un sabor y unos matices distintos», comenta el cocinero madrileño sobre un producto que durante su formación y desarrollo en la planta pasa por cuatro etapas distintas, reconocibles por el tono: kimri, khalal, rutab y tamar. Es en la edad rutab en la que el producto presenta una mayor gama de sabores, textura y aromas, y se deja manipular mejor por las sabias manos de un cocinero siempre agradecido, porque, como asegura De La Calle, «cada temporada salen platos nuevos. La creatividad es algo que aparece solo cuando tienes un producto tan extraordinario como es el dátíl».

Pero, la recuperación de cítricos desconocidos es, seguramente, la iniciativa de la gastrobotánica que más aceptación está teniendo en la alta cocina española. Variedades como el calamocín, el limequat, la mano de Buda, el caviar cítrico, el dragonfly, el limón pera o la cidra sorprenden a un consumidor habituado a las tradicionales naranjas, limones, pomelos y limas, que como recuerda Orts, son frutos que no se pueden encontrar de forma silvestre en la naturaleza, ya que son consecuencia de la domesticación humana a través de cruces de especies para conseguir ejemplares grandes, con mucho zumo y poca corteza y albelo -la parte blanca que recubre la pulpa-. De hecho, se considera que los cítricos originales, procedentes del Sudeste Asiático, son tres: la mandarina, la toronja -una especie de pomelo gigante- y la cidra -que recuerda al limón y posee una corteza con mucho aroma, no tiene zumo, pero sí un albelo muy desarrollado, jugoso y dulce, con grandes posibilidades gastronómicas-.

Las elaboraciones de De la Calle son un claro ejemplo de la aplicación de estas nuevas variedades en la alta cocina. «Uno de los platos que más alegrías me ha dado desde que abrí el restaurante y que es el buque insignia del menú gastrobotánico es la ostra con caviar cítrico. Estamos hablando de un limón que cuando lo abres no tiene zumo, pero posee unas microvejigas similares a las del caviar que, cuando las muerdes, te explotan dentro de la boca. No solo para el paladar es rico, sino para todos los sentidos», afirma el cocinero.

Las distintas fases de la evolución de la maduración del dátíl.



La tercera gama de vegetales de la gastrobotánica añade a su poder culinario, una vertiente cultural. La verduras y frutas del desierto como la alga de tierra, la lechuga glacial, las anémonas de tierra, la algazul o las ciruelas de Natal son variedades silvestres que han permanecido en las zonas de clima subdesértico del levante español desde la época de la invasión musulmana, tal y como recuerda Orts, quien revela que «son plantas que nacieron de las semillas que trajeron los árabes en sus alforjas y que usaban para comer y como jabón para lavar». Las cenizas de estas especies ricas

en sílice, muchas de las cuales proceden del África subsahariana y fueron llevadas al Magreb por comerciantes bereberes, eran utilizadas por los moros para la elaboración de jabones y vidrio.

Cuando se fueron los árabes en 1492, estas plantas se quedaron en la Península y los cristianos dejaron de consumirlas, por lo que se asilvestraron. Ahora, recuperadas y domesticadas en el Huerto de Elche, estás verduras

son capaces de aportar a los platos una textura diferente y un toque ligeramente yodado. «La lechuga glacial, por ejemplo, es una verdura muy carnosa, y cuando la muerdes, posee un sabor a clorofila pura con ciertos rasgos de salinidad. Estamos hablando de vegetales a los que no hace falta añadirles ningún tipo de sal para potenciarles el sabor», desvela De la Calle, que remacha: «Imagínate lo que puedes hacer con una verdura a la que no hace falta añadirle sal. Más sana todavía».

**UN CLIMA FÉRTIL** Para el desarrollo de la gastrobotánica sus dos jóvenes impulsores han encontrado una poderosa aliada, la Península Ibérica. «Su ubicación geográfica es clave porque se trata de un trozo de terreno privilegiado que se encuentra entre dos continentes, un océano y un mar y, encima, está aislado por los Pirineos en el norte y por el Estrecho de Gibraltar en el sur. Esto ha facilitado la creación de especies. El territorio nacional es posiblemente uno de los lugares más ricos en flora de todo el mundo, aunque no lo parezca, porque nuestra vegetación se ha adaptado a un clima muy versátil y en muchos casos extremo», sostiene Orts, antes de recordar que la región de Murcia tiene una riqueza florística solo casi el 30 por ciento menor que toda la selva amazónica. «Desde el punto de vista gastronómico, poder aprovechar todas esas plantas es un auténtico lujo», agrega.

Botánico y chef son conscientes de que su iniciativa forma parte de un negocio y que, por lo tanto, necesita de beneficios para subsistir. «Una de las grandes misiones de este proyecto es conseguir productos para rescatarlos del anonimato o de la extinción. Pero no somos dos locos que cogen una hierba y la ponen en un plato porque sí. Hemos testado cada producto para comprobar que tiene una viabilidad para poder cultivarlo y posteriormente llevarlo al mercado. Evidentemente, debe tener el valor añadido de que está bueno», reconoce De la Calle, en cuyo restaurante más de un 80 por ciento de los platos incorpora algún producto del vivero ilícitano de Orts. Ambos siguen trabajando en el descubrimiento de nuevas plantas con aplicación en la cocina de vanguardia.

La gastronomía española hace honor a esa expresión tan manida del crisol de culturas. Desde los tomates, las patatas o los pimientos venidos de América, al trigo, la vid o el aceite provenientes de Oriente Próximo, hasta el arroz del Lejano Oriente forman parte indisoluble de la cocina tradicional patria. La gastrobotánica recupera productos consumidos por pueblos que habitaron la Península, pero fueron obligados a abandonarla. Son las cidras usadas en las ceremonias judías o las verduras de los árabes, que resucitan en estos tiempos el fresco sabor del desierto.

«LA CREATIVIDAD SOLO SALE  
CON UN PRODUCTO TAN  
EXTRAORDINARIO COMO EL  
DÁTIL FRESCO», AFIRMA  
RODRIGO DE LA CALLE

## PRESTIGIO

El restaurante De la Calle de Aranjuez lleva un par de años siendo un firme candidato a lograr la primera estrella Michelin. «Una de las cosas que le digo yo a la gente de mi equipo es que la presión es un lujo al alcance de muy pocos. Prefiero estar en el punto de mira de la Guía Roja que no estarlo, es más un placer que una carga», reconoce su jefe de cocina, Rodrigo de la Calle, que utiliza en casi todas sus creaciones los productos creados en el vivero el Huerto de Elche. En la página [www.gastrobotanica.com](http://www.gastrobotanica.com) se puede acceder y conocer mejor todas esas nuevas especies.

El *Jarrete de ternera lechal asado y lacado en su jugo con ensalada de hojas frescas* que aparece bajo estas líneas y que forma parte de la carta del restaurante madrileño es un ejemplo del uso de algunas de las verduras del desierto en fresco como acompañante de un plato de carne. Además, el premiado cocinero ha publicado el libro *Gastrobotánica. 100 platos al natural para cada estación del año* en el que muestra gran parte de sus creaciones.



## VANGUARDIA

El proyecto de la gastrobotánica está íntimamente ligado a la alta cocina, que es la que demanda sus productos, ideales para la investigación. A la derecha, el plato de De la Calle 'Liquen: espuma caliente de algas y hongos frescos'.

## DULCE CÍTRICO

La acidez del limón nunca ha sido un impedimento para que este cítrico haya formado parte de innumerables postres. Aunque De la Calle emplea los nuevos cítricos en muchos de sus platos salados, a la derecha se muestra su postre 'Diversidad Cítrica'.





>ENTREVISTA

**ROSARIO FLORES** artista

# «A MI LA FUERZA ME VIENE DE LA MADRE QUE ME PARIÓ»

El apellido de una de las mayores sagas de artistas de este país marca, y ella lo sabe, pero ha cogido lo mejor de cada uno de los miembros de su estirpe para convertirse en «un ramillete» de Flores. **ROSARIO**, la pequeña del 'Lerele', empezó tarde en el mundo del 'artisteo', pero, de la mano de su hermano Antonio, lo hizo con paso firme. Desde entonces, han pasado algo más de 20 años y demuestra con cada trabajo que la sangre que le corre por las venas es la misma que la que tenía 'La faraona'. Ahora, echa la vista hacia su infancia con 'Raskatriski', un ritmo que le recuerda a 'El pescaílla' y con el que aprendió a mover las caderas casi antes que a caminar, y mira al futuro a través de sus hijos, Lola y Pedro Antonio, a los que desea «que tengan mucho arte, porque es lo más bonito». Arrolladora, impulsiva y emocional, tiene energía para largo.

**El título de su nuevo disco está muy vinculado a la etapa de su infancia, ¿qué es el raskatriski y qué recuerdos le trae este término?**

El *raskatriski* es ese ritmo tan especial que cantaba mi padre (Antonio González, *El Pescaílla*). Me recuerda a él, y a mi cuando estaba empezando a andar moviendo las caderas como lo hago ahora. Mientras estaba preparando precisamente este trabajo y buscando canciones... en una fiesta empecé a cantar *rakatriski*, y me preguntaban ¿pero eso qué es? Al contarles que era algo de toda mi vida decidimos hacer una canción de ello y me gustó para titular todo el trabajo.

**Este es su décimo disco, ¿tiene un significado especial para usted?**

Todos los discos son importantes en una carrera, pero hay que vivir el momento y este creo que es muy auténtico de Rosario. En él sigo fiel a mi estilo y son canciones que han salido de mi corazón. No es un proyecto comercial, ni pensado para la gente, son los temas que han ido surgiéndome de dentro durante los últimos años.

**¿Qué se siente en el interior para tener el torrente de ideas que lleva a componer tantos temas?**

Si lo supiera, tendría la gallina de los huevos de oro. No sé... las canciones vienen por arte de magia, aunque sí que es verdad que cuando estás triste y te han *arañado* el corazón tienes más cosas que decir, tienes los sentimientos más a flor de piel que cuando estás distraído o contento. Para mí las canciones son vivencias y sentimientos que se te quedan dentro y luego poco a poco van emergiendo con esa forma. Es un proceso bonito y mágico que consigue sorprenderme porque hay veces que pienso, ¿cómo me ha podido salir a mí esto?

**En este nuevo disco hay ritmos para todos los gustos, pero, ante todo, suena alegre y optimista.**

Yo soy una mujer muy enérgica y creo que la gente debe ir a verme en directo porque soy carne de escenario. De hecho, hago mis discos para subirme a las tablas y derrochar la fuerza. Creo que es en ese ambiente en el que desprendo vitalidad a través de la música. También soy muy sensible y eso se nota.

**Podría decir, de toda su trayectoria, cuál es la canción que más le ha marcado.**

¡Uy, Dios mío! ¡Qué difícil! Pues *Sabor, sabor* y *Mi gato* fueron especiales porque me abrieron las puertas de este mundo. *Qué bonito* es

para mí un tema muy importante porque fue la primera que compuse y la que me dio fuerza para saber que podía seguir adelante después de la muerte de mi hermano Antonio; *Cómo quieres que te quiera* fue la que me llevó a América... Ahora, con la versión de *Algo contigo* he tenido regalos preciosos también. La verdad es que no me puedo quejar. Le doy gracias a la vida por estos 20 años de carrera y espero que me pueda brindar 40 más. Tengo muchas cosas que decir en la música y creo que me queda mucho por andar.

**Después de tantos años de profesión, ¿no se cansa de coger las maletas?**

Sí, muchísimo. Lo peor de esta profesión son los viajes. Es una maleta todo el día a cuestas, aviones, coches... y reza para que no te pase nada, que cuanto más pasan los años más miedo tengo. Pero luego hay otras cosas muy bonitas. A mí me encanta ser artista, no lo cambiaría por nada. Que la vida es complicada, sí; pero como para todo el mundo, con lo que no me voy a quejar.

**La crisis en el mundo de la música está obligando a los grupos y solistas a alargar sus giras y optar por los espectáculos en directo. ¿Beneficia esto al contacto entre público y artista?**

maría  
albilla  
muñoz  
texto

universal  
fotos

«NO ME ASUSTA EL PASO DE LOS AÑOS. ME ASUSTA QUE LA VIDA SEA TAN CORTA»

«MIS OCHO O NUEVE HORAS DIARIAS DE SUEÑO ME PONEN COMO UNA MOTO»

«PIENSO SER UNA VIEJECITA 'MU' GRACIOSA Y CON MUCHA FUERZA»

Yo soy artista de directo haya crisis o no, y, de hecho, ya estoy inmersa en otra gira. Lo que pasa es que con la crisis la música se empobrece y, en vez de llevar buenos equipos, pues los llevas malos; en vez de tener los mejores músicos, pues contratas a otros... pero yo soy optimista. Esto es un bache que estamos pasando, pero la música se arreglará, la industria se pondrá de acuerdo en cómo se va a vender el producto y sobreviviremos porque la música es universal y no va a morir nunca.

**¿Qué implica llevar el apellido Flores?**

Pues mucho arte, mucho nervio y mucho orgullo.

**¿Le ha perjudicado en alguna ocasión pertenecer a este clan?**

Hombre, cuando era jovencita me costó más que la gente me tomara en serio. No me podía equivocar porque no me dejaban. Parecía que lo tenía más fácil que el resto porque las puertas estaban abiertas, pero luego me exigían mucho más. Yo tuve paciencia y esperé mi mo-

mento porque no empecé hasta los 26 años. Entonces hice, con las letras de mi hermano, *De ley*, y desde entonces la gente me acogió como Rosario y me he defendido bien.

**¿Hay algún miembro de su familia que le haya influido de manera especial?**

Ha sido mi familia entera. Mi hermano Antonio fue el que me enseñó toda la música tanto de mi generación como de la suya. Me metió en el funky, el soul, el blues... Mi padre me dio mi ritmo, mi raíz, que es la rumba catalana; mi madre la energía y mi hermana Lolita ahora me da la poesía. Ella escribe muy bien y me ayuda con las letras. Soy un ramillete de todos ellos.

**¿Qué tal se llevan las hermanas Flores?**

Lolita siempre me ha ayudado mucho. Nos amamos como hermanas y estamos muy unidas. Somos las últimas que quedamos, así que yo la tengo a ella y ella me tiene a mí.

**¿Qué cree que pensaría su madre de usted si la viera hoy?**

Yo creo que ella estaría orgullosa de mí porque siempre creyó mucho en mi *artisteo* y me decía que me tenía que dedicar a esto, que perdía el tiempo cuando hacía cine. Tuve la suerte de que me llegó a ver con mi primer disco sobre los escenarios. El éxito era compartido con mi hermano y lo vivimos todos muy intensamente. Fue uno de los momentos más bonitos de mi vida. Pienso que también se sentiría bien al ver la vida que ha hecho mi hermana.

**Sus sobrinas se están encaminando profesionalmente hacia el mundo de la escena.**

**Sus hijos, aunque son más pequeños, ¿también apuntan maneras?**

Espero que sí. Yo deseo que mis hijos tengan arte porque es muy bonito. Me encantaría. El pequeño tiene mucho nervio y Lola es una belleza... veremos, veremos. Tiene buen oído, pero es que está en una edad *mu* mala. Acaba de cumplir 14 y aún la tengo en mis *garras*, pero creo que me queda poco tiempo...

**¿Qué música de fondo suena en su casa?**

Un poco de todo. Escucho cualquier cosa que cae en mis manos. Amy Winehouse me encanta. Otis Redding, Stevie Wonder, Aretha Franklin... crecí con ellos y me gustan mucho. Además, ahora, con internet tienes toda la música del mundo a tu alcance.

**Ha sido una persona famosa desde que nació, pero no siempre se ha llevado bien con la prensa.**



### ¿Se ha reconciliado ya con el sector?

La prensa y yo ya nos conocemos. Hemos tenido nuestras experiencias juntos y saben que a mi no me interesa para nada estar ahí. Yo no quiero ser personaje, quiero ser una artista. Siempre he luchado por ello y porque me respetasen. Nunca he dado de qué hablar, así que les gustaría que les diera alguna noticia más, pero yo les respeto, ellos me respetan y sin problemas.

### Estamos acostumbrados a verla cuando los periodistas la sacan a las puertas de su casa, pero ¿cómo es Rosario cuando éstas se cierran?

Pues soy una persona normal como cualquier otra. Me gusta estar con mi familia, con mis hijos, con mis amigos... tomar el sol en la playa, ver una buena película. Cuando estoy en mi casa, estoy en mi paraíso.

### Perfumes, bisutería, ropa... ¿Por qué hay que diversificar actividades?

Colaboré prestando mi imagen a una marca de bisutería, pero cuando quise meter la mano un poco al diseño no me dejaron y se acabó el contrato. El tema de los perfumes fue diferente. Me dijeron que si quería hacerlo y fue un regalo maravilloso. Tuvimos tanto éxito que hemos hecho tres ¡y no sabes cómo vendo los perfumes! Es gloria bendita y si a la gente le gusta, pues yo encantada.

### ¿Es verdad que le encanta buscar ropa en los mercadillos?

Siempre he sido un poco especial para la ropa y he querido tener prendas diferentes. No me gusta ese rollo minimalista que se lleva y que hace a todas las piezas iguales. Por eso, casi siempre que viajo me gusta buscar cosas especiales, ropa vintage...

### Hizo sus pinitos como actriz con Pedro Almodóvar, ¿no se plantea explotar esta faceta?

La película de Pedro fue un regalazo. Una pasada. Estoy esperando que algún director me llame y me dé algún papelito, aunque sea cortito. Conozco el cine y me gusta, es una afición, una segunda opción, pero mi vocación es la música. Es mi vida, mi oxígeno.

### En la vida ¿se deja guiar por la razón o la intuición?

Por la intuición, hija mía, y por el corazón... La cabeza los Flores la utilizamos poco... me sirve para lucir melena, que buen pelo tengo, desde luego.

### Usted es, además, una mujer muy espiritual.

Sí. Creo mucho en la luz, en el amor. Pienso que hay un amor divino que no sabemos ver. En este mundo estamos muy ciegos. Me parece absurdo el panorama que ha creado el hombre, estamos destrozando el planeta. Me preocupa mucho la vida que les voy a dejar a mis hijos y

«MAÑANA  
MISMO  
PARARÍA EL  
MUNDO  
HASTA QUE  
TODO SE  
ARREGLARA»

«CUANDO  
ESTÁS  
TRISTE Y TE  
HAN  
'ARAÑAO' EL  
CORAZÓN  
TIENES MÁS  
COSAS QUE  
DECIR»

«LA MÚSICA  
ES MI  
OXÍGENO»



me duele mucho que los humanos dejemos pasar las oportunidades para evitar que la Tierra nos dé un escarmiento. Yo mañana pararía el mundo hasta que se arreglara y, desde luego, no dejaría que niño alguno se muriera de hambre.

### Siempre se muestra como una mujer llena de energía, que derrocha fuerza. ¿De donde viene esa garra?

Pues yo siempre digo que de la madre que me parió.

### Y para estar en forma y mantener tipazo, ¿cómo se cuida la pequeña de los Flores?

A mi me alimenta el sueño. Yo soy delgadita y no soy de mucho comer, pero siempre he dormido bastante. Mis ocho o nueve horas diarias me ponen como una moto. Además, siempre he sido muy atleta y he hecho mucha gimnasia por placer. Con los años, me intento cuidar más y me encanta nadar, que me deja muy tranquila.

### ¿También cuida la alimentación?

Pues sí, porque tengo la suerte de que me hacen la comida. Tengo en casa a mi segunda madre, que es la señora que me ha criado y que me hace unas comidas caseras con mucho amor y cariño.

### ¿Fuma?

No soy excesivamente fumadora, pero sí, un poco sí... lo tengo que reconocer.

### ¿Le asusta el paso de los años?

No me asusta el paso de los años. Me asusta que la vida sea tan corta. Los años deberían ser dobles porque se pasa todo tan deprisa... La vejez no me intimida porque quiero llegar a esa etapa y pienso ser una viejecita *mu* graciosa y con mucha fuerza.

### ¿Qué trucos utiliza para mitigar la huella del tiempo en el físico?

Uno se tiene que sentir a gusto consigo mismo y ser consecuente con la edad que tiene, aunque es difícil porque con los años se te cae todo y es un coñazo, pero la mente te prepara para ello. Yo me siento muy joven todavía y tengo mucho camino por delante.

### ¿Qué es para usted lo mejor que le ha traído la madurez?

Mis hijos. Ser madre. Ver que ellos viven por mí me llena de alegría. La maternidad es lo más grande que hay en esta vida.

### ¿Le hubiera gustado tener más niños?

¡Muchísimos más! Me hubiera encantado tener una familia numerosa, pero no ha podido ser. Me conformo con lo que tengo.

### ¿Cómo es para usted una jornada de domingo perfecta?

En casa, con los míos... que no haga mucho frío para dar un paseo y sentir la naturaleza.

### Trabajo, éxito, una pareja a la que adora, dos hijos, buena relación con su familia... ¿Qué más le pide a la vida?

Nada. Que, por favor, me deje muchos años como estoy. Soy una ambiciosa sana, solo quiero salud y estar como hasta ahora.



Colin Firth  
**ACTOR PRINCIPAL**



Natalie Portman  
**ACTRIZ PRINCIPAL**



Christian Bale  
**ACTOR SECUNDARIO**

# LOS OSCAR MÁS ABURRIDOS

**EL TEDIO Y LA AUSENCIA ABSOLUTA DE SORPRESAS SE DIERON CITA A LO LARGO DE UNA GALA INTERMINABLE DE TRES HORAS QUE SE CONTAGIÓ DEL VIRUS 'BRITISH'**



javier m. faya  
texto

**S**i me llego a enterar de lo mortalmente aburrida que iba a ser la gala de los Oscar de este año, no hubiera mandado un SOS a eso de la una y media de la madrugada sollozando desde mi estado en Facebook para que alguien me pudiera decir cómo verla por la *face*. Dos *amigos* con los que jamás había hablado antes se apiadaron de mí y me mandaron sendos *links*, pero... ¡no lo echaban en español! «Te tendrás que esforzar, chaval, que la Siñériz es muy tonta y paso», me replicó una de mis salvadoras. Igual exageraba la chica, pero era todo un monólogo interminable con conexiones a un solo y lejano plano de sus compañeros de radio, lo cual provocaba mareos entre la trasnochadora audiencia, que ya bastante hacía con mantenerse con los ojos abiertos y el volumen bajito.

De lo poco que pude ver de la alfombra roja, me quedaría con la Kidman en plan borde y a su marido, Keith Urban, con bastante más maquillaje que ella. Fijo que le irá *rapiñando* cremitas cuando ella no se entere, aunque puestos a contar maldades, igual a la ex de Cruise no le hacen falta potingues tras el implante de porcelana que se hizo en toda su virginal faz. Así que, antes de tirarlo todo a la basura y contaminar el planeta Tierra...

Casi sin darme cuenta, llegó el momento más esperado. La tensión había ido en aumento con ese reloj con cuenta atrás en la esquina superior derecha de la pantalla. Allí estaban ellos dos, James Franco



y Anne Hathway, ricos, guapos, con dientes blancos, triunfadores y con el carisma de una ameba y la gracia de una sardina enlatada. Solo bastó el primer minuto de discurso conjunto para darme cuenta de que el único válido era el del rey, y que, posiblemente, lo hubieran hecho mejor durante el resto de la velada, si hubieran estado haciendo el *tartaja* como el soberano al que da vida Colin Firth.

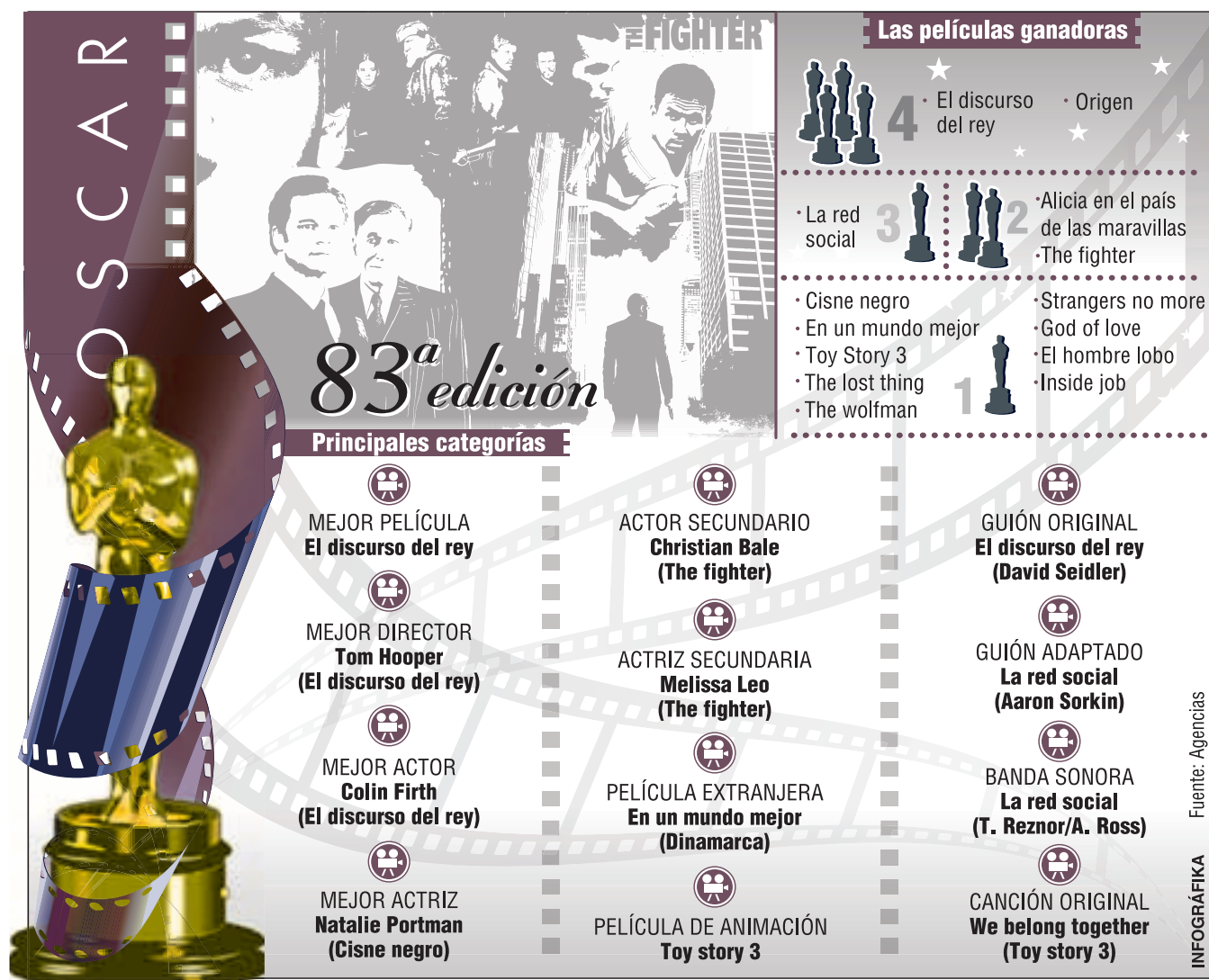
Esas sonrisas forzadas, ese abuso del rollo *Mami y abuelita: Os quiero y estoy muy nervioso haciendo esto*, esos áridos silencios de medio segundo enseñando encías y premolares justo al acabar de soltar una frase y sin que el o la *partenaire* dijese nada, esa ausencia de interrupciones de uno a otra y viceversa... Nada bueno presagiaba lo que ocurriría después. Como así fue.

Y si ya era un auténtico *tostón* la pareja de presentadores, que fue convenientemente *despellejada* el lunes por los medios de comunicación estadounidenses, filtrándose que *El duende verde* -Franco, por si nadie ha visto **Spiderman**- se había preparado en varios fines de semana pues anda liado con un doctorado, peor aún fue que tres cuartos de hora de la ceremonia se lo comieran los premios menores, con todo el respeto para maquilladores, directores artísticos, responsables de sonido, etcétera. Hace unos años, se les puso a todos en el gallinero y en una zona paralela, y los despachaban enseguida...

Pero vayamos al balance de los premios. No hubo sorpresas porque los galardones de Firth y Portman estaban más que cantados. Otra cosa era lo de los secundarios, donde Leo y Bale -madre e hijo en **The fighter**- sonaban en la mayoría de las quinielas. Sinceramente, creo que pesó mucho la ley de la compensación en el caso de la veterana actriz, y el del aplauso a eso de quitarse kilos en el segundo. Por cierto, lo mejor de la noche fueron las palabras del protagonista de **Terminator 4** a su señora esposa: «Eres el mástil de mi vida, que me aguanta cuando hay tormenta y también rasca...». ¿O era algo así?

Justo en el momento en el que mi frágil y castigado corazón sufrió un vuelco, y viendo que asomaban la cabecita unos niños con unos globos, así como los Sistiagas yanquis con cortos en categoría de documental del tipo críos de un montón de países en un orfanato israelí que ni la Belén Rueda, tomé una decisión drástica: acabar de ver **La red social** para comprobar si toda la fortuna que me dejé en internet en casas de apuestas varias la iba a volver a ver, o si me iba a emocionar más que con las palabras de Bale.

40 minutos después me di cuenta de que a mi David Fincher (**El curioso caso de Benjamin Button**, **Seven**, **El club de la lucha**...) me lo habían cambiado con ese **Al salir de clase** con internet, y que no me iba a afectar dema-



Mallika Sherawat

siado que el soso de Tom Hooper (parece el cuñado de Kidman) le ganara la partida. En ese sentido, los académicos hicieron bien en no aplicar la ley de la compensación. Estaba demasiado reciente el **Infiltrados** de Scorsese. Igual el año que viene triunfa con su próximo estreno, **La chica del tatuaje del dragón**.

Así que, sabiendo que **El discurso del rey** iba a ser la gran triunfadora de la noche, y echando de menos que Firth hubiera tartamudeado aunque hubiese sido solo un poquito, me agarré a la idea de que surgiera un sorpresón monumental, en el último segundo, al estilo de **Crash**, **La soledad** o **Pa negro**... Hubiera merecido la pena el insomnio vil si **Toy story 3** hubiera dado la gran campanada, pero no, los tramposos premios ya le habían dado lo suyo con canción original y animación.

Pero, bueno, había que aguantar como fuera y ver a Steven Spielberg, con el tema central de **Parque Jurásico** de fondo -muy acertado para lo que fue la velada- e invitar a los ingleses a subir. Buenas noches.

## DESAFORTUNADA ELECCIÓN



Pues sí, ni la niña de **Poltergeist** podía haberlo hecho mejor. El rumor de que Pé iba a aparecer, recién parida -y con perdón-, iba cobrando cada vez más fuerza cuando se filtró que a su anónimo hijo -no tiene nombre- no le daba el pecho para estar estupendísima en la gala. Como, de hecho, ¿fue? Es más, igual ni lo tuvo, que está por ver.

Lo que nadie se podía imaginar es que, mientras su simpático maridito (justo cuando ganó el Oscar por **No es país para viejos** vetó a la prensa española en Tokio) hacía de camarero de **Vacaciones en el mar**, ella iba a ir apretada a **lo burgalés** con un diseño inspirado en los horteros e inútiles sobres de la gala.

> MÚSICA

# REM SE EXPANDE

La banda norteamericana liderada por Michael Stipe regresa tres años después de 'Accelerate' con 'Collapse into now', un trabajo ecléctico e inspirado que les devuelve a la cresta de la ola.

En el verano de 1981, REM grababa su primer sencillo, *Radio Free Europe*, que les convertiría en la punta de lanza de la escena musical independiente norteamericana. 30 años y millones de discos vendidos más tarde, la banda liderada por Michael Stipe ha regresado al estudio de grabación para dar forma a *Collapse into now*, su trabajo discográfico número 15, que llegará a las tiendas este próximo martes, 8 de marzo.

Tres años después de su anterior disco de estudio, el frenético *Accelerate*, Stipe y sus inseparables Peter Buck (guitarra) y Mike Mills (bajo) han subvertido las reglas que se autoimpusieron en 2008 para grabar aquel álbum (donde buscaron que todo fuera «breve, vertiginoso y cortante»), centrándose en dar forma a una docena de temas eclécticos, donde la calidad de la letra y la música se impusiera a cualquier otro criterio, por encima de la unidad del conjunto.

Y, sorprendentemente, lo que han conseguido con ese criterio es un disco que, desde su heterogeneidad, refleja la importante variedad de registros de la banda y repasa en un único álbum las claves de la evolución

de su trayectoria, conformando un conjunto coherente y fluido, donde la voz de Stipe bascula con naturalidad desde la cadencia casi gospel de *Oh my heart* hasta el arrollador primer single, *Discoverer*, pasando por hermosas baladas como *Walk it back* o himnos rock como *All the best*.

La producción corre de nuevo a cargo de Jacknife Lee (colaborador habitual de U2 y Snow Patrol), y el disco se grabó a lo largo de 2010 en el Music Shed de Nueva Orleans y en los Hansa Studios de Berlín, de donde salieron varios álbumes legendarios como *Heroes*, de David Bowie, o *Lust For Life*, de Iggy Pop, mientras que las mezclas se realizaron en el Blackbird Studio de Nashville. Tres ciudades donde los integrantes de la formación aseguran sentirse como en casa, y que les sirvieron de inspiración para completar el trabajo.

El resultado es un disco rico e intimista, alejado de la discursividad política que empapaba las letras de *Accelerate*, y más cercano a hitos de la banda como *Automatic for the people* (1992). En esta ocasión, Stipe y compañía han reclutado a

unos acompañantes de lujo para el viaje, y cuentan con Eddie Veder (Pearl Jam) como vocalista invitado en *It happened today* (donde también interviene el cantante de The Hidden Cameras, Joel Gibb), mientras que Patti Smith convierte en una obra de arte *Blue*, el tema con que se cierra el compacto. Además, la cantante canadiense Peaches participa en *Alligator Aviator* *Autopilot Antimatter*, donde también aparece como guitarrista invitado Lenny Kaye.

*Collapse into now* reúne también otras canciones deliciosas como la emocionante *Überlin*, la vibrante *Minne smell like honey* o la deliciosa *Every day is yours to win*, donde Stipe comparte las voces con un atrevido Mike Mills.

Para disgusto de sus seguidores, por el momento REM ha anunciado que este año no tiene previsto realizar una gira promocional con actuaciones en vivo. Como sucedió con *Out of time* (1991) y *Automatic for the people*, habrá que esperar antes de ver a Stipe y sus chicos en los escenarios. Para paliar la espera, *Collapse into now* es un inmejorable aperitivo.



> LIBRO

## APRENDER A VIVIR

Con contundencia y sin ambages, la danesa Janne Teller ha construido una magnífica lección vital en su libro *Nada* (Seix-Barral, 16 euros), que acaba de llegar a España después de ser aplaudido, vituperado, prohibido y recomendado en los colegios de países como Alemania y Francia. Con forma de fábula moral, la autora reflexiona sobre las raíces y los peligros de la intolerancia en este cuento donde un grupo de niños no sabe cómo reaccionar cuando un compañero de clase se abona al existencialismo y amenaza con quebrantar sus hasta entonces placenteras vidas.



> ARTE

## VANGUARDIAS RUSAS

Con motivo de la celebración en 2011 del Año Dual Rusia-España, el Museo Thyssen-Bornemisza ha reorganizado su importante colección de pintura soviética de vanguardia (la mayor de España), exhibiendo reunidas, en las salas 42 y 43 del palacio de Villahermosa de Madrid, hasta el 20 de marzo, 35 obras de artistas emblemáticos como Marc Chagall, Natalia Goncharova, Varvara Stepanova, Liubov Popova, Iván Kliun, El Lissitzky o Kandinsky, entre otros.



> CD

## MONUMENTO A BEBO VALDÉS

Con el Goya a la mejor película de animación bajo el brazo llega a las pantallas *Chico & Rita*, una historia de amor a ritmo de bolero contada por Fernando Trueba y Mariscal, y junto a ella aparece la magnífica banda sonora del filme, en formato libro-cd más dvd. El álbum propone un viaje por la mejor música latina a través de 30 canciones grabadas por artistas como Bebo Valdés (auténtico epicentro del proyecto), Estrella Morente, Freddy Cole, Jimmy Heath o Idania Valdés.



javier m. faya  
coordinación



## PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Si has tenido la oportunidad de ver el DVD o Blu Ray recién salidos del horno de **Fantasía**, te recomendamos que bucees en los extras porque te van a sorprender las cartas que se mandaban **SALVADOR DALÍ** y **WALT DISNEY** a propósito de la colaboración que mantuvieron para sacar esa obra maestra adelante. Y como sabemos que eres un cinéfilo impenitente, si quieres, mándanos un *mail* y pídenos copias de las misivas.

### WINTER'S BONE



## IN THE NAME OF FATHER

Ree es una adolescente que se hace cargo de su familia, en una situación de extrema precariedad. Su padre sale de la cárcel y desaparece sin más.

**P**lena triunfadora de Sundance, **Winter's bone** es la representante más promocionada del siempre fructífero cine independiente americano, siguiendo la estela de filmes como **Puedes contar conmigo** o **Monster's ball**. Modesta en medios que no en ideas, ha sido la gran sorpresa de la gala de los Oscar y, por eso, porque se ha ido de vacío, y son pocos los cines en España que la exhiben, te aconsejamos que vayas a ver esta magnífica producción de Debra Granik, que se ganó el respeto con su debú en 2004 con **Down to the bone** (2004).

En ese filme -que no logró salir de EEUU-, interpretado por Vera Farmiga, narraba la historia de una familia destrozada por las adicciones. Una temática que repite en **Winter's bone**, donde la familia es el núcleo de la película. Ree Dolly es una adolescente que cuida de su madre y hermanos en ausencia de su padre, un exconvicto en libertad condicional. Desaparecido hace meses, una serie de deudas atadas al cumplimiento de su condicional ponen en peligro el domicilio de los Dolly. La chica buscará a su progenitor para evitar el desahucio, lo que destapará un pasado lleno de rencores. Ésta no solo es una historia familiar, es un retrato sobre la mafia en los más recónditos rincones de Norteamérica.

Basada en la novela de Daniel Woodrell, el largome-

traje refleja con realismo una sociedad anclada social y temporalmente. Un mundo duro y cruel, desagradable y abrupto donde la esperanza se mantiene gracias a los fuertes lazos familiares. **Winter's bone** es un drama sobre la miseria humana que toca *western* y *thriller*, y que tiene cómo gran acierto un magnetismo del que es muy difícil desembarazarse. La empatía con su protagonista es inevitable, una adolescente que sostiene un débil castillo de naipes donde no hay tiempo para el dolor o la duda. Rodeada de un entorno hostil, su falta de esperanza se convierte en valentía. Jennifer Lawrence logra una interpretación intensa y desgarradora, que fue nominada al Oscar a la mejor actriz. Todo un premio.

Su caracterización y la relación con su tío, interpretado por John Hawkes, son el principal reclamo de la película. Un estilo de cine atípico, lánguido, casi poético con una historia que crece en cada pesquisa de Ree Dolly. El descubrimiento de la siempre dolorosa verdad nos introduce en un mundo del que solo salimos al final de la proyección. Un mundo donde la ignorancia es la clave para sobrevivir. Así rezan las palabras del tío, Teardrop, que conociendo la verdad, conocerá su destino. **Winter's bone** podría ser una cinta *noir* en la profundidad de Missouri o un *thriller* policial en un entorno rural. La cinta de Granik es más que eso, es un lienzo atemporal sobre el lado oscuro y latente del ser humano.



### LO MEJOR

El soberbio trabajo de **Jennifer Lawrence**. Una pena que se quedara con las ganas de llevarse el Oscar a casa, pero la vida es así. Hay que guardar en la memoria este nombre porque seguro que hará grandes cosas.



### LO PEOR

El **guión** es bueno, muy bueno, pero le cuesta mucho **arrancar**, aunque progresivamente cala en el espectador, que lo valora como se merece. Resulta difícil ponerle peros a una película de gran calidad como ésta.

### UN 'GRAN' REGALO

Seguimos tirando la casa por la ventana, a pesar de la crisis. Hoy sorteamos tres dvds de filmes recientes como **Carancho** o **London river**, y cinco juegos para PS3 -¡compatibles para 3D!- de **Killzone 3**. Si sabes la razón por la que era muy famoso Victor Matute puede que te lleves algo. Lo tienes muy crudo para acertar, ¿eh? Eso sí, dinos cuáles son tus preferencias, para ver si te podemos contentar. Escribe pero ya a: [cine@revistaosaca.com](mailto:cine@revistaosaca.com).

EL CONCURSO



## TENDENCIAS



# HTC PRESENTA SU APUESTA POR LAS TABLETAS

La compañía muestra Flyer, un dispositivo con una interfaz mejorada y un lápiz capacitivo para quienes quieren la máxima precisión.

## HTC FLYER

Estaba claro. Todas las compañías que fabrican teléfonos móviles se han sumado a la moda de las tabletas y una de las más punteras, como es HTC, no podía ser menos. Así que nos han presentado su firme apuesta dentro de ese mercado, la Flyer, un dispositivo que nos demuestra lo que desde hace tiempo pensábamos: que muchos de estos novedosos aparatos no son sino la ampliación de pantalla de los terminales que ya están circulando.

En este caso, se cumple nuestra idea, ya que este producto es muy similar a un teléfono Android, pero, en lugar de un monitor de tres o cuatro pulgadas, cuenta con uno de siete.

Porque, sinceramente, la compañía nos ha defraudado un poco con las prestaciones que nos ofrece: una pantalla con

resolución de 1.024x600 p, 1 Gb de memoria RAM, 32 Gb de almacenamiento, una ranura para tarjetas microSD y un procesador single core de 1,5 Ghz.

Su exterior es bastante atractivo, con un acabado de aluminio llamativo que, sin duda, servirá para que la tableta sea mucho más ligera (la compañía no ha desvelado el peso de este dispositivo, ni su precio ni su fecha de lanzamiento).

En cuanto al resto de sus funciones, la Flyer incluye una cámara trasera de 5 megapíxeles y otra frontal, perfecta para las videollamadas, de 1,3.

Pero si hay algo por lo que destaca este aparato es porque incluye un lápiz capacitivo llamado HTC Scribe. No es necesario para manejar la pantalla, ya que ésta es táctil, pero sirve como elemento opcional para quien prefiera utilizar un puntero.

El Scribe funciona con pilas y permite utilizar la tableta como si fuera un cuaderno de papel. Así, podremos escribir, añadir notas a fotografías, dibujar o hacer esquemas.

Por último, te contamos que la interfaz que utilizará es una propia de la compañía, la HTC Sense, remodelada para este aparato, que permite una visualización de la información mucho más detallada y llamativa, efectos tridimensionales y un mejor movimiento para variar la posición horizontal y vertical.

Además, también servirá para mejorar la experiencia, no solo multimedia, sino de juegos, porque la Flyer quiere ofrecer una plataforma para que los que disfrutan de los mejores títulos puedan hacerlo, y de la manera más completa, con una tableta.

Como ya te hemos dicho, aún no conocemos ni la fecha de lanzamiento ni el precio que tendrá, pero imaginamos que llegará al mercado a partir de verano.



## HP NOS TRAE UN MÓVIL DE BOLSILLO



### HP VEER

La semana pasada te presentábamos la nueva tableta de HP y hoy hacemos lo propio con su teléfono móvil.

El Veer incluye la versión de WebOS, pero también un teclado deslizante, todo reducido a la mínima expresión para facilitarte el transporte del terminal (sus dimensiones son de 54,5x84x15,1 milímetros y su peso es de 100 gramos), pero también con el propósito de hacerlo más cómodo su uso.

Con una pantalla multitáctil de 2,6 pulgadas y una cámara de cinco megapíxeles, en un tamaño tan reducido tampoco se han podido instalar muchas más prestaciones.

Eso sí, nos encontramos con un procesador Snapdragon MSM7230 a 800 Mhz bastante interesante y una memoria interna de 8 Gb.

Además, viene con una batería de 910 mAh y conectividad HSPA con WiFi, Bluetooth y A-GPS.

Desconocemos su precio y fecha de llegada, pero está previsto que aparezca por el mercado español durante la primavera.

## PANASONIC MEJORA SU IMPECABLE SERIE TZ



### PANASONIC TZ20

Panasonic ha comprobado que su serie TZ está siendo un auténtico éxito, por lo que ha decidido que lo mejor que puede hacer es seguir trabajando en mejorar estas cámaras y, por eso, ha lanzado la nueva TZ20, que trae como principal nove-

dad el sensor CMOS, que alcanza una resolución de 14 megapíxeles, y con el que podremos tomar hasta 10 fotos por segundo a máxima resolución.

Además, su zoom incorporado puede llegar, de forma natural, hasta los 16 aumentos, si bien con el llamado zoom inteligente se permiten los 21x sin pérdida de calidad.

En cuanto al resto de sus prestaciones, nos encontramos una pantalla táctil de tres pulgadas, un navegador GPS para situar las fotografías y la posibilidad de grabar fotografías en tres dimensiones.

Asimismo, podemos capturar vídeo en formato AVCHD con calidad de 1.920x1.080.

Llegará a finales del mes que viene a un precio que ronda los 400 euros.

## ERGONOMÍA PARA DIESTROS Y ZURDOS CON LA NUEVA CÁMARA DE SAMSUNG

### SAMSUNG HMX-Q10

Samsung ha vuelto a renovarse y nos ofrece una nueva gama de videocámaras compactas, la HMX-Q10, un modelo que sigue en la línea de facilitar la grabación cojamos como cojamos la cámara.

Este modelo se mantiene como un dispositivo de alta definición con la incorporación de un sensor de tipo BSI CMOS. Pero lo más novedoso es su sistema Switch Grip, que rota la imagen dependiendo de cómo estemos grabando.



Además, la ergonomía sigue siendo una parte vital de su diseño, y puede usarse de igual manera por personas diestras o zurdas.

La pantalla es táctil, de 2,7 pulgadas, e incluye todas las funciones, incluso la de apagar y encender. El uso ha querido simplificarse hasta el extremo de poder controlarse con un solo botón.

Para ayudarnos en la selección de los ajustes, integra la tecnología Smart Auto, que analiza los principales elementos de la composición de la escena. Otra cosa que nos gusta mucho es la función Record Paus, que permite detener la grabación, reencuadrar o cambiar de posición y seguir con el vídeo.

## ACER APORTA COLORIDO Y PRESTACIONES

### ACER ASPIRE ONE 522

Ahora que llega la primavera, nos apetece aportar un toque de colorido. Pero no solo de tonalidades frescas vive el nuevo Aspire One 522, sino que, además, viene con características bastante interesantes.

Este portátil de Acer ofrece entretenimiento, creación e intercambio multimedia de alta definición de la forma más fluida y un mayor rendimiento multitarea.

Equipado con una Unidad de Procesamiento Acelerado (APU) AMD Fusion, este netbook está preparado para brindar una experiencia de usuario de última generación y un excepcional rendimiento multimedia y de internet en alta definición.

Además, permite realizar cualquier tarea, desde la reproducción de películas HD a la transmisión de grabaciones HD en tiempo real a través de la



red. Puedes ir más allá de la simple navegación y experimentar el vídeo de alta definición en la web. Pero eso no es todo. El nuevo Aspire One 522 integra la tarjeta gráfica AMD Radeon HD 6250 para proporcionar filmaciones de alta definición nítida con soporte para los últimos estándares gráficos como Microsoft DirectX 11, salida de vídeo 1080p a través de HDMI, procesamiento de imágenes en tiempo real con ajuste automático del color y el contraste y perfilado de bordes.

Casi del tamaño de una revista, tiene una pantalla de 10,1 pulgadas, el nuevo Aspire One está disponible en dos opciones de color, negro diamante y verde, y ofrece toda la potencia que necesita en un diseño esbelto y liviano.

Llegará al mercado en las próximas semanas a un precio que desconocemos.

# OBJETIVO: CONTROLAR NUESTRA PRESIÓN ARTERIAL

La hipertensión (HTA) constituye uno de los factores de riesgo cardiovascular de más alta prevalencia a escala mundial. En España afecta a más de 11 millones de personas, lo que representa entre el 35 y el 40 por ciento de la población.

Conocer este riesgo se convierte en un objetivo prioritario de los especialistas, que en la actualidad reconocen que aún es complicado averiguar el verdadero poder predictivo a corto y largo plazo sin intervención de agentes, como el tratamiento farmacológico. Según el doctor Vicente Lahera, jefe del Laboratorio de Fisiología Cardiovascular de la Universidad Complutense de Madrid, «los avances en la investigación trasnacional desarrollada en los últimos años han permitido la identificación de numerosos biomarcadores predictivos de riesgo cardiovascular. De ellos, los factores inflamatorios como los valores plasmáticos de proteína C reactiva (PCR), son los que han demostrado un mejor nivel predictivo y están más cerca de alcanzar un verdadero valor de detección del riesgo cardiovascular». De cualquier forma, el futuro en la investigación se encamina hacia la medicina individualizada, adaptando el análisis de los biomarcadores a las características de los individuos y su fisiopatología.

A pesar de los datos de afectados por hipertensión arterial, el grado de control de esta afección en nuestro país continúa siendo insuficiente, ya que solo el 36,7 por ciento de los casos están correctamente diagnosticados y tratados. Así lo ha expresado el doctor Alex Roca i Chuscas, presidente del Comité Organizador del 16 Congreso Nacional de la Sociedad Española

clara  
guzmán  
texto

de Hipertensión Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-LEHLA), celebrado esta semana en Barcelona. La principal razón de este insuficiente control, según el doctor Roca, se encuentra «en la falta de cumplimiento terapéutico de los pacientes, que abandonan el tratamiento en cuanto notan una leve mejoría, y no modifican sus hábitos de vida, es decir, no siguen una dieta adecuada, no incorporan el ejercicio a su rutina diaria y siguen sin dejar el hábito

tabáquico». Pero, ¿qué parte de responsabilidad tiene el médico? Según el doctor José Luis Rodicio, presidente de la Junta Gestora de la SEH-LEHLA, «la falta de tiempo obliga a que los profesionales sanitarios no presten la atención a monitorizar a cada paciente y a explicarle bien los graves riesgos que implica abandonar la medicación».

En este sentido, el papel de la enfermería resulta fundamental, tal y como se ha puesto de manifiesto en esa reunión: y es que estos profesionales pueden aportar confianza y diálogo con los pacientes. En palabras de Lucía Guerrero, presidenta de la Asociación Española de Enfermería de Hipertensión y Riesgo Cardiovascular (Ehrica), «la enfermería puede aportar mucho, no solo en lo que respecta a la educación sanitaria, sino también en una mayor implicación y responsabilidad del paciente de forma que tome parte activa en la prevención de su propia salud».

Al escaso control de la hipertensión se une el aumento progresivo del porcentaje de pacientes con HTA en España. Alrededor del 60 por ciento de los pacientes mayores de 60 años la padece, mientras que en la población joven esta patología afecta a entre el 35 y el 40 por ciento. Es este último grupo el que más preocupa a los expertos por las consecuencias que pueden sufrir en un futuro. Según el doctor Rodicio, «el actual estilo de vida impone el consu-

mo de demasiada bollería y fomenta poco el ejercicio físico, lo que desencadena problemas de obesidad e hipertensión que comienzan ya desde la infancia». Como no podía ser de otro modo, un control adecuado del riesgo cardiovascular pasa por equilibrar nuestra dieta, cuyo caballo de batalla a día de hoy, sigue siendo el consumo de sal. Según la doctora Joima Panisello, especialista en Medicina Interna y directora general de la Fundación para el Fomento de la Salud, «los embutidos, el pan, los lácteos y derivados y sobre todo los platos preparados son los que más sal aportan a nuestra dieta y, de hecho, se ha demostrado que aproximadamente entre el 70 y el 75 por ciento del sodio consumido procede de alimentos procesados e ingeridos fuera del hogar. En la web [www.clubdelhipertenso.es](http://www.clubdelhipertenso.es), se puede encontrar una selección de recetas para que comer sea un placer sin renunciar a una vida saludable.

## CUÁNDO TOMAR LA PASTILLA

Uno de los temas más polémicos entre los expertos en HTA sigue siendo la hora más adecuada del día para la administración del fármaco antihipertensivo. Los estudios sobre los beneficios de este tratamiento tienden a sugerir que la administración de la medicación es más adecuada por las mañanas. Al margen de este debate, lo esencial, según el doctor Manuel Gorostidi, jefe de Servicio de Nefrología del Hospital Universitario Central de Asturias, es que «los profesionales sanitarios tomen conciencia de la importancia del buen control de la HTA y de facilitar a los pacientes hipertensos una asociación de fármacos antihipertensivos para manejar adecuadamente sus niveles de presión arterial». Pero, ante todo, la base de un buen manejo reside en la gestión de un canal adecuado de información para el paciente, ya que cuanto más informado esté el afectado, más tasa de probabilidades de cumplimiento tendrá, tanto del tratamiento farmacológico como del no farmacológico».

Todas estas cuestiones son importantes, teniendo en cuenta que en los próximos 15 años se calcula que habrá un 60 por ciento más de hipertensos en todo el mundo, debido, fundamentalmente al incremento de la obesidad, el sedentarismo y el tabaquismo.

## CONSEJOS PARA EL CONTROL EFECTIVO DE LA HIPERTENSIÓN

- Eliminar las prisas y los malos hábitos alimenticios.
- Rebajar el nivel de sal en los alimentos ingeridos.
- Evitar el abuso de platos precocinados, fritos, conservas o alimentos demasiado calóricos.
- No olvidar que el rey de la dieta sigue siendo el pescado.
- Tratar de tomar diariamente al menos cinco raciones de fruta y verdura.
- Reducir el consumo de bebidas edulcoradas.





## DEMASIADA PRESIÓN EN LAS TUBERÍAS

Deberíamos visualizar el riesgo de la tensión arterial elevada. Cuando el corazón lanza la sangre, la presión que ejerce sobre las paredes de los vasos es la máxima, ya que es cuando más sangre circula por ellos y sobre todo, con más fuerza (por eso se llama también sistólica). Y cuando el corazón se relaja, y no ejerce fuerza sobre las arterias es cuando tenemos la presión mínima (o diastólica). Eso es la tensión: la fuerza ejercida por el volumen de la sangre contra las paredes del corazón y los vasos sanguíneos. Ahora, imagine que esos conductos internos por los que la sangre circula son las tuberías de una casa. Y piense todo lo que puede ocurrir si el agua circula por esas tuberías con una presión mayor de la debida. Quizá las tuberías no puedan soportarlo y... revienten. Ése es el gran peligro. Y como la tensión elevada no avisa, la prevención debe basarse en conocer nuestras cifras y controlar la presión para que no surja el accidente.

Y piense que se puede hablar de hipertensión cuando la máxima, es igual o superior a 14 (140 mm) y la mínima igual o inferior a 9 (90 mm).

Un problema añadido es que esas tuberías, por seguir con el ejemplo, pueden estar algo deterioradas por la edad, por la alimentación, por la obesidad. Y entonces en vez de tener cierta elasticidad, se vuelven rígidas, con lo que aumenta el riesgo. Pese a todo, la gran mayoría no sabe cuál es su tensión. Y si la conoce es por un chequeo rutinario. Es decir, no le preocupa. Y eso es lo grave. Porque la tensión elevada es un factor de riesgo no solo para accidentes graves de tipo cerebro-vascular, sino que puede, por sí misma, provocar una insuficiencia cardíaca, porque hay un deterioro progresivo del corazón para contraerse; puede provocar un engrosamiento del músculo cardíaco y por tanto, una menor eficacia en su función.

Lo que todos nos preguntamos es por qué puede subir la tensión. Algunas causas se conocen. Por ejemplo, se sabe que los estrógenos de síntesis -la píldora, para entendernos- son capaces de provocar una hipertensión. Y también se puede originar por problemas renales. Pero del 95 por 100 de las hipertensiones no se sabe la causa exacta. Es más frecuente en los norteamericanos de raza negra que en los de raza blanca, aunque vivan en el mismo entorno y tengan la misma alimentación. Hay más hipertensión en el mundo industrializado que en el rural. La alimentación influye y especialmente el consumo de sal. Los japoneses del norte que consumen mucha más sal, también tienen cifras más elevadas de tensión. También hay profesiones más propensas a la hipertensión, quizá por una mayor actividad del sistema nervioso. Sin embargo, no es cierto que mucha actividad la desencadene. Hay gente tranquilísima con una tensión elevada, y gente que no da golpe y que sin embargo la padece.

Y en lo que se debe insistir es en el consumo de sal. Es verdad que necesitamos el sodio y la sal -cloruro sódico- lo aporta. Se puede calcular que aportamos alrededor de 10 gramos diarios. Nuestro organismo no necesita más de 0,5 gr. de sodio al día (1 gr. de sal). El exceso es pues, evidente. Hay especialistas que señalan que la cantidad de sal que tomamos ronda la toxicidad.

Habría que iniciar esta campaña entre los más pequeños. Acostumbrarlos a comer con poca sal. Sería la mejor forma de garantizar su salud cardiovascular.

**ramón  
sánchez-  
ocaña  
experto en  
salud**

Nuestra sangre es un fluido vital del que se conoce su composición, su origen y sus funciones. Aún así, en la actualidad sigue siendo irremplazable, de modo que solo el organismo del hombre es capaz de producirla.

## GENEROSIDAD NECESARIA



**D**e aquí la importancia de donar sangre, para mantener reservas suficientes de cara a las necesidades que a diario surgen en todos los hospitales de España. Periódicamente las consejerías de Sanidad hacen llamamientos a la población cuando los almacenes del *elemento rojo* empiezan a necesitar repuesto. Y es que solo existen 11 razones que pueden impedir dar sangre, según las guías informativas que se entregan a los voluntarios antes de donar. Entre ellas: consumir o haber consumido drogas; haber mantenido relaciones sexuales con hemofílicos en el último año; tener síntomas asociados a enfermedades como sida, hepatitis B y C o sífilis; haberse hecho tatuajes, acupuntura, o perforaciones en las orejas.

Cada vez que se extrae sangre, se separan los glóbulos rojos, plaquetas, crioprecipitados y plasma fresco congelado para dar un uso diferente a cada uno de ellos. De todos, los glóbulos rojos pueden conservarse entre 35 y 42 días, si se les mantiene a una temperatura de cuatro grados centígrados, y se los suele utilizar habitualmente cuando hay grandes pérdidas de sangre.

Por todo ello, es una buena noticia saber que en 2010, en algunas regiones como es el caso de Cantabria, las donaciones crecieron por quinto año consecutivo, consiguiendo algo deseable

para todas las demás: la autosuficiencia. Y ello pese a que se produjo un aumento de la demanda y suministró 1.500 unidades de plasma a otras comunidades autónomas. De esas bolsas enviadas fuera, 1.140 tuvieron como destino Madrid; 154, Barcelona y 140, Navarra. En este último territorio, se ha comenzado a imponer un sistema basado en utilizar los mensajes a móviles como herramienta para convocar a los donantes. Según el director del Banco de Sangre, José Luis Arroyo, la iniciativa ha demostrado su eficiencia entre los jóvenes y, de hecho, se ha empleado en las campañas que se han llevado a cabo en la Universidad de Cantabria, aunque no ha sido útil en el caso de las personas mayores, menos acostumbradas a los SMS.

El caso de La Rioja es similar, ya que en 2010 obtuvo un total de 11.729 donaciones, con las que cubren completamente las necesidades de transfusión de su Comunidad.

En la actualidad, los Centros de Transfusión cuidan la sangre recibida en extremo, dado que es muy importante gestionar correctamente las donaciones según la demanda que haya, para evitar caducidades en sus componentes. De ahí los avisos de los centros sanitarios que tienen escasez de reservas: un llamamiento que, por solidaridad, y porque cualquiera puede beneficiarse en un momento determinado, no debería dejarse pasar por alto.



## INTELIGENCIA EMOCIONAL O INTELIGENCIA PARA LA VIDA

En el año 1912, hace prácticamente un siglo, el psicólogo alemán Stern diseñó un método para poder puntuar y comparar los resultados de los primeros test de inteligencia para niños y que ya habían desarrollado en 1904 Binet y Simon. Para saber el nivel de inteligencia de una persona se dividía su edad mental por su edad cronológica y el resultado era su cociente intelectual (C. I.). Fue Terman quien acuñó este término en 1916. Pues bien, este nivel de inteligencia para saber y aprender cosas que clasifica a las personas como normales, si su C. I. está alrededor de 100 puntos, y superdotadas con un C. I. Superior a 140 puntos, con ser importante, nos capacita poco para saber vivir. Es otro tipo de inteligencia, la emocional, la que nos ayuda a reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, a motivarnos y a manejar bien las emociones propias, las de nuestros semejantes y relacionarnos con mayor éxito, autocontrol y sensibilidad. Fue Daniel Goleman, con su libro *Inteligencia Emocional*, quien en 1995 dio a conocer a nivel mundial las claves y dominios de esta inteligencia para saber vivir mejor con nosotros mismos y con los demás.

Después de 16 años que llevamos refiriéndonos a este término, son pocas las personas que no conocen al menos lo esencial de esta capacidad humana tan necesaria; pero me apetece tratar el tema con cierta profundidad a partir de hoy y en sucesivas entregas, aunque el lector asiduo a esta columna comprobará que de manera más o menos directa, los temas que hemos venido abordando hasta ahora han sido resueltos con habilidades de la psicología positiva que sirven para gestionar bien las emociones.

Seguiré el programa de los cinco aspectos o dominios que apuntan Daniel Goleman y Salovey y que son:

- Autoconocimiento o capacidad para reconocer los propios estados internos, lo que nos pasa, lo que sentimos.
- Autorregulación o habilidad para manejar de forma conveniente nuestros impulsos, sensaciones y recursos.
- Automotivación o capacidad para orientar nuestros sentimientos y emociones hacia una buena causa.
- Empatía o habilidad para ponernos en el pellejo de los demás y comprenderlos.
- Habilidades sociales o capacidad para manejar, orientar y controlar las emociones y reacciones de los demás. Todo para que desarrolles tu *inteligencia para la vida*.

**bernabé  
tierno**  
psicólogo y  
escritor

PROBLEMAS OCULARES

## MÁS COMUNES EN LAS MUJERES

Las mujeres que sufren los síntomas de la menopausia son más propensas que los hombres a sufrir enfermedades oculares como la presbicia, las cataratas o el Síndrome del Ojo Seco. Según el director médico de la Clínica Baviera, Fernando Llovet, «las superficies de la conjuntiva y la córnea contienen receptores que, por efecto de las hormonas sexuales cuya producción se ve alterada durante la menopausia, modifican la cantidad y la calidad de la película lagrimal». Por todo ello, este especialista recuerda que «es esencial que las mujeres de más de 50 años estén muy atentas a cualquier cambio en su visión. Síntomas como la sensación de cuerpo extraño, lagrimeo por uno o ambos ojos o disminución de la agudeza visual pueden estar asociados a esta etapa de la vida y deben ser tratados por el oftalmólogo».

SALUD DENTAL



## MAYOR ATENCIÓN

La salud bucodental preocupa al 83 por ciento de los españoles, pero solo el 48 por ciento ha acudido al dentista durante el último año; son datos del *Libro Blanco de Salud Bucodental en España 2010* elaborado por expertos en salud oral, Laboratorios Lacer y el Consejo General de Dentistas. El informe destaca la necesidad de implementar iniciativas educativas y de información sanitaria para concienciar a la población española sobre la necesidad de hacer revisiones odontológicas periódicas, que en muchos casos permitirán un diagnóstico precoz de todas las patologías, desde caries y enfermedades periodontales hasta cáncer oral.

# PERCANCES EVITABLES

A pesar de que las personas mayores declaran en su mayoría percibir su estado de salud como bueno o muy bueno, existe un punto débil en su día a día: los accidentes que sufren fuera de casa, especialmente los que terminan provocando caídas.

Entre los males que aquejan con más frecuencia a nuestros mayores, se sitúan aquellos derivados de las caídas, tanto dentro como fuera del hogar. Estas, provocadas por diferentes motivos, pueden tener consecuencias nefastas en su salud y prueba de ello es que en el 25 por ciento de los casos, los accidentados necesitan un tratamiento de rehabilitación, con una duración media de 37 días; y de todos ellos, el 7 por ciento requiere una intervención quirúrgica.

Tan frecuentes llegan a ser que se han convertido en objeto de estudio; el más reciente es el realizado por el Instituto de Prevención, Salud y Medio Ambiente de la Fundación Mapfre, con el objetivo de valorar la magnitud y las características de los accidentes que sufren las personas mayores fuera del hogar, averiguar las causas que los propician, analizar sus consecuencias y tratar de impulsar las medidas necesarias para su prevención y progresiva disminución.

De entre todas las conclusiones de este trabajo, quizá una de las más interesantes sea aquella que nos informa de las causas de este tipo de accidentes; y es que, a tenor de estos datos, el 73 por ciento de las personas mayores padece alguna enfermedad y el 70 por ciento está en tratamiento médico, con un consumo medio de cinco pastillas diarias. De aquí se desprende la elevada correlación entre el riesgo de tener una caída y sufrir una enfermedad o dolencia y los fármacos que se consumen.

julia  
martínez  
texto

Los sucesos más frecuentes son caídas en aceras y escaleras, accidentes de tráfico y atropellos, especialmente si los mayores tienen entre 71 y 75 años, son mujeres y viven solos. A este hecho hay que sumar las dolencias que



aquejan a la mayoría, de las cuales las más frecuentes son la artritis y la artrosis, el colesterol alto y las enfermedades cardiovasculares. Sin embargo y a pesar de estos datos, el informe revela una actitud muy positiva y optimista en los mayores de 65 años, en lo que se refiere a su salud y grado de movilidad. Quizá una de las ventajas que tienen las personas mayores son sus buenos hábitos de vida, derivados en gran medida de su alto grado de control y seguimiento médico. El 92 por ciento no fuma y en general declara llevar una dieta alimentaria equilibrada y saludable, lo que unido a costumbres como caminar y pasear a diario, y la práctica de algún deporte, hacen que aumente su esperanza de vida.

Según este informe, la mayoría sale a hacer

la compra diaria, visita a familiares y amigos y sobre todo se resiste a encerrarse en su domicilio y depender de los demás.

Algunos consejos para evitar este tipo de accidentes fuera de casa son utilizar calzado cómodo y seguro y caminar atento y pensando en lo que se está haciendo; si se está tomando fármacos que produzcan somnolencia, se debe intentar ajustar horarios de salida alejados de la toma del fármaco; si se precisa acompañante no se debe salir solo; y no se deben olvidar nunca los *soportes de ayuda* habituales: gafas, audífonos, bastones. Por último, se aconseja llevar una tarjeta identificativa señalando si se padece algún tipo de enfermedad: cardiovascular, diabetes, alergias a medicamentos, etcétera.



dra. pilar  
riobó  
médico  
especialista en  
endocrinología  
y nutrición

# ¿SE PUEDE PREVENIR LA CEGUERA CON LA DIETA?

Una alimentación adecuada y rica en pescado, aceite de oliva o frutos secos ayuda a evitar enfermedades como la degeneración macular relacionada con la edad.

La degeneración macular relacionada con la edad (DMRE) es una enfermedad que afecta a la visión central, que es la que utilizamos para leer, conducir, o mirar de frente a una persona o cosa. Esta patología es la principal causa de ceguera entre las personas mayores en el mundo occidental. Los factores de riesgo para desarrollarla son la edad, la genética, el tabaco y la alimentación, siendo esta última el único factor de riesgo que se puede modificar.

Según el Dr. Miguel Ángel de la Fuente, oftalmólogo experto en enfermedades de la retina de la Fundación Jiménez Díaz, la degeneración macular es difícil de diagnosticar, ya que no produce ningún dolor. Uno de los primeros signos de alarma es que las líneas rectas parecen onduladas. En algunos casos, la DMRE avanza muy lentamente y las personas no notan apenas cambio alguno en su visión. En otros casos, la enfermedad progresa más rápidamente y puede causar una pérdida de la visión en ambos ojos.

Se ha demostrado que la ingesta de alimentos ricos en vitaminas antioxidantes y zinc reduce considerablemente el riesgo de degeneración macular avanzada y de la pérdida de visión asociada. Incluso se han desarrollado formulaciones de vitaminas y antioxidantes

(500 miligramos de vitamina C, 400 Unidades de vitamina E, 15 miligramos de beta-caroteno, 80 miligramos de zinc) que parece que pueden retrasar y, posiblemente, prevenir, que la degeneración macular intermedia progrese, y se produzca la pérdida de visión.

Según un estudio reciente publicado en *Archives of Ophthalmology*, la ingesta regular de pescado, frutos secos, aceite de oliva y otros alimentos que contienen grasas omega 3, y evitando las grasas trans, parece asociarse con un bajo riesgo de degeneración macular relacionada con la edad. En el artículo publicado por Jennifer Tan, de la Universidad de Sydney, Australia, se estudiaron a 2.454 participantes en el estudio *Blue Mountains Eye*, que comenzó en el año 1992 hasta 1994. En esa fecha, los participantes completaron un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos para determinar la ingesta de grasas habitual. Después de cinco y 10 años, se realizaron fotografías de la retina para evaluar el desarrollo de DMRE. Se encontró que la toma de pescado una vez a la semana se asociaba a un riesgo un 31 por ciento menor de desarrollar la enfermedad. La asociación era más intensa en los individuos con menor ingesta de ácido linoleico, una grasa de tipo omega-6, de los aceites vegetales. Asimismo, la ingesta de frutos secos, igualmente ricos

en omega 3, una o dos veces por semana se asociaba a riesgo un 35% menor de DMRE precoz. Estas grasas evitan la formación de placas en las arterias o reducen la inflamación, la formación de nuevos vasos sanguíneos y el daño a las células de la retina por falta de oxígeno. Además, estos efectos beneficiosos se potenciarían con otros factores como la abstinencia de tabaco y la elevación de los niveles de colesterol bueno.

Estos hallazgos apoyan la hipótesis de que la ingesta de grasa polinsaturada de tipo omega 3, procedente del pescado y/o de los frutos secos puede proteger frente al desarrollo de la DMRE.

En otro artículo, realizado también en Australia, se encontró que los individuos que consumían mayor cantidad de grasas trans, que se encuentran en las comidas procesadas y prefabricadas, era más probable que presentaran DMRE. Además de proteger la retina, las grasas trans también aumentan el riesgo de enfermedades cardíacas, a través de un efecto en el nivel de colesterol y, posiblemente, sobre la inflamación. La ingesta de aceite de oliva (100 mililitros o más por semana) se asociaba a menor riesgo de DMRE. Por lo tanto, haciendo una dieta correcta, no solo estará protegiendo su corazón, sino también su visión.



## GASTRONOMÍA



# BERENJENA

## UN COMODÍN MEDITERRÁNEO

Este vegetal, imprescindible en las cocinas de los países que baña el 'Mare Nostrum', ha compartido mesa con el hombre desde hace 40 siglos. Bajo estas líneas se explica una manera estupenda de prepararlo dentro de un pastel de pasta.

**R**atatouille, pisto, caponata, samfaina, musaca, tumbet... Son platos muy representativos de las diversas cocinas mediterráneas, con ingredientes variables, pero que tienen como común denominador un fruto que pocas veces citamos cuando hablamos de la tan cacareada dieta mediterránea: la berenjena. Es curioso, pero este producto forma, con el tomate y el pimiento, una especie de trilogía de la despensa vegetal mediterránea... sin que ninguna de esas tres plantas sea originaria de la cuenca del *Mare Nostrum*. De las tres, la de más dilatada presencia a las orillas del mar que fue tanto tiempo el centro de nuestro mundo es... la berenjena.

Es una solanácea, como la patata o el tabaco, ya ven qué cosas, y Linneo la llamó *Solanum melongena*. Su cultivo es muy antiguo: hay indicios que las sitúan hace 40 siglos en el sudeste asiático, más concretamente en el estado indio de Assam, pero también en Birmania y, cómo no, en China. Poco a poco inició su viaje hacia Occidente, con la clásica escala en Persia, desde donde los árabes la introdujeron en la España medieval.

Centrémonos en las berenjenas, y no precisamente en esa delicia que son los ejemplares enanos de Almagro, tan apetecibles en el aperitivo. Si viajan a Grecia o Turquía se las encontrarán en las distintas versiones de musaca; en Italia les saldrán al encuentro ya desde el antipasto, y aparecerán en guisos como la caponata siciliana o la ciambolla calabresa; en Malta llaman a eso kapunata. También el tumbet es un clásico de la cocina balear, como la samfaina es una de las bases de la cocina catalana clásica; en la Provenza hay que comer una buena ratatouille... y en España un pisto manchego. Berenjenas. Con más cosas, pero berenjenas al fin y al cabo.

Enredando un día con estas cosas, y pensando en darles a las berenjenas, de alguna manera, una textura diferente, crujiente, atractiva, evitando al mismo tiempo que se manifestase su propensión a empaparse de aceite cuando se las fríe, nos pusimos a

ello: un pastel de berenjenas, emparentado con todo lo anterior pero a nuestro estilo, cubierto de una dorada y crujiente capa de pasta.

A ello. Lavamos un par de hermosas berenjenas y las cortamos al medio. Las pusimos en la olla exprés, con apenas un dedo de agua y un punto de sal. Esperamos que el pitorro comenzase a dar vueltas y, entre tres y cuatro minutos más tarde, las retiramos.

Con una cuchara, les extrajimos la pulpa, que picamos fina. Redujimos al mismo estado un par de tomates rojos, pelados; una cebolleta, y un calabacín pequeño. A partir de aquí, el proceso clásico: sofreímos la cebolleta hasta que empezó a ponerse transparente, añadimos los tomates y, un poco después, el calabacín. Salpimentamos. Incorporamos las berenjenas y, en nuestro caso, tocino. Tocino bien entreverado, abundante en carnes, que cocinamos primero, para eliminar en seguida piel y grasa y quedarnos con esas hebras, que picamos también muy pequeñas e incorporamos al guiso con las berenjenas. Un breve calentón conjunto es suficiente.

Mientras, cocinamos macarrones -pueden usar penne rigati- en agua con sal al dente, siguiendo las instrucciones del fabricante. Acabamos: extendimos una capa de vegetales en una bandeja amplia de horno, y la cubrimos con la pasta, escurrida y colocada con cuidado encima, un macarrón al lado del otro.

Así las cosas, rallamos sobre la pasta, imparcialmente, queso parmesano y queso de Gruyère -éste es divertido porque, a diferencia del otro, hace hilos- y llevamos la bandeja al horno. Gratinamos hasta que los quesos, fundidos, formaron una costra apetitosa, dorada, en la que estaban alegres hasta los macarrones, que se levantaban por sus extremos. En ese momento, sin más dilaciones, a la mesa, donde esperaba un excelente verdejo de Rueda, como podría haberlo hecho un no menos espléndido godello de Valdeorras.

La degustación, con el contraste de texturas y la combinación de sabores, que son dos conceptos distintos, no pudo resultar más satisfactoria, así que ahí la dejo expuesta a su consideración.

## EL VINO

### NIEVA PIE FRANCO

D.O. RUEDA

La Bodega Viñedos de Nieva se fundó en 1989 con la finalidad de cultivar sus viñedos, elaborar y comercializar los vinos obtenidos. La sociedad está radicada en Nieva (Segovia) dentro de la D.O. Rueda. Sus viñas se sitúan a más de 850 metros de altitud y es el territorio más occidental de la denominación de origen, disponiendo de una explotación de viñedos de 55 hectáreas, así como bodega, oficina y sede social.

Recientemente adquirida por Bodegas Martué-La Guardia, el equipo técnico mantiene intactas las señas de identidad de la firma, con la variedad verdejo como bandera.

### Cata:

El Blanco Nieva Pie Franco es la joya de la bodega. Elaborado con 100% uva verdejo de viñas en pie franco con más de un siglo, este caldo destaca por su frescura y sus variados matices frutales.

### Consejos:

Este verdejo de producción limitada, y unos ocho euros la botella, acompaña perfectamente a platos fríos, pescados o verduras.



## ESCOTE PALABRA DE HONOR

Carlos Álvarez para Getty Images



Recto, tanto en la parte delantera como la trasera y sin tirantes, es uno de los escotes más utilizados en ocasiones especiales. Tal vez porque favorece a todas las mujeres, o porque es elegante y discreto, fue uno de los favoritos en la última edición de los Goya. Silvia Abascal, Inma Cuesta, Cayetana Guillén Cuervo, Lydia Bosch, Dafne Fernández o María Valverde, entre otras, lo lucieron. Esta última eligió un diseño de Cindy Figueroa que acompañó de un espectacular collar *vintage* de 1938 en platino y diamantes (más de 100 quilates) de Bvlgari. A sus pies, unos elegantes *peep toe* en ante color nude de Stuart Weitzman.

Zapatos de Stuart Weitzman



## MELENAS NATURALES

Lydia Bosch en los Goya



La melena ondulada que lució Lidia Bosch sobre la alfombra roja de los Premios Goya, que fue creada por la estilista Mónica Roldán con productos Moroccanoil, cumplía tres requisitos: natural, brillante y elegante. Para conseguirlo, la estilista comenzó aplicando una crema hidratante para peinar con la que combatir el encrespamiento, y se ayudó de una tenacilla para conseguir las ondas. Marcando mechón a mechón, sobre el cabello ya ondulado aplicó una pequeña cantidad del Tratamiento de Aceite Moroccanoil en sus manos y con los dedos fue moldeando y colocando cada mechón mientras daba cuerpo al peinado. Tras fijar la melena, para finalizar vaporizó unas gotas del Spray de Brillo Intenso Moroccanoil a unos 20 centímetros de distancia del peinado.



Spray de Brillo Intenso Moroccanoil (23,90 euros)

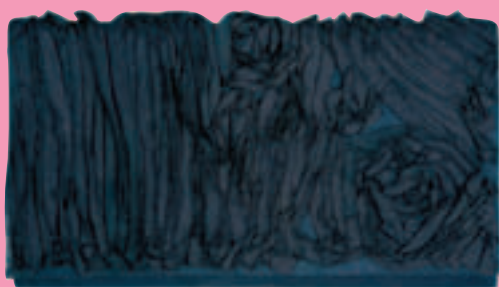
# SECRETOS DE LA ALFOMBRA ROJA

Las galas de entrega de los Oscar, Goya, Bafta, festivales de cine... son muchas las ocasiones que tienen las famosas de lucir sus mejores estilismos. Estos son los 'looks' que triunfan entre ellas. Para imitar cuando se tenga la oportunidad de brillar como una estrella.

## EL PODER DE LOS COMPLEMENTOS

El vestido negro que lució la actriz Carolina Bang cuando fue candidata al Goya como actriz revelación era un precioso diseño de Hannibal Laguna que convirtió en espectacular gracias a las joyas con las que lo acompañó: un collar del año 1991 en oro amarillo, esmeraldas, citrinos, amatistas, turmalinas, zafiros y diamantes y un anillo *vintage* de los años 60 en oro amarillo, esmeraldas, rubíes, zafiros y diamantes, ambos de Bvlgari. También de esta firma era el *clutch* o cartera de mano en charol negro que eligió. Un complemento que ha ganado fuerza las últimas temporadas y que las firmas de moda económicas ponen al alcance de cualquier mujer.

Clutch de Trucco (35,90 euros)



Carolina Bang en los Goya

## DISEÑOS ASIMÉTRICOS

Favorece y realza la figura, y en los últimos años ha pasado de las pasarelas a la alfombra roja, y de ahí a los escaparates.

El escote asimétrico que lució en los Goya Maribel Verdú, diseño de los gemelos D'squared, es un valor seguro. La actriz lo acompañó de joyas de Bvlgari: pulsera *vintage* del año 1965 en oro amarillo y esmalte, pendientes Bzero1 en oro amarillo y anillo Bzero1 en oro amarillo y cerámica.

Vestido de Liu Jo. Colección primavera-verano 2011



La actriz Maribel Verdú a su llegada a los Goya



La actriz Maribel Verdú a su llegada a los Goya

## AZUL Y NEGRO



El pasado mes de febrero, durante los Premios de Cine de la Academia Británica (Bafta), la actriz Julianne Moore llevaba pendientes en oro blanco y diamantes de alta joyería, anillo en platino y diamante de cinco quilates también de alta joyería y pulseras de la colección Serpenti, todo ello de Bvlgari. Unas joyas que no están al alcance de cualquiera, pero sí el estilo de su vestido. En color azul oscuro, éste y el negro son infalibles sobre la alfombra roja, y las firmas de moda de gran consumo incluyen en sus colecciones vestidos en estos tonos para que todas las mujeres puedan lucir un *look* de estrella.

**Mango. Colección primavera 2011**



Julianne Moore durante los Bafta

## CINTURA MARCADA

Nicole Kidman asistió vestida de Nina Ricci al Festival Internacional de Cine de Santa Bárbara 2011. La actriz lució un vestido blanco de *crêpe* de seda con un cinturón de piel color nude de la Colección Primavera 2011. El detalle del cinturón es una de las apuestas más femeninas de los estilismos que intentan reforzar la silueta de la mujer marcando las cinturas. Las sandalias de tiras anchas es otra de las apuestas por reforzar una imagen femenina.



Cuplé (99euros)



Mango

## ROJO PASIÓN

Para aquellas que no desean pasar inadvertidas en ningún evento, el rojo es su color. Renée Zellweger asistió vestida de Carolina Herrera New York a la fiesta organizada en Hollywood por Audi & Weinstein Company en honor a la película 'El discurso del rey'. Con un vestido rojo amapola de *crêpe* de lana fue el centro de todas las miradas. La versión económica se encuentra en el vestido holgado sin mangas de Mango, de cuello redondo y hombros acolchados.



Renée Zellweger

**Mango. Colección primavera-verano 2011**

**+ INFORMACIÓN** Bvlgari [www.bulgari.com/](http://www.bulgari.com/) Cuplé [www.cuple.com/](http://www.cuple.com/) El Caballo [www.elcaballo.com/](http://www.elcaballo.com/) H&M 901120084 [www.hm.com/](http://www.hm.com/) Liu-Jo 943087035 / Mango 900150543 [www.mango.com/](http://www.mango.com/) Nina Ricci 93 507 01 71 / Rodial [www.rodial.co.uk/](http://www.rodial.co.uk/) Stuart Weitzman 96 695 01 26 / Trucco [www.trucco.es](http://www.trucco.es)

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

## RETIRA

**Que la crisis acabe con el espectáculo de la moda.**

## RESCATA

**Las semanas internacionales de la moda.** Milán, Nueva York, Madrid... Las pasarelas sobre las que el pasado mes de febrero se presentaron las propuestas de los diseñadores para el próximo otoño-invierno 2012 pusieron de manifiesto que la crisis se combate con espectáculo y trabajo. La Cibeles Madrid Fashion Week que se celebró del 18 al 23 de febrero en la Feria de Madrid acogió los desfiles de 45 diseñadores y presentó las colecciones de 40 talentos emergentes en el *showroom* de EL EGO.



Duyos. Cibeles Madrid Fashion Week. Febrero 2011

compras clave compras clave

**Piel suave.** El ante y el cuero, en su versión más ligera, también son tejidos de verano. Así lo demuestra la colección de primavera-verano que Nicolas Vaudelet subió para El Caballo sobre la pasarela Cibeles con mini vestidos de cuero. Camisas y chalecos de ante y tejidos similares, como la propuesta de H&M, lucirán en muchos escaparates esta primavera.

## EL CHOLLO

H&M (19,95 euros)



## EL CAPRICHIO

Nicolas Vaudelet para El Caballo (626 euros)



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

## ¿EXISTE ALGÚN TRUCO EFECTIVO PARA RECUPERAR LA FIGURA ANTES DEL VERANO?

Los milagros no existen, y el mejor truco para lucir una silueta esbelta es la dieta sana y el ejercicio moderado a lo largo de todo el año. Sin embargo, la cosmética puede ser de gran ayuda como complemento a este estilo de vida. Y en algunos casos es muy efectiva. Britney Spears acaba de revelar su secreto para volver a conseguir la figura deseada para su nuevo vídeo *Hold It Against Me*, e incluye, entre otros pasos, el uso de la gama Crash Diet: un gel (85 euros) que combate la grasa acumulada mediante la producción de un drenaje que ayuda a eliminar la retención de líquidos en el cuerpo; unos *sticks* ricos en guaraná, extracto de café verde y té verde que ayudan a quemar grasa (55 euros 14 sticks); y un suplemento dietético, un batido de proteínas bajo en calorías que ayuda a mantener el hambre a raya (55 euros 10 bolsitas).



Productos Crash Diet de Rodial.



## CRÓNICA SOCIAL



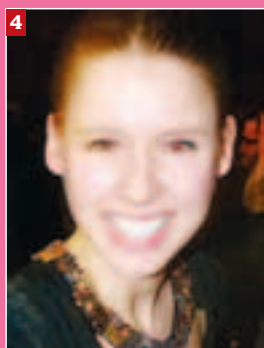
## DE FIESTA EN FIESTA

Vaya semanita. La vida de un cronista social puede ser divertida, sí, pero, ¿quién vela por su hígado y por su descanso? Escribo estas líneas después de la fiesta que Canal Plus ha organizado por todo lo alto en el madrileño Círculo de Bellas Artes. Mientras **Penélope Cruz** reaparecía estelarmente 37 días después de su embarazo en el Teatro Kodak de Los Ángeles, algunas de nuestras *celebrities* patrias se conformaban con ver la gala en pantalla gigante. Aunque realmente ver la gala, lo que se dice ver la gala, no la veía nadie. **Raúl Arévalo** y su novia, **Natasha Yarovenko** (que todavía sigue por Madrid, de fiesta en fiesta. «Mañana ya me voy a Barcelona», decía, divertida), **María Adán** y su marido escocés (que han sido los primeros en

irse, por cierto), **Vanessa Romero** y **Alberto Caballero**, **Adriá Collado** y su novia y muchos actores de la tele han disfrutado de la eterna barra libre y de la música más que de la gala de los Oscar. Si total, ya sabían que a su amigo **Bardem** no le iban a dar el premio. Un fiestón para terminar una semana que comenzó con otra fiesta importante, la del Calendario Larios 12, que coincidía con el final de la pasarela Cibeles. Modelos internacionales bailando *house*, famosos haciendo cosas malas en una de las terrazas de la sala VIP (mis labios están sellados), actrices espectaculares (otra vez Natasha Yarovenko), famosillos venidos a menos y todos los modelos habidos y por haber (no por poco conocidas menos guapas, como es el caso de **Iris Strubegge** y **Katrin Thormann**) se dieron cita en la Casa de Va-

cas del Retiro, donde la gente brindó con gin tonics hasta que... se acabaron. Y es que, aunque se suponía que habría barra libre hasta las tres de la mañana, lo cierto es que alrededor de la media noche todas las barras (¡cinco!) estaba agotadas: la gente se lo había bebido todo. «Han entrado 1.200 personas cuando solo había espacio para 900», decía uno de los camareros, que se tomaba la masificación del evento con sentido del humor. Y, sin embargo, pese a que hubo momentos en que, literalmente, no se cabía, allí todo el mundo lo pasó bomba. Por ejemplo, la modelo **Malena Costa**, novia del futbolista **Carles Puyol**, bailaba con dos amigas. Le pregunté si no era difícil salir con un deportista, por aquello de los estrictos horarios y todo eso. Y ella, que no le gusta nada de nada hablar de su vida privada,

- 1 JENNIFER ANISTON, ADAM SANDLER Y BROOKLYN DECKER.
- 2 NATASHA YAROVENKO.
- 3 IRIS STRUBEGGE Y KATRIN THORMANN.
- 4 MANUELA VELLÉS.
- 5 MARIA ADÁNEZ Y SU MARIDO.
- 6 JAVIER DE MIGUEL Y SU NOVIA.



me dijo: «No, no es difícil. Él vive en Barcelona, y yo en Madrid así que...» Y añadió: «Y no te voy a contestar a nada sobre mi vida privada». No le pregunté más, por supuesto, pero la historia es que si tan celosa es de su privacidad se lo ha montado un poco mal: de ella sabemos demasiado. Por ejemplo, sabemos que salió con **Javier Hidalgo**, director general de Globalia, rico oficial madrileño y juerguista empedernido (son muy sonadas sus fiestas en su mansión de Puerta de Hierro) y sabemos también que no les hace mucha ilusión verse. De hecho, Hidalgo estaba también en la fiesta, pero los dos se esquivaban disimuladamente las miradas en la sala VIP. **Paula Echevarría** (sin **David Bustamante**) y modelos de renombre internacional, como **Javier de Miguel** (que no se separó de su novia, la guapa modelo **Miriam Pérez**, en toda la noche) o **Antonio Navas** (discreto, como siempre), entre otros, se pasearon por la (multitudinaria) fiesta.

Mucho más reducida fue la que hicieron los de Sony Pictures en la terraza del Hotel Oscar para homenajear a **Jennifer Aniston**, **Adam Sandler** y **Brooklyn Decker**, que habían venido en plan re-

lámpago a nuestro país para promocionar *Sígueme el rollo*. Pese a que Jen -como la llaman cariñosamente en Hollywood- es muy simpática, no habló casi con ninguno de nuestros famosos en esa fiesta. Me lo contaron **Hugo Silva** y **Pepón Nieto** al día siguiente, en la *première* de *23 F*: «Estuvieron poco tiempo, creo, y no, no hablamos con ella. Tampoco vimos la película, creo que nadie la vio. Pero la fiesta estuvo muy bien», me contaba Hugo Silva. Hubo otra *première* esta semana: *Secuestrados*. Allí vimos muy pero que muy feliz a su protagonista, **Manuela Vellés**, una de nuestras jóvenes actrices que están labrándose una más sólida carrera. Pero lo mejor fue ver (¡EXCLUSIVA!) cómo se le caía la baba -o las palomitas, porque lo cierto es que estaba devorando un enorme saco de palomitas- a **Miguel Ángel Muñoz** mientras la actriz subía al escenario con el resto del equipo. Él, además de sonreír, no dejaba de hacerle fotos con su cámara digital. Las fotos saldrían regular (estaba muy lejos) pero, ya lo saben, la intención es lo que importa. Luego vieron la película juntos, mientras hacían manitas. Ay, qué bonito es el amor. Mientras dura, claro.

## ADIÓS, MISS UNIVERSO

La heroína estuvo a punto de matarla en los 80, como sucedió con tanta gente, pero ella remontó, trató de desintoxicarse, apostó de nuevo por la vida. Contó parte de su historia en los platós televisivos muchas veces: lo tuvo todo y fue muy feliz cuando la coronaron como Miss Universo, pero se sintió sobrepasada por las trampas del éxito y por los amores que tan mal la influyeron. Desmintió categóricamente una maldad que entonces se contó: que se estaba muriendo de sida. Y trató de recuperar su vida. Quizás era tarde. Se apartó de los focos y del cushé y se refugió en lo que nunca le faltó: el calor de su familia. **AMPA-RO MUÑOZ**, una de las mujeres más guapas que hemos tenido en nuestro país, ha muerto en Málaga, a los 56 años, después de sufrir durante muchos años.



## PAREJA POR SORPRESA

Se escribían mensajes muy cómplices y cariñosos en *twitter* desde hacía tiempo, pero nadie podía imaginar que hubiera algo más allá del típico flirteo de las redes sociales. Nada más lejos de la realidad. Ahora sabemos que una de las reporteras más cotizadas, la ya *celebrity* **BERTA COLLADO**, y el director de cine de moda, **DANIEL SÁNCHEZ AREVALO**, están muy pero que muy enamorados. *In Touch* publicaba esta semana las fotos que confirman el apasionado romance que viven desde hace tiempo.



## DOS MÁS EN LA FAMILIA

El índice de natalidad está más bajo que nunca, sí, pero no será por **MAR FLORES**, que fue madre la semana pasada. ¿Un bebé? No, dos: tuvo mellizos. Se suman a los otros tres hijos (¡todos niños!) que ya tenía la ex modelo: Mauro (siete años), Beltrán (cuatro años) y Carlo (18 años). **JAVIER MERINO** (padre de los «dos charrones preciosos», como Mar Flores los definió en su *twitter*, y de Mauro y Beltrán) y la actriz se casaron en 2001. Entonces ella decidió apartarse de los focos y los escándalos y llevar una tranquila y discreta vida.



SUDOKU**MANÍA**

FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

X

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 6 |   |   |   | 4 |   |
| 5 |   |   |   |   |   |
|   |   | 1 |   | 2 |   |
|   | 6 |   | 4 |   |   |
|   |   |   | 3 |   | 4 |
|   | 5 |   |   |   | 2 |

MUY DIFÍCIL.

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

# SOPA DE CINE

SKNTNHNHNREKHSXCHS  
 KSHAKHNXHMHHNEONH  
 NHUVXDKZXCVNHNBESG  
 AMEKHCHKSGHSNKHLLBA  
 BSHUDSHARRGEBHHLAS  
 HBZAXBKESNRKDRHISC  
 AHGHRFBFRFYUMOHXOKS  
 HRHKXLZNOGRROPHTDH  
 HAGVEHMDRKHHDXHCBS  
 PHFIHGNMDNYKYURAHSS  
 HBPFKLLKZRKEEMPHHSG  
 FSUGKOSBRHSHVEXRAZ  
 HRHKNVVPVGXDDXRHASH  
 SDXCSEFASHAHNSHNHB  
 HSAXNRHSNBVKXHNZKR  
 SHRSXAUHNBISNACHGH  
 HGDSCAKURGHSGDGKNSG  
 SHDRSCSASUHNGRDAHS

Debe buscar al director y a los actores de la película "INDIANA JONES, LA ÚLTIMA CRUZADA" (1989): Steven Spielberg, Harrison Ford, Sean Connery, Denholm Elliot, Alison Doody, John Rhys-Davis y Julian Glover.

## EL SUDOKU

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

# LOS OCHO **ERRORES**



CRUCI**GRAMA**

**HORIZONTALES:** 1. Una que pretende ser divina. Oferta de compra empresarial. 2. Deseos y necesidades de algo. Moverse hacia arriba. 3. Zapato con ruedas. Llena de poesía textual o musicalmente. 4. Cola de colibri. Aristoloquiacea que asaron. Ligan de pies y manos. 5. Cure milagrosamente. El contraste del marfil. Nota. 6. Infusión pronominal. Capullito. Lo son los frenos A. 7. Todos pasamos por él. Halo de santidad. 8. Esta hay que aprovecharla. Principio del arca perdida. 9. Saber recibir bien los golpes. Final de la suma. 10. Precio estatal. Montón de hierro. 11. Huida masiva de un pueblo o etnia. Hacer un reparto de bienes. 12. Aves cleptómanas. Rojizo como los ores oxidados.

**VERTICALES:** 1. Uno que pretende ser más que el Papa. Hongo invertido. 2. Impuesto maldito! Lo que cogemos cuando se nos estropea el jet. 3. Gigante hijo de Zeus. Atardecerec. 4. Vacaciones olvidables. Estropeado. 5. Canción infantil. Floja. Así está la radio si la oyes. 6. Punto central de la misa. Evitaré el enfrentamiento. La vocal elegante. 7. Ese. Puede ser lobuno. Tiene cuatro o cinco fines de semana. 8. Y no de otro modo. Dar ánimo. 9. Con el empobrecido se trafica. Los de peluche. 10. Deceso. Compañero de Indiana Jones. 11. Ocurre, por eso se rascan. Remover y mezclar los naipes. 12. Del valle de Lleida. Sustancia frecuente en el agua de casa.



## MUY DIFÍCIL

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

**DIFICIL**

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

**x**

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 5 | 3 | 1 | 6 | 2 |
| 1 | 2 | 6 | 3 | 5 | 4 |
| 2 | 6 | 5 | 4 | 3 | 1 |
| 3 | 4 | 1 | 6 | 2 | 5 |
| 5 | 3 | 4 | 2 | 1 | 6 |
| 6 | 1 | 2 | 5 | 4 | 3 |

FACIL

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

## SOLUCIONES

[illegible]

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | I | S | O | N | E | S | S | O | H |
| E | X | O | D | E | L | H | O | G | A |
| T | A | S | A | M | A | S | I | J | O |
| A | T | A | J | A | N | T | O | T | A |
| O | C | A | S | I | O | N | A | R | C |
| A | R | O | A | U | R | E | L | L | A |
| T | E | A | L | H | E | L | L | I | B |
| S | A | N | E | E | B | A | N | O | E |
| I | A | S | A | R | O | A | T | A | N |
| P | A | T | I | N | L | I | N | G | A |
| A | V | I | D | O | A | S | S | U | B |
| A | V | I | D | O | N | I | S | A | O |

## BMW X1 XDRIVE28I

### MOTOR



## UN NUEVO REFERENTE

En marzo llega al mercado esta nueva variante del X1, con una mecánica que adoptará el resto de modelos de la gama de la marca alemana.

**H**a ejercido de banco de pruebas. El X1 ha sido el primero en incorporar una mecánica novedosa en la firma alemana. El *xDrive28i* introduce con éxito la tecnología BMW *TwinPower Turbo* para lograr una máxima eficiencia con un consumo moderado.

La marca estrena una nueva generación de propulsores en gasolina de 2.000 centímetros cúbicos. Esta mecánica sustituye al seis cilindros de tres litros. En comparación con el motor anterior, el nuevo propulsor, de 245 caballos, es más potente, tiene una mayor capacidad de recuperación y, al mismo tiempo, consume notablemente menos y su nivel de emisiones es más reducido. Las cifras hablan por sí solas. El nuevo BMW X1 *xDrive28i* se planta en los cien en 6,1 segundos, 0,7 décimas más rápido que su predecesor. Mientras, su consumo es de 7,9 litros a los 100 kilómetros, con lo que observamos una reducción del 16 por ciento respecto al modelo al que sustituye. El nivel de emisiones, sin ser bajo, tampoco es excesivo para un



coche de estas características. Así, emite 183 gramos de CO2 por kilómetro recorrido.

Sus grandes prestaciones también están al servicio de la diversión al volante. El X1 disfruta de una velocidad máxima de 245 kilómetros por hora. Toda la capacidad de su motor es canalizada a las cuatro ruedas a través de un cambio manual de seis velocidades y, de manera opcional, se puede elegir una transmisión automática de 8.

El todocamino incluye control dinámico de estabilidad. Una serie de sensores detectan cualquier síntoma de deslizamiento y el sistema actúa distribuyendo la fuerza motriz y dando más estabilidad al coche. Tras ser presentado en Ginebra, llegará al mercado en el mes de marzo.

## COMPROMISO ECOLÓGICO

La firma británica no descarta producir una versión híbrida del Range Rover Sport.



Se llama *Range\_e*. Un prototipo híbrido que se basa en el Range Rover Sport con motor diésel 3.0 TDV6. Aunque la firma no ha confirmado su potencia, su fuerza discurrirá a través de una caja de cambios automática ZF de 8 marchas.

La casa británica sí ha desvelado algunas cifras. Conduciéndolo en motor eléctrico nos ofrecerá una au-

tonomía de 32 kilómetros, mientras que la total, con la combinación del motor eléctrico y el diésel, es de 1.100 kilómetros.

El 4X4 disfrutará de una velocidad máxima de 193 kilómetros por hora. Grandes prestaciones a cambio de un nivel de emisiones ínfimo para un vehículo que supera los 2.000 kilos de peso en la báscula. De este modo, expulsa 89 gramos de CO2 por kilómetro.

Aunque todavía es un prototipo, el *Range\_e* camina con paso firme hacia la línea de producción. Podría ver la luz en 2013.

## UN TOQUE DE 'GLAMOUR' EN LA CIUDAD

### HONDA SW-T600 ABS

Los *scooters* de gran cilindrada se han convertido en una práctica solución para cubrir las necesidades de movilidad tanto en las ciudades como en sus alrededores. Una funcionalidad en la que ahonda la nueva SW-T600.

Combinando un estilo atractivo y unas dimensiones compactas, viste un motor bicilíndrico de 582 centímetros cúbicos con el que desarrolla una potencia enérgica aunque suave y fácil de domar para discurrir con agilidad y con un ritmo alegre en grandes vías, pero con seguridad entre el tráfico cotidiano.

Para aumentar la comodidad, dispone de un avanzado sistema de suspensión que facilita el manejo de la motocicleta. Con este propósito, el chasis ha sido diseñado para reducir al máximo las vibraciones. Estamos ante un *scooter* funcional que no descuida ningún detalle. Las formas de su carrocería ayudan a proteger al conductor y al pasajero de las turbulencias del aire.

Inspirado por los interiores de la automoción, el cuadro de instrumentos muestra toda la información que necesita el piloto de una forma precisa e intuitiva. Una de las ventajas de esta motocicleta es su gran capacidad de carga. Bajo el asiento disponemos de un espacio muy amplio para albergar dos cascos. También incluye una guantera para dejar objetos personales y documentos. Ya en el mercado, la *maxiscooter* tiene un precio de 8.600 euros.



# APAGA Y VÁMONOS

PARA ECHAR ESCORPIONES,  
SAPOS Y CULEBRAS



FOTO: M. Percossi / EFE

Es la reacción que puede provocar la visión de tan descomunales escorpiones, pero más aún el conocimiento de los hechos perpetrados, cada uno en su ámbito y dimensión, por sujetos de la talla de Berlusconi, a quien están dedicados carteles de protesta como el que luce la estatua de la Fontana de Trevi en Roma, o por el ucraniano John Demjanjuk, acusado de complicidad en la muerte de 27.900 judíos durante la Segunda Guerra Mundial, y ahora sometido a juicio.



FOTO: Wu Hong / EFE



FOTO: Lukas Barth / EFE

## CON TACTO

### LA TEMPERATURA CORPORAL, EN 5 SEGUNDOS

La lectura inmediata, su memoria de hasta 25 mediciones y su maxi pantalla con función reloj son algunas de las ventajas del nuevo termómetro por infrarrojos ThermoDelicate.



PiC Solution, marca del grupo Artsana especializada en productos para el cuidado personal de la salud, lanza el nuevo termómetro por infrarrojos ThermoDelicate, que mide la fiebre con el más natural de los gestos. El usuario podrá conocer la temperatura corporal en tan sólo cinco segundos, simplemente con apoyar el termómetro en la sien.

Esta nueva forma de tomar la temperatura supone un proceso rápido, no invasivo, que evita incómodas esperas al usuario.

Además, se convierte en una solución eficaz y precisa, ya que el termómetro entra en contacto directo con la sien, que es la parte más fiable para medir la fiebre al pasar por ella la arteria temporal. Entre los beneficios que aporta ThermoDelicate destaca su alarma de fiebre sonora y su memoria de hasta 25 mediciones, que permite un mayor control y seguimiento de la evolución del paciente.

Para facilitar la lectura inmediata, el diseño de este termómetro incorpora maxi pan-

talla con función reloj, que se activa cuando éste se encuentra en reposo. Estas novedosas ventajas aumentan su carácter práctico y funcional.

ThermoDelicate aporta mayor comodidad en su uso y transporte, incluyendo accesorios como un soporte, que permite colocarlo en cualquier lugar visible de la casa y un estuche porta-termómetros. Este producto se encuentra validado clínicamente según la norma europea EN 12470-5:2003.



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

Nuestra energía cruza fronteras llegando a más de 28 millones de clientes en 40 países. Porque sólo la primera compañía energética española es capaz de llegar tan lejos para estar tan cerca.



**ADOP**

Patrocinador  
del Equipo  
Paralímpico  
Español



**IBERDROLA**

EXPOSICIÓN TEMPORAL

# Vale do Côa Siega Verde

En el MUSEO DE LA **EVOLUCIÓN** HUMANA de Burgos

Entrada libre

El Arte de la Luz  
A Arte da Luz  
The Art of the Light

15 de Febrero – 29 de Mayo de 2011

EXPOSICIÓN ITINERANTE / EXPOSIÇÃO ITINERANTE / ITINERANT EXHIBITION

Las estaciones rupestres de Foz de Côa (Portugal) y Siega Verde (Salamanca) fueron declaradas Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en enero de 2010, valorando que en la actualidad son los dos sitios con arte paleolítico al aire libre más importantes de Europa Occidental (con una cronología entre 22.000 y 11.000) y permiten conocer aspectos sobre las relaciones sociales, económicas y espirituales de los primeros ancestros del ser humano.

Información en:

- [www.museoevolucionhumana.com](http://www.museoevolucionhumana.com)
- [actividades@museoevolucionhumana.com](mailto:actividades@museoevolucionhumana.com)
- 902 024 246
- Paseo Sierra de Atapuerca s/n. Burgos



 **Junta de Castilla y León**  
Consejería de Cultura y Turismo  
Fundación Siglo para las Artes de Castilla y León

 **MUSEO DE LA EVOLUCIÓN HUMANA**