OSACA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Domingo, 3 de enero de 2010 - **Número 168**

PATRIMONIO NACIONAL
Ayer y hoy de los Paradores

DANZA DOWN
Historias de superación personal

SALUD
Propósitos para el nuevo año

Bimba Bosé

DE LA PASARELA AL CINE

Bebe con moderación. Es tu responsabilidad. 36°

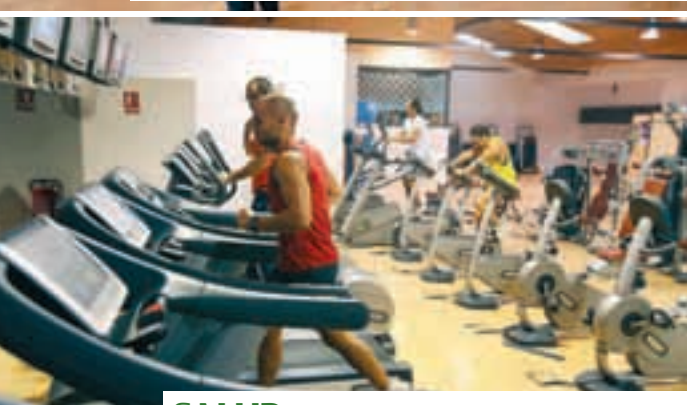
Tu momento espléndido

Tienda On-Line www.bodegasgarvey.com

GRUPO
GARVEY
Desde 1780

PARADORES_16
Décadas ofreciendo turismo de calidad

DANZA DOWN_8
Alternativas para niños con discapacidad



SALUD_30
Buenos propósitos en el arranque del año

SUMARIO

NÚMERO 168

HOY FIRMAN EN OSACA

ignacio uría_4
ilia galán_4
carlos alsina_5
antonio pérez henares_6
ramón sánchez ocaña_31
bernabé tierno_32
maría jesús álava_34

ENTREVISTA_12
Bimba Bosé se estrena como actriz con 'El cónsul de Sodoma'

CINE_22
'Donde viven los monstruos', literatura infantil para la gran pantalla

CULTURA_23
Deutsche Grammophon celebra su 111 aniversario con un regalo musical

CRÓNICA SOCIAL_24
Jordi González, un fenómeno televisivo

TENDENCIAS_28
Valentino Rossi llega a los portátiles de la mano de Packard Bell

SOLUCIONES_32
Enfermedades raras como las CAPS encuentran un remedio para su tratamiento

PSICOLOGÍA_34
Olvídate de la agresividad en el año nuevo

GASTRONOMÍA_35
Cómo preparar la mesa de invitados en estas fechas

MOTOR_37
Audi prepara el lanzamiento del A1 Project, un compacto para rivalizar con el Mini

MODA_26
Regalos asequibles a cualquier bolsillo

FOTO: **RALF PASCUAL**

NUMERO 168
3 DE ENERO DE 2010

ABUELOS

Una vez que a fuerza de gastar años uno se convence de que la vida es una sucesión de etapas y de momentos buenos y malos que hay que cubrir, es también cuando se percata de que el camino es muy corto, por muchas curvas y puertos que pueda trazar el día a día. Entonces, a esa incierta edad en la que todo parece estar construido, quizás también en ruinas o en proceso de derribo, uno empieza a reparar en los gestos, en el semblante y en la manera de comportarse de muchos de esos seres que cariñosamente llamamos abuelos, aunque no guarden parentesco alguno.

Abuelos, jubilados, ancianos, mayores que no viejos, pues, como bien dicen ellos, viejos son los trapos, que aceptan, de mejor o peor grado, su pase a la «reserva», aunque mantengan una lucidez y un estado de salud envidiables para muchos de los que venimos detrás, y, sobre todo, unas impagables ganas de ayudar, de transferirnos su experiencia, no pueden hacer otra cosa que esperar, que dejar pasar el tiempo en una inalterable rutina, mientras son testigos de los errores, caídas y recaídas cometidos y sufridas por jóvenes y adultos, para los que no existe otra realidad que la propia, que no conjugan ni en sueños el verbo envejecer, aunque sea la señal más visible y luminosa que nos aguarda en la recta final de una carrera de fondo, con todo, y pese a todo, maravillosa.

juanjo saiz
subdirector de OSACA

Este es uno de los contados episodios en los que es justo y necesario pecar de egoístas y aprovecharnos de que la mejor escuela de vida sigue estando en ellos, en nuestros mayores, en nuestros abuelos.

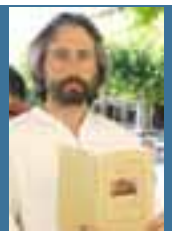
promecal

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: Esther Matías, Álvaro Arnaiz y Sergio Azúa.
Fotomontaje: Álvaro Arnaiz.

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

en versión reducida



ilia galán
profesor y escritor

CRUZ Y MEDIA LUNA

Los *matacuras* de antaño parecen resucitar de sus tumbas, prestos a reactivar las checas o los campos de internamiento para devotos, dicen algunos en el actual clima de exageración, que no quieren acabar siendo mártires, temiendo los excesos anticlericales de siglos pasados, la destrucción de iglesias, de obras de arte, la ejecución y tortura de creyentes. De hecho, en algunos ambientes políticos o intelectuales ser creyente, cristiano o de otra fe, es un problema, una fuente de críticas y de penalizaciones. Fuera cruces y minaretes, fuera cualquier recuerdo de un mundo situado más allá que nos explique lo que somos y a dónde vamos. A ninguna parte, pretenden decir algunos, quédese donde está y no se mueva, disfrute de la vida aunque se le haga amarga, esté enfermo, sufra el paro y no tenga un cielo donde agarrarse y, si es viejo, mejor quítese de en medio, porque ya no es productivo ni siquiera en grandes placeres, así dejará más sitio y dinero, bienes, para los demás.

Pero el debate no viene tanto por vivir o no el día a día, como cantaba Horacio, frente al futuro. Muchos creyentes cuando pueden viven y saborean igual o más que los demás los placeres del mundo. La controversia viene ahora de leyes tejidas por los burócratas del norte de Europa, acostumbrada a la iconoclastia, pues los protestantes en sus revueltas religiosas, destruyeron con fanatismo cuadros y esculturas, dejando lo religioso muchas veces relegado y escondido, a veces desaparecido, en el interior.

«

SE PUEDE DAR ESPACIO A LAS DIVERSAS CREENCIAS Y EN VEZ DE APLASTARLO TODO, TOLERAR, AMABLEMENTE, O MEJOR, GUSTAR LA LIBERTAD DE LOS DEMÁS

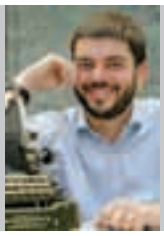
Pero la Europa católica y ortodoxa se revuelve, unidos los patriarcas griegos o rumanos con el Papa y los obispos, las gentes sencillas y los artistas cristianos.

Ya algunos claman, como en Dinamarca, contra los árboles de navidad en lugares públicos, para no molestar a los musulmanes. Otros ya hablan de prohibir los belenes en centros de enseñanza públicos, podrían prohibir las lecturas, si se sigue así, de nuestros clásicos, como Santa Teresa o San Juan de la Cruz, o eliminar la palabra Dios y otras referencias cristianas de El Quijote y otros textos como hicieron en Hungría y en varios países comunistas. En Cataluña ya se ha propuesto cambiar el nombre de la Navidad y de la Semana Santa por el de fiestas de invierno y primavera, y así, poco a poco, perdemos nuestros elementos culturales confundiendo la neutralidad de estado con la disolución de nuestra tradición, nuestra cultura y nuestro arte.

Muchos ateos y anticlericales estudiaron con crucifijos sin sentirse por ello molestos, lo mismo que podemos pasear por la ciudad y ver un minarete o una gótica catedral con sus imágenes, rezar al verlas, pasar indiferentes o contemplarlas por su arte. Las polémicas sobre los crucifijos en los lugares públicos pueden llevarnos a un callejón sin salida y destruir no solo nuestras raíces sino la cultura que nos sustenta y lleva hacia el futuro. Se puede dar espacio a las diversas creencias y en vez de aplastarlo todo, tolerar, amablemente, o mejor, gustar la libertad de los demás. Así, en Melilla, han vuelto a poner como día no laboral una fiesta musulmana, tal y como se hacía en el siglo XV, en la católica España de entonces, y una capilla puede tener una zona para musulmanes y otra para cristianos, según los que van a orar, sin molestarse. Stalin pisoteó iconos, mató y torturó a los cristianos, pero la cruz volvió al Kremlin; el emperador romano, Juliano «el apóstata» murió sin poder aplastar la fe de los creyentes exclamando, según cuentan: «Venciste, Galileo». Quizá convenga ser sensatos y no ofenderse por lo que otros creen o dejan de creer.

historias mínimas

ignacio uría
periodista



EL TRADUCTOR DEL 'CHE'

«

A FREDDY ILANGA NO LE PREGUNTARON SI QUERÍA IRSE PORQUE GUEVARA PENSÓ QUE ERA MEJOR TENER UNA EDUCACIÓN DIGNA QUE UNA FAMILIA

En 1965, Ernesto Guevara estaba en el Congo belga, que para entonces ya no era belga. El *Che* había ido a ese país para liberar a los congoleses de sí mismos y, de paso, derrocar al Gobierno de turno, tan corrupto y brutal como la guerrilla que lo combatía.

Che Guevara hablaba perfectamente francés, así que pensó que se entendería con los nativos, a los que suponía ilustrados en la lengua de Robespierre y Sartre, que eran dos de sus modelos: Sartre literario y Robespierre vital.

Al llegar al país con su ejército, Guevara se dio cuenta de su error: allí nadie hablaba francés. Al menos entre los rebeldes, por lo que al intrépido argentino tuvo que pedir un traductor.

Alfred Ilanga Yatti, al que todos llamaban Freddy, había nacido en una aldea congolesa cercana a Burundi. En 1965 tenía 17 años y un arma en las manos. Ilanga hablaba swahili y también francés, idioma aprendido con unos misioneros católicos. De modo que, sin decirle quién era Guevara, sus superiores le ordenaron que no se separara de él.

Al principio, el argentino le cayó muy mal. Al fin y al cabo, él desconfiaba de los blancos y aquel hombre, además de blanco, era sucio y de pocas palabras. Ilanga nunca había oído hablar de Cuba y menos aún de sus nuevos y revolucionarios amos, pero poco a poco cambió su opinión sobre Guevara, que le trataba como a un igual.

Esa vida duró apenas siete meses, ya que los cubanos sucumbieron a la mentalidad tribal y al caos de una guerrilla que más bien parecía una banda. *En nombre del internacionalismo proletario cometemos errores que pueden ser muy costosos: aquí la tierra sobra*, escribió el *Che* a Fidel Castro, encantando de ver a su ex compañero a miles de kilómetros.

De modo que, tras esa breve y patética misión, Guevara volvió a su Cuba, abatido y derrotado por una realidad diferente e inesperada. Con él se llevó a Freddy Ilanga, al que no le preguntaron si quería irse porque el *Che* pensó que era mejor tener una educación digna que una familia. En la práctica, en plena Guerra Fría, era un riesgo inasumible dejar a un sucu-lento traductor a merced de la CIA y el atroz Gobierno del Congo.

Freddy creyó que se iba a Cuba a recibir entrenamiento militar y que, al año siguiente volvería a su país. Las semanas fueron pasando y se convirtieron en meses. Los meses, en años: uno, dos, tres. Entonces se supo que Ernesto Guevara, alias *Che*, había sido ejecutado en Bolivia.

Con esa noticia todo cambió para siempre. El Gobierno le prohibió salir de Cuba, pero, a cambio, le pagó los estudios de Medicina. Ilanga, arrancado de su vida como los esclavos negros, nunca más pudo contactar con sus padres. Prefirió entonces pensar que habían muerto en la guerra.

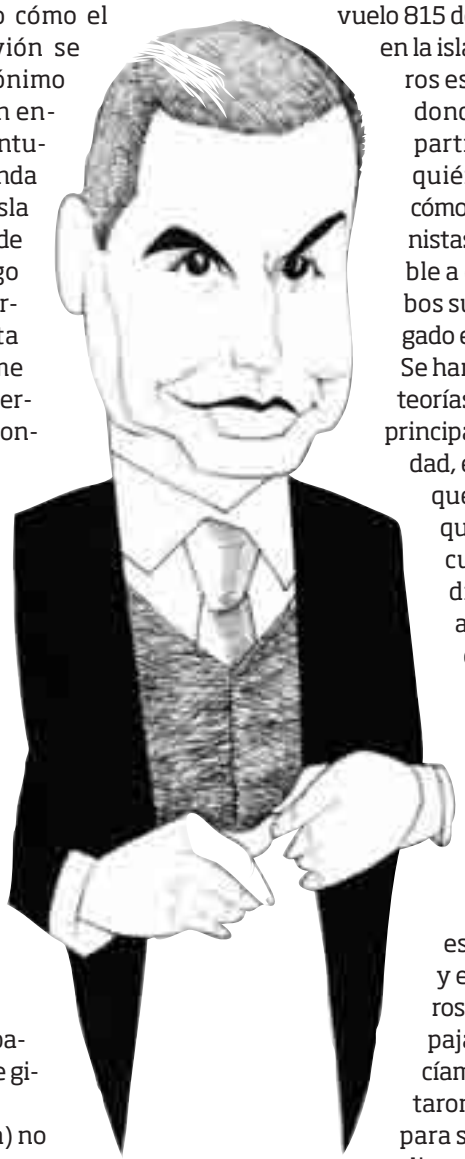
Todo cambió cuando en 2003 una cuñada, a la que no conocía, decidió introducir su nombre en *Google*. El milagro ocurrió y allí apareció, entre comillas, Alfred Ilanga Yatti, médico pediatra y residente en Cuba. Algunas semanas más tarde, el teléfono sonó en su apartamento habanero. No reconoció la voz que, en swahili, preguntó por él: era su madre. Habían pasado casi 40 años. Freddy lloró.

En 2005, Ilanga falleció en Cuba. Nunca pudo volver al Congo y abrazar a su madre, que aún vive. En el comienzo de su diario africano, el *Che* escribió: *Ésta es la historia de un fracaso*. Entre los aniquilados estuvo Freddy Ilanga Yatti.

carlos alsina

ESPERANDO A 'LOST'

He visto abrir el ojo a Jack Shephard media docena de veces. He visto cómo el motor del avión se traga al pobre pasajero anónimo otra media docena. Tardé en encontrarle el puntito a las aventuras y desventuras de esta panda de robinsones atrapados en isla mágica. Vi el primer capítulo de la saga varias veces a lo largo de un año. No conseguí animarme a poner el segundo. Hasta que un día crucé la raya. Y me entregué. Vi el segundo y el tercero y el cuarto. Ya no paré. Consumidas las cinco primeras temporadas, aguardo a que llegue el 2 de febrero y arranque la última entrega de la serie más enredada de nuestro espacio tiempo. Lo afirmo: yo también estoy enganchado a *Lost*, como tantos millones de personas que compartimos este pequeño vicio confesable que nos hace admirar la desbordada imaginación de un grupo primigenio de guionistas que parió una idea rara y de otro grupo sucesor que ha ido estirando el hilo hasta hacer aflorar un aluvión de personajes con pasado y futuro en una suerte de gigantesco cruce de caminos.



Lost (*Perdidos* en España) no es solo una novela televisiva por entregas. Es un fenómeno social que trasciende la pantalla plana para llevar vidas paralelas en internet. Desde su estreno en septiembre de 2004 ha ido sumando seguidores -fanáticos, fans, enciclopedias con ojos- en todos los países donde se ha emitido, e incluso en muchos países donde no ha llegado a emitirse, pero donde ha batido récords de descargas en la red. Si los enganchados a *Star Treck* son *treckies*, los enganchados a *Lost* somos *losties*, homónimos de los pasajeros del vuelo 815 de Oceanic que se piñaron en la isla magneto móvil. Hay foros específicos para nosotros donde podemos leer y compartir teorías diversas sobre quién fue el primer isleño y cómo se las apañarán los guionistas para dar un final plausible a esta frondosidad de cabos sueltos que nos han intrigado en los cinco últimos años. Se han publicado tropecientas teorías distintas sobre la trama principal: dónde están, en realidad, estos náufragos aéreos y qué coño es el humo negro que emerge de la selva de cuando en cuando. A medida que las temporadas avanzaron, la mayoría de esas teorías -y sus teóricos- fueron pasando a mejor vida. Los guionistas, que son gente malvada, han practicado un juego perverso que se llama *feedback* (retroalimentación): sembraron las escenas de posibles pistas y esperaron a leer en los foros de internet las inmensas pajas mentales que nos hacíamos los *losties*. Se alimentaron de esas mismas teorías para seguir dando carrete a la odisea, tejiendo y destejiendo para solaz de nosotros, espectadores, y también de ellos, fabuladores. Cualquiera que haya visto la serie habrá tenido un momento de debilidad, aquel en el que te preguntas: «Estos tíos, ¿no estarán todos muertos?» Va a ser que no.

Me declaro devoto de un guión eficaz, minucioso y bien trabado, a menudo tramposillo pero siempre ingenioso. Disfruto de las carreteras secundarias por las que nos llevan los creadores para tenernos entretenidos mientras echan al caldero nuevas piezas del puzle, algunas con sustancia, otras sólo condimento. Intuyo que el efecto adictivo de esta serie es fruto de un viejo truco de guionista: ir revelando la trama al espectador de tal manera que cuanto más sepa, más le quede por saber. Añádase a ello un buen ramillete de directores y una legión de actores que ni son estrellas ni seguramente lo serán -dicho sea en su favor aunque no todos brillen a la misma altura- y el resultado es una obra con talento. Concluyo que el amigo Shephard me interesa menos que el fascinante John Locke, eclipsados ambos a mitad de la serie por el retorcidísimo -y genial- Benjamin Linus. De entre las chicas, me quedo con Juliet, la mala buena. ¿Sobreviviste a la última explosión, Juliet, o estás con Charlie? Lo sabremos el segundo día de febrero. Los *losties* siempre querremos más. Nos gusta que nos líen, nos vacilen y nos mareen.

«

SE HAN PUBLICADO TROPECIENTAS TEORÍAS SOBRE LA TRAMA PRINCIPAL: DÓNDE ESTÁN, EN REALIDAD, ESTOS NÁUFRAGOS AÉREOS Y QUÉ COÑO ES EL HUMO NEGRO QUE EMERGE DE LA SELVA DE CUANDO EN CUANDO. A MEDIDA QUE LAS TEMPORADAS AVANZARON, LA MAYORÍA DE ESAS TEORÍAS -Y SUS TEÓRICOS- FUERON PASANDO A MEJOR VIDA

carlos alsina
periodista y columnista

antonio pérez henares

EL JUEZ Y LA INQUISICIÓN FEMINISTA

El juez Francisco Serrano, titular del Juzgado de Familia número 7 de Sevilla es un juez ejemplar, sin una tacha en su expediente, cuyas sentencias no son nunca recurridas por la Fiscalía y sí avaladas sistemáticamente por la Audiencia Provincial. Su juzgado, *rara avis*, está al día, y don Francisco, diligente en su trabajo y en la imposición de sentencias, ha sido felicitado en numerosas ocasiones por sus superiores e incluso por asociaciones de mujeres maltratadas de la ciudad en la que ejerce su jurisprudencia.

Entonces ¿cuál es el delito por el que como una auténtica marabunta le hayan caído encima varias docenas de asociaciones feministas insultándole con epítetos de inusitada gravedad tales como «altavoz de los maltratadores», negándole el derecho a ejercer su profesión, comparándole con los seguidores de las ideas de ETA, que estarían lógicamente inhabilitados para juzgar a los etarras, y hasta haciéndole la gravísima imputación de prevaricación?

Pues el delito del juez Serrano ha sido atreverse a decir en voz alta lo que muchos de sus compañeros dicen con sordina y buena parte de la sociedad sufre: que la Ley de Violencia de Género está propiciando muchos abusos, que ese portillo abierto a la desigualdad y a la discriminación da lugar a una escandalosa y torticera utilización de la ley no precisamente por quienes en verdad sufren maltrato y violencia sino por quienes buscan situaciones de privilegio y ventaja. El juez, en legítimo uso de su libertad de expresión, cargado de argumentos, con serenidad y corrección, ha expuesto lo que muchos piensan, saben y sufren y una verdad archiconocida en la administración de Justicia.

Pero ha roto un tabú, ha osado saltarse la dictadura de lo políticamente correcto, ha cometido la temeridad de criticar lo que no puede ser ni siquiera cuestionado bajo pena de excomunión progresista y anatema. Y la Inquisición feminista ha salido en tromba. El juez, el hereje, el discrepante, debe acabar en la hoguera, pero no sin antes haber sido escarnecido públicamente y expuesto en la picota con el sambenito colgado al cuello. Y como de costumbre y siguiendo las más acreditadas técnicas s goebelianas y estalinistas, no se han parado ni siquiera a rebatir sus argumentos. No. Lo que han propagado ha sido la calumnia contra su dignidad, la descalificación contra su persona, su descrédito como profesional, su lapidación civil, en suma, que culminan con la exigencia de su expulsión de la carrera judicial.

Sobre el juez sevillano ha caído con todo su terrible peso este feminismo rancio, subvencionado, mostrenco e intocable que ya no pretende la igualdad sino el privilegio y la asunción obligada de todos sus dogmas. Y añadido a ellos, una especie de vindicación contra el género masculino cuyos actuales representantes han de pagar en sus carnes por los abusos cometidos en la historia pasada contra la mujer, como si el hombre actual fuera el responsable civil y el reo convicto de todos esos desmanes pasados. Un feminismo de memoria prehistórica en el agravio pero que -¡que curioso!- calla y hasta aplaude por aquello de la *multiculturalidad* el hecho de que en el mundo actual cientos de millones de mujeres viven el sometimiento, la vejación y la sumisión impuesta. Por ejemplo, por una religión. Por ejemplo, por el Islam, ante el que desde luego no osan rechistar.

Francisco Serrano ha dicho una obviedad. Algo muy sabido. Que existe un indudable riesgo de que la discriminación consagrada por esa ley tenga efectos perversos. Que ya los tiene. Porque, y por mucho calentón legislativo y por mucha sentencia estupenda del Constitucional, repugnan a la recta razón y rechinan al mínimo sentido común que pueda consagrarse como mejor garante de la igualdad la consagración legal de la desigualdad ,o que la discriminación, se le ponga el mote que se le quiera poner, no es lo contrario a la justicia y la equidad.

El juez Serrano, defensor real y amparo de las mujeres sevillanas maltratadas, ha destapado el abuso y el escándalo de la utilización de esa ley para -escudándose en el privilegio y en la inmediata presunción de culpabilidad del oponente- conseguir fines espurios, de custodia de los hijos y en no pocas ocasiones procazmente económicos con el subterfugio y la falsedad de añadir a las demandas la coletilla atroz del mal trato, generalmente psicológico, donde tan imposible resulta en casos ¡probar la inocencia!. Porque aquí, contrario a toda ley y derecho, eso suele ser lo que es necesario probar.

Al juez quieren estigmatizarlo de por vida. Pero, por una vez, el griterío y el linchamiento del hereje, se ha topado con la firmeza. E incluso y a pesar del miedo, porque ahora se explica ese miedo a la destrucción del prestigio y a la muerte civil, son centenares los jueces y magistrados que se han solidarizado con su compañero. Es más, que han hecho constar que de imputarle a él, ellos también se dan por imputados. Y resulta esperanzador y clarificador que las cuatro compañeras de Serrano titulares de otros tantos juzgados de familia en Sevilla hayan sido las primeras en salir en su defensa.

«

EL DELITO DEL JUEZ SERRANO HA SIDO ATREVERSE A DECIR EN VOZ ALTA LO QUE MUCHOS DE SUS COMPAÑEROS DICEN CON SORDINA Y BUENA PARTE DE LA SOCIEDAD SUFRE: QUE LA LEY DE VIOLENCIA DE GÉNERO ESTÁ PROPICIANDO MUCHOS ABUSOS

antonio pérez henares
periodista y escritor

Gran Selección

2009

Premio Gran Selección Vino
AZUA 07

Tinto joven madera

Bobal
Vitivinos Anunciacion S.C.L.
D.O. Manchuela
Camino Cabezuelas, s/n
02270 Villamalea (Albacete)
Tel.: 967 483 114
info@vitivinos.com - www.vitivinos.com

Premio Gran Selección Queso
VALDEHIERRO

Queso manchego industrial semicurado

Quesos Cristo del Prado, S.L.
Pol. Ind. S. Sebastián - C/ Herreros, 8
45710 Madridejos (Toledo)
Tel.: 925 461 021
fabrica@quesosmanchegos.com
www.quesosmanchegos.com

Premio Gran Selección Aceite
PAGO DE QUIRÓS

Aceite de oliva virgen extra ecológico

E.A. La Moncloa, S.A.
Finca la Moncloa s/n
45430 Mascaraque (Toledo)
Tel.: 925 594 080
info@oleoquiros.com - www.oleoquiros.com

Premio Gran Selección Jamón
7 HERMANOS

Cárnicas 7 Hermanos, S.A.

Ctra. Extremadura, Km. 42
45940 Valmojado (Toledo)
Tel.: 918 170 553
carnicas@7hermanos.com
www.7hermanos.com

Premio Gran Selección Miel
COLMENEROS ALCARREÑOS

Miel con D.O. La Alcarria

Romero
S.C. CLM Apicultores de La Alcarria Conquense
Camino de Uclés, s/n
16465 Huelves (Cuenca)
Tel.: 969 136 757
apicultoresalcarria@hotmail.com

Premio Gran Selección Azafrán
LA ROSERA

Azafrán de La Mancha

Bealar, S.L.
Pol. Industrial Las Lomas, 10
16200 Montilla del Palancar (Cuenca)
Tel.: 969 180 156
info@bealar.com - www.bealar.com

Castilla-La Mancha

Calidad Certificada

www.jccm.es

XX Edición de los premios "Gran Selección"

Carácter y alma de Castilla-La Mancha

DANZA DOWN

BAILE SIN LÍMITE

maría albilla
texto
ouka leele
luis lópez araico
luis malibrán
fotos

EL COREÓGRAFO ELÍAS LAFUENTE CREÓ EN 2005 UN BALLET COMPUESTO POR JÓVENES CON SÍNDROME DE DOWN. DESDE QUE EMPEZÓ CON CUATRO CHAVALES, EL GRUPO NO HA DEJADO DE CRECER Y, TRAS MUCHAS SEMANAS DE ENSAYO, HAN SIDO CAPACES DE INTERPRETAR PIEZAS CLÁSICAS TAN IMPORTANTES COMO 'LA BAYADERE'. LOS CHICOS HAN LOGRADO CON SU ESFUERZO CONVENCER A SU PÚBLICO DE QUE LA DANZA ES UN ARTE UNIVERSAL QUE NO SOLO RESPONDE A LA BELLEZA ESTÉTICA, SINO TAMBIÉN A LA SENSIBILIDAD DE LOS BAILARINES

El escritor británico Walter Pater defendió en el siglo XIX, siguiendo los postulados del esteticismo, que el arte existe para beneficio de su exclusiva belleza. Pocas cosas hay más bellas que la precisión y la fuerza de los movimientos de la danza clásica, por la estética que consigue, por la perfección que persigue, por la emoción que transmite y el estremecimiento que causa cuando, tras duras horas de práctica y ensayo, pone el cierre a la función el caluroso aplauso del exigente público. Cuando, además, el ballet se convierte en sinónimo de superación y de integración, el arte; la belleza, se sublima. Por eso conmueve tanto ver a la Compañía de baile de Elías Lafuente, un grupo formado por 20 jóvenes con Síndrome de Down que hacen de su pasión por la danza un modo de vida a través del cual se desarrollan física y psíquicamente.

Bajo el lema *A tu lado puedo bailar*, el coreógrafo Elías Lafuente creó en el año 2005 una compañía profesional con estos jóvenes «con otras capacidades». «Se les llama discapacitados, pero eso no es verdad. Ellos poseen cualidades muy especiales que no tenemos los demás. Son, por ejemplo, muy generosos entre ellos. Se apoyan mucho. Si uno se cae, los demás no se lo piensan y van a ayudarle, no tienen tanto sentido de la competitividad como nosotros», cuenta Elías. Además, lo dan todo, se entregan al 100 por 100 en cada ensayo, en cada actuación. «No hay que olvidar que estos chavales tienen problemas motores y que cada uno puede ejecutar las posiciones en la medida de sus posibilidades, pero puedes estar seguro de que lo intentarán al máximo», apostilla el coreógrafo.

A la entrega de estos artistas se unen cualidades como la fidelidad, la lealtad, la disciplina, la obediencia y, ante todo, una gran vocación de artistas. «Es arte en estado puro», comenta emocionado Elías. Es la belleza de unos movimientos puros que transmiten sensaciones.

Parece mentira que un proyecto tan bonito surgiera de un gesto tan amargo como es el desprecio, la discriminación. Lafuente tenía una academia de baile en Madrid a la que iban niños *normales*. Un día, por mediación de una amiga, llamó a su puerta Rosa Trujillo. Llevaba de la mano a su hija Beatriz, una niña con Down que ya había estado en otras escuelas. Para Rosa era importante que su hija acudiera a es-

tas clases. «Desde el principio pensé que serían beneficiosas para el equilibrio, para que aprendiera a moverse con elegancia», comenta. Ella fue la primera, pero le siguieron más. Inicialmente, varias amigas, después otros compañeros de colegio, hasta que un día una mamá intransigente le dio al profesor un ultimátum: o los chavales con Síndrome de Down, o nosotros. Elías no se lo pensó y apostó todo a la misma carta. Desde ese día les forma en danza clásica, española y teatro musical.

«Yo no podía dar una clase a las seis para los de otras razas, a las siete para los de Madrid, a las ocho a los de Down...», ironiza, «soy profesor y creo en la integración. Además, estoy seguro de que es bueno para todos que se vean, que se unan, que convivan y aprendan los unos de los otros».

Aquel curso la academia de Elías Lafuente se quedó con cuatro niños. En la actualidad hay 57 que van desde los seis años hasta los 30, aunque solo 22 (11 chicas y 11 chicos, que la paridad está de moda) forman la compañía como tal. El resto acude cada semana a las clases y forma lo que denominan la cantera, es decir, el grupo que pasará con el tiempo a la división profesional.

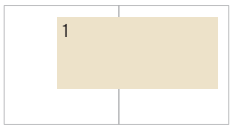
En este ballet no hay primeros bailarines, no hay distinciones, todos hacen el mismo papel. Inculcarles el valor de colectivo es una de las tareas de su profesor. «Para mi son todos igual de buenos, no necesito que destaque ninguno y la plantilla al completo domina todos los bailes. En la danza no hay que ganar medallas, solo aplausos. Es lo maravilloso que tiene el arte», asevera.

Poco a poco el número de alumnos de Elías fue incrementándose. Muchos de ellos acuden al colegio María Corredentora y, con el tiempo, actuaban en las fiestas del centro, hacían funciones de fin de curso... hasta que decidieron crear una compañía estable de danza. Entonces se asociaron para poder dar una estructura sólida al ballet y, desde ese momento, no han dejado de hacer lo que más les gusta.

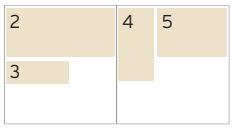
EL CORAJE DE LAS MADRES

Las madres de los chicos fueron las primeras en apoyar esta iniciativa y ellas son las que se encargan de mover cielo y tierra para buscar apoyo institucional para cerrar actuaciones o para conseguir el mejor atrezo. Además, hay que contar con que muchos de estos chavales no son autónomos y son las mamás quienes se

PÁGINAS ANTERIORES



1 Antes de salir al escenario la ilusión y las ganas de que sus padres, amigos y familiares vean lo que han aprendido puede a cualquier situación de nervios.



2 Todos los alumnos admiran a Elías Lafuente, pues es el profesor de lo que más les gusta, el baile.

3 Escena final de 'La Bayadere' de Minkus en una de las actuaciones del ballet. Aquí se aprecia la técnica: pies en primera posición o en tendu y brazos en cuarta o quinta posición.

4 Beatriz, flanqueada por Raúl y Rubén en un momento del ensayo.

5 Tania y Gabriela se funden en un abrazo. La sintonía entre ellas es evidente.

encargan del ir y venir a los ensayos. Mientras los jóvenes bailan en una de sus clases, Isabel, Pilar, Julia, Ana, Felicidad, Gabriela y Antonia *la abuela ye-ye*, como dice ella entre risas, conversan en el pasillos de la academia. Juntas comentan las actuaciones, valoran los avances de sus hijos y, sobre todo, se apoyan.

Ana, la madre de Laura, cuenta que su hija es muy celosa de su intimidad y que en casa se cierra en su habitación para bailar. Mientras, Julia les explica que Rubén está como loco con su guitarra, que no para de tocarla en cuanto tiene tiempo y Antonia está feliz cada vez que lleva a Raúl al centro porque ve encantado a su nieto. «Aquí tiene grandes amigos; amigos de verdad. Viene *volao*», apunta en el transcurso de la conversación. Cuando habla de lo bueno que es para su chico bailar se emociona y sus lágrimas son reales, son puro sentimiento.

ACUDIR A LA ACADEMIA ES UNA FORMA DE SOCIALIZACIÓN, PUES NO SOLO SON COMPAÑEROS, SINO TAMBIÉN GRANDES AMIGOS

Rosa adora ver bailar a su hija y se siente «¡pues como todas las madres!, me entra una satisfacción enorme. En la última actuación estuvieron geniales, ¡siempre están geniales!», exclama mientras Lafuente enfatiza: «Aquí si hay fallos pues los ves y punto. No somos la ópera de París, ni falta que nos hace».

Lo importante es que sobre el escenario no hay límites y nadie como las madres para saber hasta dónde pueden llegar sus hijos. Ellas mismas reconocen que los chavales pueden tener mucha más autonomía de la que les dejan y que cada día logran sorprenderlas.

Al curso 2008-2009 le puso la guinda un espectáculo en el que la compañía escenificó piezas de *La Bayadere* y *El lago de los cisnes* en el repertorio clásico, pero con lo que más disfrutaron los bailarines fue con una adaptación que Lafuente les preparó de *La bella y la bestia*. Con todas ellas consiguieron lo que muchas veces los profesionales no hacen por lo mecánico de sus movimientos: emocionaron a sus familias, a sus educadores, a los amigos de sus padres y, como se diría coloquialmente, ¡cautivaron hasta al apuntador!

RESPETO AL MAESTRO

Después de la delicia que supone verlos ensayar, todos rodean haciendo un semicírculo a su profesor. No hay halagos suficientes para él. Con orgullo, e incluso algo ruborizado, Elías escucha lo que significa para sus alumnos.

«Elías baila de maravilla. Es un valiente que no tiene miedo a nada», comenta Felicidad, al tiempo que uno de los chicos le dice lo

seguro que se siente a su lado. «Nos quiere mucho a todos los alumnos», dice Ángel, otro de los chicos.

«A mi me gusta mucho venir a bailar», apunta Gabriela y Lorena añade que hasta cuando no tiene clase, ella lo que quiere es seguir bailando.

Todos ellos coinciden en que lo que más les gusta es la parte de teatro musical. Felicidad está deseando llegar a casa. «Mi madre me ha conseguido la película *West Side Story* y he invitado a un amigo para verla juntos. Me gustan mucho las escenas de amor», se explica con desparpajo. Desde el punto de vista pedagógico, la interpretación de este tipo de piezas es estupenda para mejorar no solo su capacidad motora, sino también para que se esfuercen en el campo del lenguaje y la expresividad. «Tienen que poner gran ahínco para escuchar la música, hacer los gestos que la letra les sugiere y, a la vez, seguir el ritmo de la música. Es una actividad muy completa para su desarrollo», determina su admirado profesor.

La danza no es solo una de las actividades que realizan estos chavales para ocupar su tiempo de ocio, es una herramienta de integración en la sociedad. «Dentro de unos días voy a ver *¡Mamma mía!*», resuena la voz de Feli. «Yo también voy», chilla Laura y señala a otra de sus compañeras, que las acompañará. Así han creado un nutrido grupo de amigos que comparten estudios, aficiones y retos, ¿qué diferencia hay entonces entre ellas y los jóvenes *normales* cuyas madres no quisieron dejarles en el mismo grupo de trabajo?

Muchos de estos chicos, además de bailar, desempeñan actividades profesionales remuneradas, como es el caso de Irene. Ella es la mayor del grupo, tiene 29 años, y cada mañana se levanta como todo el mundo para ir a trabajar a Telefónica. Raúl también trabaja en una empresa que hace carpetas corporativas y Tania y Pedro realizan diferentes talleres de cerámica, pendientes, jardinería y, además, aprenden informática, que la red de redes es apta para todos si se usa bien.

A estos chicos les encantaría bailar durante toda su vida, pero también tienen otros sueños, como María que quiere ser peluquera o cantante, o Rubén que quiere ser profesor en el colegio o, como esto del arte le tira mucho, actor.

LA DANZA CLÁSICA APORTA A ESTOS CHICOS SENTIDO DEL RITMO Y LES AYUDA A SER ELEGANTES EN LOS MOVIMIENTOS

Elías escucha con semblante amable, pero sin perder la autoridad, los deseos de sus chicos. Él se ilusiona con sus proyectos y, más aún con el que él tiene en mente para ellos. El coreógrafo quiere que la compañía sea mucho más que un ballet: pretende dar un trabajo real a los chicos por lo que plantea, en un futuro, poder crear un taller de artes escénicas.

«Me gustaría que todos ellos pudieran trabajar y que aquí tuviéramos un servicio completo que ofrecer con nuestro espectáculo. Así, además de bailar, nosotros podríamos fabricar los decorados necesarios a través de talleres de marquetería y carpintería, e incluso hacer los vestidos para las representaciones», cuenta. Un proyecto ambiciosos que supondría una base muy sólida para que cada chaval fuera uno más en la sociedad.

Ajenos a lo que el futuro les deparará, al fondo de la clase Pedro y María no dejan de hablar y de reírse a carcajadas. Compañeros y amigos, seguro que están comentado las *incidencias* de una clase que ha sido especial.

Pedro, Bea, Felicidad, Irene, Tania, Gabriela, Rubén, Laura, Raúl, Rodrigo, Lorena, Aída, María y Guillermo, junto con los otros bailarines que forman el ballet, pero que hoy no han acudido al ensayo, son el mejor ejemplo de lo que es el arte en estado puro. Sus movimientos son emotivos, su entusiasmo máximo y sus ganas por esforzarse para hacer las cosas lo mejor posible son dignas de admiración.

Cuando retomen el curso académico empezarán también los ensayos y, como profesionales que son, su mayor ilusión es volver a pisar fuerte y cuanto antes las tablas de un escenario.

>ENTREVISTA

BIMBA BOSÉ modelo, cantante y actriz

«TENGO UNA PULSIÓN DE VIDA MUY FUERTE, PERO A VECES EL INCONSCIENTE JUEGA MALAS PASADAS»

«Para meterse en la piel de 'Bel' quería alguien que actuara, no que interpretara. Y nadie mejor que ella. Porque tiene una ventaja añadida: no sabe mentir». Con estas palabras defiende Sigfrid Monleón la elección de **BIMBA BOSÉ** para dar vida a Isabel Gil 'Bel', una de las musas de la 'gauche divine', aquella excentricidad sociológica que se desarrolló en una España complicada de la que no ha pasado tanto, aunque visto desde la distancia parezca una eternidad. Con 'El cónsul de Sodoma' el cineasta rinde homenaje a la figura de Jaime Gil de Biedma, poeta, ejecutivo, diplomático honorífico, hijo, marido y amante fallecido en 1990 víctima del sida, enfermedad que comenzaba en aquél entonces a cobrarse vidas de manera espeluznantemente veloz. Jordi Mollà presta su registro a la figura central, mientras que Bimba luce su primer papel cinematográfico aportando su estilizada presencia a la que fue, sin lugar a dudas, la mujer de su vida.

josé arce
texto
ralf pascual
fotos

Una melena intensísimamente naranja nos recibe en la Academia de Cine de Madrid, sede central de nuestro séptimo arte que acogerá nuestra charla con la diseñadora, modelo, cantante y ahora, por derecho propio, actriz. Tan solo disponemos de unos minutos, centrado como está todo el equipo en la extenuante promoción de la película, cuyo estreno está previsto para el próximo mes de enero. Atentos a su porte elegante y exquisito, seguimos a Eleonora -nombre real que se oculta tras el más artístico Bimba, 'la niña'- entre las butacas de la sala de proyección para encontrar un rincón en el que conversar con tranquilidad. A nuestro alrededor pululan compañeros y amigos, de quien no tiene más que palabras de halago: «Ha sido un lujo, me han cuidado al máximo para hacerme sentir cómoda y tranquila». Aún con todo, no está totalmente relajada.

Pareces un poco nerviosa.
¡Lo estoy! No llevo bien todo esto de las promociones, de atender a la gente, nunca sabes por dónde van a ir la cosas. No consigo abandonarme del todo, me resulta más sencillo estar al otro lado de la cámara, trabajando.

¿Cómo llegas a este proyecto?
Todo comenzó hace cinco años, cuando me llegó el guión a través de mi agente. Lo leí, y me encantó. No solo el guión y mi personaje, sino toda la historia en un sentido amplio. No conocía mucho la figura de Jaime Gil de Biedma, pero me sentí plenamente identificada con el momento cultural, con la *gauche divine*, con el retrato que se hacía de esa época. Así que me dije a mí misma que iba a ir adelante con este reto. Luego conocí a Sigfrid Monleón, y aquí estamos ahora…

Es tu debut en el largometraje. ¿Por qué no has hecho cine anteriormente?
Me daba mucho miedo, si te digo la verdad.

Es curioso, porque imagino que habrás tenido muchas ofertas.
Sí, puede que no muchas, pero sí varias. Pero siempre decía que no, era muy burra.

¿Te arrepientes de haber rechazado alguno de esos papeles?
Lo cierto es que los proyectos que me han propuesto a lo largo del tiempo no han llegado a salir adelante. Bueno, con la excepción de *El amante*, de Jean-Jacques Annaud. Pero en ese momento yo era una adolescente, estaba estudiando y mi madre se negó totalmente a que apareciera en la película. También tuve un acercamiento con Bigas Luna, pero nunca llegó a ponerse en marcha tampoco.

Y ahora que has dado el salto, ¿te ha picado el gusanillo de seguir?
Es genial, por fin lo he hecho, me he estrenado y estoy muy contenta. Pero me tendré que preparar, tendré que hacer algo para poder mantenerme en este nuevo medio. Ser actriz son palabras mayores. En este caso no he necesitado interpretar, me he limitado a ser yo misma; he trabajado el personaje, por supuesto, pero siempre a través de lo que hablaba con Sigfrid.

«LO MÁS IMPORTANTE ES MANTENERSE SIEMPRE ACTIVO»

«EN ESTE CASO NO HE INTERPRETADO, ME HE LIMITADO A SER YO MISMA»

Puede que no te haya costado porque ya vienes a este rodaje con muchas tablas. Pero, ¿qué es lo más difícil del cine? No es como grabar un videoclip…
Si te soy absolutamente sincera, no me ha resultado nada complicado. No sé si ha sido que estaba todo muy encajado, perfectamente planificado. Mi agenda estaba cuadrada con exactitud y me han mimado tanto que ha sido todo sencillísimo para mí. Y ahora que lo mencionas, la verdad es que no difiere tanto de un videoclip; de hecho, un vídeo musical es más pesado en muchos aspectos, tienes que repetir un montón de veces cosas muy pequeñas, una y otra vez. Aquí las tomas se repetían máximo tres o cuatro veces, no más. Yo estoy encantada, de verdad.

No conocías antes la figura de Jaime Gil de Biedma. ¿Has indagado ahora en su vida y su obra?
Estoy en ello. He leído ya casi todo lo que escribió en vida y se ha convertido en un personaje que ahora me acompaña de manera definitiva. Me gusta muchísimo y, además, es muy comprensible. Cuando lees poesía, lo normal es encontrar demasiada metáfora, si no estás familiarizado con ciertos recursos cuesta acceder a ella. Pero Jaime es muy contemporáneo, muy accesible.

'Bel', tu personaje, por su carácter, podría vivir en la actualidad perfectamente. ¿Bimba podría decir lo mismo de aquellos días?
Es un personaje muy contemporáneo, es cierto. Y yo creo que si me hubiese tocado vivir aquel

«EN MI FAMILIA LAS MUJERES TE MARCAN A FUEGO»

momento habría sido muy parecida a ella. Habríamos sido colegas, eso seguro. Aunque espero, aunque no sé cómo acabaré, no terminar igual que ella. Tengo una pulsión de vida muy fuerte, pero a veces el inconsciente te juega malas pasadas, nunca se sabe; además, los accidentes suceden, eso no se puede prever.

¿Accidente?

Hay mucha gente que piensa que 'Bel' se suicidó, pero yo no pienso igual. Se la llevó una riada, ¿qué puedes hacer contra una catástrofe natural así? Lo que pasa es que ella misma es como un sueño en la película, se presenta como una especie de ensoñación, así que todo es más lírico, más onírico.

Más allá de su muerte, es lógico que te hayas sentido cómoda, porque también te desarrollas en un ambiente artístico, eres diseñadora, madre joven...

Sí. Y, como dice ella también, sé caer de culo, como se ve en mi primera aparición en la historia. Aunque en eso tuve la doble ayuda de mi hija y de mi compañera Olga, que interpreta a la hermana de Jaime Gil de Biedma.

Sigamos hablando de mujeres. En tu familia son muy fuertes.

Muchísimo, es tremendo cómo marcan tu vida, es como si dejaran un sello a fuego. Mi familia es un matriarcado, no hay duda. Veo a mi abuela Lucía, por ejemplo, y es alguien que me impone muchísimo, que tengo muy presente aunque no tenga un contacto diario con ella. Son muy curiosos, ella, mi tío Miguel, detestan hablar de los lazos que tienen, reniegan totalmente del vínculo familiar. Es gracioso.

¿Contigo o entre ellos?

¡Entre todos! Yo creo que se ven más como amigos, o algo así, no lo sé explicar. Puede que se deba a que hay muy poca diferencia de edad entre las generaciones, mi abuela es muy joven, mi madre también, me tuvo a mí cuando solo tenía 18 años. La cercanía es muy grande, así que puedo entender que se vean casi más como colegas. Pero bueno, la cuestión es que yo he aprendido y aprendo mucho de ellas. Mujeres muy tolerantes, con un carácter tremendo, muy fuerte y una personalidad arrolladora. Es increíble ver a mi abuela, es como una especie de estudiante permanente, está siempre a lo suyo, independiente, sin un especial apego a nada. Aprendo mucho de ella. ¡Y que nadie la pare, por favor!

Al ser un clan de artistas tan grande, imagino que os influís mucho los unos a los otros en vuestro trabajo.

Yo creo que lo hacemos de una manera inconsciente, es algo que está ahí, más que algo físico es tener la seguridad de que siempre están ahí, tranquiliza.

Por último, has tocado muchos palos. ¿Qué quieres hacer ahora?

Crecer en todos los aspectos que toco. Pero creo que, de todo lo que hago, es el ámbito musical el que más quiero cuidar y en el que más me quiero desarrollar. Ya veremos, lo importante es mantenerse siempre activo.

'LA NIÑA' POLIFACÉTICA

Hace todo lo que quiere, y quiere todo lo que hace. Bimba Bosé, nacida bajo el nombre de Eleonora Salvatore González el 1 de octubre de 1975 en Roma, asalta cualquier disciplina ante la que sienta una mínima inquietud. Normal, lleva el arte corriendo por la sangre. Nieta del torero Luis Miguel Dominguín y de la actriz Lucía Bosé, sobrina de Miguel Bosé, integrada a fuego en uno de los clanes artísticos más relevantes nuestro país; musa de David Delfín, modelo para la cámara de Steven Meisel o Mario Testino, diseñadora y, por supuesto, líder de una banda musical, The Cabriolets, en la que comparte ritmo y éxito con su marido, el realizador Diego Postigo, con quien tiene una hija, Dora, también llamada a comerse el mundo tarde o temprano.

Con sus medidas, que lindan con la perfección, y con un halo andrógino, adquirido de manera voluntaria, que la complementa en su construcción de un personaje capaz de abarcarlo todo, Bimba, 'la niña', nunca deja de crecer.

PARADORES

DE GREDOS A ALCALÁ, TURISMO DE CALIDAD

juanjo saiz
texto

ángel ayala
fotos

UNO DIO ORIGEN A LA RED DE PARADORES TURÍSTICOS DE ESPAÑA, UN GRUPO INTEGRADO EN LA ACTUALIDAD POR 93 ESTABLECIMIENTOS ORIGINALES, ÚNICOS Y, EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS, UBICADOS EN EDIFICIOS Y CONJUNTOS ARQUITECTÓNICOS QUE FORMAN PARTE DEL PATRIMONIO NACIONAL. EL PARADOR DE GREDOS, FUNDADO EN 1928 PARA SATISFACER UN CAPRICHO DE ALFONSO XIII, FUE EL GERMEN, Y EN 2009 ABRIÓ SUS PUERTAS EL PARADOR DE ALCALÁ DE HENARES, UN COMPLEJO QUE AÚNA MODERNIDAD, HISTORIA Y TRADICIÓN.

UN SALÓN PARA LA HISTORIA

Esta fotografía fue tomada en 1978 en una de las dependencias señeras del Parador de Gredos: el entonces denominado 'Salón del Silencio', estancia que acogió durante siete, ocho o diez días (los cronistas de la época nunca se pusieron de acuerdo sobre este particular) las maratonianas reuniones de los *padres de la Constitución*, siete ponentes, siete ilustrados que se encargaron de resolver las más de 1.000 enmiendas presentadas al articulado de la Carta Magna, Ley Fundamental que rige, sin alteración, nuestra democracia. Manuel Fraga, Herrero de Miñón, Solé Tura, Gabriel Cisneros, Pérez Llorca, Miguel Roca y Gregorio Peces Barba encontraron inspiración en un modesto salón en plena Sierra de Gredos.

Gaspar Valles (1956, Aldeanueva de Ebro, La Rioja) lleva toda su vida laboral vinculado a la red nacional de Paradores de Turismo. Dirige y reside desde hace nueve años en el Parador de Gredos, el primero y más antiguo de España (abrió sus puertas en 1928). Todo un *capricho* en madera y piedra del Rey Alfonso XIII, que quiso disponer de una parada y fonda donde alojarse y descansar tras sus frecuentes jornadas de caza por la Sierra de Gredos, aunque nada más iniciarse su edificación en una parcela del municipio abulense de Navarredonda de Gredos, renegó del emplazamiento elegido y apenas puso sus regias botas por el establecimiento pues, cuenta la leyenda, le pillaba demasiado lejos de las zonas frecuentadas por las cabras hispánicas.

Un refugio construido a 2.000 metros de altitud y muy cerca de los codiciados cazaderos solventó las necesidades del monarca y, por suerte, la edificación del parador no se detuvo gracias, sobre todo, al empeño personal del marqués de la Vega Inclán, figura esencial del desarrollo turístico español en una época en la que no existía el turista como tal, sino el viajero.

«Aparte de la historia que encierran estos muros y de ser el primero de la Red, el embrión de toda la cadena que hoy conocemos, el Parador de Gredos es un establecimiento singular por sí mismo y por el extraordinario entorno natural en el que se ubica, elementos que, sin duda, contribuyen a la fidelización de la mayoría de nuestros clientes», explica convencido Gaspar Valles.

PERFIL DEL CLIENTE Ciudadanos madrileños amantes de la naturaleza, la tranquilidad y movidos por el deseo de desconectar de sus trajines habituales, de combatir el estrés de la gran urbe, por lo menos durante los fines de semana, son los usuarios más comunes del establecimiento. Sin embargo, con la llegada de la época estival, el perfil del cliente que se aloja en este Parador cambia y es cuando llega el momento de las familias y parejas.

EL PARADOR DE GREDOS OFERTA 74 HABITACIONES CON SABOR Y SOLERA

Y aunque por su emplazamiento más de uno pueda esperar encontrarse aquí con hordas de cazadores, la realidad es bien distinta porque, como remarca su director, la única especie cinegética que se puede cobrar por estas latitudes es la afamada cabra hispánica, aunque de una manera muy limitada y controlada, pues no en vano solo se expiden 150 permisos cada año. «No obstante, matiza Gaspar, el cazador es para nosotros un cliente muy importante ya que se trata, por regla general, de un ciudadano extranjero (alemán, inglés, norteamericano) de alto poder adquisitivo y que además viene en temporada baja».

Los amantes de los deportes de aventura como la escalada, el alpinismo, *rafting*, ala delta, etcétera, también tienen aquí un espacio ideal para su práctica, sin olvidar las más comunes y asequibles excursiones a caballo, en

bicicleta de montaña o el siempre recomendable senderismo entre pinos, sin agobios y respirando aire puro.

En los últimos años el nivel de ocupación del Parador se ha situado en el 50 por ciento, aunque durante los fines de semana, *puentes*, Navidad, Semana Santa y agosto lo normal es que se encuentre al completo. «Estamos, como todos, sufriendo la crisis, aunque la verdad es que a nosotros no nos está afectando demasiado», comenta Valles.

EL ARTE DE 'ENVEJECER'

Además de las mejoras llevadas a cabo en la década de los 70, con el inicio del nuevo siglo (inviernos de 2001 y 2002, los únicos periodos en que ha permanecido cerrado al público desde su apertura) el Parador de Gredos fue sometido a una reforma integral, sin descuidar por ello una permanente y obligada labor de mantenimiento de unas instalaciones que han cumplido ya 81 años de funcionamiento ininterrumpido.

Buena parte de la piedra utilizada en la construcción del establecimiento fue traída desde la localidad segoviana de Villacastín, material recuperado de antiguas casonas en ruinas.

Hoy por hoy, el parador es el motor económico y la principal *industria* de la zona (Navarredonda de Gredos cuenta con 470 habitantes), extendiendo su área de influencia a casi medio centenar de kilómetros a la redonda. «Estamos en medio de la sierra, rodeados de pueblos ganaderos muy pequeños, explica Gaspar, aunque en los últimos años el turismo rural se está desarrollando muy rápidamente y es ya una actividad alternativa al ganado. El turismo rural está animando a muchos jóvenes a volver a sus raíces para montar su propio negocio de hostelería».

«Para que se haga una idea de la importancia que está adquiriendo esta actividad, -se explaya nuestro anfitrión acomodado en un viejo sofá de tres plazas, junto a una hermosa y reconfortante chimenea decorada con antiguas escopetas, trofeos de caza y una trucha disecada de las que ya no se ven ni se pescan-, en Navarredonda y Hoyo de Pinares se encuentran abiertos en la actualidad más de 100 casas de turismo rural, sin contar hostales, hoteles, restaurantes ni bares. Ahora se puede decir que el peso de la ganadería en la economía de la comarca se ha reducido a la mitad gracias al turismo rural, un medio de vida y desarrollo con bastante más futuro, sobre el papel, que mantener rebaños de vacas negra ibérica avileña, por muy sabrosa y demandada que siga siendo su carne».

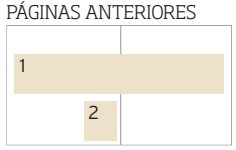
HITOS Y EFEMÉRIDES

A poco más de un kilómetro del Parador se localiza la Peña Histórica, emplazamiento elegido por José Antonio Primo de Rivera para fundar la Falange Española, un lugar que, en palabras de Gaspar, «fue muy visitado en su momento por personas afines a las ideas del fundador, aunque el flujo fue decayendo con el paso de los años y, sobre todo, a partir de la Transición». En este punto cabe recordar que Franco, el Caudillo entonces, fue uno de los clientes habituales que también tuvo el Parador de Gredos.

La historia no se puede alterar y todo deja su huella, pero los tiempos, por fortuna, sí cambian y hoy el añejo establecimiento turístico abulense es conocido fundamentalmente por otro hito de enorme calado para el devenir de nuestro país: en una de sus dependencias, corría el año 1978, y al calor de una gran chimenea abierta, alimentada prácticamente día y noche con leña de encina, y con unas vistas

PRIMO DE RIVERA FUNDÓ LA FALANGE EN LOS ALEDAÑOS DEL PARADOR DE GREDOS. Y AQUÍ FUE CONSENSUADA LA CARTA MAGNA EN 1978

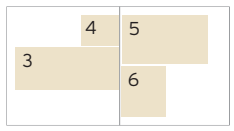
PÁGINAS ANTERIORES



1 Espectacular panorámica de la Sierra de Gredos, captada desde los jardines del Parador.

2 Piedra, madera y pizarra, principales materiales del inmueble.

EN ESTAS PÁGINAS



3 Una de las habitaciones más confortables del complejo enclavado en Navarredonda.

4 Gaspar Valles, director del Parador.

5 Acceso a las habitaciones por la escalera principal.

6 La terraza despeja los sentidos.

espectaculares, los siete ponentes responsables de redactar el proyecto definitivo de la Constitución Española consumieron ocho largos días en resolver las más de 1.000 enmiendas que fueron planteadas a la Carta Magna desde las más variadas y dispares ideologías.

Bautizado en aquel año con el paradójico nombre de *Salón del Silencio*, aquí fue finalmente consensuada La Constitución, desde el debate, la discusión y la discrepancia, pero sin perder nunca de vista la tolerancia y la transigencia de las que hicieron gala Manuel Fraga Iribarne, Gabriel Cisneros, Gregorio Peces Barba, Herrero de Miñón, José Pedro Pérez Llorca, Miguel Roca y el recientemente fallecido Jordi Solé Tura. Y de todo ello da fe la placa de la efeméride que luce el Parador y el facsímil de la actual Constitución Española que se muestra al visitante, protegido por una vitrina.

La razón por la que los *padres* de la Ley Fundamental acabaron eligiendo el *Salón del Silencio* no se sabe con certeza, aunque el director del Parador aporta su versión al respecto. «Al parecer, cuando se formó la comisión de los ponentes de los distintos partidos políticos sus primeras reuniones tenían como escenario la sede del Congreso, donde trabajaban sin problemas. Sin embargo, al término de cada sesión de trabajo eran abordados por sus propios compañeros, que les hacían volverse atrás en muchos de sus acuerdos. Para evitar estas situaciones y no demorar todavía más la resolución del millar de enmiendas, alguno de los ponentes, no recuerdo quién, planteó al resto la conveniencia de que se encerraran en un convento. La idea no cuajó literalmente pero sí fue aprovechada por Fraga, quien propuso celebrar las reuniones en el Parador de Gredos, que era donde solía alojarse cuando venía a pescar por estas tierras. El cambio dio sus frutos porque avanzaron rápidamente en la redacción del texto hasta su conclusión. No sé si influyeron los aires serranos o qué, pero lo cierto es la cosa funcionó, y ahí está el resultado".

Y así fue como vio la luz también lo que luego se dio en llamar la *Declaración de Gredos*, un documento apoyado por los siete ponentes en el sentido de que cualquier cambio que se pudiera formular posteriormente al texto original de la Constitución fuera realizado con el mismo consenso.

¿SE PUEDE PEDIR ALGO MÁS?

Tranquilidad, naturaleza, aire limpio, un modesto salón de juegos con billar americano y español, ping-pong, futbolín etc. y buena gastronomía. Pero, ¿se puede pedir algo más? Quizás sí, pues no le vendría nada mal al Parador incluir en su carta de servicios una piscina, aunque fuera pequeñita, *jacuzzi*, spa, solarium, masajes... vamos, lo habitual para los tiempos que corren en alojamientos de cierto nivel y prestigio, como es su caso, aunque, bien mirado, tanta «modernidad» podría alterar la esencia de un lugar cargado de simbolismo, historia y años, muchos años, como lo corrobora la disposición de sus habitaciones, el crujir de las maderas de los suelos, la endeblez de las puertas, el sistema de llave tradicional, los trofeos de caza y pesca expuestos en las paredes y, en definitiva, el aroma de los materiales nobles que forman parte de la decoración, su mobiliario, los tapices, lámparas, doseles y hasta la apetitosa colección de setas expuestas en un cámara climatizada que se encarga de recoger y renovar el director por los alrededores del establecimiento.

Y como no podía ser de otra manera, la gastronomía también ocupa un lugar destacado en la oferta del Parador de Gredos, con la carne

de ternera avileña y las no menos afamadas judías de El Barco de Ávila, entre otros suculentos manjares. Desafortunadamente, lejos están ya los tiempos en los que el principal cliente de este establecimiento era el pescador llegado desde todos los puntos de España y también del extranjero, atraído por la riqueza piscícola de unos ríos de aguas cristalinas, cantarines y bravos, feudo natural en el que progresaba la trucha autóctona.

Como alternativa, hoy se pueden realizar innumerables escapadas por la provincia y por otras limítrofes, con el Parador como campo base (Sierra de Francia, la estación de esquí de La Covatilla, las Cuevas del Águila en Arenas de San Pedro, Piedrahita, El Barco, Ávila, el Barranco de las Cinco Villas, etc.). Y es que, concluye Gaspar Valles, «el parador no tiene competidores porque el Parador es un destino en sí mismo».

ALCALÁ, COMO CONTRASTE

Dando un gran salto en el tiempo y algo más corto en el espacio, de Gredos pasamos a la universal localidad madrileña de Alcalá de Henares. Aunque su inauguración oficial data del pasado mes de julio, acto que contó con la presencia, algo realmente inusual en este tipo de eventos, del presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero, el Parador de Alcalá de Henares ya empezó a funcionar como tal en 2008, si bien con una actividad muy limitada.

Es, por hoy por hoy, la joya de la corona de la red nacional de Paradores de Turismo de España, el más moderno, la última incorporación (hace ya el número 93), por el nivel de sus instalaciones, número de habitaciones, inmensos salones; por su sin par *jardín tallado* y sus miles de metros cuadrados de zonas verdes; por su concepción desde planteamientos sostenibles, empezando por la eficiencia y el ahorro energético, sin olvidar la inversión (más de 40 millones de euros, según la cifra oficial aportada) que ha supuesto la rehabilitación y adecuación del antiguo convento y colegio de Santo Tomás de los Ángeles, adscrito a la Universidad Cisneriana Complutense y fundado en 1529 por el deán de la Catedral de Toledo, Carlos de Mendoza. En suma, un histórico inmueble que fue construido con ladrillo visto sobre zócalo de sillería de piedra, reconvertido ahora en uno de los complejos hosteleros más singulares del país.

Desamortizado en 1836 junto con la finca de los Ángeles, zona de huerta que procuraba sustento y distracción a los monjes, el recinto fue transformado en prisión y taller penitenciario con imprenta, telares y carpintería, dotaciones en las que trabajan los reos para redimir sus condenas, entre otros, el afamado Eleuterio Sánchez, *El Lute*, o el banquero y diputado republicano Juan March, quien, tras permanecer en el cárcel 17 meses, logró escaparse un 3 de noviembre de 1933, poniendo fin así a su cautiverio.

Como penitenciaría se mantuvo durante más de 130 años, hasta el 1 de agosto de 1974, día en el que se declaró un virulento incendio en el módulo de carpintería, suceso saldado con la muerte de 13 reclusos, un siniestro que, a la postre, provocó el abandono del inmueble y la subsiguiente ruina.

UN 'JARDÍN TALLADO'

Enclavado en una ciudad que es Patrimonio de la Humanidad, respetuosa y modelo de protección de su rico legado histórico-artístico, con todas las limitaciones que ello implica para cualquier intervención urbanística, el proyecto seleccionado para la creación del Parador de Alcalá, obra del estudio de arquitectura liderado por María José Aranguren & José González Gallego, aportó una de las soluciones más imaginativas : aprovechar el generoso espacio de huerta y jardín disponible para construir en él uno de los símbolos del nuevo complejo: el denominado *jardín tallado*, una edificación excavada «hacia abajo», dejando amplios patios que dotan de iluminación natural a las 98 habitaciones construidas en esta zona; todo un desafío acrecentado por la tapia perimetral original, que marcaba la altura máxima que podía alcanzar la nueva construcción para no alterar la estética del casco histórico alcalaíno.

«Creo que ha sido una intervención poco esperada en Paradores pero totalmente necesaria y acertada. El *jardín tallado* se ha revelado como la solución más lógica para dotar a este complejo de un número de habitaciones originales, acogedoras, muy luminosas y perfectamente integradas con su entorno», expone con indisi-

ANTIGUO CONVENTO Y POSTERIORMENTE CENTRO PENITENCIARIO, EL PARADOR DE ALCALÁ ES HOY LA 'JOYA DE LA CORONA' DE LA RED

7 Vista parcial de algunas de las habitaciones que conforman el 'jardín tallado', construidas en el antiguo huerto y jardín conventuales, .

8 Perspectiva de uno de los muros rehabilitados de la iglesia.

9 El claustro también ha sido objeto de una restauración integral y ahora es utilizado como terraza de verano por los clientes.

10 Pedro Soria, director del Parador de Alcalá.

11 Imagen de la recepción del complejo hotelero alcalaíno. Tarjeta de presentación de un inmueble que conjuga tradición y modernidad en todos sus espacios.

mulado orgullo el director del establecimiento, Pedro Soria.

Las ruinas de lo que fuera una cárcel de mujeres (inmueble que hoy es propiedad de la Universidad de Alcalá), situada en uno de los laterales de la amplia parcela ocupada por el Parador, también reclaman la atención del cliente desde el momento mismo en que le informan o se interesa por el uso que antaño tuvo tan fantasmal construcción, con sus siniestras celdas y los estrechos ventanucos teñidos por el óxido de los barrotes, la techumbre parcialmente hundida y los yesones descarnados en los muros, testimonios de los estragos causados por el paso del tiempo y el abandono.

Un año después de su apertura al público, el director del Parador de Alcalá de Henares, Pedro Soria, realiza un balance «muy positivo» de la acogida y la afluencia de clientes que está registrando el establecimiento.

«Seríamos injustos si nos quejáramos de algo en estos momentos. Por suerte, la actividad del Parador es altísima y además se ha consolidado muy bien la idea que teníamos de trabajo. De lunes a jueves, con un nivel de ocupación del 75 por ciento, acogemos reuniones de empresa, convenciones, congresos, etcétera, y durante los fines de semana (la ocupación supera el 80 por ciento) recibimos muchos clientes individuales, entre los que se encuentra el cliente tradicional de Paradores, pero también un buen número de ciudadanos madrileños que eligen el parador como base de operaciones para visitar Alcalá».

El rasgo distintivo del Parador de Alcalá, según su director, es «el concepto de tradición y vanguardia, bien conjugados pero claramente diferenciados. En la creación de este complejo hostelero se ha actuado desde el primer momento con el máximo respeto a la arquitectura tradicional del inmueble, pero no por ello hemos renunciado a intervenir y utilizar métodos y materiales de nuestro tiempo. La principal misión del Grupo Paradores no es otra que la de ser espejo de la imagen turística de España, tanto en el ámbito del cliente nacional como del extranjero. Y en el caso de este establecimiento, su puesta en marcha está logrando también que Alcalá de Henares sea mucho más conocida y demandada como destino por el visitante.

Además de incrementar y mejorar la ya de por sí extensa oferta turística de la cadena, la construcción del Parador de Alcalá ha permitido recuperar y poner en uso un espacio de casi 30.000 metros cuadrados situado en pleno casco antiguo de una ciudad que rezuma historia y cultura por cada uno de sus rincones, recinto que hasta hace escasos años se encontraba en completo abandono, totalmente degradado, y que solo era utilizado como refugio improvisado por vagabundos, toxicómanos y delincuentes.

El Parador y la Hostería del Estudiante, situada enfrente del primero, proporciona empleo directo actualmente a casi un centenar de profesionales, con un edad media que no supera los 32 años, muchos de ellos procedentes de Alcalá y de su área de influencia, a los que se añade la actividad indirecta generada para proveedores y los servicios externos contratados (lavandería, jardinería, limpieza, etc.).

«El parador no se puede entender sin la magna oferta cultural que brinda Alcalá. En este sentido, nosotros procuramos implicarnos en todas las actividades que se organizan en la ciudad, así como en la Universidad. Tanto es así que estamos integrándolas en nuestra propia oferta recreativa y de ocio que ponemos a disposición de todos los clientes», apostilla Soria.

El 20 por ciento de las personas que se alojan en el Parador de Alcalá proceden de otros países, principalmente de Gran Bretaña, Alemania y Francia, aunque sus responsables se han marcado como objetivo incrementar esta cifra hasta el 35 por ciento de los clientes.

Y de postre, un poco de gastronomía, apartado en el que resulta inevitable conjugar también los conceptos de tradición (Hostería del Estudiante) y modernidad (restaurante del parador). Migas alcalaínas, callos, cordero asado, cocido madrileño... platos contundentes propios de esta época del año para calentar el cuerpo, pero con una cuidada y, en ocasiones, rompedora presentación.

Con el año que acaba de comenzar ya en mente, el director enumera los retos a cumplir: «Consolidar el trabajo que se está haciendo, mantener el nivel de profesionalidad y exigencia de todos cuantos aquí trabajamos y extender el boca a boca para aumentar nuestro número de clientes y su grado de satisfacción, aquí y en toda la red de Paradores».

2010, la ansiada recuperación económica y el atractivo de España como destino turístico de primer orden tienen ahora la palabra.

CINE

RECOMENDACIÓN > 'DONDE VIVEN LOS MONSTRUOS'

EL REY DE LOS MONSTRUOS

javier m. faya
coordinación

Max es un niño como todos los de su edad: juguetón, simpático y, sobre todo, desobediente. Una noche, sus padres le castigan y es enviado a la cama sin cenar. Para no aburrirse, crea su propio mundo imaginario; un lugar poblado por feroces criaturas que le tienen de líder.

Quizás sea el libro de Maurice Sendak uno de los relatos infantiles más difíciles de llevar a la gran pantalla. Convertir en largometraje sus escasas 40 páginas acompañadas de dibujos y frases tan precisas como elocuentes, capaces de activar la imaginación de los lectores, no es tarea nada fácil, hasta el punto de que solo se habían realizado hasta la fecha cortos animados basados en la obra. Pero aún más difícil es extraer de ese pequeño relato la esencia misma del cuento, plasmar convincentemente en imágenes y diálogos una moraleja que se explicaba de manera locuaz en unas pocas frases.

Con el beneplácito del mismísimo Sendak, el excéntrico realizador Spike Jonze hace realidad el sueño de muchas generaciones: una adaptación distante pero a la vez fiel de una de las obras más ricas de la literatura infantil, mucho más sutil, y por ende menos macabra, que las que propusieran otros grandes como Roald Dahl o Dr. Seuss. Y es Jonze, con su particular imaginería visual, el director idóneo para llevar a cabo la tarea.

gerardo medina
texto

Donde viven los monstruos consigue lo que parecía imposible, trasladar la filosofía del papel al fotograma sin que al final se pierda el eje central de la historia, aportando prácticamente las mismas sensaciones que causaba la obra original al leerla. Y, ya para empezar, es en su presentación formal, en sus paisajes naturales sin artificios, en su realización aparentemente simple y en su apuesta por lo artesanal más que por lo artificial donde esta cinta sorprende y mucho. Mención especial en este sentido merece la recreación física de esos bichos tan realistas como solamente la factoría Henson es capaz de conseguir, como ya hiciera en el pasado en otro clásico infantil a reivindicar, ***Dentro del laberinto***.

La analogía con el filme de 1986 no tendría que ser mera casualidad, pues en su metraje deberíamos advertir cierta inspiración hacia el trabajo de Sendak. Como ella, ***Donde viven los monstruos*** logra retrotraernos a otra época, a esa en la que aún éramos niños con nuestros sentimientos encontrados y nuestras ansias de ser los reyes del mundo. Algo que sin duda consigue Max -gran interpretación del pequeño Max Records-, y nosotros también, al adentrarnos en esa isla donde habita su estado más salvaje, ese en el que sin presencia de los molestos adultos somos dueños y señores de hacer lo que nos plazca, pero que, a la vez, sirve como precoz, e inevitable, camino a la madurez.

Metáfora lúcida acerca de la niñez como ínsula única y personal en la que el libre albedrío da paso a la toma de responsabilidades, esta película supone el trabajo más imaginativo -casi nada de alguien que nos regalara ***Cómo ser John Malkovich*** y ***Adaptation. El ladrón de orquídeas***- de la carrera de Jonze, la más rica en matices con menos ardid de montaje que las anteriores. Una banda sonora encomiable, una fotografía evocadora, momentos memorables -atención a la conversación entre Max y Carol acerca del futuro del sol-, una variedad de temas que transitan entre lo adulto y lo infantil como la muerte o la soledad, y unas voces originales totalmente acertadas -en la versión original, claro- en las que encontramos a James Gandolfini -***Los Soprano***-, Chris Cooper o Forest Whitaker, entre otros. Aciertos todos de una película que le toca a los espectadores decidir si debería encuadrarse como cine meramente infantil. Pero ya se les avisa a los padres desde aquí de la austeridad de la propuesta.

PARA TODOS

EL CONCURSO

¿A que no sabías que el *prota* de ***House*** hizo una película con Kenneth Branagh? ¿Cuál? Puedes ganar la quinta temporada de la serie en DVD, que es genial. O el juego PS3 ***Modern Warfare 2*** o un Bluray de ***La Edad de hielo 3***. Escribe ya a *cine@serviciosdeprensa.com*.

>MÚSICA

CUMPLEAÑOS FELIZ

Deutsche Grammophon celebra su 111 aniversario con cuatro lanzamientos espectaculares: una caja con seis cds que reúnen 111 grabaciones del sello a cargo de otros tantos artistas, otra con 55 cds con los 51 álbumes más carismáticos de la discográfica, un pack con 13 dvds con óperas y conciertos, y un libro que revisa su historia.

La historia de Deutsche Grammophon se remonta hasta los mismísimos inicios de las técnicas de grabación. En junio de 1898, la empresa comenzó a andar en Hanover dirigida por los hermanos Joseph y Emile Berliner, este último inventor del gramófono, que se acabó imponiendo al gramófono de Edison como el sistema estándar de grabación y reproducción de sonido. Con el formato asentándose, el 6 de diciembre de 1898 se creó en Berlín el sello discográfico homónimo, que pronto firmó contratos con artistas consolidados del momento como Sarah Bernhardt.

Ahora se cumplen 111 años de aquel proyecto que pretendía «ofrecer las mejores grabaciones por los mejores artistas del mundo». Haciendo un guiño a la última sonata para piano que compuso Beethoven (opus 111), el sello brinda a los amantes de la música clásica una oportunidad excepcional para deleitarse con lo más granado de su extensísimo catálogo, a través de cuatro lanzamientos simultáneos.

El primero de ellos es *The Collector's Edition*, una caja recopilatoria de edición limitada con los 51 álbumes más emblemáticos de su historia, algunos de los cuales incluyen material adicional. El conjunto configura una extensa antología de grandes intérpretes y una biblioteca musical en miniatura, desde Claudio Abbado a Krystian Zimerman, y de extraordinarios compositores, desde Monteverdi a Pärt, por un precio en torno a los 100 euros.

Además, ha visto la luz otra caja con la colección *111 Classic Tracks*, que por menos de 20 euros reúne en seis discos un tema de cada uno de esos 51 artistas, más otras 60 piezas grabadas desde los inicios de la compañía (por artistas como Enrico Caruso o Richard Strauss) hasta las últimas incorporaciones (Alice Sara Ott o Yuja Wang).

Además se ha puesto a la venta un libro en inglés y alemán, que incluye esos seis compactos y que desgrana la evolución de la marca desde su fundación hasta su situación actual como sede de artistas en auge como Hélène Grimaud, Anna Netrebko o Rolando Villazón y que incluye declaraciones de éstos y de otros como Elina Garanca o Plácido Domingo.

Y el cuarto soporte es 11 Classic Videos, otra tirada limitada que por 60 euros incorpora en una caja con 13 dvds con algunos de los vídeos más importantes del catálogo Unitel Classica publicado en Deutsche Grammophon, desde el Don Giovanni de Furtwängler en 1954 hasta los excelentes conciertos para violín que compuso Mozart e interpretados por Anne-Sophie Mutter, así como el clásico *Pedro y el lobo* de Sting y Claudio Abbado como tema adicional.

Un sonoro despliegue que solo es posible gracias al excelso catálogo que atesoran, con intérpretes o directores de orquesta como Teresa Berganza, Rostropovich, Gustavo Dudamel, Leonard Bernstein, Herbert von Karajan, José Carreras, Daniel Hope, Luciano Pavarotti, Maria João Pires, Daniel Barenboim o Andrés Segovia. Todos ellos se dan cita en los lanzamientos que se han comercializado con motivo de esta celebración, un acontecimiento para los amantes de la música con mayúsculas.

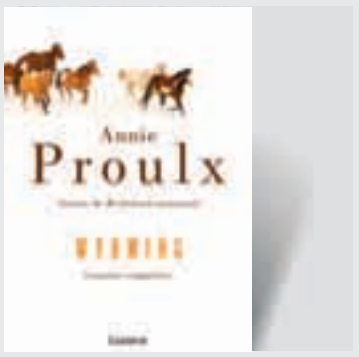
En palabras de Lang Lang, «Deutsche Grammophon representa una maravillosa tradición de cómo poner al alcance de mucha gente música intemporal y de cómo preservar grandes interpretaciones para las generaciones futuras. En sus 111 años, ha logrado alcanzar una sinergia única entre lo tradicional y lo nuevo».

césar combarros
coordinación

>LIBRO

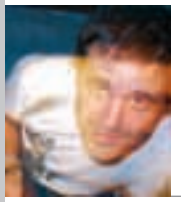
PÁRAMO EMOCIONAL

Su segunda novela, *Atando cabos* (llevada al cine por Lasse Hallström en 2001), le valió en 1994 el Premio Pulitzer, pero no fue hasta 2005, cuando Ang Lee decidió adaptar a la gran pantalla su relato *Brockeback Mountain*, cuando el nombre de Annie Proulx comenzó a sonar rotundo en el panorama internacional. Aquella historia de amor imposible entre dos rudos vaqueros a mediados del siglo pasado vio la luz por primera vez en 1999, cerrando un conjunto de 11 relatos dedicado por la norteamericana a la tierra donde ha residido los últimos 15 años: Wyoming. Su afán por describir el árido paisaje emocional que impregna ese entorno, dominado por la agreste naturaleza, llevó a Proulx a publicar una segunda entrega lanzada en 2004 con ocho relatos y el título genérico de *Tierra maldita*, y una última publicada en inglés en 2008, bajo el lema *Todo perfecto tal como está*, con cinco nuevas historias. Los tres volúmenes aparecen ahora reunidos en un único tomo en castellano, con el título genérico de *Wyoming*, para configurar un retrato magistral de la supervivencia en entornos hostiles y desolados, en los que los protagonistas son fruto de la tierra que habitan, condicionados por un entorno al que deben adaptarse si quieren sobrevivir. A lo largo de 650 páginas, la escritora describe con justas dosis de ironía una prosa limpia, vidas al borde del colapso como la del protagonista de *Nadando en el barro*, cuentos de soledad como *En carne viva* (cuyo protagonista se siente «tan fácil de desgarrar como un muñeco de papel») o *¿Qué muebles escogería Jesucristo?* (donde la pervivencia de un rancho familiar acaba despedazando a una familia), junto a relatos que rezuman violencia contenida (*Quienes viven en el infierno se conforman con un vaso de agua*) o explícita (*El lobo de Wansutter*, una de las historias más crudas y conseguidas del conjunto). El humor negro es otro de los recursos que mejor maneja Proulx, que hila fino en *La historia de Job* (donde narra la frenética cotidianeidad de una familia) o en el brillante *Costa solitaria*, mientras que el surrealismo se adueña por momentos de otras piezas como *El herboso confín del mundo*.



TÍTULO: WYOMING
AUTORA: ANNIE PROULX
EDITORIAL: LUMEN
PÁGINAS: 650
PRECIO: 28,90 EUROS

curro cañete leyva
bajo el cielo de madrid



CRÓNICA SOCIAL

UN COMUNICADOR DE

Comenzamos 2010 (esa nueva década, los años 10, que será estupenda para todos: no lo digo yo, lo dicen los expertos, que aseguran que lo de que el día 31 hubiese luna llena significó un augurio maravilloso) con un hombre que, en un principio, no quería ser presentador de televisión ni periodista. De pequeñito **Jordi González**, catalán, 46 años, ahora en unas cotas máximas de popularidad merced a *La Noria* de Telecinco, deseaba, quizás porque su abuela era psicóloga o por-

> «YO TRABAJABA EN LA RADIO Y, LA VERDAD, LA TELE NO ME ATRAÍA LO MÁS MÍNIMO, NI SE ME HABÍA CRUZADO POR LA CABEZA LA IDEA DE TRABAJAR EN ELLA»

que sus padres le habían enseñado que la base de toda civilización reside en la educación, ser profesor. «Siempre me había imaginado de mayor dando clases a niños de párvulos -nos dice Jordi González, mientras bebe un cortado en una de las cafeterías del madrileño Barrio de Salamanca-. Pero a medida que fui creciendo y ya en bachillerato, los profesores me hacían leer en voz alta más que a otros alumnos. Decían que tenía la voz grave y profunda y que leía muy bien. Un día, a los 14 años, cuando yo estaba en primero de BUP, una amiga de mi colegio me animó para que me presentara a unas pruebas de selección que hacían en Radio Barcelona para unas suplencias de verano. Me presenté. Me dijeron que tenía cualidades, pero que era menor de edad. Regresé en mi 18 cumpleaños y, a los dos días, estaba trabajando. A los 18 años y un día me planté de nuevo en esa radio y a los 18 años y dos días ya estaba trabajando en Los 40 Principales». A los 17 años, sin embargo, este chico inquieto ya había comenzado a trabajar en Radio Popular de Reus, municipio de Tarragona en el que se independizó por primera vez. «Me salió esa oportunidad y quise aprovecharla. Mis padres me alquilaron una habitación en un hostal en Reus y recuerdo perfectamente que el primer día que llegué al piso en el que estaba la radio,

LARGO RECORRIDO

a las siete de la mañana, me abrió la puerta **Carlos Francino**, que estaba en Informativos. Estuve un año, hasta que, a los 18, como digo, regresé a Barcelona para trabajar allí».

Evidentemente, ahí empezó todo, una carrera meteórica en los medios de comunicación que le han convertido, a lo largo y ancho de los más de 25 años que lleva como corredor de fondo de los medios, en uno de los comunicadores esenciales de nuestro país. Sin embargo, a esos 18 años que tenía cuando entró en Los 40 Principales, y pese a que lo de trabajar en un medio importante le ilusionaba, Jordi no terminaba de encontrarse a gusto. «A mí la música nunca me ha llamado la atención, motivo por el que mi sueño y mi objetivo era que me trasladasen a la onda media, que es donde tendría la oportunidad de hacer los programas que a mí me interesaban como comunicador. Lo conseguí a los 21 años, que es cuando se hizo esta foto. Recuerdo que llevaba una vida bastante intensa: por la mañana, muy temprano, iba a la Cadena Ser; después, a la Facultad de Filosofía; más tarde, cuando podía, acudía a las clases de Ciencias de la Comunicación. Por si fuera poco, por las noches hacía doblaje. Pero, ¿quién no puede con todo a los 20 años?»

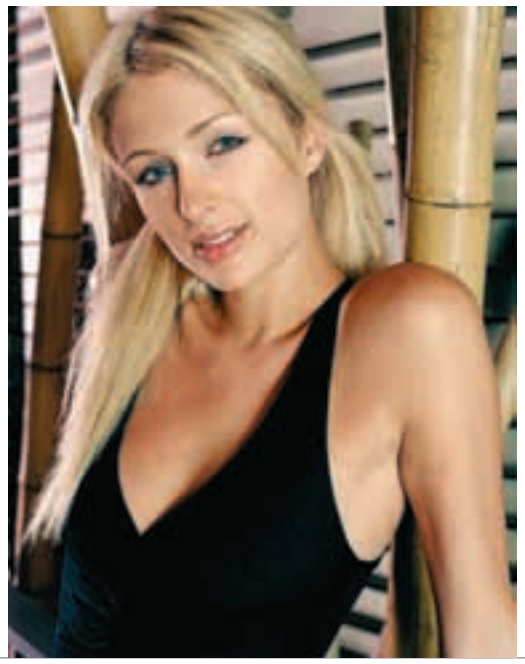
El salto a la tele vino, como tantas veces, de una forma más o menos casual. «El primer programa de televisión que yo presenté se llamaba *La Palmera*. Era un *magazine* de tarde que fue pionero en tener una sección de cotilleo, es decir, ese género en el que el 90 por ciento de lo que se cuenta es inventado (risas). Yo trabajaba en la radio y, la verdad, la tele no me atraía lo más mínimo, ni se me había cruzado por la cabeza la idea de trabajar en ella. Pero un buen día me llamó el director de programas de TVE en Barcelona (primero se emitió en Cataluña y luego pasó al circuito nacional) y me lo ofreció. Así que a mis 25 años, que es cuando fue tomada la foto, se produjo mi bautismo televisivo. ¿Una anécdota? Pues que el primer día de programa llegué yo a San Cugat, que es donde estaba TVE, y el realizador me dijo: 'Ni se te ocurra subir en el ascensor, que en esta casa hay una maldición y los días de estreno la gente se queda encerrada durante horas en los ascensores'. No sé si sería verdad, pero yo subí a pie cinco plantas (risas)».

Años más tarde, su popularidad aumentó considerablemente cuando Telecinco le ofreció presentar *Moros y cristianos*, aquel polémico programa de debate que ya había presentado **Javier Sardá** y que era líder de audiencia cada sábado. «En aquella época aún me afectaban las críticas, lo que pudieran decir de mí o del programa en el que trabajaba... Ahora ya no. Y es que, siempre me pregunto lo mismo, ¿por qué a los que hacen crítica de televisión no les gusta nada la televisión? Es algo que no entiendo», protesta Jordi, que recuerda aquellos años pasados como vividos con gran intensidad y que hoy se define como una persona tolerante, tímida, desde luego responsable y agnóstica («Yo no estoy bautizado. Mis padres eran tan modernos para la época que decidieron no hacerlo). Por lo demás, si pretendemos conocer más a fondo a este amable presentador, podríamos terminar enumerando algunas de las cosas con las que más disfruta del mundo. «Mira, en lo que más dinero he gastado en mi vida ha sido en viajes, algo que, por supuesto, seguiré haciendo hasta cumplir mi objetivo de estar, al menos, en la mitad de los países de la ONU. Mis ciudades preferidas son Barcelona, Río de Janeiro y Sidney, capital que es, además, la protagonista de uno de los deseos que más tiempo llevo acariciando: vivir una temporada larga en Australia. ¿Más *hobbies*? Mis deportes preferidos son los de agua, sobre todo el submarinismo. La pasión por el mar me la transmitió mi padre quien, según me ha contado, me enseñó a nadar casi antes que a caminar. El caso es que buceando alcanzo un aislamiento sensorial casi mágico que no he encontrado en ningún otro lugar. Qué más... colecciono relojes de alta gama, que me parecen maravillosos, y también películas. Me gusta la gente normal: ésa que cuando tiene hambre come, cuando tiene pena llora y cuando tiene sueño duerme. La verdad es que casi no tengo ningún amigo famoso».

> «ME GUSTA LA GENTE NORMAL: ÉSA QUE CUANDO TIENE HAMBRE, COME, CUANDO TIENE PENA LLORA Y CUANDO TIENE SUEÑO DUERME»

LA CERDITA DE PARIS HILTON

Yo no podía creer lo que veía. En la última edición de *¡Hola!* de 2009 podíamos disfrutar de un amplio reportaje fotográfico de **PARIS HILTON** en su impresionante casa de Beverly Hills. A la entrada y bien visible, la pija más millonaria del planeta ha colocado un cartel que reza: *PRINCES PARIS*. Que venga San Narciso y lo vea y diga algo porque claro, luego uno seguía mirando las fotos de esa enorme mansión de lujo barroco y descubría que su propia imagen (en pequeño, en grande, en cuadros, en fotos, en láminas y posters...) aparecía por todas partes. Pero lo más tierno y divertido (no sé si entrañable) del reportaje fue, sin duda, conocer a *princess Pigelette*, una cerdita muy pequeña que la rica heredera compró por internet y que ha incorporado a su colección de mascotas: seis perros, dos conejos, un loro, dos ranas y un gato.



SECRETOS QUE SE DESCUBREN

A veces los secretos -sobre todo los que lo son a voces- acaban por envenenar a sus protagonistas de tal forma que, en un momento dado, les obligan a rescatarlos de las tinieblas. Es el caso de **IVONNE REYES**, que no pudo más con su silencio, un silencio que no era lógico ni deseable ni recomendable, porque le implicaba ocultar públicamente lo más importante para ella: la verdad de su propio hijo y, por tanto, su propia verdad. La demanda de paternidad a favor de (y no en contra de, porque, ¿puede ir en contra de alguien tener un niño de nueve años?) **PEPE NAVARRO** ya ha sido admitida por la jueza que estudia el caso, un caso que (parece evidente) tiene sólo un posible final: el reconocimiento legal de la paternidad de ese pequeño tan lindo que tiene nueve años y que se llama **ALEJANDRO**. ¿Que su madre se ha equivocado concediendo exclusivas para contarlo? Puede. Sin embargo, mucho más se ha equivocado, en mi opinión, Pepe Navarro.

PARA TODOS LOS BOLSILLOS

Aquellos que todavía no hayan encontrado el regalo perfecto, aún tienen una oportunidad. Basta con tomar nota de alguna de estas opciones, que van desde lo más económico hasta el lujo, pasando por las propuestas más prácticas.

MENOS DE 30 EUROS

MODA OCHENTERA Cinturón con tachuelas de Essentials para **EL CORTE INGLÉS.** (12,90 euros)

PARA COMBATIR EL FRÍO Gorrito de **CONVERSE** para hacer frente a las bajas temperaturas del invierno (20 euros)

BISUTERÍA FINA Pendientes de Liz Claiborne New York, de venta en **EL CORTE INGLÉS** (29 euros)

PARA LOS ELEGANTES Camisa de rayas 100% algodón de Studio Classics Collection, de venta en **EL CORTE INGLÉS** (29,90 euros)

ENCADENADAS Brazalete trenzado de Essentials, de venta en **EL CORTE INGLÉS** (5,90 euros)

DETALLE DE BUEN GUSTO Revistero verde. Lo puedes encontrar en **CARREFOUR** (25 euros)

AYUDA AL HOMBRE LIJA Kit de afeitado de **GILLETTE** (14,95 euros)

MENOS DE 60 EUROS

INFORMAL, PERO CON ESTILO Bolso **CONVERSE** chico (35 euros)

A CUADROS Camisa de animados colores de **TOMMY HILFIGER DENIM** (44,90 euros)

MÁS LUZ, MÁS COLOR **COFRE COLOR SUBLIME**, compuesto por champú protector, champú iluminador y cápsulas selladoras de color. (50,05 euros)

MÁS DE 100 EUROS

TIEMPO DE SURF
Camiseta de **RIPCURLP** (30 euros)

PARA LOS MÁS DUROS
Cazadora de piel **HARLEY-DAVIDSON** (665,84 euros)

UN CLÁSICO INFALIBLE
Tejanos de Lloyds para el **CORTE INGLÉS**, una apuesta segura (60 euros)

PARA HOMBRES ATREVIDOS Modelo XXXL Aviator Timekeeper de **ZENO-WATCH BASEL**, con movimiento mecánico manual y una potente caja (1.340 euros)

ABRIGADAS Y ELEGANTES
Estiloso diseño de **YONOTAOLA** (250 euros)

INTELECTUALES CON GLAMOUR Montura gafas **OAKLEY** de chico (240 euros)

PIEZA DE DESEO
Anillo de oro blanco diseñado con una luminosa perla australiana que incluye un pavé de diamantes, de **KAILIS** (5.400 euros)

COSMÉTICA DE LUJO
Barra de labios Wanted Stellars 24 kilates de **HELENA RUBINSTEIN** (29 euros)

CÓMODAS Y MODERNAS
Zapatillas **CONVERSE** de chico (120 euros)

PROFESIONALES DE LA NIEVE Gafas para esquiar Crowbar, de **OAKLEY** (150 euros)

EL MÁS BUSCADO
Bolso de estilo HOBO de **TOMMY HILFIGER**, un diseño que triunfa esta temporada (139 euros)

+ INFORMACIÓN

CARREFOUR www.carrefour.es / **CONVERSE** www.converse.es / **EL CORTE INGLÉS** www.elcorteingles.es / **GILLETTE** www.Gillette.com / **HARLEY-DAVIDSON** www.harley-davidson.com / **HELENA RUBINSTEIN** www.helenarubinstein.com / **KAILIS** 913952896 / **OAKLEY** www.oakley.com / **RIP-CURLP** www.ripcurl.com / **TOMMY HILFIGER** www.tommyhilfiger.es / **YONOTAOLA** www.yonotaola.com / **ZENO-WATCH BASEL** 902 87 71 87

miriam erviti
coordinación

TENDENCIAS

VALENTINO ROSSI LLEGA A LOS PORTÁTILES

CARACTERÍSTICAS

PANTALLA DE 10,1 PULGADAS
SISTEMA OPERATIVO: WINDOWS 7 STARTER
MEMORIA RAM DE 1 GB
DISCO DURO DE 250 GB
PRECIO: 299 EUROS

marta ruiz yudego
coordinación

PACKARD BELL VALENTINO ROSSI

Todavía no han llegado a los mercados y ya estamos deseando tenerlos en nuestras manos. Sí, lo reconocemos, lo hemos venido haciendo desde hace mucho tiempo: nos encantan los diseños llamativos y éste, sin duda, es uno. Y, además, viene avalado por un genio del motor, otra de nuestras pasiones.

Sinceramente, nos decantamos más por Dani Pedrosa que por Valentino Rossi, pero no se puede negar que, hasta la fecha, y con Mick Doohan y Àlex Crivillé en nuestros recuerdos, el italiano ha demostrado ser el *amo* del motociclismo. Y ahora Packard Bell intentará que también lo sea de la tecnología. Por eso, han anunciado que el nueve veces campeón del mundo firmará una nueva y fascinante línea de portátiles y netbooks para esta compañía y, desde luego, a pesar de los pocos detalles que han hecho públicos, no parece nada despreciable. Con un exterior dedicado al excéntrico piloto italiano (el 46 de *Il Dottore* y su colorido casco estarán presentes en la carcasa), su interior promete contar con lo último en tecnología y, aunque por el momento no han desvelado más datos, desde Packard Bell prometen que serán unos dispositivos muy atractivos para los consumidores.

Estaremos muy atentos, ya que se prevé que salgan a la luz más datos a lo largo del mes y que estos ordenadores empiecen a comercializarse antes de que acabe el primer trimestre del año.

EL ÚLTIMO CAPRICHO DE MOTOROLA

MOTOROLA AURA TM DIAMOND

Motorola ha lanzado su nuevo teléfono para los amantes del lujo. Se trata del AuraTM Diamond, un terminal que mezcla tecnología punta y un diseño exquisito.

Realizado con oro de 18 quilates, 34 diamantes y una lente de cristal de zafiro, cuenta con la primera pantalla del mundo con una forma perfectamente redonda.

Su exterior evoca la belleza de un reloj de lujo, con un monitor que capta 16 millones de colores.

En lo que respecta a sus prestaciones, la compañía no ha dado ningún tipo de detalle. Eso sí, no ha tenido ningún problema en hacer público su precio: 4.000 euros. Un capricho al alcance de pocos.

ESQUÍA AL RITMO DE LA MÚSICA

MEMUP KANYON

Los amantes del esquí ya solo tienen que preocuparse por no caerse y encontrar las mejores pistas. Ahora, ya no necesitarán estar pendientes de nada más, porque con la llegada del Kanyon de Memup, la música no será ningún problema.

Este reproductor Mp3 totalmente impermeable, sumergible y resistente a golpes tiene una autonomía de 13 horas. Además, te garantiza la mejor calidad de sonido en cualquier circunstancia y todo en un dispositivo tremendamente compacto: 19x66 milímetros.

Tiene una carcasa de aluminio anti oxidación y de prevención de golpes y viene con un kit de accesorios completo, con tres tipos de auriculares intercambiables, un brazalete ajustable de neopreno, una batería recargable de litio y un adaptador jack-USB.

Con 4 Gb de capacidad, el Kanyon cuesta 59,90 euros.

TECNOLOGÍA DE DISEÑO CON BANG & OLUFSEN

BANG & OLUFSEN BEOCOM 5

La nueva apuesta en telefonía fija de Bang & Olufsen tiene nombre propio. Se llama Beocom 5 y es un terminal inalámbrico que permite que dispongamos de dos líneas separadas y usar también la tecnología VoIP (ésa que hace posible que la señal de voz sea enviada a través de internet).

Con pantalla y teclado retroiluminado, ambos elementos podrán ser configurados para mostrar patrones de colores que muestren la información que necesitamos y que den un aspecto exclusivo a cada auricular.

Como todos los productos de la compañía danesa, su diseño es tremendamente atractivo. Pero su precio no, ya que, tal y como sucede con los dispositivos de Bang & Olufsen, la tecnología y la calidad se pagan altas. Así, el teléfono con la base de recarga cuestan 340 euros, a los que tendrás que sumar otros 160 si quieres hacerte con un accesorio de manos libres.

ZUNE SE RENUEVA PARA HACER SOMBRA AL IPOD

MICROSOFT ZUNE HD

Cuando Microsoft lanzó Zune, nadie apostaba por este dispositivo. Nació con el ánimo de hacerle sombra al iPod en una época en la que Apple se hizo con el mercado de todos los reproductores Mp4. La compañía de Bill Gates solo consiguió seguidores entre los que se negaban a adquirir un aparato de la marca de la manzana, pero pasó sin pena ni gloria.

Ahora, tres años después, Zune se renueva con su nueva línea, la HD, con pantalla táctil OLED de 3,3 pulgadas, navegación por internet y conectividad WiFi. Además, podrás ver vídeos en alta definición y compaginar este reproductor con tu Xbox 360, ya que son compatibles y, por ejemplo, se puede utilizar como mando o para acceder al menú de la consola.

Apenas pesa 74 gramos, tiene unas dimensiones de 52,7x102,1x8,9 milímetros, reproduce radio en FM y podrás disfrutar de hasta 33 horas de música y nueve de vídeo. Viene en dos tamaños, 16 y 32 Gb, y dos colores, gris y negro. Eso sí, por el momento solo se comercializa en Estados Unidos, pero la compañía está pendiente de ver cuál es su acogida para lanzarlo en Europa.

ESTRENAR PLANES

Aún no se han recogido las mesas navideñas y muchos ya desean compensar los abusos a los que han sometido a su cuerpo en estas pasadas fechas. Los propósitos se encadenan en una sucesión sin fin de buenas intenciones y las principales atañen a la salud.

La última noche del año despedimos el pasado y ponemos el contador a cero con el firme propósito de cumplir todo aquello que normalmente nos cuesta tanto. Quizá uno de los mejores ejemplos es el de los fumadores, para quienes abandonar este hábito suele ser uno de sus primeros objetivos: «De este año no pasa», es la firme resolución de cada 1 de enero. Y para aliviar el síndrome de abstinencia de la nicotina, se suele recurrir a diferentes métodos de ayuda hasta conseguirlo. Se pueden masticar chicles sustitutivos, que suelen ser efectivos durante los primeros meses de la deshabituación, o sustituir el pitillo por parches, que suministran esa sustancia al organismo a través de la piel.

Además de estos, el tratamiento con fármacos o diferentes métodos de relajación pueden ser de gran ayuda para sobrellevar la ansiedad y el nerviosismo que suele aparecer en esta situación. Pero lo más importante es tener una fuerte determinación para abandonar el tabaco. Hay que querer dejarlo y dejarse ayudar por un profesional. Para contribuir a lograr el objetivo, conviene establecer nuevos hábitos de vida y no bajar la guardia, ya que, aunque la adicción física se supera en dos o tres meses, la tentación psicológica suele ser culpable de las recaídas a largo plazo. Y lo más importante: se deben evitar actitudes del tipo «por uno que fume no pasa nada».

Las razones para dejar este vicio son tan poderosas que pueden ser una gran ayuda en sí mismas: evitar que los hijos sean futuros fumadores ya es importante, pero si a esto le sumamos librarse del cáncer oral, reducir el riesgo de EPOC, en especial en la mujer, o dejar a un lado los ardores de estómago, seremos conscientes de la importancia de este gesto. Y, si al final se consigue el reto, también la dentadura y la piel sufrirán menos.

julia martínez
texto

UN POCO DE DEPORTE Junto al propósito de dejar el tabaco, otra de las metas que muchos se plantean es perder esos kilos de más a los que todos deseamos renunciar,

CUIDARSE MÁS EN EL NUEVO AÑO. EVITANDO...

- Las 'dietas milagro', de graves consecuencias para la salud.
- Sobreesfuerzos en el gimnasio que consigan que abandonemos antes de tiempo.
- Tentaciones de fumar cuando el objetivo es abandonar el tabaco.
- Pretender conseguir todos esos buenos propósitos a un tiempo, ya que lo más probable es que no se cumpla ninguno.

pero de los que cuesta tanto librarse. Y, para ello, se recurre en muchas ocasiones a la forma más fácil y rápida de conseguirlo. Son las denominadas *dietas milagro*, carentes de fundamento científico y con graves riesgos para la salud. Su característica principal son las escasas calorías que aportan, ya que restringen de manera severa la ingestión de energía, lo que conduce a deficiencias en vitaminas y minerales, alteraciones del metabolismo y monotonía alimentaria. Un problema añadido de estos regímenes es que favorecen una recuperación muy rápida del peso perdido, conocida como *efecto rebote*.

La promesa de una espléndida figura y de que se pueden llevar sin esfuerzo, además del anuncio de que son completamente seguras, son su principal reclamo. Sin embargo, pueden provocar deficiencias de proteínas, vitaminas y minerales por la falta de consumo de muchos alimentos, además de producir trastornos del comportamiento alimentario (anorexia y bulimia), a veces de mayor gravedad que el exceso de peso que se pretende corregir.

Y cómo no, el propósito que nunca falla: el gimnasio. Seguramente todos nos lo hemos planteado en algún momento. Si cuaja, se suele cometer el error de pretender hacer en un mes todo lo que no se ha hecho en un año. Sin embargo, se debe empezar poco a poco, sobre todo si no estamos acostumbrados a hacer ejercicio. Lo ideal es comenzar con una rutina ligera en períodos cortos de tiempo y poco a poco ir aumentando la actividad. Suele ocurrir que quienes arrancan con una rutina excesiva terminan por acusar un enorme cansancio, lo que ocasiona que ya no quieran volver a saber del ejercicio jamás. Por el contrario, empezar con algo ligero e ir aumentando paulatinamente hace que sus efectos se noten rápidamente.

Eliminar (tabaco, kilos...) o añadir (cuidados en la alimentación, ejercicio físico): cuando el objetivo final es mantener un buen estado de salud, nuestro propio cuerpo nos recompensará con el tiempo.

PROPÓNGASE SER FELIZ

Llega el año con los rincones del calendario llenos de propósitos. Y es que un año nuevo es como un lunes con mayúscula en el que queremos depositar nuestra fuerza de voluntad: este año voy a...
Es posible que en su agenda de lo que va a hacer no figure siquiera lo que le proponemos. Pero nos parece de una importancia vital. ¿Por qué no se propone ser feliz?

Cuando nos hace daño un zapato nos ponemos una tirita; pero solemos ignorar que también hay tiritas para el ánimo. Lo que ocurre es que no son de esparadrapo, sino de aceptación, de sonrisa, de reconocimiento, de autoestima o de decir «gracias» o «perdón». Nos lo dice el psicólogo Miguel Silveira en sus *Estrategias para vivir mejor*. Eso de que todo es según el color del cristal con que se mira, es solo una parte de la verdad. La otra es dar a las cosas la realidad que tienen y verlas en su dimensión exacta. Ahí radica la mayor parte de los problemas. La proximidad de los acontecimientos nos hace verlos con un tamaño que no es real. Haga una prueba. Recuerde un disgusto que tuvo hace tiempo. No por algo irreparable, que esa es otra cuestión. Un disgusto por algún hecho concreto. Pues bien: ¿verdad que ahora con una perspectiva lejana, le parece hasta ridículo haber sufrido tanto por aquello? ¿Qué es lo que ha cambiado? Sólo su forma de verlo.

Viven bien los que están contentos con lo que tienen; los que tienen proyectos que les ilusionan y estimulan; los que persisten a pesar de los reveses; los que usan el sentido del humor y no se dejan dominar por el pesimismo.

La felicidad se aprende y se conquista. Si aprender es conocer y experimentar y la felicidad es un estado que se complace en la posesión de un bien, se puede lograr ese estado reconociendo todos los días las cosas positivas que uno tiene y que son muchas.

De los reveses se extraen lecciones positivas. Saber descubrirlas trascendiendo la parte negativa hace más feliz que quedarse atrapado y angustiado en la adversidad.

Solemos tener la autoestima por los suelos. No nos damos cuenta de que todos somos competentes para algo. Así que hay que descubrir esas potencialidades personales y desarrollarlas. Hay que comportarse como si fuéramos importantes y valiosos. Que lo somos. Ser diferente no significa ser inferior. Tampoco superior.

ramón sánchez ocaña
experto en salud

Aparentar, sin ser, es vender humo. Es un montaje artificioso que desazona a quien lo practica e impide establecer relaciones sinceras y de confianza. Quien aparenta mucho, miente mucho.

El miedo es el mayor freno emocional. Y debe superarse. Somos lo que pensamos. Y si se piensa que va a ser rechazado, lo será; como si piensa que es un perdedor, lo será. Hay que pensar en positivo, esa es la clave. Está demostrado que el 96 por ciento de nuestros temores no se cumple nunca.

El fracaso hay que reconocerlo y aceptarlo; y luego, intentar de nuevo el éxito. No se puede confundir actuación fracasada con persona fracasada.

Tener una amistad intima. Compartir siempre es lo mejor para la felicidad. Si se tiene pareja no hay mejor ni más apaciguadora amistad que la de esa persona.

Y el mejor propósito: active la mente. Los gimnasios están llenos para mantener el cuerpo en forma. Pero no hacemos nada para mantener en forma nuestro cerebro. Y está demostrado que una vida intelectualmente activa previene el envejecimiento cerebral. El cerebro es una batería que se desgasta si no se utiliza.

SOLUCIONES PARA MALES MINORITARIOS

Se llaman enfermedades raras, pero su verdadera traducción del inglés es 'poco frecuentes', una denominación mucho más específica para este tipo de patologías, que tienen una baja prevalencia y apenas afectan a un pequeño sector de la población. Es el caso de las CAPS, unas siglas que reúnen tres afecciones diferentes con síntomas parecidos: inflamación del cuerpo, dolor y erupciones cutáneas.

marta ruiz yudego
texto

Síndrome Autoinflamatorio Familiar Inducido por el Frío, Síndrome de Muckle-Wells y Enfermedad Neonatal Multisistémica Inflamatoria. Son los nombres de tres enfermedades poco frecuentes. O raras. Todas se engloban bajo la denominación CAPS y apenas se conocen 1.000 casos en todo el mundo, de los que 40 se registran en España. A estos datos hay que añadir, según el doctor Phillip Hawkins, jefe del Servicio Nacional Británico de Amyloidosis del Hospital Free Royal de Londres, que «podría haber más de 5.500 personas que sufran estos males y no lo sepan».

Como síntomas comunes, estas afecciones, que son hereditarias y están formadas por la mutación de un gen, tienen la hinchazón del cuerpo, erupciones cutáneas periódicas, fiebre y dolores musculares. Tal y como indicó el doctor Jordi Yagüe, jefe del Servicio de Inmunología del Hospital Clínic de Barcelona, «la mayoría de los pacientes desconoce lo que tiene» y, lo peor, en casi todos los casos, «los facultativos tampoco saben a lo que se enfrentan».

El problema que se encuentran es que dichas enfermedades son crónicas y graves, pero hasta hace poco no han contado con un tratamiento adecuado. La mayor parte de los pacientes son niños y, por eso, era necesario buscar una solución, ya que los chavales van a sufrir este malestar de por vida. Por eso, Hawkins se mostró «optimista» ante «los grandes avances que se están desarrollando», destacando la terapia con Canakinumab (comercializado en Europa por la farmacéutica Novartis y que llegará a España, previsiblemente, en mayo de este año) para «controlar rápidamente los síntomas de esta patología». «Una sola inyección dio pie a una remisión de la enfermedad durante seis meses», agregó el experto británico.

La razón de su éxito radica, según Hawkins, en que, al ser de un tratamiento subcutáneo, «siempre queda algún remanente en la sangre al aplicarlo». Con un pinchazo cada dos meses, los afectados conseguirán olvidarse de sus dolencias. «Un niño decía que se sentía como un viejo y, después de aplicar esta terapia, empezó a vivir como lo que es: un chaval», explicó el doctor Yagüe, quien añadió que los pacientes, tras estas inyecciones, «saben por primera vez lo que es llevar una vida normal».

El 99 por ciento de quienes han sido tratados con esta terapia «han respondido perfectamente», si bien el doctor Hawkins señaló que la apuesta actual es lograr «un fármaco de vía oral para mejorar la vida de los enfermos».

LA PRÁCTICA HACE AL MAESTRO

Hay una ley o principio que nunca falla y es la práctica, el volver a intentar de nuevo hacer un poco mejor aquello que tratamos de perfeccionar y hacerlo sin agobios, sin ansiedad y sin desconfianza. El precio que todos tenemos que pagar por la pericia es la práctica constante, sea cal sea la habilidad o destreza que pretendemos desarrollar.

En los tiempos que corren, en los que no pocos jóvenes pretenden ser diestros y maestros en muchas cosas y con demasiada urgencia, es bueno recordar que los hábitos se componen de muchas acciones repetidas y mejoradas tantas veces como sea necesario.

Para lograr un objetivo difícil, en primer lugar es necesario soñarlo, imaginarlo y vivirlo anticipadamente como si ya fuera una realidad, porque cuando nuestra mente cree y confía en que algo puede materializarse y convertirse en realidad, estimula los sentidos y activa todas nuestras potencialidades para atraer hacia nosotros todo lo necesario para convertir esa poderosa imagen mental que hemos formado en su realidad física.

Ahora mismo estoy escribiendo un nuevo libro, cuyos originales debo entregar en una fecha concreta, según he convenido con la editorial. Pues bien, si yo quiero cumplir a tiempo ese compromiso y dar lo mejor de mí durante estos meses que quedan, es muy importante que antes y durante todas estas semanas, yo imagine, sueñe, viva y disfrute anticipadamente, visualizando ese libro ya en las librerías y a mis lectores entusiasmados y motivados con su lectura. Esta primera medida es de capital importancia para activar todas mis potencialidades y aptitudes, pero en especial la ilusión y el entusiasmo activo.

La segunda condición, sin la cual ese libro jamás será una realidad es la práctica, la acción eficaz constante, que necesitar mucho tiempo, mucha entrega y mucho aprendizaje y mejorar mis habilidades como escritor.

Al final, todo es cuestión de saber perfectamente qué es lo que pretendemos lograr; visualizarlo, desearlo y verlo como realidad y no escatimar esfuerzos, medios, tiempo y plena dedicación; pero siempre con un entusiasmo y una tenacidad sin límites. Buen ejemplo nos dieron de esa tenacidad no pocos personajes que tuvieron que vencer incontables dificultades hasta llegar a ser lo que fueron como: Abraham Lincoln, Ghandi, Beethoven, Buda, T. Edison, Marie Curie, Newton, Charles Chaplin, Einstein, Churchill... y tantos otros.

bernabé tierno
psicólogo y escritor

La clave está en seguir insistiendo en nuestros propósitos, pero de manera inteligente.

SEDENTARISMO

UNO DE LOS 'PECADOS' DE LOS ESPAÑOLES

Dar 10.000 pasos diarios es un reto que mejoraría la salud de los españoles, de los que seis de cada 10 confiesa llevar una vida sedentaria, un factor tan determinante como la dieta en las patologías cardiovasculares, la obesidad y la diabetes, entre otras epidemias no infecciosas del siglo XXI. Según la doctora Nieves Palacios, especialista en nutrición del Centro de Medicina del Deporte del Consejo Superior de Deportes, el hombre está «programado para moverse» y la actitud contraria es nueva en la cadena evolutiva del ser humano que está teniendo consecuencias nefastas para su salud. Y añade: «Si llevas una vida poco activa habrá que ingerir menos calorías o, si engordas, será necesario aumentar la actividad».

ALIMENTACIÓN INFANTIL

ABUNDAN LOS NIÑOS 'MALCOMEDORES'

La hora de la comida es un suplicio para la mitad de los padres españoles porque sus hijos son *malcomedores*, ya que se niegan a probar aquello que no les gusta y evitan verduras, frutas, legumbres y pescados. El doctor Luis Ros, gastroenterólogo infantil del Hospital Miguel Servet de Zaragoza, precisa que uno de cada tres niños come muy poca variedad de alimentos y casi la mitad no llega a tomar nunca los más saludables. Los expertos han apostado por establecer unas normas y una disciplina en cuanto a las comidas, respetar unos horarios y unas costumbres en la mesa, como comer en familia, no permitir la selección de alimentos y evitar la televisión

MÁS QUE UN PROBLEMA DE IMAGEN

Los especialistas lo tienen claro: es mucho más peligrosa la enfermedad que la propia cirugía. Tener un índice de masa corporal (IMC) superior a 40 o haber intentado perder peso previamente bajo supervisión médica son algunas de las condiciones para someterse a una cirugía de la obesidad.

clara guzmán
texto

Se reduce la capacidad para la realización de las labores de la vida diaria: caminar, subir escaleras, ponerse calcetines o medias, atarse los zapatos, tener dificultades para el aseo personal e incluso para alcanzar objetos de estantes altos es un reto... Los síntomas de la obesidad se desarrollan gradualmente a lo largo de los años y, cuando ésta se convierte en severa y persiste, pueden aparecer enfermedades potencialmente mortales como la diabetes tipo 2, la hipertensión, la artrosis, o ciertos tipos de colesterol. Así pues, el tratamiento que requiere esta epidemia no infecciosa es multidisciplinar y lo ideal sería que existieran unidades específicas con tal efecto en la mayoría de centros hospitalarios. Al menos, eso creen los especialistas. En palabras del doctor Antonio Torres, presidente de la Sociedad Española de Cirugía de la Obesidad (SECO), «la obesidad severa es una enfermedad crónica y grave, no un simple problema estético y de imagen».

Pero no siempre existe la formación necesaria en los profesionales españoles y, además, muchos pacientes no son conscientes de su estado. Ante esta situación y la tendencia a un empeoramiento si no se adoptan las medidas necesarias, expertos de la SECO y la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Seedo), han constituido el Grupo Gestos para el tratamiento de este trastorno, integrado por cirujanos y endocrinos que pretende concienciar a las administraciones, los especialistas, los pacientes y la sociedad en general en torno a la obesidad severa y sus graves consecuencias.

En las personas con esta enfermedad, la cirugía de la obesidad es el único método demostrado para perder peso y no recuperarlo a largo plazo, cuando todos los demás tratamientos han fracasado. Según los expertos, la tasa de éxito que alcanza la avala sobradamente: «En general, hablamos de más del 90 por ciento de éxito a cinco años de la intervención y algunas técnicas alcanzan hasta el 98 por ciento», determina el doctor Carlos Masdevall, coordinador de Cirugía Bariátrica del Hospital Bellvitge de Barcelona. Existen tres tipos de intervenciones diferentes: las técnicas restrictivas, las malabsortivas y las mixtas. Una de estas últimas, el by-pass gástrico, es la más utilizada en España. De hecho, se calcula que el 70 por ciento de las intervenciones de este género se lleva a cabo mediante esta técnica.

Uno de los campos más prometedores de la cirugía de la obesidad es su aplicación en el abordaje del síndrome metabólico. Es lo que se conoce como cirugía metabólica, que, por el momento, está obteniendo muy buenos resultados en pacientes con diabetes tipo 2 y con un índice de masa corporal superior a 30. «Se consigue no solo curar la diabetes, sino también reducir el peso del paciente», apostilló el doctor Masdevall.

maría jesús álava
psicóloga

UN 2010 ¡SIN AGRESIVIDAD!

Con el comienzo del año nuevo, muchos son los propósitos que fijamos de cara a los próximos 365 días. Uno de ellos puede ser la ausencia de actos violentos en nuestra vida. Por eso, a continuación detallamos su origen y sus consecuencias.

A 2010 podemos pedirle que sea un año sin agresividad. Si reflexionamos mínimamente, ¿qué nos aporta la agresividad?, ¿está justificada como elemento de supervivencia?

La realidad es que hoy, en nuestro día a día ya no necesitamos defendernos de los animales peligrosos que habitan en las selvas.

El ser humano es racional y, como tal, debería ser un ejemplo de inteligencia aplicada, de conductas ecuánimes, relajadas y pacíficas. No obstante, muchas personas hacen de la agresividad su baluarte y su arma más destructiva.

Actualmente, por mucho que nos pese, hay un determinado culto a la agresividad. Algunos creen que para triunfar hay que ser insensibles, duros, trepas, mentirosos y agresivos. Pero se equivocan, eso no es triunfar, es arrollar, injuriar, engañar y aprovecharse de los demás.

ALGUNOS PRINCIPIOS SOBRE LA AGRESIVIDAD:

- La persona agresiva no controla sus impulsos y provoca daño o dolor en otras personas o cosas, incluso en sí misma.

Generalmente es impulsiva, insegura, inmadura y con tendencia a la autojustificación.

- La agresividad puede ser:
  - Verbal. Insultos o voces altas.
  - No Verbal: mirada o retirada de atención, silencio prolongado, gestos o acciones…
  - Física o psíquica.

- La agresividad surge cuando hay un déficit de autocontrol emocional.

- Las personas agresivas imponen sus puntos de vista y sus opiniones, empleando estrategias que generan miedo, culpa o vergüenza.

- No es lo mismo agresividad que violencia. La agresividad puede ser más sutil, más soterrada, incluso menos consciente. La violencia es más explosiva, más manifiesta y más voluntaria.

- La violencia es una forma activa de agresividad. La persona violenta siempre pisotea los derechos de los demás.

- Existe una agresividad pasiva, mediante la manipulación, la crítica, la amenaza posterior… Es mucho más soterrada, pasa más inadvertida, pero no es menos grave.

- La agresividad pasiva es muy típica de los manipuladores, que son personas profundamente inmaduras y egoístas, que justifican continuamente sus actuaciones.

PRINCIPALES CONCLUSIONES SOBRE LA AGRESIVIDAD:

- La agresividad nunca está justificada en una persona equilibrada, adulta o madura.

- Esta actitud es el fracaso de nuestra condición humana. Significa siempre ausencia de inteligencia.

- Un adulto equilibrado manifiesta conductas asertivas. Una persona asertiva es capaz de defender sus derechos sin agredir, exponiéndolos claramente, pero de forma controlada. Es una persona respetuosa, tolerante, que sabe defenderse y no se deja pisotear.

- El modelo actual de sociedad no es asertivo, sino competitivo. Las personas pueden pensar que para triunfar es más útil ser agresivo que asertivo.

- Durante la infancia son habituales algunas conductas agresivas. El niño hace continuos aprendizajes, a través el ensayo y el error. Pero la persistencia de estas conductas en la edad adulta demuestra una clara desestructuración, que conviene subsanar de forma inmediata.

- El factor genético a veces puede ser un condicionante, pero el factor ambiental resulta determinante.

- Los padres con conducta agresiva enseñan a sus hijos comportamientos agresivos. Los niños aprenden por modelo.

- La falta de pautas, normas de conducta, límites, hábitos…, también puede generar conductas agresivas en muchos niños. Ellos buscan ese límite, y cuando no lo encuentran nos provocan para que reaccionemos, para que les ayudemos a resolver ese conflicto, que ellos no saben encauzar.

- Nunca podemos tolerar la vejación, la falta de respeto o la humillación.

- Te pueden agredir física o verbalmente, pero de ti depende que no te hundan emocionalmente.

GASTRONOMÍA

DE DICKENS A LARRA

Relatos navideños nos llevan hasta nuestra mesa, con consejos para 'vestirla' en estas fechas tan señaladas. Aún están a tiempo...

Cuando se piensa en lecturas propias de la Navidad acude a la memoria, casi de forma automática, la maravillosa *Canción de Navidad* de Dickens, que debería despertar en quien la lee sus mejores sentimientos navideños; pero no vendría mal, sobre todo a efectos prácticos, que a la hora de poner la mesa y cocinar para los festines de estos días le diéramos un repaso a *El castellano viejo*, de Mariano José de Larra. En ese artículo, Larra advierte de las consecuencias de querer hacer un día lo que no se hace en todo el año, unas consecuencias ciertamente catastróficas que habría que tener muy en cuenta a la hora de organizar los fastos gastronómicos de estos días, desde el *vestido* de la mesa a la elaboración del menú.

Consejos bienintencionados no faltan en los medios, especialmente en los que cuentan con apoyo visual, como suplementos dominicales, revistas y, claro, televisiones. En muchos casos, esos consejos parecen venir de un mundo irreal, lleno de criados, diferenciando el servicio a la inglesa del servicio a la francesa y demás detalles correctísimos, sí, pero... obsoletos en la mayoría de los hogares.

Una cosa que se nota mucho en estos consejos anuales es... que estamos en invierno, que hace frío, y trasladan lo que se hace con la propia persona, que es abrigarse a fuerza de ponerse más ropa, con lo que se hace con la mesa para comer... y la *visten* de tal manera que sería fácil -lo es- que parezca más un puesto de mercadillo o de bazar que una mesa en la que disponer una comida festiva.

Partamos de la base de que los mejores invitados de una casa son sus propios dueños. Añadamos que es muy saludable la costumbre de poner la mesa, de poner el mantel y colocar platos, vasos y cubiertos todos los días. No parece, a estas alturas, que sea aún de recibo reservar una vajilla o una mantelería para usarla sólo un día al año: debemos tener por costumbre usar lo que tenemos en casa, alternando hasta esa vajilla de Limoges que heredamos de la abuela; no digo que haya que usarla a diario, pero sí de vez en cuando: no es más que una vajilla.

Una mantelería bonita, si se quiere, que debe quererse, la mejor que tengamos; no olviden poner un muletón o algo similar entre la mesa y el mantel. Adornos, pocos y que no perturben ni vistas ni aromas. Está muy bien usar, en estos fastos, lo mejor; pero una cosa es eso y otra emular el «estos son mis poderes» del cardenal Cisneros y poner sobre la mesa festiva todo lo que se tiene en casa. El exceso abruma, y dice bastante poco del gusto de los anfitriones.

Una cosa es el protocolo de las cenas de Estado, y otro el de las cenas de estos días. Les dirán muchas veces cómo colocar cubiertos y copas; hoy, cuando el servicio es, para la inmensa mayoría de los ciudadanos, poco más que un recuerdo de otros tiempos mejores para unos cuantos y peores para muchos más, es hasta incómodo disponer sobre la mesa todos los platos, todos los cubiertos y todas las copas que se van a utilizar.

Un bajoplato y, sobre él, plato llano y, si empezamos con sopa, plato hondo o taza. Copa de agua y una copa de vino. Cubiertos, los del primer plato. Los demás componentes de vajilla, cristalería y cubertería, a mano, pero no en la mesa; los propios anfitriones se ocuparán de ir retirando los usados y colocando los nuevos. Hablamos, claro, de casas normales. En cuanto a la comida, lo más cómodo es servirla ya emplatada, lo que hace innecesario el servicio a la inglesa o a la francesa, y evita poner en evidencia a quien no sabe utilizar los cubiertos de servir. Hombre, siempre queda bonito presentar un asado antes de trincharlo... si se sabe hacer, claro. Pero ése es casi el único caso que justifica llevar una gran fuente a la mesa.

Lo mismo en cuanto al menú. Sigan los consejos que dejó Paul Bocuse en *La cocina del mercado*, que es algo así como la Biblia de la *nouvelle cuisine*: haga, cuando tenga invitados, lo que sepa hacer bien. Si quiere poner un plato nuevo, practique antes, ensaye antes del estreno: los experimentos no diré yo que haya que hacerlos con gaseosa, pero sí en la intimidad. De modo que lean con interés las recetas que todos, cocineros o críticos, les demos estos días, pero honren a sus invitados con ese gran plato que ustedes dominan a la perfección: se evitarán sofocones y disgustos. Otra buena opción: recurrir a un buen catering.

Al final todo se reduce a la naturalidad que da poner la mesa y comer razonablemente bien a diario; el buen gusto, la sencillez -qué difícil es a veces esa sencillez, que no debe confundirse con la simplicidad-, el sentido común... y, naturalmente, el espíritu navideño. Dickens, sí; pero al lado... Larra.

caius apicius
redacción

EL VINO

ALTADI EL SEQUÉ 2007
ALICANTE

Mediterráneo por excelencia, es cálido y al mismo tiempo refrescante. En la elaboración entra en juego un pequeño porcentaje de uva Syrah y Cabernet Sauvignon.

Su crianza de 12 meses en barricas de roble francés se nota en todos los sentidos, tanto en la copa, como en la nariz y en la boca.

De color rosáceo en apariencia y una estructura sobresaliente, impacta la presencia de la fruta en nuestro olfato. Marcadas notas de mentol y zarzamora aparecen también en esta mezcla aromática.

Potente, profundo y envuelto por un carácter frutal inmenso, es toda una delicia para nuestras papilas gustativas.

Recomendaciones:
Perfecto maridaje con pastas, arroces suaves, verduras braseadas y/o a la plancha o ensaladas. También es ideal con carnes y asados.

Temperatura:
Servir a 17 grados.

SUDOKU**MANÍA**

FÁCIL

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

X

		5			
	3	2			
				5	1
5	6				
			3	1	
			4		

EL SUDOKU X

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.

DIFÍCIL

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

MUY DIFÍCIL

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

SOPA **DE CINE**

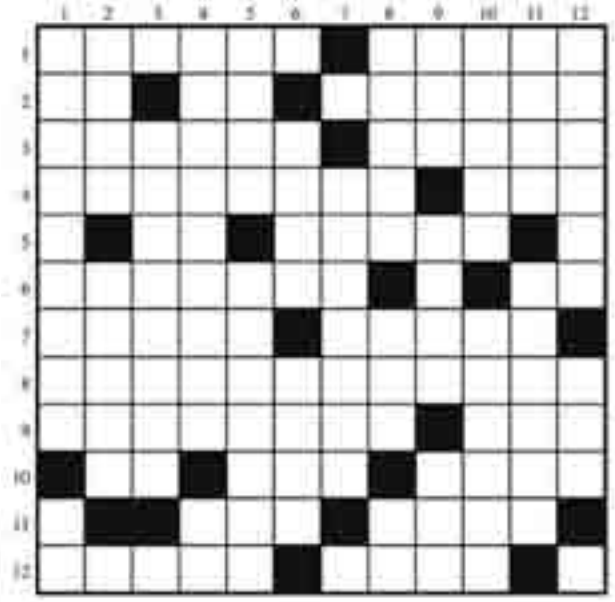
W	K	N	T	N	H	N	H	N	R	E	K	H	S	X	H	H	W
K	S	H	H	K	H	N	X	O	M	H	H	N	E	H	N	M	H
N	H	U	V	X	D	K	Z	N	C	V	N	H	R	B	I	S	G
H	M	E	K	H	C	H	K	E	P	H	S	F	K	L	X	H	H
X	S	H	U	D	S	H	V	A	R	G	R	B	L	H	K	H	S
H	B	Z	V	X	B	K	H	L	N	M	K	A	R	H	B	S	C
H	H	G	H	R	F	E	R	T	G	U	N	B	H	X	H	K	S
H	R	H	K	O	F	Z	N	C	G	D	R	S	P	H	V	D	H
H	H	G	V	B	H	F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

Debe buscar al director y a los actores de la película "*LOVE STORY*" (1970): Arthur **Hiller**, Ali **McGraw**, Ryan **O'Neal**, Ray **Milland** y John **Marley**.

LOS OCHO **ERRORES**

Debe encontrar las **OCHO** diferencias que tiene el dibujo de abajo con respecto al de arriba.

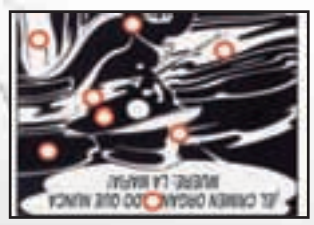
CRUCI**GRAMA**



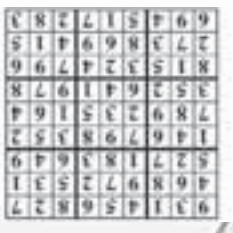
HORIZONTALES: 1. Firma trabajos ajenos por interés. Atracadero de maderas. 2. Marchad tranquilos, por favor. Extremo del camión. Casas sin muebles. 3. ABCD. Persona aficionada a toda clase de licores. 4. Séptimo en plazo Atlántico. Ajado sin límites. 5. Una de dos. Presentador que vuelve. Rallador mínimo. Una de cuatro. 6. Deslizante juego infantil. Pe con dos piernas. BBB 7. Elimine el contrato del este. Al máximo; todo junto. 8. Cine sin puerta de salida. 9. Acogidas generosas. Tía descompuesta. 10. Solo y sin pies ni cabeza. Uno y otro. Los dueños del perro. 11. Gauss. Ofrecen comida gratuita. Necesarias para volar. 12. Apodo. Mujeres convictas. Una de vino.

VERTICALES: 1. Donde se pasan películas antiguas. Entrada de gas. 2. Ocurrencia. Significa poco. Luminosidad del Sol. 3. Una de tres. Dictan sentencias. Indica inclinación magnética. 4. Morados en la piel. Ofrece gratis. 5. Extremidad que asciende. Cruces nazis. 6. Nitrógeno. El diez de copas, por ejemplo. Van con dientes. 7. Victoria. Muerte. Viene con cuatro. 8. Esencial para la ducha. Enemiga de las óperas. Dos abiertas. 9. Sonido que retorna del sur. Casi grogui. Brazo con llamas. 10. Un famoso vino. Hijas de mi tía. 11. Ensenada. Son de misa, confesión y comunión diaria. 12. Se atreven con todo. Una fase sin terminar. Cinco romanos en formación doble.

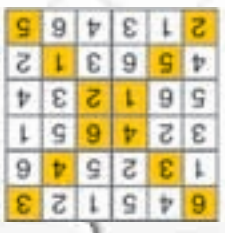
SOLUCIONES



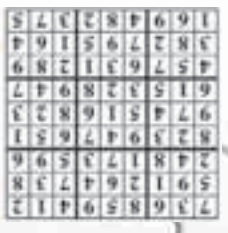
MUY DIFÍCIL



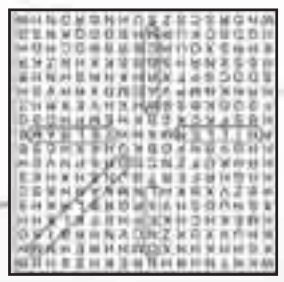
DIFÍCIL



X



FÁCIL



MOTOR

COMIENZA LA CUENTA ATRÁS

La compañía alemana apuesta por el lanzamiento de un compacto. Habrá que esperar al mes de marzo para conocer hasta el último de sus secretos.

La firma alemana ha deshojado la margarita y ya prepara el lanzamiento por todo lo alto del que será su modelo más pequeño. Un compacto dirigido a rivalizar con el Mini, la Serie 1 de BMW o el inminente DS3 de Citroën. La lucha por hacerse con el mercado se presenta apasionante y de momento ya se sirve a través de la red.

Los responsables de la firma de Ingolstad han querido acaparar la atención de los internautas para ir dando a conocer todas y cada una de las bondades, que serán muchas, que nos ofrecerá el nuevo Audi A1. La compañía alemana aspira, en un discurso ambicioso, a convertirse, con la salida al mercado del A1, en el primer fabricante en ofrecer un vehículo del segmento *Premium* en la categoría de los coches más reducidos.

El modelo se dirige, aunque no en exclusiva, a una clientela joven. Un público idóneo para experimentar nuevos estándares de calidad, tecnología y diseño. Dado el nicho de mercado al que va encaminado, es más que comprensible la estrategia comunicativa empleada para dar a conocer el producto.

La ansiada espera llegará a su fin a principios de febrero de 2010, cuando el Audi A1 celebre su estreno mundial en internet, desvelando así uno de los secretos mejores guardados en el plano automovilístico. Hasta ese momento, Audi hará la espera mucho más tolerable proporcionando información puntual y *píldoras* en diversas dosis sobre los aspectos claves del modelo.

Durante las próximas semanas, los expertos de la compañía explicarán al detalle las características del diseño y de la producción en un *site* en internet habilitado al respecto, antes de que se desvelen las primeras fotografías oficiales del coche.

Siguiendo a la primicia mundial *online*, Audi abrirá las puertas del nuevo A1 y revelará todo lo que se esconde detrás de su tecnología, comportamiento dinámico y eficiencia en el salón del automóvil de Ginebra, previsto para el mes de marzo de 2010.

Los clientes tendrán a su disposición un portal especial dedicado al A1 en la dirección *www.audi.com/a1*. Además, dispondrán de numerosas posibilidades para explorar el universo del futuro turismo. Y es que Audi también ha creado una página para los seguidores del nuevo modelo en Facebook (*www.facebook.com/audia1*), un canal en YouTube (*www.youtube.com/audi*) y otro espacio A1 en Twitter (*http://twitter.com/audi_online*).

La primera toma de contacto con este proyecto que va adquiriendo forma se produjo en el salón del automóvil de Madrid, en 2008. Entonces se habló de un subcompacto basado en una carrocería de tres puertas con cuatro plazas. Un perfil que recuerda al superventas A3 aunque un tanto más reducido. De aquel prototipo presentado en el salón madrileño destacaba su carácter vanguardista y sus destellos de calidad sin límites en cada uno de sus materiales. Incluía además grandes dosis de equipamiento e innovación tecnológica en el ámbito de la comunicación. Su estética urbana no le impedía tampoco disfrutar de un maletero con 240 litros de volumen. Éstas son sólo algunas notas. Hasta su llegada, veremos crecer al A1 navegando por la red.

iván juárez
coordinación

RECOGE EL MEJOR DE LOS TESTIGOS

DERBI GPR 50

La versión de cara al año 2010 de la GPR de 50 centímetros cúbicos adopta la experiencia de la firma perteneciente al Grupo Piaggio.

La nueva variante de esta mítica heredera de las legendarias *Balas Rojas* es capaz de superar el listón de sus predecesoras con una serie de cualidades únicas. Derivada de su hermana mayor GPR 125 4T, este nuevo buque insignia de la pequeña cilindrada disfruta de una serie de componentes únicos a día de hoy en su categoría.

En primer lugar, destaca por su robusto motor de dos tiempos que supera los ocho caballos de potencia. Una fuerza fácil de asimilar a través de una construcción que ha tenido especial cuidado en la ergonomía. La posición de mando asegura la comodidad al tiempo que no compromete el control de la motocicleta.

Otra de las novedades de la renovada GPR 50 viene dada por su cuadro de instrumentos digital al estilo de los que lucen las motos de GP.

En el plano estético destaca su silueta estilizada, en la línea marcada por las creaciones de gran cilindrada. Una moda que no deriva en una merma en seguridad ya que dispone de unos potentes frenos, con disco delantero de 300 milímetros y pinza de anclaje radial de 4 pistones. Hasta el momento se desconoce su precio.

APAGA Y VÁMONOS

Considerado por la superstición popular como un pájaro de mal agüero, el cuervo de la imagen extiende sus corpulentas alas en el momento de 'aterrizar' sobre un poste, atalaya situada dentro del área de 30 kilómetros de exclusión establecida en su día por las autoridades tras la explosión y consiguiente fuga radiactiva registrada en el cuarto reactor la tristemente famosa central de Chernóbil, planta ucraniana que en 1986 fue escenario del mayor desastre nuclear en la corta historia de esta energía. Ajeno por completo a los riesgos que todavía hoy entraña la permanencia en los terrenos acotados, el cuervo en cuestión refuerza el simbolismo de la instantánea, pues bajo sus patas una señal advierte del peligro de radiación existente en el área. La ciudad de Chernóbil y los suburbios adyacentes son ahora hogar de científicos, oficiales de mantenimiento de la central nuclear, *liquidadores*, doctores y físicos especializados en radiación. Aunque Prípiat (una localidad vecina y más cercana a la central nuclear) permanece sin mantenimiento, Chernóbil ha sido renovada y en la actualidad residen en ella más de 2.000 personas.

2009

Exagerado como la Gripe A, hueco como la Cumbre de Copenhague, tramposo como el Nobel de Obama.

Tenebroso como otro millón de parados, patético como el divorcio de Marichalar. Impune como los piratas de Somalia, como los soldados de Israel, como los bolsos de la alcaldesa y el patrimonio de Chaves.

Rencoroso como el adiós de Ibarretxe, mesiánico como la llegada de Florentino. Frustrante como el *alcorconazo*, visionario como ganar la décima en casa.

Soez como la movida del *Gürtel*, impotente como los policías que buscan el cuerpo de Marta, egoísta como la huelga de los jueces, discutible como el Oscar a Penélope, torpe como el despido de Solbes.

Incomprendido como la retirada de Kosovo, forzado como las fusiones entre cajas, doloroso como el terremoto de Italia. Espinoso como la nueva Ley del aborto, irresponsable como la píldora del día después.

Obsceno como las putis de Il Cavaliere, turbio como la muerte de Michael Jackson, ridículo como la comedia de Honduras, surrealista como el *caso Madoff*.

Contundente como la patada en los cojones de Estrasburgo a Batasuna, bochornoso como las cacerías del jefe de los espías, desganado como la nueva financiación autonómica, sospechoso como el Tour de Contador.

Vil como los atentados de ETA, oportuno como las redadas, descontrolado como las escuchas de Sitel, efímero como las carreras de Bolt, malcriado como los niñatos de Pozuelo.

Pueblerino como las consultas independentistas, vergonzoso como el enjuague de Benidorm, asqueroso como la vida de Polansky, mortecino como las Tablas de Daimiel.

NUMERO 168
3 DE ENERO DE 2010

Canceroso como el desfalco del Palau, superfluo como los discursos del Príncipe, impresentable como las peleas entre Aguirre y Gallardón

Apestoso como el Caso Pretoria, gris como el tal Van Rompuy, más falso que el Tratado de Lisboa.

Repelente como Ramoncín, terco como Haidar, de mal gusto como Tiger Woods, ridículo como los sindicatos, roto cual jeta de Berlusconi y escandaloso como el sindiós de Air Comet.

Vamos, que 2009 ha sido, lo que se dice, un año cojonudo.

eneuve
periodista

Desde 1700

Elgorriaga

La Campana

Hay cosas que no cambian nunca.

¿Recuerdas aquellas tardes en el parque?
¿Esas carreras tras un balón? ¿El pilla pilla?
Hoy, nuestros hijos siguen pasándoselo pipa
con esos juegos. Y es que hay cosas que no cambian.
Como el chocolate Elgorriaga. **El de toda la vida.**

El espíritu de lo auténtico

www.chocolateselgorriaga.com

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

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DE CULTURA

MUSEO NACIONAL DEL **PRADO**

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA
turismocastillayleon.com - 902 20 30 30