

OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Domingo, 31 de enero de 2010 - Número 172



FITUR

Propuestas para revitalizar el turismo

SALVADOR MACIP

Cómo combatir las grandes plagas modernas

GASTRONOMÍA

Nuevas formas de cocinar el pulpo

Perfumes de nicho

EL PLACER DE OLER DIFERENTE



RESERVA desde 60€*

Semana del CRUCERO

Hasta el 7 de febrero

Niños gratis

pago en 6 meses sin intereses

-10%⁽¹⁾ + hasta -50%⁽²⁾ + PRECIO protegido

Con la colaboración de:



PROMOCIÓN VÁLIDA PARA CRUCEROS HASTA EL 31 DE DICIEMBRE. (1) Para cruceros publicados en los catálogos de Cruceros 2010. (2) Descuentos por reserva anticipada, aplicables sobre los tarifas máximas publicadas en los catálogos de Cruceros 2010 de las compañías navieras, en determinadas salidas, buques y categorías. Consulta condiciones de las compañías navieras colaboradoras. Plazas limitadas. (3) Si el precio de tu crucero baja hasta 10 días antes de la salida te devolvemos la diferencia. Descuentos / ofertas no acumulables a otras ofertas, promociones o descuentos especiales. (4) Pago desde 60€ por persona a descontar del artículo a efectuar 2 meses antes de la salida. (5) Intereses subvencionados por Viajes El Corte Inglés. Financiación sujeta a la aprobación de Financiera El Corte Inglés E.F.C., S.A. TAE:0%. PEBE nº: 09/03478. (6) Consulta compañías navieras y condiciones de aplicación. Gastos de gestión no incluidos (6€ por reserva). Consulta condiciones.



Tu crucero empieza aquí
902 400 454
www.viajeselcorteingles.es

Con toda la garantía de

VIAJES
El Corte Inglés



FITUR **_10**

El sector del turismo empieza a levantar cabeza tras la crisis



NUMERO 172
31 DE ENERO DE 2010

BAJO SOSPECHA

A toro pasado es fácil criticar lo que se tercie sabedores de que, ahora sí, el riesgo de que el astado nos pille es prácticamente nulo, aunque no lo sea. Esta manera de afrontar las crisis, económicas o sanitarias, es propia de una sociedad exigente, quejica, dada a la protesta y la censura de todo aquello que, por los motivos que sean, se aparta del guión preestablecido, como está sucediendo con la alarma desatada en todo el planeta por la pandemia de gripe A.

Ahora, cuando, por fortuna, la enfermedad no ha alcanzado el nivel de virulencia pronosticado por la comunidad científica internacional y en los almacenes sanitarios de España, Francia, Estados Unidos y de cualquier país del mundo desarrollado se acumulan millones y millones de vacunas adquiridos por los gobiernos en prevención de males mayores, ahora sí, ahora es cuando se desata la caza de brujas y, con la inestimable colaboración de los medios de comunicación que en su momento alentamos el miedo a una pandemia de efectos impredecibles, todo parece bajo sospecha.

Pero hay que ser justos y honestos, sobretodo cuando está en juego la salud de millones de ciudadanos mal informados, medrosos, agobiados por la metralla mediática de una crisis que no está siendo tan grave (aunque podría serlo en cualquier momento) como nos la vendieron, la vendimos o creímos entenderla.

Seamos serios y que cada cual, científicos, médicos, industria farmacéutica, periodistas y políticos, asuma su responsabilidad. Aprendamos de los errores y evitemos el seguidismo informativo facilón y las excusas a destiempo. La sociedad demanda confianza y rigor, no sirenas ni apagafuegos.

juanjo saiz
subdirector de OSACA



CRÓNICA SOCIAL **_24**

Alicia Keys deslumbra en Madrid



SALUD **_30**

Causas y diagnóstico del vértigo

SALVADOR MACIP **_12**

Respuestas de un experto a las pandemias sanitarias

EXCLUSIVIDAD **_16**

El mundo de los perfumes de nicho, la apuesta de las compañías por huir de los aromas 'de marca'

CINE **_22**

Sherlock Holmes y Watson saltan a la gran pantalla en una inusual aventura

CULTURA **_23**

Janet Jackson repasa su trayectoria en un disco recopilatorio

TENDENCIAS **_28**

Un ordenador pensado para jugar

SUMARIO

NÚMERO 172

HOY FIRMAN EN OSACA

javier ares **_4**

ignacio uría **_4**

carlos alsina **_5**

antonio pérez henares **_6**

ramón sánchez ocaña **_31**

bernabé tierno **_32**

maría jesús álava **_34**

PREVENCIÓN **_33**

Aprender qué posturas realizar para acabar con los males cervicales y el lumbago

PSICOLOGÍA **_34**

¿Estamos castigando a los buenos estudiantes?

GASTRONOMÍA **_35**

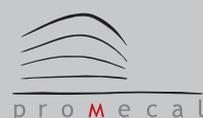
Las diversas recetas de pulpo y una nueva propuesta

MOTOR **_37**

Cadillac presenta su proyecto más ambicioso

MODA **_26**

El bolso se convierte en indispensable



Director: Óscar del Hoyo.
Subdirector: Juan José Saiz.
Jefe de Fotografía: Alberto Rodrigo.
Redacción: Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, 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

por las buenas

javier ares
periodista

LA PEQUEÑA DORRIT

De siempre he sentido una especial atracción por la época victoriana, aquellos opulentos años en los que la Corona británica alcanzó sus momentos de mayor expansión bajo la regencia de quien, probablemente, haya sido la mujer más influyente en la historia de la humanidad: la joven Alejandrina Victoria, que subió al trono a los 18 años y no se bajó de él hasta el día de su muerte, 64 años después, tras haber logrado situar los intereses de Reino Unido en cada uno de los continentes del planeta.

Y tengo para mí que ese interés, que en muchos momentos se convierte en fascinación, proviene de las muchas lecturas que, desde bien mozo, preñaron mis horas de ocio y de sueño. Y donde digo lecturas, he de decir también teatro, aquel que Televisión Española nos regalaba en aquellos tiempos en los que los culebrones (entonces solo en *papel cuché*) apenas alimentaban a chachas y meretrices.

Por eso, cuando, conducido por esa atracción, llegan ahora a mis manos los primeros capítulos de la exitosa serie de la BBC *Little Dorrit* (premio Emmy a la mejor miniserie de la televisión mundial), me llega también el recuerdo de aquellos años (finales de los 60) en que esta poco co-

nocida obra de Charles Dickens fue adaptada para TVE por una jovencísima Pilar Miró.

La novela, trasunto de la infancia del autor, narra la historia de la familia Dorrit, que vive en la cárcel especial para deudores en la que se encuentra internado su padre (tal se hacía en aquellos tiempos), y las peripecias de su pequeña hija Amy, empleada (y maltratada) como costurera en una rica casa londinense. Dickens, el hombre que mejor retrató el puritanismo y la impostura de aquella sociedad victoriana, también vivió, cuando zagal, en la cárcel en la que estuvo arrestado su progenitor.

Desconozco si alguna televisión va a comprar los derechos de esta magnífica serie, aunque mucho lo dudo en estos tiempos en que solo vampiros, *frikis* y *barraganas* encuentran su asiento catódico, pero me veo en la obligación de instar a la televisión pública -que ya sin trampantojos publicitarios va a vivir de los dineros del contribuyente-, a que rentabilice la inversión de cada ciudadano contribuyendo a algo más que al simple esparcimiento o la mera abducción.

Porque hubo un tiempo en que no sólo se ofrecía el mejor teatro en aquel inolvidable *Estudio 1* (antes *Primera Fila*) que durante más de 20 años ocupó su franja estelar en la programación semanal (y al que ya me he referido en alguna ocasión), sino que, cada tarde, a eso de las ocho, el tiempo que ahora se dedica al olor de las braguetas se empleaba en acercarnos las grandes obras de la literatura universal. Fue en el espacio *Novela*, y en entregas diarias, donde compartimos la venganza de Edmundo Dantés (*El conde de Montecristo*), la angustia del estudiante Raskolnikov (*Crimen y castigo*) o las amarguras de la pequeña Dorrit, con la dulce y virginal Ana Belén haciendo su debut televisivo.

Y la de tantos otros personajes legendarios que nos permitieron conocer lo que de otra forma no hubiera estado a nuestro alcance. Que no todo era tan malo entonces.



ME VEO EN LA OBLIGACIÓN DE INSTAR A LA TVE A QUE RENTABILICE LA INVERSIÓN DE CADA CIUDADANO CONTRIBUYENDO A ALGO MÁS QUE AL SIMPLE ESPARCIMIENTO

OPINIONES CRUZADAS

ignacio uría
periodista

historias mínimas

AQUELLOS TIEMPOS NO TAN LEJANOS



XURXO NO HABÍA IDO A DESPEDIR A SU MADRE, QUE EMIGRABA PARA LA ARGENTINA. AL OTRO LADO DEL OCÉANO, MÁS LEJOS DE LO QUE XURXO ERA CAPAZ DE IMAGINAR. SU PADRE LE HABÍA PROHIBIDO IR AL PUERTO, NO QUERÍA QUE SUFRIERA

Cada vida es una novela que se pierde, o una película que nunca será filmada. Cada nombre y cada apellido tienen detrás una historia de heroísmo callado, de renuncias que nunca serán conocidas. Es posible que eso sea lo mejor.

El 27 de noviembre de 1957 amaneció con sol y eso siempre es motivo de fiesta en La Coruña, capital gallega de una emigración que entonces era todavía americana.

En la Estación Marítima se agolpaban las familias, mudas e incrédulas, para despedir a los que partían. El silencio era atronador y el trajín previo al embarque se hacía, aunque pareciera mentira, con un sigilo prudente, desgarrado y tristemente cotidiano. Los paquetes iban envueltos en papel de estraza y las maletas atadas con cuerdas, bien vigiladas para no perderlas. En una mano el equipaje y en la otra los papeles, pendientes del sello de salida. La boina calada y la mirada perdida en el infinito.

Hacía frío en La Coruña aquel 27 de noviembre, ese frío húmedo que se instala en el alma y del que solo te libras con un abrazo o con unas lágrimas furtivas. Algunos lloraban en el muelle,

sentados sobre el equipaje, otros de rodillas, arrimados a un cura que les escuchaba sin mirarlos antes de cantar la letanía redentora *in nomine Patris*.

El silencio era monástico, pero de monasterio preconiliar. La mañana pesaba como un manto de plomo y solo el viejo gaitero se atrevía a quebrarla con su tonada de aire. *Ondiñas veñen, ondiñas veñen y van, non te vaías rianxeira...*

Por eso el pequeño Xurxo no había ido a despedir a su madre, que emigraba para la Argentina. Al otro lado del océano, lejos, más lejos de lo que Xurxo era capaz de imaginar. Su padre, Xan, le había prohibido ir al puerto, no quería que sufriera, que la viese desaparecer en el horizonte tragada por el mar, la mar, el mar. ¡Solo la mar!

Pero el niño no le hizo caso y se apareció en el último momento, desconsolado, buscando con la mirada y con las manos *a súa nai*, a su madre. Entre llantos se abrazaron, se besaron y se dijeron adiós.

El padre y el hijo se despidieron desde tierra mientras ella subía por la pasarela blanca al *Juan de Garay*, que brillaba como un diamante. Con el alma partida se apretaron uno contra el otro, mientras el dolor les salía por la piel.

Ése fue el instante que Manuel Ferrrol captó con su cámara. Un segundo de eternidad que iba a perderse, pero que en el último momento fue salvada por el fotógrafo de Camariñas. Esa imagen es hoy el símbolo de la emigración gallega. Una fotografía que ha dado la vuelta al mundo porque retrata sentimientos universales, pero en blanco y negro español.

La humilde Estación Marítima coruñesa ya no existe. Ahora se llama Muelle de Trasatlánticos y en su lugar se alza un imponente palacio de congresos, cristal y acero para el siglo XXI.

Ahora los españoles no emigramos, aunque aún tengamos un millón de compatriotas fuera de nuestro país. Aquellos tiempos de pan negro y hambre atrasada no están tan lejos. Por eso procuro, de vez en cuando, recordarlo y no olvidar que mi abuelo fue uno de ellos.

carlos alsina

EL FBI NOS RETRATA

Confieso que no me entretenía tanto leyendo sobre el *photoshop* desde que doña Sofía agarró el tampón de borrar y dejó sin piernas borbónicas a su campechano marido en aquel inolvidable christmas madre-de-todas-las-ñapas. Este artista del FBI que confeccionó el frankenstein del cincuentón Bin Laden usando la grisácea cabellera de un diputado asturiano jamás pudo imaginar el desquiciado teatrillo que su penosa hazaña iba a desencadenar en la pasmosa España. Raro es que el fiscal Pumpido no haya actuado de oficio para exigir la identidad del oscuro montajista que, según la doctrina políticamente correcta, ha violentado el derecho de Llamazares a su propia imagen y ha puesto en serio peligro su capacidad para viajar libremente por el mundo. Tela marinera. Ahora que han transcurrido dos semanas sin que Llamazares haya sido secuestrado por la CIA para llevárselo de *extranjis* a Guantánamo -la única parte de Cuba cuyo régimen le desagrada- creo que podré decir, sin riesgo de que me crucifiquen por tomarme a chufra la integridad de nadie, que este episodio de sobrerreacción colectiva a una ocurrencia intrascendente me ha parecido, en conjunto, una pamema bochornosa, una pavorosa tontada.

A mí no me cae simpático el FBI porque he visto en el cine que estos federales son unos engreídos de tomo y lomo que le arrebatan los mejores casos al *sheriff* Lobo. Y porque en la fallida serie *Flashforward* van como pollo sin cabeza inventando una línea de investigación distinta en cada episodio. No me cae simpático, es

verdad, pero no alcanzo a entender qué delito comete el FBI al recortarle el pelo a cualquiera para ponérselo a Bin Laden de sombrero. No veo qué relación existe entre la seguridad de Llamazares y su forma de ondularse la melena. Supongo que si el saudí fuera enteramente calvo, quien estaría en peligro sería Coto Matamoros y quien habría emitido un comunicado, la federación nacional de asociaciones de cabezas rapadas, haciéndose cruces por la sombra de sospecha extendida sobre todos los calvos. No es eso, señorías de vacaciones, no es eso. La declaración oficial del Congreso sobre el episodio del FBI es pueril, corporativista e infundada, un ejercicio de falsa caridad con el compañerete caído del que, en privado, hacen chanza.

Presume nuestro insigne Parlamento de que la seguridad del diputado ha sido comprometida sin llegar a explicar de dónde cáramanos se lo saca. Veamos: el del retrato robot ni es Llamazares ni se le parece; probablemente tampoco se parece a Bin Laden, pero eso, hasta que no lo detengan, no habrá manera de confirmarlo. Mira que si lo capturan y debajo del turbante lleva el mismo pelo gris-onduline que el asturiano, a ver cómo acusamos entonces de chapucero al montajista americano. O de saboteador de izquierdistas, que es la solemne pavada que salió de la boca del imaginativo diputado.

A Llamazares le ha llovido del cielo este epílogo *friki* para su carrera política amortizada. Ha dado lo mejor de sí mismo pariendo esta

teoría conspiranoica según la cual van a por él por izquierdista, por antiamericano, por español y por rojo. He aquí un comunista mediocre abrazando el victimismo *carmelita*, no del Carmelo sino de Karmele. Verle decir esas cosas con un letrado detrás que decía *Congreso de los Diputados* me habría inundado de vergüenza ajena si no fuera porque bastante tiene uno con avergonzarse de lo propio como para andar ruborizándose por el ridículo ajeno. El nuevo embajador americano, recién aterrizado, fingió una gran consternación por el *collage* del FBI y simuló no haber escuchado decir al conspiranoico que en Estados Unidos «primero disparan y después preguntan». De sobra es conocido que en los aeropuertos norteamericanos se amontonan cadáveres de extranjeros inocentes con peinados sospechosos. Me asombra que personas sensatas secunden con entusiasmo tanta bobada. Con semejante prejuicio, para qué perder el tiempo dándole explicaciones a quien ya se ha ocupado, sin saber nada, de explicarlo todo.



NO ME CAE SIMPÁTICO EL FBI, PERO NO ALCANZO A ENTENDER QUÉ DELITO COMETE AL RECORTARLE EL PELO A CUALQUIERA PARA PONÉRSELO A BIN LADEN DE SOMBRERO. NO VEO QUÉ RELACIÓN EXISTE ENTRE LA SEGURIDAD DE LLAMAZARES Y SU FORMA DE ONDULARSE LA MELENA



antonio pérez henares

LUNA DE INVIERNO

La luna entera estaba ya alta en el cielo antes de que el sol se pusiera. El día había estado cubierto de nubes y empapado de lluvias. Pero ahora, al caer la tarde, un viento fuerte las había desparramado y por poniente el sol se recreaba en sacarle brillos a las últimas, y hacer emerger llamaradas de oro y de naranja, en contraste con el vivísimo y lavado azul de un retazo cielo puesto all  tan solo para que los robles y las encinas de la costera pudieran contrastar mejor sus siluetas en el horizonte.

El bosque rezumaba humedad y los más diversos verdes competían en los pinos, los enebros, las sabinas y los romeros por ofrecer el mejor de los reflejos a la luz efímera de la atardecida. Y la luna llena quiso asomarse a verlo antes de que anocheciera. Luego se pasó, aliada con el viento, toda la noche jugando al escondite tras las nubes que volvieron.

Cuando lograba escapar de ellas, iluminaba la tierra. Una claridad trasl ci-

da traspasaba la noche y la vista se extendía fascinada, no solo por el espacio cercano, sino por vaguadas y valles hasta el horizonte lejano de la sierra. Un aliento blanquecino y lechoso parece envolver la atmósfera, y un pálido resplandor sobrecoge y emociona los sentidos.

La magia de la luna llena llenó el firmamento limpio, que destilaba el hielo por

las puntas de sus estrellas, y lo hacía descender sobre las tierras por un aire transparente. Era una luna poderosa y fría, inmensamente fría en sus resplandores, que no calienta las tierras, ni descubre sus colores, que solo ilumina sus sombras, pero en la que los ojos se quedan suspendidos y admirados recorren todo lo que les rodea descubriendo que la noche iluminada es aún más hermosa que el día.

Lentamente, y según se alzaba, comenzó a bañar los árboles, luego los matorrales y finalmente umbrías y oquedades del sombrío suelo

para hacerles de nuevo perfilarse y tomar sus individuales formas deslig ndolos de la amalgama de la tiniebla. Pero eran otras formas y otro color por esa su luz inusual que nos estremece y nos inquieta porque no es su luz, la luz bajo la que caminan los hombres. Es la luz bajo la que camina el lobo y a la que el lobo ama.



antonio pérez
henares
periodista y escritor



EL BOSQUE REZUMABA HUMEDAD Y LOS MÁS DIVERSOS VERDORES COMPETÍAN EN LOS PINOS, LOS ENEBROS, LAS SABINAS Y LOS ROMEROS POR OFRECER EL MEJOR DE LOS REFLEJOS A LA LUZ EFÍMERA DE LA ATARDECIDA



EL ARTE DEL CHOCOLATE DESDE 1891

CORTADOS

Disfruta la vida Cachito a Cachito

www.trapa.com



EL ARTE DEL CHOCOLATE DESDE 1891

SELECCIÓN DE AUTÉNTICOS
CORTADOS

AVELLANA • TRUFA • NARANJA



NUEVA OPORTUNIDAD

FITUR RECIBE EL NUEVO AÑO CON UN «MODERADO OPTIMISMO»

UN AÑO MÁS, MADRID ACOGIÓ LA FERIA DE TURISMO MÁS IMPORTANTE DEL MUNDO. ESTE SECTOR, 'TOCADO' DURANTE EL ÚLTIMO AÑO POR CULPA DE LA CRISIS ECONÓMICA, INTENTA DESPEGAR EN 2010. Y LO HARÁ GRACIAS A LA AMPLIA OFERTA QUE SE MUESTRA AL PÚBLICO, PARTIENDO DE LO MÁS SENCILLO HASTA LAS PROPUESTAS COMPLEJAS. EL CAMINO DE SANTIAGO Y LA EVOLUCIÓN HUMANA SON LAS INVITACIONES DE ESTE AÑO EN CASTILLA Y LEÓN, MIENTRAS QUE CUENCA Y SU FERIA DEL LIBRO SON LAS 'JOYAS' DE CASTILLA-LA MANCHA.

osaca
texto

ical/efe
fotos

Madrid volvió a convertirse en la capital del turismo con la celebración de la XXX edición de la Feria Internacional de Turismo (Fitur), una cita que sirvió de termómetro para conocer cómo va a afrontar el sector este complicado 2010, que, según lo previsto, será el inicio de la recuperación económica que se viene arrastrando en todo el mundo. Viendo las cicatrices que la crisis financiera ha dejado en viajes, visitas y demás actividades de ocio, Fitur sirvió, no solo para mostrar las nuevas ofertas, sino para analizar lo que viene de atrás y lo que espera en el futuro. Así, según se desveló, se ha producido un descenso de más de un cuatro por ciento en el turismo mundial, un dato preocupante, pero que no merma el «moderado optimismo» de los expertos de cara a este nuevo período que empieza, en el que se espera que los números sean mejores que en 2009.

Al evento concurrieron 170 países y más de 11.500 empresas intercambiaron sus esperanzas e ilusiones en el Ifema madrileño. Pese a que el espacio fue menor que en otras ediciones (76.000 metros cuadrados, 4.000 menos que el año pasado), la alegría volvió a los 10 pabellones, que visitaron más de 220.000 personas. Allí se dieron a conocer las últimas propuestas de turismo de todo el mundo aunque, como cada año, los pabellones dedicados a España fueron los más reclamados. Sol, playa,





cultura y rutas fueron las ofertas más repetidas por los puestos nacionales.

No obstante, uno de los expositores más visitados fue el de Paradores de Turismo, en el que se podía visionar el último anuncio realizado por esta sociedad en 3D.

Hasta allí acudieron los Reyes el día de la inauguración, quienes, tras guardar un minuto de silencio por las víctimas del terremoto en Haití y tener un encuentro con la embajadora de ese país en España, no dudaron en aceptar la invitación del presidente de Paradores, Miguel Martínez, y ponerse unas gafas para ver el anuncio.

Está claro que la oferta de estos lugares emblemáticos es una de las más codiciadas por los españoles, que acuden masivamente a disfrutar de los enclaves mágicos donde se encuentran situados y de la exquisita atención y las grandes prestaciones que se encuentran en unos edificios de ensueño.

Entre las regiones españolas en Fitur, Castilla y León mostró sus credenciales, concentrando buena parte de su oferta en el atractivo del Camino de Santiago a su paso por la región, coincidiendo con el nuevo Año Jacobeo, y en el Museo de la Evolución Humana, que será inaugurado la próxima primavera en Burgos e incluirá entre sus fondos los principales hallazgos de restos fósiles de homínidos, industria lítica, flora y fauna localizados en el complejo paleoantropológico de la Sierra de Atapuerca.

Además, en el curso de la Feria se promocionaron otras seis ofertas turísticas como escapadas, gastronomía y enoturismo, naturaleza, turismo cultural, turismo rural, así como otra propuesta bajo la denominación de *Localización de Castilla y León en el mundo*, donde se detallan las conexiones por transporte que tiene la región.

Dentro del apartado cultural también fueron presentadas las actividades del 1.100 aniversario del Reino de León y el Festival Internacional de las Artes de Castilla y León que se celebrará en Salamanca.

Las nueve provincias de la Comunidad, El Bierzo, Asecal, Fecital, Aedave, Acaltur Atacyl Aclap y la Federación de Empresarios de Hostelería compartieron escenario en una feria en la que dicho territorio contó con un extenso programa de actividades para promocionar el

patrimonio y todo lo que ofrece la región.

Por su parte, el presidente de la Junta de Castilla y León, Juan Vicente Herrera, aseguró durante la celebración del día de la Comunidad Autónoma en Fitur que esta región se consolidó en 2009 como «líder» de Turismo rural y adelantó que «va a batir el récord histórico» en los datos que se publicarán en el mes de febrero.

No en vano, representa el 23 por ciento del conjunto del turismo rural de España. Además, el sector genera más del 11 por ciento del Producto Interior Bruto en Castilla y León y cuenta con 70.000 empleos direc-

tos de la propia zona territorial.

En los últimos nueve años se ha «triplicado» el número de viajeros que acuden a la Comunidad norteña en busca de un turismo rural que ofrecen «más de 3.000 alojamientos». De este modo, el jefe del Ejecutivo regional mostró la convicción de que el turismo está siendo «en este tránsito por la crisis, una base fundamental de la nueva economía sostenible que equilibra el territorio, que genera y vincula otro tipo de dinamismo para los próximos años en esta Comunidad».

EL MUSEO DE LA EVOLUCIÓN HUMANA SERÁ INAUGURADO LA PRÓXIMA PRIMAVERA EN BURGOS E INCLUIRÁ LOS HALLAZGOS DE ATAPUERCA



Pedro Delgado (con la consejera de Cultura de Castilla y León, María José Salgueiro) es un 'fijo' de Fitur.

Respecto a las ayudas a las empresas turísticas, el desarrollo del sector contribuye a la puesta en marcha del Plan Estratégico de Turismo 2009-2013, que cuenta con un conjunto de recursos asociados próximos a los 400 millones de euros. Junto a él, la Junta desarrolla un plan financiero que desde el año 2009 gestiona la Agencia de Desarrollo Económico y que «ha permitido financiar 250 proyectos, generando 288 empleos, con un importe global de 24,4 millones en préstamos, a los que

El Camino de Santiago es protagonista en 2010 por ser Año Jacobeo.

El Museo de la Evolución Humana (MEH) se inaugurará la próxima primavera en Burgos y contará con una muestra de los hallazgos más destacados en Atapuerca.

RECICLAJE Y PREMIO

En esta edición, el stand de Castilla y León fue galardonado como mejor expositor de la feria por su «innovación», ya que apostó por el «cuidado del medio ambiente», un premio que compartió con Canarias y País Vasco, que repitió reconocimiento por segundo año consecutivo.

El jurado valoró que el puesto castellano se mostraba «activo» en cada momento, ya que varias personas repartían folletos en bicicleta sin esperar a que se visitase el espacio. Así, este premio reconoce el diseño, pero también la forma innovadora con la que la Comunidad ha promocionado sus productos, «huyendo de la pasividad y apostando por el acercamiento a las personas».

El stand fue presentado en la Feria INTUR 2009, en Valladolid, y en 2010 recorrerá las distintas ferias en las que participe la Junta. Su presidente, Juan Vicente Herrera, calificó el

puesto de «austero y adecuado a los tiempos de crisis», además de un exponente de «buen gusto» e «integrador», ya que no representa solo a la Junta, sino también a las diputaciones y a las asociaciones turísticas y hoteleras.

Además, esta Comunidad recibió otros dos reconocimientos: el premio a la iniciativa Puntos Activos y otro a la iniciativa Camino de la Lengua Castellana.

hay que añadir los 5,3 millones de inversión pública que han subvencionado 65 proyectos turísticos».

El Ejecutivo regional concretará antes de la próxima primavera la presentación en las Cortes de Castilla y León del proyecto de nueva Ley de Turismo, una normativa que establecerá criterios de clasificación de los alojamientos de turismo rural que se agruparán en cinco categorías; habrá una especialización de los establecimientos según su tipología (familiar, gastronómico y balneario, entre otros); se instaurará el reconocimiento de ofertas turísticas complementarias y diversificadas, como complejos turísticos de montaña, palacio de congresos, complejos de enoturismo, entre otros; y se creará un comité permanente de desarrollo de nuevos productos.

GASTRONOMÍA Y TECNOLOGÍA

También en Fitur quedó de manifiesto la importancia de la gastronomía para esta Comunidad, que celebrará la segunda edición del Congreso de Gastronomía en Soria y participará en el primer Congreso Europeo de ese tipo y en unas jornadas gastronómicas en México con

La gastronomía volvió a ser uno de los principales reclamos turísticos de todas las comunidades autónomas españolas y de numerosos países extranjeros.

motivo de la Feria del Libro de Guadalajara, a la que Castilla y León ha sido invitada.

La aplicación y el uso de las nuevas tecnologías es otra apuesta de esta región, que será pionera con la puesta en marcha de la red social *Turyou*, una propuesta que contará con la participación de los propios ciudadanos.

El nuevo portal, de tecnología 2.0, buscará el intercambio de experiencias, imágenes y vídeos de las personas que visiten dicha Comunidad en lo que será un banco de contenidos digitales y que será subvencionado por el Plan Avanza del Ministerio de Industria, dado que este proyecto fue seleccionado para su realización. Se trata de una plataforma digital con la que cada ciudadano podrá subir alguna foto, sonido y vídeo, convirtiéndose así en generador de turismo.

Para la configuración de *www.turyou.com* se convocará un concurso público desde el 15 de febrero hasta el mes de abril para dotar de un contenido inicial a la web, que dispondrá en un primer término de 2.500 imágenes, 500 sonidos y 200 vídeos.

De este modo, evolucionará hacia una red de turismo participativa que se convertirá en

un escaparate del turismo de Castilla y León de carácter nacional e internacional y en el que los usuarios tendrán una participación activa. *Turyou.com* pretende generar un espacio virtual en el que confluyan los intereses y motivaciones turísticas del ciudadano, del empresario de hostelería, de los autónomos y profesionales del turismo, de los medios de comunicación y de la Administración.

Este proyecto, que nace promovido por el Centro Experimental del Conocimiento del Parque Científico de la Universidad de Valladolid, es el primero de estas características llevado a cabo por una comunidad autónoma y con él se pretende fomentar la rápida difusión de la actividad turística entre la población mediante la mejora en la gestión del conocimiento turístico y contar con las aportaciones de los propios ciudadanos como turistas y generadores de turismo.

Igualmente, la televisión digital que complementará el portal de turismo de Castilla y León y la incorporación de rutas como el Camino de Santiago a los ordenadores personales o GPS son otras de las ofertas de esta región, que se seguirán desarrollando con la incorporación este año de otros caminos como el de Madrid, la Vía de la Plata o rutas enológicas.

EN CAMINO Por otro lado, al calor del Camino de Santiago, las cinco grandes ciudades por las que discurre la tradicional ruta jacobea -Pamplona, Logroño, Burgos, León y Santiago de Compostela- han unido sus pasos para promocionar el turismo cultural en sus territorios.

Aunque no se han olvidado del peregrino, la iniciativa está dirigida al resto de visitantes, a los que se les ofrecerá un paquete turístico que les permitirá recorrer esas cinco localidades y conocer su histórico patrimonio.

De ninguna forma, aseguran los responsables de esta red, quieren sustituir la imagen ya habitual del peregrino que recorre con su bordón la ruta que le llevará a Santiago, por la del turista, sino acoger a ambas formas de conocer la ciudad.

Se trata de una alternativa al turismo rural, que sí se ha desarrollado en toda la ruta jacobea con motivo de la gran afluencia de peregrinos que cada año recorren el Camino Francés desde Roncesvalles hasta Santiago.

Algunas de las iniciativas ya en cartera pasan por la creación de una «tarjeta del peregrino» con la que podrían obtenerse descuentos en entradas a museos o en otros servicios. Los turistas podrían también disponer de una credencial similar a la de los caminantes para que fuera sellada en cada ciudad y disfrutar de atracciones itinerantes como conciertos de canto gregoriano o actuaciones de juglares.

Los promotores aprovecharon Fitur para ponerse en contacto con los touroperadores a fin de diseñar un paquete turístico que permita al visitante conocer las cinco ciudades, muy bien comunicadas gracias a la autovías del Camino y del Norte.

También mantendrán contactos con Turespaña para que la «marca» pueda promocionarse en ferias internacionales de turismo co-





CUENCA ACOGERÁ LA VIII EDICIÓN DE LA FERIA DEL LIBRO, LA LECTURA Y LAS INDUSTRIAS CULTURALES DE CASTILLA-LA MANCHA

EL CAMINO DE SANTIAGO SERÁ EL 'GANCHO' QUE PERMITIRÁ POTENCIAR OTRO TIPO DE TURISMO EN LAS CIUDADES POR LAS QUE PASA

mo la de Francia y Alemania.

El Camino será el *gancho* que permitirá potenciar otro tipo de turismo en esas ciudades, que contarán con un logotipo diseñado con la simbología de la ruta jacobea y que también se dará a conocer en breve.

Para poner en marcha este proyecto, los ayuntamientos de esos grandes municipios se han olvidado de su color político y han unido sus esfuerzos para que la iniciativa sea una realidad este mismo año, en coincidencia con la celebración del Xacobeo.

CASTILLA-LA MANCHA Y si la Evolución Humana y el Camino de Santiago fueron unas de las más claras apuestas de Castilla y León (tres de sus provincias acogen la ruta francesa), en Castilla-La Mancha abrieron un amplio abanico de ofertas: la promoción del libro, el fomento de la lectura, la alfabetización informacional y el apoyo a las industrias culturales fueron los ejes fundamentales de esta edición. En este sentido, la consejera de Cultura, Turismo y Artesanía, Soledad Herrero, explicó que esta cita servía para plantear una visión global de la actividad cultural, que va desde su vertiente más artística hasta el enfoque comercial y empresarial.

Herrero recordó que «la cultura es un pilar del turismo»; y a Fitur, que busca «promocionar el libro y fomentar la lectura», ya se incorporó en 2009 el área de las industrias culturales, un sector en el que actualmente trabajan 17.000 personas en Castilla-La Mancha. «Queremos que nuestros librerías y la cadena del libro tengan su escaparate en Cuenca», expresó la consejera, quien señaló que el eslogan elegido para la Feria en 2010 es *Una imagen, mil palabras*, y su diseño está asociado al campo del sector audiovisual y los libros.

En el año 2009 la cifra global de negocio superó los 500.000 euros y el Gobierno de Castilla-La Mancha quiso aprovechar esta cita para mostrar su apoyo al mundo editorial, y en especial a las pymes por su importante labor como generadores de trabajo y de riqueza en la región.

Eso sí, esta promoción no se quedará solo en Fitur, ya que Cuenca acogerá la VIII edición de la Feria del Libro, la Lectura y las Industrias Culturales de Castilla-La Mancha, que se celebrará del 26 de abril al 2 de mayo.

NARRACIÓN EN EL HOGAR Entre las principales actividades programadas en esta VIII edición destaca *La narración en el hogar*, que contará con la actuación de los Filandones, en la que los autores leoneses Luis Mateo Díez, José María Merino y Juan Pedro Aparicio, hilarán historias a partir de una propuesta de narración. Los lectores también podrán tener encuentros con algunos escritores de la categoría de Fernando Savater, Manuel Rivas, María Dueñas o Cristina Fernández Cubas.

La feria, además, contará con tres exposiciones relacionadas con la idea central de este año que es la ilustración y el diseño. Así podrán disfrutar de las muestras *Pinocchio*, *La imagen de la fantasía* y un montaje monográ-

fico del premio nacional de Ilustración 2009, Miguel Calatayud.

La organización de la Feria de Cuenca no ha olvidado el centenario del poeta Miguel Hernández y por este motivo ha programado diferentes actividades de promoción y animación a la lectura en torno a la obra de este gran *poeta del pueblo*.

Cada Comunidad Autónoma vistió sus mejores galas para darse a conocer e invitar al público a gastar parte de su tiempo en cada territorio, con una puesta de largo inmejorable. Así, Andalucía volvió a potenciar alguna de sus joyas, como la Alhambra de Granada, la ciudad de Sevilla y los pueblos blancos; Madrid centró su apuesta en una de sus calles principales, la Gran Vía, que se convirtió en el nexo que unía todas las ofertas de la Comunidad; Cantabria mostró sus verdes paisajes e, incluso, apostó porque el presidente de Estados Unidos, Barack Obama, fuera el primer visitante de las Cuevas de Altamira cuando éstas vuelvan a estar abiertas al público; el País Vasco centró su turismo en sus municipios y su gastronomía... Cada región por separado, y todas ellas como un conjunto, dejaron patente que España es diferente.

CIUDADES PATRIMONIO

El Grupo de Ciudades Patrimonio de la Humanidad de España (GCPHE) y la ciudad de Madrid han firmado un acuerdo de colaboración con el operador japonés JTB para la promoción y desarrollo de los productos turísticos de las 13 ciudades acogidas bajo esa denominación en nuestro país, así como de Madrid en el país nipón.

El mercado japonés tiene un gran potencial para la oferta turística de las localidades reconocidas por la Unesco y la capital del reino, como puerta de entrada a nuestra nación, por tratarse de un perfil de turistas que viajan especialmente por el imperioso deseo de visitar lugares históricos y monumentos, así como el contacto con la naturaleza y el paisaje.

Según los últimos datos obtenidos por el Instituto de Turismo de España, el turismo japonés en territorio patrio se ha ido recuperando e incrementando desde el año 2005 hasta situarse en 360.000 personas en 2007. En este contexto, el objetivo del acuerdo es desarrollar y promocionar la oferta turística de estas localidades, posicionándolas como destinos turísticos principales y situándolas por delante de otras opciones europeas.

El convenio se materializará e una amplia campaña de marketing, publicidad y comunicación desarrollada por JTB, que permitirá llegar al consumidor final japonés y que incluirá, entre otras acciones, la creación de un folleto monográfico sobre Madrid y las 13 ciudades Patrimonio para su distribución en oficinas de venta de JTB.

El Grupo de Ciudades Patrimonio de la Humanidad de España es una asociación sin ánimo de lucro creada en el año 1993 cuyo objetivo es actuar de manera conjunta en la defensa del patrimonio histórico y cultural de las localidades que lo componen, que son Alcalá de Henares (Madrid), Ávila, Cáceres, Córdoba, Cuenca, Ibiza, Mérida (Badajoz), Salamanca, San Cristóbal de la Laguna, Santiago de Compostela (La Coruña), Segovia, Tarragona y Toledo.



>ENTREVISTA

SALVADOR MACIP médico e investigador

«ANTE UNA PANDEMIA, LA OBLIGACIÓN DE UN GOBIERNO ES PREPARARSE PARA LO PEOR»

Doctor en medicina por la Universidad de Barcelona, **SALVADOR MACIP** (Blanes, 1970) pasó nueve años investigando sobre cáncer y envejecimiento celular en el Hospital Mount Sinai de

juanjo saiz
texto

e.d.
fotos

Nueva York. Actualmente estudia las bases genéticas del cáncer en su propio laboratorio del Departamento de Bioquímica de la Universidad de Leicester (Reino Unido). Autor de libros de ficción y divulgación científica, Macip acaba de publicar 'Las grandes plagas modernas' (Destino), texto con el que intenta dar respuesta a cuestiones como la incidencia de la gripe A y la utilidad de la vacuna, el rebrote de la tuberculosis o el sarampión, los tratamientos contra la malaria y el sida, la amenaza bioterrorista o la necesidad de que la industria farmacéutica desarrolle nuevos antibióticos para combatir las mutaciones víricas, entre otras cuestiones, sin duda, de interés general.

¿A usted qué le produce más temor, la nueva gripe, el sida, la ignorancia o la falta de rigor informativo en los medios de comunicación?

La ignorancia, sin duda. Lo demás se puede arreglar. Es importante que la gente entienda el peligro real de enfermedades como el sida o como la gripe y también que los científicos seamos capaces de explicarlo con las mejores palabras y de la manera más sencilla y accesible. Y, para cerrar el círculo, es imprescindible que los políticos se esfuerzen para que llegue el mensaje claro, y los medios de comunicación hagan bien su trabajo y contribuyan a trasladar todos los mensajes a la sociedad con rigor y transparencia. Un caso bien reciente y palmario de esto último lo tenemos en el tratamiento informativo que se ha dado a la gripe causada por el virus H1N1, tanto por parte de los propios medios como por los políticos y la comunidad científica. Todos hemos pecado de falta de comunicación e incluso de ignorancia, y menos mal que la pandemia no ha alcanzado, al menos hasta ahora, el nivel de virulencia pronosticado porque entonces los daños hubieran podido ser terribles. No obstante, una vez reconocidos los errores, creo que ahora todo el sistema se encuentra mejor preparado para afrontar la próxima pandemia, que un día u otro acabará por llegar.

Siendo la salud un asunto de interés general, ¿qué estamos haciendo mal los periodistas para no conseguir sintonizar

con la población?

Creo que no es solo un problema de los periodistas, ni mucho menos. Empezamos porque los científicos no hablamos de forma clara, nos encerramos en nuestro lenguaje particular y tratamos al resto de los mortales como si no fueran capaces de entendernos. Por ello debemos esforzarnos en explicar de manera inteligible lo que estamos haciendo. Después, los periodistas tenéis la obligación de documentaros y entender al máximo las cuestiones de las que estáis informando. Y, finalmente, el público también tiene la obligación de no quedarse con la primera cosa que lee en internet; debe ir más allá, buscar nuevas fuentes y discriminar la información que le llega de una fuente fiable de la que no lo es.

Es uno de los peligros que entraña informar e informarse a golpe de titular.

Evidentemente, pero también es lo que demanda el ciudadano y a veces somos los propios científicos los que intentamos vender algo vistoso para que parezca que hacemos cosas más importantes. Está claro que se debe captar la atención del lector o del telespectador de una manera más equilibrada, y en nuestro caso también tenemos que explicar sin sombras ni lagunas cuáles son las aplicaciones directas, reales, de un descubrimiento llevado a cabo en el laboratorio y cuáles son las teorías y las posibilidades a largo plazo de tal hallazgo, y así evitaremos crear falsas expectativas.

Entrando en materia, ¿Debemos preocuparnos realmente por la gripe A, porcina o como quiera que ustedes llamen a esta nueva pandemia? ¿Son necesarios tantos millones de vacunas, tanta inversión y prevención ante una enfermedad cuyo alcance desconocemos?

Obviamente, esta pandemia al final ha sido más leve de lo que podía haber sido, pero no por ello debemos bajar la guardia, ni ahora ni nunca porque no sabemos si rebrotará, se volverá más agresiva o si dentro de unos años aparecerá otro virus mucho más peligroso que el H1N1. Tenemos que estar siempre vigilantes y prepararnos para lo peor. Yo prefiero tener millones de vacunas, aunque acaben en la basura, a que se desencadene una pandemia terrible y nos encontremos sin capacidad de respuesta por falta de previsión o por pretender ahorrarnos un dinero. La obligación de un gobierno es intentar prepararse para lo peor y planificar en exceso; si luego no pasa nada, pues mejor que mejor.

¿Qué opina de las teorías que culpan a las farmacéuticas de manipular el virus de la gripe para obligarnos a vacunaciones masivas año tras año?

Pues que carecen de todo fundamento. No vamos a negar que las compañías farmacéuticas, como cualquier otra empresa, buscan ganar dinero con sus actividades, pero nadie puede poner en duda, y existe una sólida base científica al respecto, que el virus de la gripe muta, cambia

muy rápidamente y no podemos evitarlo. En consecuencia, para hacerle frente necesitamos a la industria farmacéutica, digan lo que digan los alentadores de tales conspiraciones.

¿Cuál es para usted el mayor avance mundial en la historia de la medicina?

Es muy difícil elegir solo uno. Si hablamos de la medicina moderna, quizás un punto de inflexión lo marca el descubrimiento de la estructura del ADN, cuando en 1953 James Watson y Francis Crick, del Cavendish Laboratory en Cambridge (Reino Unido), publicaron su famoso artículo en Nature explicando el modelo tridimensional de la doble hélice del ADN, que contiene toda la información genética, causando una auténtica revolución en el campo de la biología molecular. Ya sé que escojo un hito un tanto arbitrario, porque cualquier gran avance médico se fundamenta en otros muchos pequeños hallazgos, que son fruto a su vez de innumerables investigaciones, pero si hay que elegir uno solo, me quedo con esto.

¿Qué encuentra de apasionante en el mundo de los virus y las bacterias?

Todo. Me fascina la capacidad que tienen los microorganismos para sobrevivir, la fuerza que poseen para resistir todo lo que les echamos para combatirlos. Las bacterias estaban en este planeta mucho antes que nosotros y probablemente seguirán aquí cuando el hombre desaparezca. Y no hay que olvidar a las bacterias buenas, las que son imprescindibles para la vida en la Tierra, las que nos ayudan a sobrevivir y mantienen el equilibrio en los ecosistemas.

¿Qué posibilidades reales hay de que se llegue a implantar en toda Europa el programa Porfasflu?

Creo que es el futuro inmediato. Los sistemas de detección rápida de enfermedades infecciosas, como es el caso del Porfasflu, son vitales para frenar una pandemia. Todo lo que puedas hacer durante las dos primeras semanas de la aparición de un brote son claves. Y no se trata solo de implantar, por así decirlo, sistemas de detección de bolsillo para el ser humano, sino también, como ha quedado de manifiesto con la nueva gripe, de idear métodos de vigilancia y detección inmediata de enfermedades que afectan a los animales porque hay muchas probabilidades de que acaben afectándonos a nosotros. En una palabra, hay que desarrollar sistemas que nos permitan actuar sin demora cuando, por ejemplo, se compruebe que un virus está infectando

a cerdos, aves, monos, etcétera.

Por cierto, ¿qué fue de la gripe aviaria?

Con la gripe aviaria pasó un poco lo mismo que con la actual, que cuando empezó no sabíamos si iba a ser grave o no, por lo que, insisto, teníamos la obligación de prever y ponernos en el peor de los casos. No obstante, el problema de la gripe aviaria es que el virus causante (H5N1) era mucho más agresivo que el de la gripe porcina y mataba al 50 por ciento de las personas infectadas, aunque, por fortuna, no se transmitía bien entre persona y persona, al contrario que el H1N1. Pero es que estos virus siempre están ahí, latentes, no desaparecen aunque ya no se hable de ellos en la prensa. Por eso hay que seguir desarrollando vacunas y tratamientos para evitar que se activen y causen males mayores.

Como antecedente, en 1976 hubo un brote de gripe porcina en un cuartel de Nueva Jersey (EEUU). El virus causante fue también una variante del H1N1. Hubo solo un muerto y al final no se extendió por el país. El gobierno estadounidense empezó de inmediato una campaña de vacunación masiva, aunque sólo alcanzó a un tercio de la población. La vacuna mató a 25 personas.

Para distender un poco. ¿Recomendaría a sus pacientes la ingestión de papaya fermentada para prevenir la gripe, como hace el doctor Luc Montagnier? [premio Nobel por su descubrimiento del virus del sida]

Ja, ja, ja, ja, ja... Creo que no, aunque igual tiene razón. Es importante diferenciar, y no solo en el caso de la papaya sino en cualquier otra cosa que podamos ver en los medios de comunicación, entre lo que son verdades científicas demostradas y lo que son solo teorías. Yo nunca tomaría nada que no haya pasado por todos los controles científicos porque no sería la primera vez que vemos en el laboratorio un compuesto que parece que cura y luego cuando es administrado a las personas no cura ni la mitad o resulta que es tóxico.

Sin embargo, usted se hace eco en su libro de que la papaya fermentada es muy consumida en Estados Unidos para combatir el envejecimiento celular.

Es que en Estados Unidos, y también en Europa, existe una industria montada alrededor de los fármacos anti-envejecimiento que genera miles de millones cada año. Pero, reitero, en ningún caso se ha comprobado científicamente que alguno de ellos tenga una utilidad real.

¿Es una apreciación extensible a todo el sector de la parafarmacia?

Sí, y es un problema porque la gente no se da cuenta de que para que una medicina llegue a la farmacia tiene que pasar una serie de controles de calidad y de efectividad terribles. Por el contrario, los llamados suplementos dietéticos y la parafarmacia no tienen que pasar ningún con-

«PREFIERO TENER MILLONES DE VACUNAS, AUNQUE ACABEN EN LA BASURA, A NO PODER RESPONDER ANTE UNA PANDEMIA TERRIBLE»

«ME FASCINA LA CAPACIDAD DE LOS MICROORGANISMOS PARA SOBREVIVIR»

«ES IMPORTANTE DIFERENCIAR LO QUE SON VERDADES CIENTÍFICAS DEMOSTRADAS DE LO QUE SON SOLO TEORÍAS»

trol por ley, con lo cual llegan cosas al consumidor que, si tenemos suerte, no hacen nada pero puede incluso que sean tóxicas, como ha sucedido con determinados productos para adelgazar o para lo que sea.

Usted será, si me permite el juego, una de las pocas personas a las que la aparición de un supervirus no le quite el sueño porque, de alguna manera, lo está esperando. (Sonríe). Es un poco lo inevitable. Un día u otro puede aparecer una plaga, un virus o una superbacteria que nos cause problemas importantes, aunque ahora mismo no podemos hacer nada y es inútil que nos preocupemos por algo que no sabemos qué puede desencadenar.

En su obra Las grandes plagas modernas recoge que en España bajaron los casos de sida un 16 por ciento en 2008. Sin embargo, muchos turistas que nos visitan contraen aquí la enfermedad que luego trasladan a sus países. No es precisamente un buen reclamo para el principal sector de nuestra economía.

Es una realidad que no nos proporciona una buena reputación. El sida, en nuestro país y en general en los países desarrollados, ha pasado a ser una enfermedad poco importante; la gente le ha perdido un poco el miedo, el respeto, y creo que es un error porque aunque con la ayuda de una combinación de fármacos, caros y con notables efectos secundarios, se ha logrado que el sida ya no sea una sentencia de muerte para quien la padece sino una enfermedad crónica que más o menos se puede controlar, se trata en definitiva de un mal incurable que se cobra la vida de miles de personas cada año, por lo que siempre se deben extremar las medidas de prevención, sobre todo en las relaciones sexuales. **¿Por qué son más agresivas ahora las infecciones con VIH que hace 20 años?** Porque el virus es listo y va evolucionando; muta y se hace más resistente, por eso todavía no hemos sido capaces de elaborar una vacuna o un fármaco que realmente lo pueda frenar.

¿A qué obedece el rebrote del sarampión en Europa?

A la estupidez de algunos... bueno, no lo pongas así. Se debe a uno de esos casos de confusión que se producen cuando se escucha a la persona equivocada y cuando se magnifica una información científica que después de ser ampliamente difundida se comprobó que era totalmente errónea. El problema de que ahora mismo esté rebrotando el sarampión en zonas de Londres o Nueva York, por poner algún ejemplo de países desarrollados, es porque se ha empezado a dudar de la eficacia y la seguridad de la vacuna. Y todo ello provocado por un desafortunadísimo estudio publicado en 1998 por el doctor Adam Wakefield, quien, a partir de una

La tuberculosis es ahora mismo la principal causa de muerte por infección en adultos. Un tercio de la población mundial (unos 2.000 millones) está infectada, pero la fase activa solo se verá en un 10%. ¿Cómo saber quién estará en este grupo? Existe una predisposición genética y también se sabe que, por motivos desconocidos, los hombres se infectan con más frecuencia que las mujeres.

muestra realizada con solo 12 pacientes, concluyó que la vacuna triple vírica [contra las paperas, el sarampión y la rubeola] causaba autismo. El hecho de que su estudio se publicara en Lancet, una de las revistas científicas más prestigiosas, junto con el apoyo irresponsable de unos cuantos fervientes partidarios de su tesis y una inesperada campaña mediática hicieron el resto. La comunidad científica mundial desautorizó las conclusiones de Wakefield pero los medios ya no se molestaron en publicar o explicar alguno de los 200 artículos que demostraban que estaba equivocado. Diez años después también se ha sabido que falseó los datos de su estudio. Pero lo más grave es que por culpa de aquel artículo un número indeterminado de niños no fue vacunado y sufrieron las consecuencias, algunos con resultado de muerte incluso.

¿Tiene usted hijas menores de edad?

Un hijo de dos años.

Si en un futuro amplía su descendencia y tiene hijas, ¿usted las vacunaría contra el virus del papiloma humano?

Esta vacuna ha sido polémica desde el principio pero estoy convencido de que es muy útil y su administración va a evitar muchas muertes porque previene un cáncer muy grave como es el de cuello del útero. No obstante, si una mujer se somete a sus exploraciones ginecológicas rutinarias, cualquier problema saldrá a la luz porque el *Papanicolaou* (citología) es uno de los sistemas más eficaces para la detección de anomalías en las células del útero.

Ya, pero ¿usted vacunaría a sus hijas o no?

Vaya, parece que no quiero contestar a la pregunta... Yo sí las vacunaría sin problemas aunque, como ocurre con todas las vacunas, puedan registrarse casos muy puntuales de alergias. Los beneficios son importantes y creo que vale la pena.

¿Cómo es su trabajo en el laboratorio del departamento de Bioquímica de la Universidad de Leicester?

Como en muchos otros laboratorios, nosotros también estamos intentando encontrar las bases genéticas del cáncer; queremos entender cómo funciona una célula cancerosa para, una vez comprendido esto, tratar de controlarla, bien matándola o evitando que siga creciendo. Para ello estudiamos procesos como la oxidación celular, el envejecimiento, porque cáncer y envejecimiento están relacionados en muchos aspectos; analizamos virus y cómo afectan a nuestro sistema inmune, cómo reaccionan nuestros mecanismos de defensa.

¿Cuál es ahora mismo nuestra mejor herramienta contra el cáncer?

La prevención. Ahora mismo hay cánceres que se curan y otros que no, pero si se cogen a tiempo los porcentajes de curación ahora son muy

«LA DIVULGACIÓN DE DATOS FALSOS POR UN SOLO MÉDICO HA PROVOCADO QUE EL SARAMPIÓN REBROTE EN LONDRES O NUEVA YORK»

«SI TUVIERA HIJAS, YO SÍ LAS VACUNARÍA CONTRA EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO»

«EL CÁNCER Y EL ENVEJECIMIENTO ESTÁN RELACIONADOS EN MUCHOS ASPECTOS»



Cada 30 segundos fallece una persona a causa de la malaria, una enfermedad ya detectada en momias egipcias del año 3000 a.C. Sin embargo, no todo el mundo corre el mismo riesgo de ser picado por los temidos mosquitos del género Anopheles. Así, según algunos estudios, estos insectos prefieren a las embarazadas, a los delgados y a la gente a la que le huelen los pies.

elevados gracias, sobre todo, al diagnóstico precoz. Es decir, hay que realizar las revisiones adecuadas, mamografías y citologías en el caso de las mujeres, y el estudio de la próstata y colonoscopia en los hombres. Y a otro nivel de prevención, hay que evitar cosas obvias como el tabaco, responsable de gran parte de los cánceres que vemos, hay que seguir una dieta sana y equilibrada y tomar el sol con cabeza y protección.

Alzheimer y Parkinson ¿hay luz al final del túnel?

Ah, claro. Estamos haciendo avances muy importantes en estos campos aunque todavía nos encontramos relativamente lejos de lograr la solución definitiva a estas enfermedades. Se está investigando mucho e invirtiendo grandes cantidades de dinero porque son dos de los pro-

blemas sanitarios más importantes del siglo XXI. El esfuerzo es muy grande y los resultados acabarán por llegar.

Es difícil reclamar paciencia a una persona enferma de cáncer o a los familiares de un ser querido que sufre alzheimer. Quizás todo sería un poco menos traumático si tomáramos conciencia de lo vulnerable que es el ser humano.

Es que no hay otra. Somos muy vulnerables. El cuerpo humano es muy frágil y está sometido constantemente a sustancias tóxicas, a agresiones y daños que nos vienen de todas partes. Y por si todo esto no fuera suficiente, encima tenemos que luchar contra los microorganismos que intentan invadirnos sin tregua. Dicho esto, tampoco hay que ser paranoico ni preocuparse en exceso, sino asumir que nuestra vida es una lucha contra los elementos, a unos los dominamos y vencemos, como ocurre con muchas enfermedades, y a otros los plantamos cara y poco a poco vamos ganando terreno, como es el caso del cáncer. La mejor prueba de ello es que cada vez somos más longevos y gozamos de más calidad de vida.

PERFUMES CON ALMA Y FIRMA

ana
montes
texto y fotos

AROMAS NO GLOBALIZADOS, MINORITARIOS. LA PERFUMERÍA DE NICHU ACOGE A UN PÚBLICO QUE HUYE DE LAS FRAGANCIAS COMERCIALES PARA REFUGIARSE EN EL PLACER DE OLER DIFERENTE. LOS ARTESANOS PERFUMISTAS HAN FORMADO UN EJÉRCITO DE LIBERTAD OLFATIVA EN LOS ÚLTIMOS 10 AÑOS QUE EN ESPAÑA GANA ADEPTOS. IR CONTRACORRIENTE ES SIEMPRE UN PLACER.



Son las otras marcas de perfumes, las que se venden en escenarios distintos a los que acostumbramos, más *chic*, con una distribución selectiva que limita y criba los puntos de venta, fragancias bien explicadas, un lujo cuando la publicidad es la única que lleva tiempo haciéndolo. Entrar en el paraíso de las perfumerías de nicho, o selectivas, es como recorrer otro bosque de olores ignorado por las marcas tradicionales. Hay personalidad en cuanto se destapa un tapón y una gama más extensa con menos corsés fruto de la vuelta del perfumista al taller, sin doblegarse a los habituales estudios de mercado y al márketing de las multina-

cionales. Y es que su intención no es crear aromas globales, sino de autor.

Aquí hay exclusividad, artistas libres, inspiración y materias primas de calidad, naturales, raras, de lujo incluso, y en abundancia, aunque en pequeñas tiradas. Las firmas nicho ahorran en la publicidad y en el diseño del frasco, pero no en materias. Para entender la proporción: «Mientras Robert Piguet gasta 250 euros/kilo o más en su esencia, Calvin Klein gasta 40», comenta la dueña de Barfumería. Y ¿los precios? Similares a los de la perfumería tradicional: desde 50 a 80 euros, algunos, de 120 a 300. Aunque el nicho también puede ser ostentoso, como los 1.500 euros/50 ml de Gold Perfume que Guy Robert creó para Amuage, propiedad del

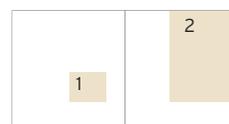
sultán de Omán.

Annick Goutal, Jean F. Laporte y Frédéric Malle -nieto del fundador de Christian Dior y evaluador de fragancias- fueron hace 10 años los promotores de «los nuevos olores», antes de que Estados Unidos y Londres se unieran, para seguirlos Italia y, hace cuatro o cinco años, España. La figura del artisan perfumier del s.XVIII -que popularizó sus creaciones personales a través de los pequeños talleres de perfumes en Grasse y París- inspiró a Jean F. Laporte la creación de fragancias independientes, primero para L'Artisan Parfumeur y luego para Maitre Parfumeur et Gantier -nombre que recuerda a los tradicionales perfumistas de guantes. Frédéric Malle -nieto del fundador de Christian Dior y evaluador de fragancias- dio un paso más allá hace nueve años cuando a través de su marca Editions de Parfums brindó a nueve primeros narices del mundo la oportunidad de componer libremente para él, poniendo su cara y nombre, como Dominique Ropion, que firma el último. Esto de permitirles crear lo que les diera la gana fue un lujo que la industria en absoluto les ofrecía.

«Francia es el país que produce más fragancias de autor pero tiene la quinta parte de tiendas que Italia, con 8.000 establecimientos tradicionales y casi 400 de nicho», comenta el perfumista Lorenzo Villorosi, impulsor de la reciente Accademia del Profumo de Florencia, «un lugar sin parangón en el mundo y un centro de debate y estudio sobre el perfume actual. Florencia -con el salón Fragranze de Pitti Immagine- es la capital del perfume de nicho y no Francia, porque allí las marcas y multinacionales no quieren publicitar este sector. Italia es el mayor distribuidor de esta perfumería en Europa gracias a su red de pequeñas tiendas».

Son pocos aún los comercios especializados que en España venden estas fragancias, pero cada vez más, junto a los *concept store* -tiendas de concepto multiproducto- como Isolée (Madrid), Taizo (Cannes), Collete (París), 10 Corso Como (Milán) -con perfume propio-, o Quartier 206, (Berlín). Algunos, templos del olor, como Aedes de Venustas (Nueva York) o departamentos de centros del lujo como Liberty (Londres) o Barney's (Nueva York), venden en exclusiva perfumes de nicho ausentes en otras perfumerías exclusivas.

Barfumería (Madrid) y Urbieta (San Sebastián) fueron pioneras en traer estos perfumes a nuestro país, como Erlai (Bilbao), que lleva ocho años haciendo la transición de la perfumería tradicional a la de nicho con un futuro próspero y halagüeño, según coinciden todos. «Hay mer-



1 Frédéric Malle, creador de la marca Editions de Parfums, pionera en reclutar a los mejores narices del mundo para crear perfumes exclusivos.

2 Perfumería-museo de nicho Olfattorio, en la prestigiosa Via de Tornabuoni (Florencia).

cado porque hay mucha gente descontenta con los perfumes actuales. Los de nicho se venden fenomenal incluso en internet y pueden salvar también al comercio tradicional, que ya no puede competir por precio, sino por la exclusividad con productos alternativos», según comenta Gigi Richardson, creadora a finales de los 90 de Barfumería, ahora *on line*.

Isolée afirma haber doblado ventas en el último año, siendo el espacio perfumístico más grande de España y el único con *corners* de marcas nicho. La necesidad de exclusividad de muchas de estas marcas artesanas les ha hecho enfrentarse a contratos de criba de hasta 80 fo-

lios llenos de requisitos ya que no todas las tiendas son admitidas por las firmas. «Algunas te llaman para confirmar que tras la perfumería está el dueño, no una cadena, como Eau d'Italy cuando me quiso fichar», sostiene Angels Pijuán, copropietaria de JC Apotecari (Barcelona).

El juego boca-oreja que marcas, tiendas y consumidores practican hace que «muchas gente no nos conozca, solo los que buscan olores especiales, como los que pueden conseguirse mezclando entre sí algunas fragancias de autor naturales para personalizarlas con la propia piel», indican en la bilbaína Erlai. Ya no queremos oler como los demás, a una *celebrity*, ni rociarnos

con los valores de una marca. Ya no es exclusivo tener Gucci o Armani, fáciles de encontrar en cualquier lugar, incluso imitaciones. «La minoría que busca olores diferentes se envicia con ellos porque ofrecen lo que las archiconocidas marcas no tienen. Además, las de nicho no queman su imagen porque su producción es limitada y restringen su distribución», explica Fiona Milner, propietaria de Perfumería Q (Valencia). La estela en la que se inspiró fue la londinense Space NK y su departamento de perfumes alternativos llamado *apothecary* que ahora es su etiqueta de marca y la nomenclatura más utilizada por muchas perfumerías de nicho.

«Para vender estos perfumes hay que contar su historia, dar un valor añadido al cliente», porque es capaz de apreciarlo, argumenta Joaquín Egea, de la tienda Linda vuela Río, localizada en Murcia y Valencia. Y es que, según los expertos, el olfato del español es uno de los más habituados y exigentes, gracias a la tradición de perfumar a los niños. Para los no suficientemente preparados, muchos estableci-

mientos ofrecen clases de catas olfativas, como la madrileña BoMonde bajo iniciativa de la Asociación de Amigos del Perfume.

'NICHOS SHOPPING' Ir de tiendas por el olor nicho es pasar de la interminable vanguardia y sofisticación del presente hasta llegar al pasado, más o menos revisado, donde empezó todo, con recetas antiguas, métodos artesanales, olores monovarietales o los que evocan un paisaje, perfumes de la realeza o aguas tradicionales. La *best seller* Bond n°9 desdobra el olor de Nueva York en las fragancias de Wall Street, Broadway, Coney Island... atmósferas de un estilo de vida que huelen a dinero, éxito, espectáculo, a alguna de sus más de 20 postales olfativas conceptuales.

Carthusia -el más pequeño y antiguo laboratorio del mundo desde 1270- envasa los aromas de Capri de Hierbas de Ibiza -marca española de nicho mejor posicionada internacionalmente- rememora los de su territorio, una tendencia a crear paisajes olfativamente idealizados que siguen otras marcas. Ambas son las más dignas representantes de las islas mediterráneas. Antonio Torres comenta que «en 1997 fuimos pioneros en España, aunque nuestra familia, de tradición joyera, creó esta esencia en 1965. No vamos al son de las modas y seguiremos haciendo la misma fragancia a base de corteza de limón, naranja y tomillo porque tenemos clientes repetidores y estamos en la primera fila de sitios como Barneys. Para ratificar que Hierbas de Ibiza es distinta tenemos un frasco único y creamos una cajita de plata con perfume compacto», propuestas también de 10 Corso Como y Miller Harris.

La aguas y perfumes centenarios de la Officina Profumo Farmaceutica de Santa Maria Novella -la más antigua de Europa y proveedora de Catalina de Médicis, que en 1533 deja Florencia para convertirse en reina de Francia difundiendo así el perfume moderno, tal y como hoy se conoce- han influenciado otras aguas artesanales y de antigua receta como la exitosa Acqua di Parma, Acqua di Biella y Acqua di Genova, éstas proveedoras, desde 1872 y 1853, de la casa real de Savoya. La Officina de Tornabuoni, cuarta generación heredera de la mejor tradición farmacéutica y botánica florentina, cultiva la cosmética natural con la fragancia de Angélica y sus premiados cosméticos Bazaar Beauty Awards 2009 innovadores.

Del pasado más rutilante de Grasse -capital de las más prestigiosas fragancias- las veteranas y selectas Molinard y Fragonard -artífice del Museo del Perfume de París y Grasse- man-

tienen anteriores propuestas y nuevos aromas fieles a su espíritu. Les Perfums de Rosine (1991) rescata la marca creada a principios del siglo XX por el diseñador Paul Poiret para interpretar la rosa en todos sus matices y fusiones tradicionales y modernas porque «la rosa hoy recupera su esplendor y es la quintaesencia de todos los grandes perfumes», indica Marie-Hélène Rogeon, su creadora.

Inglaterra muestra deleite por sus marcas Royal Warrant, proveedoras de la realeza británica, muchas barberías prestigiosas de calles londinenses como Jermyn Street, referencia de la perfumería artística *made in Britain*. Truefitt & Hill (1805) -la barbería más antigua y elegante del mundo- produce aún sofisticados tratamientos y fragancias masculinas. Floris -menorquina en Londres en 1730- mantiene desde hace 279 años el buen gusto con productos como el colutorio de rosas que antes lo fue en exclusiva del príncipe Carlos. Creed -fundada en 1760 en Londres- ofrece más de 200 perfumes originales artesanales de alta calidad, que recorrieron todas las cortes de Europa y hoy seducen a *celebrities* como el actor George Clooney. Este filón del pasado ha llevado a grandes casas comerciales a lanzar reediciones especiales de algunas de sus míticas fragancias, como Diorissimo de Dior. El sibarita británico Clive Christian prefiere el lujo de materias raras y escasas en su gama 1872, considerada la más cara del mercado.

Vino y *cognac* se unen al perfume como objetos de culto y lujo en fragancias que aluden al terruño en la etiqueta. La colección numerada Milleime de agua de perfume de L'Artisan Parfumeur incluye la cosecha de iris pálida toscana de 2007, una de las añadidas más excepcionales de esta planta.

Pierre Frapin, aromatiza con *cognac* su producto 1270, con flores de la escasa uva Folle Blanche, hierba de las viñas, aromas de la bodega y las barricas de roble. Floribus ex vinis también utiliza el vino para aromatizar su esencia y es que tanto perfumistas como viticultores son maestros en destilar y ensamblar aromas.

Juliette has a gun -de Romano Ricci, bisnieto de Ninna Ricci- evoca el arte de la seducción de la Julieta de Shakespeare proponiendo una mujer acorde al siglo XXI armada con su perfume. Se distingue con la rosa y una imagen *ultraglamourosa* creando etiqueta propia en el nicho. Miss Charming, Lady Vengeance y Citizen Queen son las otras *balas* que dispara. Con más descaro, Etat Libre d'Orange derrocha creatividad e ideo-



«PARA VENDER ESTOS PERFUMES HAY QUE CONTAR SU HISTORIA, DAR UN VALOR AÑADIDO AL CLIENTE», EXPLICAN LOS EXPERTOS





RAMÓN MONEGAL

Español, veterano en esto desde hace 35 años y desde hace solo dos, independiente. De hecho, acaba de inaugurar su *atelier*, al modo de los ingleses y franceses, en la calle Calvet número 3 de Barcelona. Ya tenía ganas este nariz internacional y preciado -cuarta generación de perfumistas- que durante años trabajó para Myrurgia dejando joyas como un Premio Fifi por Azahar de Adolfo Domínguez. No tuvo temor de declarar en su día que la perfumería tradicional ya no era un arte y, así, hizo las maletas para crear perfumes de autor.

Libertad: «Ahora puedo invertir en perfumes y hacer lo que quiero sin depender de los estudios de marketing. Me estoy dando el gusto de usar en muchas de mis creaciones el iris -lo más caro del mercado- y de hacer una colección que no se basa en la categoría masculino o femenino, sino en actitudes: cuatro perfumes de actitud masculina, siete de femenina y tres vitalistas. Reivindico la figura del perfumista, igual que hicieron los *chefs*, que ya han salido de la cocina para ser protagonistas. El artista debe recuperar la libertad de creación y experimentación que ya existía en el s.XIX, cuando los perfumistas exponían su obra, algo que desapareció con la industria, atenta solo a los costes y el marketing. El perfumista debe serlo de verdad, no de foto, aunque hay algunos perfumes de nicho de multinacionales que también están jugando bien (en referencia a Etro) y forman parte de este futuro. Nos vamos a divertir porque la perfumería de nicho está cuestionando cosas muy grandes».

Lujo: «Es la escasez. Los perfumes tradicionales han dejado de ser inaccesibles por eso cada vez hay más rastreadores que quieren hacer un perfume suyo y buscan fragancias diferentes y escasas. Igual que antes no había cultura de vino, lo mismo sucederá con el perfume. Cada vez se producen materias más puras, aunque los métodos de extracción son los que son, por eso el futuro del perfume está en los matices. Con más de 1.000 materias naturales y más de 10.000 sintéticas, nos sobran ingredientes para crear perfumes. Pero lo difícil es crear matices y usar buenos materiales, por eso la industria terminará yendo detrás de nosotros».

Cultura: «Hay mucha incultura sobre los perfumes porque a la industria nunca le ha interesado culturizar. Es más fácil vender que enseñar. Yo organizo catas de olor para explicar el lenguaje de los ingredientes y enseñar al cliente a personalizar él mismo su perfume. El futuro de la personalización es esto más que encargarse un perfume a medida, algo muy costoso. El mundo de la perfumería tradicional es frío. El perfume hay que catarlo con los cinco sentidos, incluido el oído y el tacto, por eso mi tienda es acogedora, cercana al usuario, a quien quiero dedicarme y enseñarle, así que estoy escribiendo un libro sobre el arte de perfumarse».



3 Boutique- Atelier de Frédéric Malle, en París, con la galería de fotos de sus artistas.

4 Histórica perfumería Officina Profumo Farmaceutica de Santa Maria Novella (Florencia), cuna del perfume moderno.

5 Cajita-joya en plata de perfume sólido realizado por Hierbas de Ibiza.

logía a través de su eslogan *El perfume ha muerto. Viva el perfume* y su manifiesto para rescatar la esencia a través del erotismo, la animalidad, el libertinaje olfativo, lúdico y sin tabúes. Su fragancia Puta de Palacio, inspirada en los prostíbulos del s.XIX -con carmín, rosa, violeta, cuero y musgo- vende la fantasía de la mujer que puede convertirse en leona. Otra perla es su Virgen y torero, representado por una mancha de sangre sobre una sábana, dedicado al acto sexual.

Rompedoras son la sueca Byredo, la gala Nez a Nez, y la londinense Czech & Speake, marca de mobiliario que, igual que otras de moda, como Etro, ha entrado en el nicho. Su fragancia nº 88, lanzada en unas elegantes botellas ne-

gras opacas se agotó al mes de salir a la venta. Detrás de Nasomatto está el italiano Alessandro Gualtieri, afincado en Ámsterdam -ex creador de Versace o Fendi- «un perfumista intemporal» considerado uno de los nuevos genios. Para él, sus perfumes son fruto de una idea llevada a una obsesión y una búsqueda personal que culmina y olvida cuando consigue el perfume porque «lo he vivido tan intensamente que tengo que separarme de él», reconoce. Para probar a veces el que tiene en curso recurre al olfato de las prostitutas del Barrio Rojo -donde tiene su laboratorio-, ya que «su nariz es superior a la media y adquirida al oler tantos cuerpos diferentes». Una muestra ésta del carácter de un artista.

Mimosa chispeante, en un helecho de hojas verdes bañadas en rocío, que recibe las caricias de *ylang ylang* y de almizcle de Cachemira. Dedicado al mito Andy Warhol.
Precio: 205 euros.

Esta *Eau de Parfum* resulta cálida y densa a la vez, animal y acuerada, especiada y amaderada. Un elixir, una sensualidad exultante a flor de piel. La nota de salida de esta fragancia es una mezcla de especias (comino, cardamomo, bayas rosas) y frutos secos (dátiles).
Precio: 100 euros.



Nasomatto se ha convertido en uno de los referentes de la perfumería de lujo, una de sus últimas esencias es Black Afgano. Se trata de una fragancia dominada por la esencia del hashish. Aunque lo más curioso es que llega en un envase de dos litros...
Precio: 4.000 euros.



Una afortunada interpretación de la rosa de Marruecos, almizcle y aroma de frutas salvajes. Una fragancia que combina ingenuidad y lucidez.
Precio: 88 euros.

El maestro florentino Lorenzo Villoresi nos ofrece una delicada composición con un marcado acento floral (rosa y jazmín, entre otras) matizado por el *osmanthus* (una flor originaria de China, con un delicado aroma a albaricoque) y el palo de rosa.

Precio: 98 euros.



1270 es una fragancia noble compuesta de los aromas que rodean a la elaboración del *cognac*. Las notas de maderas exóticas, especias, pasas, pimienta, naranja, nuez, avellana, ciruela, cacao, café, cuero, miel y vainilla hacen de este perfume una verdadera obra maestra.

Precio: 92 euros.

Laura Tonatto, creadora italiana de perfumes a medida, como los de la reina Isabel II de Inglaterra

EL PERFUME DEL FUTURO

PERSONALIZACIÓN. «Estoy contenta de trabajar en una nueva era olfativa», ha declarado Mona di Orio, una de las creadoras más destacadas. La personalización es el rasgo que mejor define al perfume del futuro en busca de una exclusividad total, algo que cultivan también Lynn Harris, (Miller Harris) y Laura Tonatto, especialistas en fragancias a medida, la segunda, para la mismísima Reina de Inglaterra. Sus posibilidades podrían ampliarse cuando se incorporen ingredientes nuevos -como las nuevas sustancias del agua de los ríos y de la Amazonía antes no usadas- y distintas formas de extracción en condiciones varias; como la extracción de la esencia de la rosa en ausencia de gravedad o la codestilación: destilación simultánea de dos sustancias aromáticas diversas, alternativa a la tradicional mezcla del producto derivado de destilaciones individuales.

NATURAL VERSUS SINTÉTICO. A pesar del altísimo porcentaje de materias naturales en estos perfumes, muchas marcas también usan sintéticos. La vigencia de lo orgánico ó 100% bio, que ha propiciado certificaciones bio, no impide a muchos perfumistas defender tanto las características inimitables de ciertas esencias naturales como algunas de síntesis, porque lo que define un buen perfume es la imaginación, la libertad de creación y su calidad total. «No podemos prescindir de los sintéticos ya que resuelven problemas como la destrucción de los recursos ambientales. Terminaremos aceptando y gestionando con criterio el maridaje natural-sintético», opina el perfumista James Healey. «Las esencias naturales derivadas de un producto biológico no tienen por qué ser de mayor calidad que las que no proceden de él. Actualmente, la búsqueda del producto natural sigue cuatro modalidades de

innovación: Organical, Orpur, New Botanicals y Ethical Sourcing pero

también se puede desarrollar esta gama de ingredientes naturales extrayéndolos de ciertos alimentos», apuntó en

Fragranze de Pitti Immagine Maurizio Volpi, *global head marketing* de Givaudan.

Escentric Molecules es una de esas joyas impactantes aliada con los sintéticos. Tras su aplicación, su molécula Super Iso IE sube con la temperatura del cuerpo provocando una sensación, más que

un olor, presente en la piel 10 horas, mientras las fragancias piramidales convencionales suben y bajan. Como

des Garçons ensalzó los sintéticos en 1998 con Odeur 53, su primer anti-perfume, con ingredientes insólitos como el alquitrán o el metal. Vanguardia hecha perfume.

La idea de Blanche está construida en torno al color blanco. Por primera vez ha creado una fragancia por y para una persona específica. Pura y simple en su estructura y extrema en carácter. Se abre con la rosa blanca, la pimienta rosa y el aldehído. El corazón se compone de violeta, neroli, peonía y revela una base de maderas rubias, sándalo y almizcle.

Precio: 115.00 euros.



RECOMENDACIÓN: 'SHERLOCK HOLMES'

javier m. faya
coordinación

GUY RITCHIE REINVENTA LOS 'TAQUILLAZOS'

Tras una serie de brutales crímenes rituales, Holmes y Watson llegan a tiempo para salvar a la última víctima y descubrir al asesino: Lord Blackwood.

Estamos ante la visión de un cineasta con un estilo narrativo particular y un desquiciado sentido del montaje de los personajes creados por sir Arthur Conan Doyle en su primer salto al cine tras más de 20 años inactivos. Los Holmes y Watson que se nos presentan ahora bien podrían ser la versión madura, ya pasada de rosca y embriagada de éxito, del bonachón aprendiz de doctor y del sa-gaz y tunante aprendiz de detective que prefería crear misterios en vez de estudiar de todo un clásico de los 80, *El secreto de la pirámide*, otra alternativa al original bien llevada por Barry Levinson. Con los años, Holmes se ha vuelto un fanfarrón, un ególatra petulante consciente de su importancia y que necesita más un caso que resolver que una chica a la que conquistar. Un camorrista adicto a las peleas, pero siempre usando su cerebro antes que los puños, incluso en el combate. Por su parte, Watson sigue siendo Watson, arrastrado irremediabilmente por su compañero de fatigas.

Tal refrito consistente en una reinterpretación del original basado en unos personajes ya excesivamente populares y pasados por el filtro de un director inquieto como Guy Ritchie es lo que nos encontramos en *Sherlock Holmes*, gran divertimento victoriano dotado

de grandes dosis de comicidad y misterio, como marcan los cánones del personaje. Porque ¿qué ocurriría si el director de las febriles *Snatch*, *Cerdos y diamantes* y *RocknRolla* aplicara su toque a un producto destinado a amasar dinero? La res-

puesta es que inauguraría un nuevo concepto de cine de entretenimiento.

Ritchie, ya aparentemente recuperado del tifón *Madonna*, pone toda la carne en el asador y se convierte en un eficiente realizador, y auténtico renovador, del *blockbuster* de toda la vida. Ofrece una comedia de acción y suspense con clase, con un estilo narrativo portentoso mezclado con la estética gótica propia de la época, un guión inteligente que no abusa de sus propios golpes de efecto, y una trama que se va complicando a medida que avanza la manera de pensar de su protagonista.

Lo advertimos ya en sus primeras secuencias.

Ritchie no es capaz de hacer un taquillazo al uso, y eso le pasa factura durante casi la primera mitad. Es tan difícil entrar en la dinámica de su juego que más de uno desconectará de la historia. Los que no lo hagan experimentarán cómo el interés en la trama y su inteligente desarrollo van *in crescendo*.

Además consigue algo muy importante: una complicidad entre sus dos protagonistas que traspasa la pantalla. Jude Law da la réplica perfecta y necesaria a un Downey, Jr. irresistible en el papel del mítico investigador, amo y señor de la función que se pasea a sus anchas por los planos de este londinense paisaje digital sublimemente ambientado.



CANTAR Y PEGAR

EL CONCURSO

¿Cómo se llamaba la gallina más famosa del mundo después de Caponata? Puedes ganar un juego *Singstar Miliki* para PS2 o el segundo volumen de la primera temporada de *X-Men* (¿quién es Pícarra?). Escribe ya a: cine@serviciosdeprensa.com.



gerardo
medina
texto

>MÚSICA

JANET LEVANTA LA CABEZA

Tras vender más de 100 millones de discos en todo el mundo, la hermana del difunto 'rey del pop' acaba de reunir sus 34 mejores canciones en un grandes éxitos donde repasa su trayectoria.

Se acaban de cumplir siete meses desde el fallecimiento de Michael Jackson y su hermana pequeña, la que mejor sintonizaba con él, está decidida a pasar página con el año nuevo. Primero rompió su relación de siete años con el rapero y productor Jermaine Dupri, y este mismo martes acaba de lanzar un recopilatorio que, bajo el título *The best*, reúne sus 34 mejores canciones, todas ellas número uno en las listas norteamericanas.

Siempre a la sombra del *rey del pop*, o lastrada en los últimos años por el anecdótico *pezongate* que protagonizó junto a Justin Timberlake en la final de la Superbowl de 2004, Janet Jackson ha vendido más de 100 millones de discos a lo largo de cerca de 20 años de trayectoria, en los que ha grabado una decena de álbumes de estudio.

Una trayectoria espectacular que comenzó cuando contaba siete años y realizó la primera actuación pública, junto a su familia, en el Casino MGM de Las Vegas. Con nueve años debutó en la televisión en el programa de variedades *The Jacksons*, comenzando una carrera que la llevaría a teleseries de éxito como *Arnold*, *Vacaciones en el mar* y, principalmente, *Fama*.

Antes de conocer la gloria televisiva ya había grabado dos primeros discos que pasaron desapercibidos para crítica y público (en 1982 y 1984), pero fue con su tercer disco cuando reconduciría todos sus esfuerzos hacia la música, gracias al éxito de *Control*, el álbum que la catapultó al estrellato. En él presentó unas credenciales que la han acompañado desde entonces: una mezcla explosiva de pop, r&b, soul, dance, jazz, rock y rap que aún hoy sigue vigente en todos sus trabajos.

«Solo pretendo que mi música y mis bailes atrapen la atención del público, y que la mantengan lo suficiente como para que escuchen las letras de las canciones y lo que dicen», explicaba entonces la artista, que en los próximos meses publicará en todo el mundo su autobiografía.

Con más de 14 millones de copias vendidas, aquel trabajo supuso el nacimiento de una estrella,



con sencillos rompedores como *When I think of you*, *The pleasure principle* o *What have you done for me lately*. Hasta seis de esas canciones se incluyen en *The best*, un recopilatorio que obvia sus dos primeros discos sin olvidar ni uno solo de sus mejores temas.

La selección incluye también siete cortes de *Janet Jackson's Rhythm Nation 1814*, el cuarto trabajo de la artista, con piezas como *Miss you much*, *Escapade* y *Love will never do (without you)*, que consiguieron por primera (y última vez) situar en lo más alto de las

listas tres sencillos de un mismo disco en tres años consecutivos (1989, 1990 y 1991).

El doble recopilatorio incluye, además, tres colaboraciones extraordinarias de la artista: el estallido funky *The best things in life are free* (con Luther Vandros), *What's it gonna be* (junto al cantante de hip-hop Busta Rhymes) y la estremecedora *Scream*, que protagonizó junto a su añorado hermano Michael en 1995, con motivo del lanzamiento de *HIStory* (esa canción todavía permanece en el libro Guinness al tener el videoclip más caro de la historia, que costó siete millones de dólares).

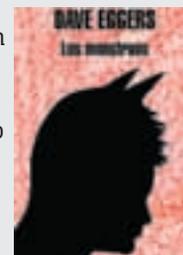
Además de una selección de sus últimos álbumes, *The best* se completa con cuatro piezas de *The velvet rope* (posiblemente su mejor trabajo hasta la fecha) y con un tema inédito, el pegadizo *Make me*. «Estoy orgullosa de haber permanecido en el juego y haber sobrevivido. Y estoy orgullosa de haber permanecido fiel a mí misma», sentencia.



>LIBRO

CANTO A LA INOCENCIA

En 1963, Maurice Sendak publicó *Donde viven los monstruos*, un perturbador clásico de la literatura infantil donde narraba la historia de Max, un niño de imaginación desbordante que se evade de los castigos maternos huyendo a una imaginaria isla de las cosas salvajes, habitada por todo tipo de monstruos. En 2003, tras el estreno de *Adaptation* (su segundo filme) Spike Jonze reclamó la ayuda del escritor Dave Eggers para dar forma a una adaptación cinematográfica del relato y las poderosas ilustraciones de Sendak. El resultado fue una película hermosísima que no cosechó en España la audiencia que merecía, pero fruto del proyecto ha visto también la luz una novela firmada en solitario por Eggers, en la que añade nuevos y jugosos matices a la historia. «El Max de este libro es una combinación del Max de Maurice, el Max de Spike y el Max de mi infancia», asegura en los agradecimientos. *Los monstruos* (Mondadori, 18,90) es un excelente complemento al filme y un relato inolvidable de los estereos de la infancia, un punto de no retorno hacia el mundo adulto y las responsabilidades de la madurez.



>DVD

BENDITA LOCURA

En septiembre de 1991, comenzaba a emitir en el dial 100.1 MHz de Buenos Aires la emisora LT22 Radio La Colifata, desde el Hospital Neuropsiquiátrico Dr. José T. Borda, de la capital argentina. La propuesta, que buscaba reconstruir el uso del lenguaje en pacientes psicóticos, así como ofrecer una nueva mirada al mundo de los enfermos, continúa hoy más vigente que nunca, y la experiencia ha sido imitada en centros de Francia, Uruguay, Chile o España (Radio Nikosia, en Barcelona; y Radio Travesías en Marbella). Durante 11 años, Carlos Larrondo se acercó al J.T. Borda para cuestionar el límite entre locura y razón y darle la palabra a quienes la habían tenido negada durante mucho tiempo. Acompañados por su mentor, Manu Chao, los *colifatos* (expresión argentina para denominar a un «loco querible») se descubren ante la cámara como seres repletos de inquietudes, sinsabores y esperanzas en un documental que ahora llega en dvd de la mano de Cameo, con un precio recomendado de 12,95 euros y media hora de extras.





CRÓNICA SOCIAL

EL NEGOCIO
DE HABLAR MAL

La actuación de **Alicia Keys** fue, sin duda, el acontecimiento artístico de la semana. La diosa estadounidense hizo vibrar de emoción con algunos de sus nuevos temas, canciones entonadas con su voz prodigiosa -casi irreal- a un público que abría los ojos y las orejas al máximo en un intento desesperado de guardarse dentro de sí el hipnotizador canto de sirena de una mujer que, cada disco, está algo más cerca de esa cima abstracta que tantos artistas anhelan: si la presentación en España del anterior se hizo hace dos años en el Colegio de Médicos madrileño, para la del actual (*The element of freedom*) se subió a un escenario lujoso e imponente y privilegiado: el del Teatro Real, un lugar más propio de minorías cultas sedientas de ópera que de un concierto gratuito y masivo (una considerable multitud se quedó en la puerta con su entrada en la mano). De ahí que no hayan faltado las voces críticas hacia lo que algunos consideraban un atropello logístico y cultural: Desde luego, no pensaban de este modo ni los futbolistas **Iker Casillas**, **Raúl** y **Kaká**, ni **Paz Vega**, ni **Jaydy Michel** ni tantos otros conocidos que se deleitaron ante lo que que, repito, fue el acontecimiento artístico más celebrado de la semana, un concierto que terminó con una sorpresa: la actuación conjunta de la diva neoyorquina y **Alejandro Sanz**. Una sorpresa que unos recibieron con euforia y entusiasmo y otros con resignación e indiferencia.

El caso es que no sabemos si en esos momentos de felicidad compartida Alejandro Sanz ya sabía que en breve sería noticia por otros motivos menos artísticos. La madre de su hijo **Alexander**, **Valeria Rivera**, la mujer impresionante con la que antaño guardaba buena relación, se hallaba dos días más tarde en España promocionando 4.3.2.1, un producto de adelgazamiento (resulta, cuanto menos, paradójico que precisamente ella, que tiene cuerpo de modelo desde que se sabe, publicite un producto para adelgazar) y, ya de paso, haciendo declaraciones que escondían insinuaciones más o menos explícitas sobre el padre de su hijo. Porque Valeria dio a entender a los medios congregados que la actitud del cantante para con ella y el niño había sido un tanto decepcionante. Claro que, como sabemos, hay algunas decepciones que pueden resultar altamente rentables: las que provienen de una persona muy famosa con la que se ha tenido un hijo, por ejemplo. Y es que, ¿a quién le iba interesar un acto promocional de Valeria Rivera si ésta no fuese la madre del hijo de Alejandro Sanz?, ¿acaso algún programa iba a ofrecerle un dinerito por entrevistarla? Y no es que



VALERIA RIVERA



«HAY ALGUNAS DECEPCIONES QUE PUEDEN RESULTAR MUY RENTABLES: LA QUE PROVIENE DE UNA PERSONA MUY FAMOSA CON LA QUE SE HA TENIDO UN HIJO, POR EJEMPLO. Y ES QUE, ¿A QUIÉN LE IBA INTERESAR UN ACTO PROMOCIONAL DE VALERIA RIVERA SI ÉSTA NO FUESE LA MADRE DEL HIJO DE ALEJANDRO SANZ?»

quien esto escribe piense que Alejandro Sanz es un buen padre, no. Es que no lo sé, y sin embargo sí pienso que, por el bien del chaval, las quejas y súplicas de la estilista y maquilladora de Miami deberían ser resueltas en un tribunal y no en el siempre turbulento mundo del corazón. Al fin y al cabo, Alejandro Sanz habla maravillas de su relación con el pequeño siempre que se le pregunta, y se nota que está muy orgulloso de su hijo. Amén de que paga a su madre, de forma puntual (como ella misma reconoció el otro día), el alimento y techo de su hijo. Por lo que si el chaval lleva el apellido del cantante y éste le paga puntualmente y además ejerce de padre, ¿por qué protesta públicamente Valeria de que Alejandro Sanz aún no ha ido al registro a firmar el documento que tiene que firmar?, ¿por qué desconfía ahora y no antes?, ¿será que se han gastado ya los cartuchos de oro? Y es que hay que reconocerle a Sanz cierta valentía que implicó confesar públicamente que había tenido una aventura extramatrimonial con Valeria (él estaba casado con la bella Jaydy Michel con quien, como saben, tiene otra hija, **Manuela**), algo que no hace todo el mundo (si no, pregúntele a **Pepe Navarro**, por poner un ejemplo de tantos). Hablar bien de las personas no se paga tanto como hablar mal, eso no es nuevo. Pero quizás le traería menos problemas en el futuro.

EVA GABRIELSSON recogiendo el premio a STIEG LARSSON. FOTO: JESÚS MENDO



La que sí atraviesa un drama legal en toda regla (muy, muy, muy injusto además) es **Eva Gabrielson**, la viuda de **Stieg Larsson**, y escribo la palabra viuda aunque formalmente no lo sea: pese a que convivieron durante 30 años, nunca se casaron, lo que provocó que la inesperada lluvia millonaria (¿70 millones de euros aproximadamente!) y póstuma sobre el autor de los *best seller* más leídos de los últimos tiempos, cayese sobre el hermano y el padre de Larsson, con los que el escritor ni siquiera se hablaba ni veía desde hacía años. Ella, que es verdaderamente encantadora y que estuvo en Madrid para recoger un premio con el que el Club Internacional de Prensa quiso reconocer la labor de su difunto *marido*, niega rotundamente además que los abogados de los ahora ricos hermano y padre de su difunta pareja, le hayan ofrecido cantidad de dinero alguna para solventar el conflicto (se ha publicado que le ofrecieron 20 millones, pero ella lo niega). Eva Gabrielson lucha por lo que le pertenece, por supuesto, pero lo que verdaderamente le angustia es la ausencia de su marido, con quien lo compartió todo durante una vida entera y con el que no se casó porque Larsson debía protegerse públicamente del peligro que representaban las ramificaciones nazis que había investigado como periodista. Una historia digna de novela, desde luego, cuyo final aún no ha sido escrito ni se conoce.

Hay parejas que no deberían de separarse nunca, personas que, separándose, rompen el mito y deshacen el cuento de hadas. Una de ellas es (o era) la formada por **ANGELINA JOLIE** y **BRAD PITT**: los más guapos del mundo, los más perfectos, los más ricos, los más envidiados. Y encima se querían y protagonizaban campañas solidarias que demostraban su preocupación por los problemas del mundo. El periódico británico *News of the World* asegura que los actores ya se encuentran en trámites de separación. También lo afirma el *Times* estadounidense. Sin embargo, aún hay quien asegura (la revista *People*, entre otros medios) que se trata de un rumor y que Pitt y Jolie continúan formando esa idílica pareja que no debería romperse nunca. Pronto sabremos quién tiene razón.



UNA ¿PAREJA? DE CINE

UN ASCENSO ESTELAR

Muy pocos son los elegidos que consiguen la portada del *Vanity Fair*. La de la edición española de este mes la protagoniza **PAZ VEGA**, esa sevillana de 36 años a la que conocimos por una exitosa serie juvenil y que subió y subió escalones cinematográficos hasta que, casi, ha conseguido ese sueño dorado de la «conquista de Hollywood». «Yo no me pongo metas a largo plazo ni miro atrás», confiesa en la citada entrevista, refiriéndose a que no le quita el sueño lo de hacer una carrera importante en Los Ángeles. Eso ya se verá. De momento, aunque ha trabajado con buenos directores de allí, no cuenta con ningún éxito americano. Profesional, se entiende, porque en lo personal, no le puede ir mejor: dos hijos, una casa enorme, un marido que la quiere y la cuida («Orson me ayuda a hacer frente a mis miedos», reconoce) y fama. Atrás quedaron, enterrados para siempre, aquellos años en los que tenía que trabajar de camarera para pagarse las pensiones en Madrid.

Parece evidente que lo de las circunstancias exactas en las que murió **CARMINA ORDÓNEZ** serán uno de esos misterios que no consigan resolverse nunca. Sabemos que había un problema de drogas (lo ha reconocido hasta el menor de sus hijos, pero es que además era evidente) y que las drogas matan. Pero no sabemos cómo ni por qué murió aquella noche de hace cinco años. No se supo entonces ni se sabrá después, por más que ahora, transcurrido tanto tiempo, se hurgue de nuevo en todo aquel turbio asunto. A *DEC* (A3) llevaron la semana pasada a **EVA CARRERO**, una de las personas más buscadas por los platos cuando murió Carmina. Entonces se negó rotundamente a hacer declaraciones. Ahora acude a un programa para contar que estaba amenazada de muerte y para insinuar según qué cosas no por indemostrables menos turbias. Mejor, en mi opinión, dejar las cosas como están.

5 AÑOS Y MEDIO DESPUÉS



SCRIPT BAG DE HOGAN



COLGADAS DEL 'GLAMOUR'

Son más que una cartera y se han convertido en un objeto de deseo de fuerte carga simbólica. La consigna es clara: no sin mi bolso. Estos son los favoritos de las famosas y las novedades que aspiran a convertirse en imprescindibles.



ROGER VIVIER

TREND BAG DE HOGAN



Las carteras y bolsos que se ponen muy de moda durante una o varias temporadas se les llama *It bags*. Las celebridades son las primeras en lucirlos en eventos y en su vida cotidiana, y los elevan a tendencia y a objeto de deseo. Fue en los 90 cuando los bolsos comenzaron a convertirse en *best-seller* y a ser conocidos por su nombre y apellido, y hay algunos clásicos que llevan años de actualidad, como la Baguette de Fendi o el Birkin de Hermes. Todas las temporadas surgen modelos que aspiran a convertirse en el *it bag* de referencia, y es que el bolso es más que un simple accesorio. En formato grande, bandolera, cartera de mano... todos son susceptibles de marcar la moda y de ser conocidos por su nombre.

XPOSURE



> BOLSO GATSBY DE LONGCHAMP.
En una fiesta en el Soho de Nueva York, las Top Model Lily Cole y Lily Aldridge, escoltadas por Enrique Murciano actor de la serie de TV 'Sin rastro', llevan el modelo Gatsby.

< PANTHER PARADE DE LONGCHAMP.
Kate Moss se lanza a las calles de Londres armada con el bolso Panther Parade.

miriam
erviti
coordinación



PATRICK MCMULLAN COMPANY

LOS MÁS BUSCADOS

Estos bolsos pertenecen a las colecciones de la próxima primavera-verano y aspiran a convertirse en el *it bag* de la temporada. La marca italiana **HOGAN** incorporan un nuevo material tecnológico, el PVC transparente, y lanza sus dos *it bags*, el Trend bag y el Script bag, en dicho material como apuesta para la primavera-verano 2010.

BOLSO DE LUCES DE MIRA LA MARELA



<PRISM POCHETTE FRINGE DE ROGER VIVIER. En los últimos Globos de Oro numerosas celebrities acudieron a la ceremonia luciendo zapatos o *clutch* de la firma parisina Roger Vivier, como el bolso de mano de Cameron Diaz.

MODELO VINTAGE DE MANGO



+ INFORMACIÓN

Bulgari
www.bulgari.com
El Corte Inglés
901122122
Hogan 934304142
Longchamp
www.longchamp.com
Mango
900150543www.mango.com
Mira la Marela
917341309
Roger Vivier
33153430000

GETTY IMAGES

> CARTERA DE LA COLECCIÓN LEONI DE BULGARI. Julianne Moore, junto a Tom Ford, en un cocktail para celebrar el estreno de 'A single Man' con una cartera de la colección Leoni de Bulgari.



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

RETIRA

No cuidar la alimentación. «Somos lo que comemos» y «la belleza empieza por el interior» no son tópicos ni frases hechas.

RESCATA

La cosmética oral o nutricosmética. Es una nueva forma de cuidarse y hace referencia a cápsulas formadas por complementos alimenticios que permiten mantener la belleza exterior desde el interior. Las hay de todo tipo, ya sea para reducir la caída del cabello, para luchar contra la celulitis, alargar el bronceado... Los Laboratorios Innéov, con investigadores de Nestlé y L'Oréal, son pioneros en crear una nueva generación de concentrados nutricionales de belleza.

INNÉOV HOMBRE ANTICAÍDA. Combate la pérdida del cabello.



INNÉOV IMPERFECCIONES D-TOX. Concentrado nutricional purificante (23 EUROS)

compras clave compras clave compras

Bolso de color. Los bolsos de piel en negro o en camel son una apuesta segura, pero nunca está de más animar el armario y los estilismos con una cartera de colores vistosos.

EL CHOLLO

ESSENTIALS, de venta en **El Corte Inglés** (14,90 euros)



EL CAPRICHIO

Mira la Marela (240 euros)



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



Secador **SATINCOLOR** (54,95 euros)

¿QUÉ PAUTAS HAY QUE SEGUIR PARA MANTENER UN PELO CUIDADO?

Existen muchos factores medioambientales que pueden causar daño en el pelo: exposición rayos UVA, polución, agua salada o clorada... Pero una parte significativa del daño es auto infligido. Para combatir el deterioro causado por el cepillado y el provocado por el calor (por el abuso de secadores de pelo, planchas, tenacillas...) lo recomendable es utilizar productos que ayuden al cabello a ganar resistencia gracias a fórmulas que incorporan ingredientes reparadores. La gama Elvive Total Repair 5 de L'Oréal París cuenta con dos de ellos, la pro-queratina y la ceramida. Antes de aplicar una fuente de calor se recomienda utilizar un producto termoprotector, que crea una capa alrededor del cabello protegiéndolo. Una de las causas más comunes del daño en el pelo son los tratamientos de color, sobre todo si se le aplica mucho calor. Para los cabellos teñidos Braun ha diseñado la gama de herramientas Satin Hair Colour (secadores, alisadores y rizadoros), con una nueva tecnología que protege el color.

Un truco para reparar las melenas secas, voluminosas, indisciplinadas o encrespadas: la noche es el mejor momento para la utilización de cosméticos que regeneran el cabello.



Champú (3,99 euros), crema suavizante (3,99 euros) y mascarilla reconstituyentes (6,75 euros)

Óleo-Relax Nui de **KÉRASTASE**, tratamiento nocturno que nutre y disciplina los cabellos secos y rebeldes (33 euros).



TENDENCIAS



CARACTERÍSTICAS

WINDOWS 7 HOME PREMIUM

12 GB DE MEMORIA RAM

1 TB DE DISCO DURO

GRABADOR DE DVD

PROCESADOR INTEL CORE I7-920

TARJETA GRÁFICA NVIDIA GE FORCE GT230

PRECIO: 1.199 EUROS

PENSADO PARA 'JUGONES'

Medion presenta el PC7233, un dispositivo ideado especialmente para aquellos que prefieran disfrutar de la acción en el ordenador en lugar de la consola.

MEDION PC7233

No solo de portátiles vive el hombre. Aunque parece que ya no exista otro tipo de ordenadores. Por eso, hoy nos apetecía hablar de un PC de mesa, de los de siempre. Aunque, eso sí, como viene siendo habitual, tenemos una excusa para presentártelo, ya que se trata del último lanzamiento de Medion, el PC7233, y está dedicado a los que se pasan horas y horas delante de la pantalla con una finalidad: jugar.

Este dispositivo es la máquina de los amantes de la acción en el ordenador. Y es que dispone de un procesador Intel Core i7-920 y de una tarjeta gráfica nVidia GeForce GT230 de 1.536 Mb. Además, cuenta con soporte de alto nivel para hardware tipo gamer, lo que hace que lea cualquier juego y lo reproduzca sin problemas.

El nuevo equipo de MEDION viene con 12 Gb de memoria RAM, 1Tb de disco duro y cinco bahías internas, que permiten incorporar al ordenador discos duros extra para ampliar las capacidades de almacenamiento del equipo.

En cuanto a sus características, cuenta con unas medidas de 720x345x660 milímetros. Su exterior es de aluminio para ofrecer un acabado perfecto, tiene paneles laterales y frontales con estructura de malla, que permiten visualizar el interior del motor, y tres disipadores con luces LED que aportan un diseño futurista y potente.

El PC7233 se presenta con sistema operativo Windows 7 Home Premium, grabador reproductor de DVD e incluye teclado y ratón especialmente diseñados para el entorno gamer.

Cuesta 1.199 euros.

www.paginaweb.com



DELL SE APUNTA A LA TECNOLOGÍA ATOM

DELL INSPIRON MINI 10

La semana pasada te presentábamos lo último de HP, cuya principal novedad era la incorporación del procesador Atom de Intel. Como era de esperar, el resto de fabricantes de portátiles no se iban a quedar a la zaga y ahora le toca el turno a Dell, que también integra esta tecnología en sus dispositivos.

Así, llega el Inspiron Mini 10, un netbook que ofrece dicha característica. Incluye el procesador Intel Atom N450 a 1,6 GHz, que es el de menor consumo de toda la familia, y la plataforma Broadcom Crystal HD, que permite la reproducción de vídeo en alta resolución.

Esta nueva gama cuenta con una pantalla de 10,1 pulgadas, con diferentes resoluciones, de entre 1.024x600 píxeles y 1.366x768. Su memoria RAM es de 1 Gb y el disco duro también es variable, 160 y 250 Gb.

Viene con una batería de tres o seis celdas, ofrece una autonomía de hasta 9,5 horas y puede llegar a pesar hasta 1,4 kilos, según la opción elegida.

Se pondrá a la venta a lo largo del próximo mes a un precio de salida de 250 euros y podrás elegir entre varios colores.



MEJORA EL SONIDO DE TU TELEVISOR DE FORMA SENCILLA

Q-TV2

Está claro que los televisores actuales vienen con la última tecnología en todos sus aspectos, incluido el sonido. Pero también es indudable que unos altavoces externos siempre ayudan a que el sistema de audio sea mucho más potente.

El problema que nos encontramos muchas veces es que tenemos que andar con líos de cables. Por eso, los Q-TV2 nos parecen perfectos, ya que se integran al propio televisor, colocándose en la parte trasera. Se ajustan a cualquier modelo de pantalla plana de entre 30 y 42 pulgadas gracias a la sujeción que incorpora. De este modo, solo vemos dos altavoces laterales, de 25 vatios, y el subwoofer, de 50, queda camuflado detrás del monitor.

Dispone de sistema de autoapagado para funcionar solo cuando encendemos el televisor e incluyen una entrada adicional para otros dispositivos, como un reproductor de música.

De momento desconocemos su precio.



UNA RÉFLEX EN EL CUERPO DE UNA COMPACTA



SAMSUNG NX10

Hacía tiempo que no te presentábamos cámaras de fotos. Quizás porque no habíamos encontrado ninguna que nos hubiese llamado excesivamente la atención o porque las compañías tampoco han promocionado sus lanzamientos. Pero ahora no nos queda otro remedio que traerte lo último de Samsung, la NX10, un dispositivo que cuenta con el innovador sistema NX, un sensor de 14 megapíxeles y que integra en una compacta algunas características de las réflex.

De este modo, cuenta con grabación de vídeo, visor electrónico de gran resolución (1,4 megapíxeles), disparo en ráfaga de 7 fps y estabilización óptica en los objetivos.

Además, promete un sensor APS-C, poco habitual en este tipo de cámaras, pero sí común en las que pretende emular.

Por el momento no sabemos mucho más de este aparato y, sin duda, tendremos que esperar a ver con qué precio sale a la venta.

TODO CONECTADO EN TU HOGAR

MEMUP Q-ONE

Teniendo en cuenta la cantidad de dispositivos que tenemos en nuestra casa, llega un momento en el que lo mejor que podemos hacer es conectarlos todos entre sí. Para esta labor, Memup quiere ponerte las cosas fáciles y, por ello, ha lanzado el Q-ONE, el primer disco duro WiFi que hace las funciones de servidor/router 5 en 1.

Verdadero cerebro de tu red doméstica, esta solución realiza al mismo tiempo las veces de almacén de datos y de router inalámbrico.

Ingenioso y práctico, este dispositivo presenta un diseño estético y de última moda para realizar una integración perfecta en el salón.

Es ultra rápido (alcanza hasta 10 veces la velocidad de los routers clásicos) y permite a toda la familia copiar sus ficheros a alta velocidad, conectarse a internet e intercambiar sin pausas vídeos, fotos y música desde la red. Además, se puede utilizar como servidor de impresión.

Compatible con Windows, Linux y Mac, su precio oscila entre los 279 euros que cuesta el de 500 Gb hasta los 449 del de 2 Tb.

CARACTERÍSTICAS

- CONECTIVIDAD WIFI
- ROUTER 5 EN 1
- CAPACIDAD: ENTRE 500 GB Y 2 TB
- COMPATIBLE CON WINDOWS, LINUX Y MAC
- PRECIO: ENTRE 279 Y 449 EUROS





De pronto todo gira a nuestro alrededor; tenemos la sensación de que los objetos se mueven u oscilan, lo que hace que nuestro equilibrio falle... finalmente las náuseas terminan por completar el diagnóstico: vértigo.

QUIETUD EN MOVIMIENTO

julia
martínez
texto

En ocasiones el origen de ese conjunto de sensaciones conocidas como vértigo está en las infecciones víricas que afectan al oído interno; aparecen de repente y desaparecen en el transcurso de unas horas. Otras veces, lo que subyace en el vértigo es un trastorno neurológico del cerebro y entonces se producen cefaleas, visión doble, debilidad en alguna de las extremidades y lenguaje ininteligible, que son los síntomas reales de este trastorno cuando derivan de esclerosis múltiple, fracturas de cráneo, convulsiones o tumores (especialmente aquellos que crecen en la base del cerebro o cerca de éste).

Pero quizá el más común es el llamado vértigo benigno postural o posicional, que empieza de repente y dura menos de un minuto. La mayoría de los episodios se desencadena al cambiar la posición de la cabeza, en momentos concretos: al acostarse o levantarse o bien al girarse en la cama. Este tipo de vértigo es inocuo y desaparece por sí solo en unas semanas o unos meses a lo sumo y no va acompañado -como acostumbra- por pérdida de audición ni zumbidos en los oídos.

En otros casos, una parada o arrancada brusca puede suponer el inicio de un episodio de vértigo, en personas con una sensibilidad especial en su oído interno; en estos casos los viajes en coche o en barco pueden resultar especialmente molestos.

Por otra parte, las crisis de vértigo repentinas y episódicas acompañadas de zumbidos en los oídos y sordera progresiva son características de la enfermedad de Menière, de causa desconocida, aunque se cree que tiene que ver con los niveles o la mezcla de líquidos en los canales del oído interno.

EN NIÑOS TAMBIÉN Aunque parezca un trastorno que siempre se da en personas mayores, los problemas de vértigo son relativamente frecuentes en la población infantil; de hecho, en España hasta un cinco por ciento de los pacientes son niños. Así lo señalaron recientemente



PADECER VÉRTIGO PUEDE SER CAUSA DE...

- una infección vírica del oído interno.
- movimientos bruscos de la cabeza, al acostarnos o levantarnos.
- un trastorno neurológico del cerebro.
- fracturas en el cráneo.
- la enfermedad de Menière, de causa desconocida.

los expertos reunidos en Madrid en el Congreso Nacional de la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Patología Cérvico-Facial. En los más pequeños se presenta en forma de crisis espontáneas y pasajeras y, según el doctor Nicolás Pérez Fernández, profesor titular de Otorrinolaringología (ORL) en la Universidad de Navarra, «aunque todavía no disponemos de datos de incidencia en España, calculamos que entre un dos y un cinco por ciento del total de pacientes son menores de 16 años».

En el 99 por ciento de los casos de vértigo infantil el pronóstico es bueno. «Que el otorrino ofrezca a los padres un diagnóstico de vértigo ayuda mucho al entendimiento, sobre todo porque puede ofrecerles un pronóstico y tratamiento», afirma. Además, el vértigo más frecuente es el denominado *paroxístico benigno de la infancia*, que aparece súbitamente mientras el niño está jugando tranquilamente o está sentado; es entonces cuando tiene una sensación terrible de vértigo, palidece, pero se pasa. Son episodios que se repiten entre los cinco y los 10 años y van desapareciendo. «Si esto se lo explicas a los padres así, en un 80 por ciento de los casos se quedan tranquilos», apunta Pérez Fernández.

El mayor problema es el diagnóstico, ya que la historia clínica o las explicaciones que da un niño no tienen nada que ver con las de un paciente adulto. «En los casos de vértigo infantil nos tenemos que fiar de las cosas que cuenta el chaval y combinarlas con lo que explican los padres y lo que vemos por su comportamiento», explica este especialista.

Hay que tener en cuenta tanto la historia clínica como la exploración que se hace en la consulta (oído, función auditiva y función del equilibrio). Además, hay técnicas específicas de exploración pero son complejas para los niños, como por ejemplo la estimulación del oído interno por medio de pruebas rotatorias o la prueba calórica que consiste en echar agua en el oído, una prueba invasiva y complicada para un pequeño». Aunque en el caso de los niños no suele ser habitual tener que hacer una exploración profusa. Con la exploración del oído, del reflejo vestibular y de la capacidad auditiva en la consulta suele ser más que suficiente», apuntó el doctor. En lo que coinciden todos los especialistas es en que ante los casos de vértigo infantil es fundamental el trabajo conjunto de pediatras, neuropediatras y otorrinolaringólogos: el diagnóstico no debe recaer solo en uno de ellos.



UN ERROR DEL EQUILIBRIO

Es muy posible que el mareo sea el hermano pequeño del vértigo, porque los dos parten, en distintas dosis, del sentido del equilibrio. Por eso, la primera afirmación que debe hacerse es que el vértigo no es en sí una enfermedad, sino un síntoma. Algo falla en el sentido del equilibrio. Y el aviso nos lo da el vértigo.

Es verdad que el equilibrio es un sexto sentido que solo reconocemos cuando lo perdemos. Y a lo largo de nuestra vida, lo dicen los especialistas, todos prácticamente sufrimos algún proceso de este tipo.

El equilibrio, que es un auténtico sentido, ha tenido una evolución muy curiosa. Primero, nuestros antepasados tuvieron que arreglárselas para tener una orientación espacial. Los animales inferiores tuvieron que pertrecharse del sentido del equilibrio, o de reconocimiento de posición, como primera medida para alimentarse. La historia encuentra el primer antecedente en un camarón del Báltico que se las ingenia introduciendo con sus pinzas una piedra en una receptáculo especial. La fuerza de la gravedad le indica, a partir de ese momento, cuál es su posición. El problema grave vino después, cuando el camarón mudaba su estructura. Andaba desorientado -y hambriento- hasta que volvía a encontrar otra piedra. El paso siguiente fue cerrar aquel cubículo -estatocisto- para que la piedra no se perdiera. Y fue lo que hizo la medusa Ofelia. En los animales superiores las cosas se fueron complicando, aunque los principios básicos eran los mismos. Pero en vez de introducirnos piedrecitas, las fabricamos a base de sales. Luego, todo se hace mucho más complejo, porque no nos basta tener idea de gravedad, sino información postural y orientación espacial en todas direcciones.

Pero algo falla -más con la edad- y por lo menos la mitad de los que hayan cumplido 60 años, conocen perfectamente lo que es el vértigo. Proviene de *vertere*, que significa girar. Por cierto, que puede ser de dos tipos: o es uno mismo el que da vueltas y por tanto el suelo se inclina y la inestabilidad se apodera de uno; o bien uno está quieto y es todo lo demás lo que gira y se mueve a velocidad vertiginosa (y nunca mejor dicho).

La definición más aceptada es que el vértigo es una sensación objetiva o subjetiva de giro de objetos, muy desagradable, generalmente de corta duración y que suele acompañarse de otros fenómenos como sudoración, mareos, vómitos.

El vértigo más frecuente tiene su origen en un problema vascular, debido casi siempre a alguna dolencia en las cervicales. Otros vértigos se producen por hipertensión, por algún tipo de alergia, por falta de vitamina B, por un tapón de cerumen. Y no se puede perder de vista que el nervio vestibular, causante de la mayoría de los vértigos, se irrita por intoxicación alcohólica o tabáquica. (Y la intoxicación del nervio no tiene por qué esperar a que la intoxicación por alcohol o por tabaco invada todo el organismo).

Pero volviendo al origen, las sales (que pueden ser nuestras piedrecitas del equilibrio) parecen estar en la causa última del vértigo. Las investigaciones indican que la alteración del equilibrio y por tanto, el vértigo, se debe a una sobrecarga de calcio. La Organización Mundial de la Salud así lo ha reconocido. Y ha recomendado para combatirlo el empleo de antagonistas del calcio. Es éste un grupo muy numeroso de fármacos que tiene tantas aplicaciones que la misma OMS creó un comité de expertos para que definiera cuáles eran los indicados para cada afección.

ramón
sánchez
ocaña
experto en
salud

DEPRESIÓN Y MIGRAÑAS

La mayoría de nosotros conocemos los síntomas emocionales de las bajadas de ánimo, aunque no los hayamos sufrido; sin embargo, esta enfermedad también lleva asociadas manifestaciones físicas importantes, como los dolores de cabeza.



La depresión puede causar síntomas reales en nuestro cuerpo; de hecho, en general agrava las dolencias físicas previas y puede hacer aún peor cualquier malestar crónico; y el dolor de cabeza no es una excepción. A éste le acompañan, normalmente, molestias en la espalda, en los músculos y las articulaciones, lo que aumenta la fatiga, haciendo que levantarse por las mañanas sea muy dificultoso.

Otra de las huellas que pueden quedar en nuestro cuerpo son las migrañas, punzadas pulsátiles e intensas que normalmente afectan a un lado de la cabeza, de forma repentina y que pueden venir acompañadas por síntomas visuales, neurológicos o gastrointestinales.

Julia
Martínez
texto

Pues bien, parece que las migrañas y la depresión podrían compartir un fuerte componente genético, según se desprende de un estudio elaborado por el Centro Médico de la Universidad de Leiden, en los Países Bajos. En este informe participaron 2.652 personas que formaban parte de otro más amplio, en el que todos los que intervinieron eran descendientes de 22 parejas que vivieron en el municipio de Rucphen entre 1850 y 1900. Según Gisela Terwindt, responsable del mismo, «la información

genealógica ha mostrado que todos forman parte de una gran familia, lo que convierte a este tipo de estudio genético en posible».

De los que concurrieron al mismo, 360 tenían migrañas y, de ellos, 151 las tenían con aura -una variante que se produce cuando los ataques de cabeza están precedidos por sensaciones que afectan a la visión, como destellos de luz-; 209 tenían migrañas sin aura. Un total de 977 personas sufrían depresión, con un 25 por ciento de los que padecían migraña también con depresión, en comparación con el 13 por ciento de aquellos sin esta dolencia.

Los investigadores estimaron entonces la relativa contribución de los factores genéticos de ambos trastornos y descubrieron que para los dos tipos de migraña, la heredabilidad era del 56 por ciento, es decir, más de la mitad de las características comunes se explicaban por efectos genéticos. Para la migraña con aura la estimación fue del 96 por ciento. «Estos descubrimientos muestran que la migraña con aura podría ser una vía prometedora para buscar los genes de la enfermedad», según explicó Terwindt. La experta añadió que «esto sugiere que podrían existir mecanismos genéticos comunes, al menos en parte, que subyacen a ambos trastornos, en vez de que uno sea la consecuencia del otro».



SABER OLVIDAR

En la vida de cualquier persona hay recuerdos del pasado positivos y negativos; gratificantes y constructivos; destructivos y dramáticos. Cuando hemos estado expuestos a un hecho vital extraordinariamente penoso y desgraciado como una violación, atentado o agresión tremenda, podemos padecer un trastorno por «estrés traumático» que debe ser tratado por un experto bien entrenado, porque los recuerdos demoledores de este trastorno no pueden olvidarse casi nunca por un acto de voluntad.

Lo bueno es que no todos los recuerdos de nuestro pasado son tan terribles, desestabilizadores y traumáticos, la gran mayoría son simplemente tristes o bastante dolorosos e impregnados de resentimiento y pueden ser abordados y reinterpretados en clave positiva hasta el punto de que puedan servirnos de experiencia y de lección y nos ayuden al crecimiento interior.

Un caso bastante frecuente es el de las ofensas, envidias, desamor, etc.

Hay una técnica bastante eficaz para estos casos que consiste en «ver», «leer» y «vivir» el hecho preocupante desde dos perspectivas bien distintas: La primera, como «experimentador» real y sufridor del trauma, por ejemplo, haber sido abandonado por la persona amada, sentir el desamor como realidad vivida en el presente.

La segunda perspectiva es la de convertirse en un mero «observador» que solamente «levantas acta», como un notario, del hecho en cuestión, sin emitir ninguna opinión.

En la medida en que dejemos de revivir, experimentar y sentir de nuevo el hecho doloroso, conseguiremos que pierda fuerza y virulencia, se vaya extinguendo con el paso del tiempo y con el olvido y dejará de hacernos daño. Cuando nos venga a la memoria, debemos decirnos a nosotros mismos que ese hecho pertenece al pasado y que ahora nos encontramos en una situación distinta, de tranquilidad y seguridad y ya no puede afectarnos algo que no tiene vigor en el presente.

Es lo que se llama «curación y olvido por desuso», al tiempo que contraponemos la realidad bien distinta de un presente positivo. La única realidad objetiva es el presente que estamos viviendo y ahí somos casi omnipotentes. No hay mejor remedio contra las ofensas, injurias y malas acciones que olvidarlas. Lo ideal sería perdonar, pero si somos capaces de olvidar y no guardarnos el menor rencor, habremos llevado a cabo una noble acción y nosotros seremos los más beneficiados.

Recordar las buenas acciones de nosotros mismos y de los demás, es la actitud más inteligente que demuestra la capacidad que tenemos de potenciar también los valores ajenos.

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

PREVENIRLA CON LOS FRUTOS SECOS

La Unidad de Nutrición Humana de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud de Reus (Tarragona) ha demostrado que la ingesta de una ración de frutos secos al día mejora la salud cardiovascular y reduce el riesgo metabólico de diabetes. Comenzaron a investigar el problema con un grupo de voluntarios no diabéticos con síndrome metabólico y les recomendaron durante 12 semanas una dieta baja en grasa y saludable desde el punto de vista de prevención cardiovascular. La mitad de los voluntarios, además, recibieron 30 gramos diarios de frutos secos. Los resultados constataron que aquellos que incorporaron a su dieta los frutos secos mejoraron diferentes parámetros relacionados con el riesgo de desarrollar alguna enfermedad cardiovascular y redujeron significativamente su resistencia a la insulina.



AVANCES CON CÉLULAS MADRE

Extraer células madre de un ojo sano para reparar el dañado: lo han hecho investigadores de la Universidad de Valladolid en pacientes con el denominado síndrome límbico; se trata de una afección que provoca ceguera y dolor crónico por la disminución precisamente de esas células en la córnea. Con esta intervención, que por el momento se ha realizado a doce pacientes, se pretende evitar el trasplante de córnea y conseguir que células madre de otros tejidos del cuerpo del paciente sean válidas para esta operación.

Resultaría difícil encontrar a alguien que no haya padecido alguna vez en su vida dolor de cervicales o dolor lumbar. Prácticamente, todos terminamos por adoptar malas posturas tanto en el trabajo como en nuestra vida diaria; si a esto sumamos el sedentarismo, la obesidad y algunas actividades en las que se requiere de un gran esfuerzo físico, el resultado es que más del 80 por ciento de la población termina por sufrir en algún momento de su vida estos trastornos. De hecho, tanto el típico lumbago como el dolor cervical se han convertido en las dos dolencias crónicas que más se diagnostican en nuestro país a personas de más de 16 años, según refleja la *Encuesta Europea de Salud en España* realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE).

clara guzmán texto

Sin embargo, hay casos en los que el origen de estos males está en la propia «mala estructura» de la columna, o en una masa muscular débil; o bien en una tensión muscular mantenida, relacionada con frecuencia con estrés o tensión emocional. Como causas menos habituales, pero quizás más consecuentes con la aparición de este dolor, se pueden destacar, por un lado, los traumatismos, como giros o golpes bruscos y, por otro, las enfermedades inflamatorias de la columna, como las espondilitis u otras.

Lo más importante es evitar que estas lesiones se cronifiquen, tratándolas a tiempo. Por ello, desde las consultas de los Servicios de Reumatología se vienen dando desde hace tiempo consejos prácticos para llevar a cabo en la vida diaria y reducir este tipo de dolencias.

Al margen de la causa, existen consejos comunes para mitigar el dolor y como complemento a un tratamiento analgésico adecuado: el ejercicio suave y estiramientos lentos, acom-

EXISTEN CONSEJOS COMUNES PARA MITIGAR LAS MOLESTIAS, COMO EL EJERCICIO SUAVE Y ESTIRAMIENTOS LENTOS, ACOMPAÑADOS DE APLICACIÓN DE CALOR LOCAL Y MASAJES

LUMBAGO Y DOLOR CERVICAL

Nunca es tarde para aprender a caminar, a coger peso, o a realizar determinados ejercicios de higiene postural...con ello bastaría para prevenir muchos de los molestos problemas de espalda y cervicales.



pañados de aplicación de calor local y de masajes son los mejores consejos para superar este tipo de molestias. El reposo está indicado únicamente en casos de dolor extremo, que impida moverse. De todas formas, y siguiendo la norma de que «más vale prevenir que curar», aprender a coger peso de la forma adecuada, a caminar y a sentarse correctamente conduce a que se reduzca el número de veces que este tipo de dolor aparece. Y, sobre todo, mantener una musculatura fuerte en la espalda es el mejor consejo para conseguir que, si llega, el dolor pase rápido.



maría
jesús
álava
psicóloga

¿ESTAMOS CASTIGANDO EL ESFUERZO DE LOS BUENOS ALUMNOS?

Después de la medida de no expulsar al estudiante que copie en un examen, realizamos un arduo análisis sobre la situación educativa en España, plagada de malas conductas por parte de nuestros jóvenes, así como serios problemas de angustia y depresión por parte de un amplio número de profesores.

La semana pasada supimos que, en la Universidad de Sevilla, aquellos alumnos que fuesen sorprendidos copiando durante un examen, no podrían ser expulsados. Aunque la inmensa mayoría de los profesores de dicho centro educativo se muestra en desacuerdo con esta medida, su portavoz, José Álvarez, la define como «una medida garantista, para evitar la arbitrariedad de un profesor, ante una mera sospecha...».

Desde la práctica de la psicología, estas medidas merecen algunas reflexiones:

¿Se respeta la figura del profesor?

El respeto al maestro ha ido decayendo hasta niveles tan bajos, que algunas instancias públicas están considerando que las agresiones hacia esta figura se contemplan como un delito contra la autoridad.

El sindicato de profesores ANPE, en el estudio que realizó para evaluar la salud psicológica de esta profesión, ha concluido con datos tan preocupantes, como que el 43 por ciento de los maestros presenta algún signo de daño psíquico. En concreto, el 33,60 por ciento mani-

fiesta síntomas de angustia y el 34,92, de depresión.

El informe *Talis*, realizado con una muestra de más de 90.000 profesores de Secundaria de un total de 23 países, nos señala que España, comparada con el resto de los países participantes, está muy cerca de los peores puestos en absentismo escolar, conductas perturbadoras, insultos, intimidación o abuso verbal, daño físico y uso o posesión de drogas o alcohol entre los estudiantes.

¿Qué consecuencias tiene no educar a los hijos en el esfuerzo?

Cuando saben que pueden conseguir lo que quieren sin esfuerzo, empiezan a chantajear y a exigir cada vez más. Terminan desmotivados, a pesar de sus capacidades, y no desarrollan una mínima metodología de estudio.

¿Qué podemos hacer para ayudar a los alumnos que no se esfuerzan?

Hay alumnos que tienen dificultades de aprendizaje, de atención, de concentración... Tenemos que distinguirlos de los que presentan problemas emocionales (ansiedad en los exámenes, baja autoestima...). Son chicos que en su momento se han esforzado por conseguir sus objetivos pero que, al no ver los resultados esperados, cesan en su esfuerzo y empiezan a caer en la pasividad y la indiferencia.

La intervención con estos chavales irá destinada a fortalecer sus puntos fuertes, y a trabajar sus áreas de mejora, para que pudieran progresar.

- Saber que es difícil conseguir que trabajos como hacer los deberes o repasar lecciones, puedan competir con actividades como jugar con el móvil, chatear en internet o ver la televisión.

- Revisar nuestra actuación con los que han aprendido a conseguir lo que desean, sin ningún esfuerzo.

- Saber que muchos alumnos solo están acostumbrados a esforzarse en aquellas áreas que les gustan.

- Conocer y revisar las costumbres que estamos generando en nuestra convivencia con ellos.

Según el Injuve, a través de las estadísticas que elabora sobre jóvenes de 15 a 29 años que viven en casa de sus padres, cuando han medido el tiempo que dedican a la semana a la realiza-

ción de tareas domésticas, los porcentajes que ofrecen nos muestran claramente nuestros errores, pues el 65,6 por ciento de chicos nunca lava la ropa, plancha o cose; el 40 nunca trabaja en la cocina; el 22,1 nunca limpia ni ordena la casa, y un 55,3 lo hace muy pocas veces.

En definitiva, les estamos proporcionando una vida de lujo, o muy placentera, a cambio de nada. Con ello estamos fomentando actitudes egoístas, chantajistas e insolidarias. Si queremos cambiar este panorama, no actuemos desde la contradicción o la sobreprotección, y demos al esfuerzo la importancia y la trascendencia que tiene.



EN LA ACTUALIDAD, ESTAMOS PROPORCIONANDO A LOS CHAVALES UNA VIDA DE LUJO, O MUY PLACENTERA, A CAMBIO DE NADA, UN HECHO POR EL QUE SE ESTÁN VOLVIENDO CADA VEZ MÁS EGOÍSTAS



GASTRONOMÍA



VARIACIONES SOBRE PULPO

A la gallega, 'à feira', en vinagreta... Existen muchas modalidades para degustar este molusco, pero desde aquí proponemos una receta nueva.

De todos los animales que pueblan los mares, seguramente sea el pulpo, después del tiburón, el que haya tenido peor fama a lo largo de la historia. Se le ha atribuido la condición de antropófago, se le ha hecho incluso responsable de naufragios... El pulpo es por completo inocente de todas estas acusaciones, como parece ahora que el tiburón, o al menos la mayoría de los peces así llamados, tampoco es tan fiero como lo pintan. Yo, de todas maneras, cedo gustoso el privilegio de nadar entre tiburones a los osados operadores de *National Geographic* u otras productoras de espléndidos documentales sobre la naturaleza marina. En cambio, encontrarme en el agua con algún pulpo pude tener, es cierto, consecuencias fatales... pero para el pulpo. Pobre animal, al que tanto daño han hecho autores como Julio Verne -recuerden el ataque de ejemplares gigantes al *Nautilus* en *20.000 leguas de viaje submarino*- o Víctor Hugo, que se espantaba ante la posibilidad de ser sorbido vivo por uno de estos cefalópodos.

El pulpo es, al contrario, un animal tímido y bastante huidizo, que tiene en la escapada y el camuflaje su mejor defensa cuando se ve atacado. Capaz de cambiar de color y mimetizarse con el entorno, si eso no basta expulsa un chorro de lo que llamamos *tinta* que oscurece el agua próxima y le permite poner pies en polvorosa, cosa muy práctica cuando se tienen nada menos que ocho patas.

Es un auténtico *gourmet*: le gusta sobre todo comer marisco. Cangrejos, langostas, centollos, almejas... Como comprenderán ustedes, un animal que se nutre de semejantes exquisiteces tiene que estar muy rico. Lo está. Pero su aprecio no es universal: a los anglosajones se les hace bastante cuesta arriba comerse uno, en tanto que a los mediterráneos y a los japoneses les apasiona. Eso sí, a cada cual a su manera.

Ahora, desde la irrupción en Occidente de lo que todo el mundo llama *cocina de fusión* quizá para no llamarle por su nombre -cocina japonesa-, los modos culinarios de los hijos del sol naciente han llegado incluso a las preparaciones de este sabrosísimo molusco en las zonas donde habitualmente es valorado. De ese modo, proliferan las presentaciones, muy bonitas ellas, eso sí, en las que el pulpo llega en láminas que parecen cortadas con algún instrumento quirúrgico, compitiendo en grosor con el clásico papel de fumar. No es que el pulpo así esté

malo, no, pero... es menos pulpo.

Porque una de las virtudes del pulpo, una de las cosas que sus partidarios aprecian más, es su textura: ha de triscar en la boca, ser resistente al diente. Y lograrlo es un arte, porque las carnes del pulpo son duras donde las haya, y antes de cocinarlas hay que hacer ver al animalito la obligación que tiene de ablandarse. Hasta hace algunos años, esto se conseguía mediante el expeditivo sistema de darle una buena paliza, golpeándolo contra las rocas, o las escaleras del muelle, si son de piedra. Hoy no hace falta: basta con congelarlo y, tras un plazo razonable, descongelarlo para romper sus fibras y dejarlo en condiciones de ser un gran plato.

Que lo es. Un paisano gallego -en esa región el pulpo, simplemente cocido, cortado en rodajas y aliñado con aceite, sal gorda y pimentón más o menos picante es uno de los platos más característicos- decía, al probarlo: «¡No tiene huesos, ni pellejos, ni espinas...! ¡Es todo carne...! ¡Y qué carne!». No pierdan la ocasión de comprobarlo; pero si piden pulpo, que les den pulpo, y no unas obleas marinas. Respecto al cómo... Bueno, el pulpo que los gallegos llamamos *à feira*, porque es en las ferias de ganado donde se prepara mejor, y los demás llaman a *la gallega* es la fórmula más popular, pero no la única. En Madrid gusta bastante en vinagreta, frío; en Murcia, el asado...

Vamos a proponerles una receta diferente. Se trata de un pulpo con garbanzos, receta de pescadores del litoral malagueño. Como pasos previos, descongelen un pulpo de un kilo y pongan a remojo medio kilo de garbanzos.

Cuezan el pulpo; déjenlo *al dente*, porque seguirá cociendo más tarde. Córtenlo en trozos de un par de centímetros. Cuezan también en agua hirviendo los garbanzos con una cebolla entera, una cabeza de ajos y una patata. Mientras, hagan un sofrito friendo otra cebolla, picada muy fina, en una sartén con medio vaso de aceite de oliva. Añadan un pimiento verde, también muy picado. Cuando la cebolla esté transparente, aparten la sartén del fuego para añadir una cucharada de pimentón -mejor agridulce- cuando el aceite se haya enfriado un poco.

Cuando los garbanzos empiecen a ablandarse, retiren de la olla la patata, la cebolla y los ajos; pelen éstos, y machaquen todo eso en el mortero. Incorporen a la olla este majado, el sofrito y el pulpo, dejen cocer otros diez minutos... y listo. Un tinto con cuerpo le irá de maravilla a esta otra forma de saborear el calumniado y tímido pulpo de nuestras costas.

EL VINO

PUJANZA 2006

D.O. RIOJA (ÁLAVA)

Elaborado íntegramente con uvas tempranillo, este vino es sabroso, entero, amplio; todo un acierto. Elegante en la copa gracias a su gran capa, es fino e intenso en la nariz. Se abre y no se cierra más. Con buena intensidad de aromas, presenta una mezcla compleja con frutas negras y rojas, especiados, lácteos, café y chocolate.

En la boca es vivo, fresco y sabroso, con buen equilibrio y armonía que deja al final de la cata un sabor frutal con ligeros especiados.

Su crianza de 16 meses en barrica de roble francés también se deja notar en el olfato.

Recomendaciones:

Perfecto maridaje con carnes rojas y asados.

Temperatura:

Servir a 16 grados.



SUDOKU MANÍA

FÁCIL

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

X

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

EL SUDOKU

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

SOPA DE CINE

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

Debe buscar al director y a los actores de la película "EL COLOSO EN LLAMAS" (1974): John Guillermin, Paul Newman, Faye Dunaway, Steve McQueen, William Holden, Fred Astaire y Jennifer Jones.

DIFÍCIL

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

MUY DIFÍCIL

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

LOS OCHO ERRORES



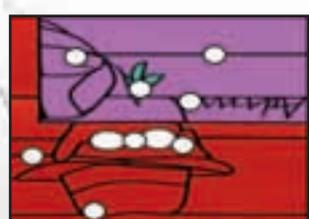
CRUCIGRAMA

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

HORIZONTALES: 1. Explosión ruidosa que se realiza en el interior del organismo. Indica un bálón. 2. Una de nada. Nota girada. Cobiar algo. 3. Juega con palos. Casi imita. 4. Lengua perenneal. Muy utilizada en el baño. Vocal. 5. Algo lejano y casi imposible de concebir. Señal de tráfico. 6. Duro sin cebarlo. Nota girada. Soldados en formación. 7. Rumiano que va hacia el oeste. Lago de los Pirineos de Aragón. Partido comunista por levanta. 8. Famosa conicalación. Transatlántico. 9. Cien. Cheque al portador. Estados familiares. 10. Cuando suelen saer las hojas. Aún sube sin terminar; kin descompuesto. 11. Media mora. Relacionado con el movimiento de los autos. Parte de un minuto. 12. Se atreve. Voy para rechazar personas. Casi anónimo.

VERTICALES: 1. Me función de comer patatas fritas y rocin. Me alimento, que es distinto del anterior. 2. Viene en el último vagón del tren. Fácil. Lo más tensado en la ópera. 3. Famosa conatracción. Un mar. Vocal. 4. Orfón. Embute de León. 5. Azofre a secas. Lista sin principio. Sienta el perfume. 6. Nacido en Caspe. BBB. 7. Me decido por este. Viene en bucos. Noche francesa. 8. Alimento preferido por las ballenas. Griega que vuelve. 9. Desjamos. Un día de trabajo. Asperio. 10. Planta de flores azules. Instrumento musical. 11. Dos que están en la cama. Libra albedrin. Un Newton. 12. Escopet y separar. Vendaje curativo.

SOLUCIONES



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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46
36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54
44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57
47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58
48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62
52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63
53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64
54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67
57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68
58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73
63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74
64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76
66	67	68	69	70	71	72	73				

CADILLAC XTS PLATINUM

MOTOR



ALTA MAJESTUOSIDAD

Poderoso, robusto y dotado de la más alta tecnología. Es solo un prototipo, pero contiene detalles 'premium' que vestirán los vehículos de la gama más distinguida de la firma americana. Su motor híbrido desarrolla 350 caballos de potencia.



Una de las sorpresas mejor guardadas de Cadillac veía la luz en el recién clausurado salón de Detroit. Un prototipo que nos adelanta rasgos que se incorporarán a futuros modelos de la compañía en su vertiente *Premium*. La berlina mide 5,17 metros de largo, 1,90 de ancho y 1,50 de alto y ofrece una imagen musculosa y exuberante.

El XTS Platinum nos describe la línea que van a seguir las actualizaciones de las berlinas ATS o STS. El todavía *concept* destaca por su figura deportiva, con unos rasgos muy marcados, un prominente alerón trasero, destacados grupos ópticos y llantas de 20 pulgadas con neumáticos Bridgestone que incrementan su poderoso perfil. Los faros delanteros cuentan con tecnología de diodos de emisores de luz para proporcionar una iluminación brillante que requiere de menos consumo de energía. Además, el grupo de faros se adapta al movimiento de los neumáticos aumentando la visibilidad en cada uno de los giros.

El sedán enfatiza las nuevas expresiones de lujo en cuestiones estéticas. Destaca el acabado construido con precisión y con detalles distinguidos y elegantes. Así, sobresale la terminación en aluminio en diferentes tonos de la carrocería.

Por lo que respecta a su interior, se mantiene el nivel de exclusividad además de incluir la última tecnología. La tradicional pantalla táctil, que visten otros modelos, se ha incorporado a un estilizado panel de instrumentos facilitando en todo momento la manipulación del sistema de navegación. Junto con la más moderna tecnología, aires clásicos. El interior se inspira en la naturaleza, en algo tan sensitivo como las capas de pétalos que se superponen para formar una orquídea. Así, el color de la cabina es crema, en contraste con elementos más oscuros como el volante o el techo del habitáculo.

Destaca la utilización de madera en la consola central mientras que los asientos, de cuero de primer nivel, cuentan con un nuevo estilo de gamuza para automóviles con un diseño grabado con láser. Todos los pasajeros disfrutan de un excelente nivel de comodidad. Los ocupantes de las plazas traseras tienen acceso a la conectividad del vehículo además de contar con varias opciones de entretenimiento.

Pero no solo de estética vive este Cadillac. La firma apuesta, respecto a su mecánica, por un sistema de propulsión híbrido. Esta combinación será similar a la utilizada por el modelo *Escalade* híbrido. Viste un poderoso motor de gasolina de inyección directa V6 de 3,6 litros junto con un propulsor eléctrico, que puede funcionar de manera autónoma. En total desarrollará una potencia de 350 caballos. Presenta tracción a las cuatro ruedas y un sistema de amortiguación variable electrónica, que garantiza la seguridad permitiendo un agarre al asfalto superior. El sistema MRC permite a la berlina leer la carretera a cada segundo realizando los ajustes de amortiguación que las condiciones de la vía nos exija.

COMPROMISO CON LA DIVERSIÓN



SUZUKI RV VAN VAN

Hay motocicletas, como también sucede en el ámbito del automóvil, que, sin presumir de las más desorbitadas prestaciones, sí encuentran la llave para llegar al gran público y ganarse su simpatía. Es el caso del modelo que nos ocupa, que cuenta con una gran legión de seguidores que va en aumento.

La Van Van destaca por un diseño amable que invita a la conducción. Dispone de un asiento bajo y un amplio manillar que junto a su larga distancia hacen que la posición del piloto sea de lo más cómoda. El modelo fue reintroducido hace seis años. Su estilo *vintage* no pasa desapercibido y su perfil estético es una de sus señas de identidad. Destaca su gran faro redondo cromado y sobresale la amplitud de su asiento así como su alargada cola. Uno de sus distintivos lo vemos en sus pasos de rueda agigantados y en los desorbitados guardabarros que desembocan en una apariencia única.

Una motocicleta que permite desarrollar un manejo sosegado, disfrutando del paisaje, pero que ofrece todas las garantías a través de un notable rendimiento. Apuesta por la sencillez y por dar sentido a cada uno de sus elementos, como se pone de manifiesto en el reloj central.

Viste un motor monocilíndrico de 4 tiempos de 125 centímetros cúbicos y 12 caballos de potencia. Su caja de cambios es de seis velocidades y consta de arranque eléctrico. Diversión garantizada a través de una configuración muy manejable. Su precio, en torno a los 3.500 euros.



APAGA Y VÁMONOS



«ELÍGEME A MI»

Dado que en el mundo de la política todo o casi todo cabe, para lo bueno (velar por los intereses de los ciudadanos y gestionar eficazmente sus impuestos y servicios), y para lo malo, con una lista de «efectos» tan extensa que, por conocida y habitual, huelga reproducir para no herir la sensibilidad del lector, no es de extrañar que en algunos países determinados colectivos se hartan de tanta ineptitud, salgan a la calle y expresen sin ambages su malestar. Y dicho y hecho, por lo menos en Kiev, capital de Ucrania,

donde activistas de la organización feminista FEMEN (en la imagen) desafiaron al frío, a la nieve y a las decenas de curiosos, seguro, que se pararon a contemplar el espectáculo protagonizado por una decena de llamativas mujeres, que, provistas de pancartas caseras muy escuetas y directas, se situaron frente a la oficina de la comisión central para protestar contra el sistema electoral del país. Ucrania afrontará en los próximos días la segunda vuelta de unos comicios en los que ya no estará el

todavía presidente Víctor Yúshenko. Las mujeres de la imagen, desencantadas con la terna de candidatos oficiales, han pasado a la acción y se postulan para ser elegidas por el pueblo, así, sin más, sin programa ni organigrama, pero dispuestas a dar guerra y sacar los colores al «sistema» desde una de las más antiguas e importantes ciudades de Europa del Este, que ha jugado un papel fundamental en el desarrollo de la civilización eslava oriental, así como de la moderna nación ucraniana. Suerte.

MAL CRIADOS

La pandilla de cachorritos malcriados nacida al calor de aquella recién estrenada España de la prosperidad cementera ya está en la universidad. Dicen los psicólogos que, consumidos con tiranía los preceptivos veintitantos años de mimos y sobreprotección en la burbuja del hogar-palacio, los pobres resulta que han salido una especie de mezcla entre bobo y gillipollas, incapaces de soportar con entereza el más mínimo revés de esa puta mala que es la vida.

Esos mismos psicólogos, quizá temerosos de que los angelitos los linchen en sus aulas cualquier lunes de resaca, añaden que lerdos lerdos no son -valga para ambos géneros-, pero igual sí andan algo escasos de *resistencia a la frustración*. O sea, mayormente y para entendernos, que nos las tenemos con un

atajo de mocosos apesebrados en el *pido y me lo das*.

Desde que aprendieron a balbucir «quiero», todo ha sido un continuo «vale, cómpraselo, es solo un caprichín, y, total, no es tanto dinero...». Y así, de consola en condón, de trapito en *piercing*, de siesta en *botellón*, sin saber cómo suena siquiera un NO, los han mandado a la facultad con ni puta idea de por qué las lentejas hay que comerse-las aunque te sepan chungas. De hecho, por no entender, ni siquiera entienden que cuando llegas del COU -o como se llame ahora- sin apenas saber leer algunos profesores criminales incluso se atreven a suspenderte.

Hombre, y ya para decirlo todo, las cosas como son, bien sabemos que lo de la vida universitaria es una gran cabronada. Libros gordos y carísimos que apenas te dejan pasta para las drogas, horarios de locos con clases que empiezan ¡a las nueve de la mañana!, colegios mayores que no tienen ni cuatro estrellas; y, lo peor de todo, EXÁMENES de verdad, de esos que te mueres de es-

trés. Vamos, para que se cague cualquier Principito.

Menos mal que los rectores también tienen hijos y saben lo mal que se lleva verlos sufrir, y ahora, además de dejar que copien -más progres que nadie, di que sí-, les han puesto, entre el bar y los lavabos, una Unidad de Atención Psicológica y Salud Mental para el Universitario donde ayudan gratis a tanto capullo incapaz a *superar la depresión y los trastornos de ansiedad fruto de un estilo cognitivo irracional junto con déficit en su repertorio conductual de habilidades de afrontamiento*.

No sé vosotros, pero a mí, de puro descojono, me dan ganas de llorar. ¡Qué país!



NUMERO 172
31 DE ENERO DE 2010



Un objetivo. Una visión. Y un equipo para hacerlos realidad.
Iberdrola. Una manera de hacer las cosas.



El bodegón español

EN EL PRADO

12 de noviembre de 2009 – 14 de febrero de 2010

Monasterio de Nuestra Señora de Prado
Valladolid

Entrada gratuita

