

**O** **SACA**

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA  
Octubre de 2014 · Número 342

## **CATALUÑA**

Historia de una mentira

## **ESTADO ISLÁMICO**

En el nombre de Alá

## **FERNANDO SAVATER**

El poder de la crítica

## **ÉBOLA**


# **EL VIRUS DEL MIEDO**



# IV CONVOCATORIA DEL FONDO DE EMPRENDEDORES DE FUNDACIÓN REPSOL.

Fundación Repsol abre la IV convocatoria del Fondo de Emprendedores.

Un programa sólido y consolidado durante 3 años, pensado para proyectos relacionados con la eficiencia energética. Porque creemos que juntos es posible innovar y conseguir un futuro mejor para todos.



**PRESENTANOS TU PROPUESTA  
HASTA EL 15 DE NOVIEMBRE.  
SI RESULTA SELECCIONADA  
RECIBIRÁS EL APOYO NECESARIO  
PARA DESARROLLARLA.**

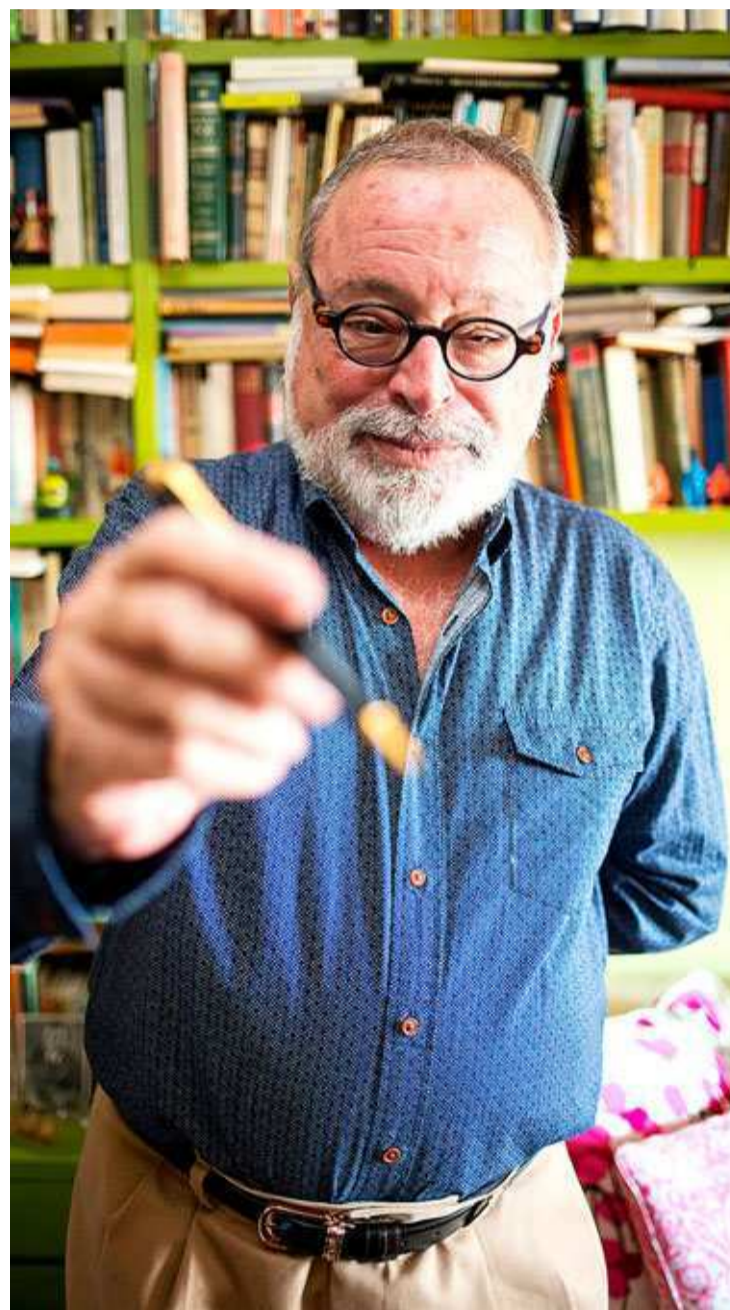
Más información en  
[fundacionrepsol.com](http://fundacionrepsol.com)

# SUMARIO

NÚMERO 342

## FERNANDO SAVATER 16

El filósofo y escritor busca con su nuevo libro que los españoles estén formados e informados para poder decidir sus opciones como ciudadanos



## VERDADES Y MENTIRAS 9

La historia de la farsa sobre la que los independentistas catalanes celebran su gran día cada 11 de septiembre desde 1714

## EN JAQUE POR EL ÉBOLA 20

El brote de esta enfermedad en África Occidental hace que la ayuda internacional sea una prioridad para frenarla

## GASTRONOMÍA 28

Sentirse mejor con cada bocado que se toma. Ese el objetivo del libro 'Recetas para cuidar el cuerpo y el alma'

## TENDENCIAS 30

Apple calienta motores con el anuncio de su reloj inteligente, mientras vuelve a sorprender con su nueva gama de iPhone

FOTO: REUTERS

NÚMERO 342  
OCTUBRE DE 2014



**Director:** Óscar del Hoyo.  
**Jefe de Fotografía:** Alberto Rodrigo.  
**Redacción:** Javier M. Faya, Marta Ruiz, María Albilla, Maricruz Sánchez, Leticia Ortiz, Sofía Esteban, Santi Ibáñez, Cristina Ruiz, Mónica Puras y Javier Villahizán.  
**Diseño:** Cristina Raído y Óscar Párraga.

**Edita:**  
Ópera Prima Comunicación, S.L.

**Imprime:**  
DB Taller de Impresión

**Depósito legal:**  
BU-32-2014

**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



LA ESENCIA DE FRIDA 5  
El legado pictórico de la transgresora artista mexicana



AMENAZA LETAL 12  
El Estado Islámico mantiene a Occidente en el punto de mira



SELVA DE IRATI 25  
Una escapada de otoño a un paraíso de hayedos y abetos

Descubre  
lo lejos que te puede llevar  
un concierto.



**renfe**

Conecta tu modo tren



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

902 320 320



FRIDA KAHLO

# VIDA DE DOLOR

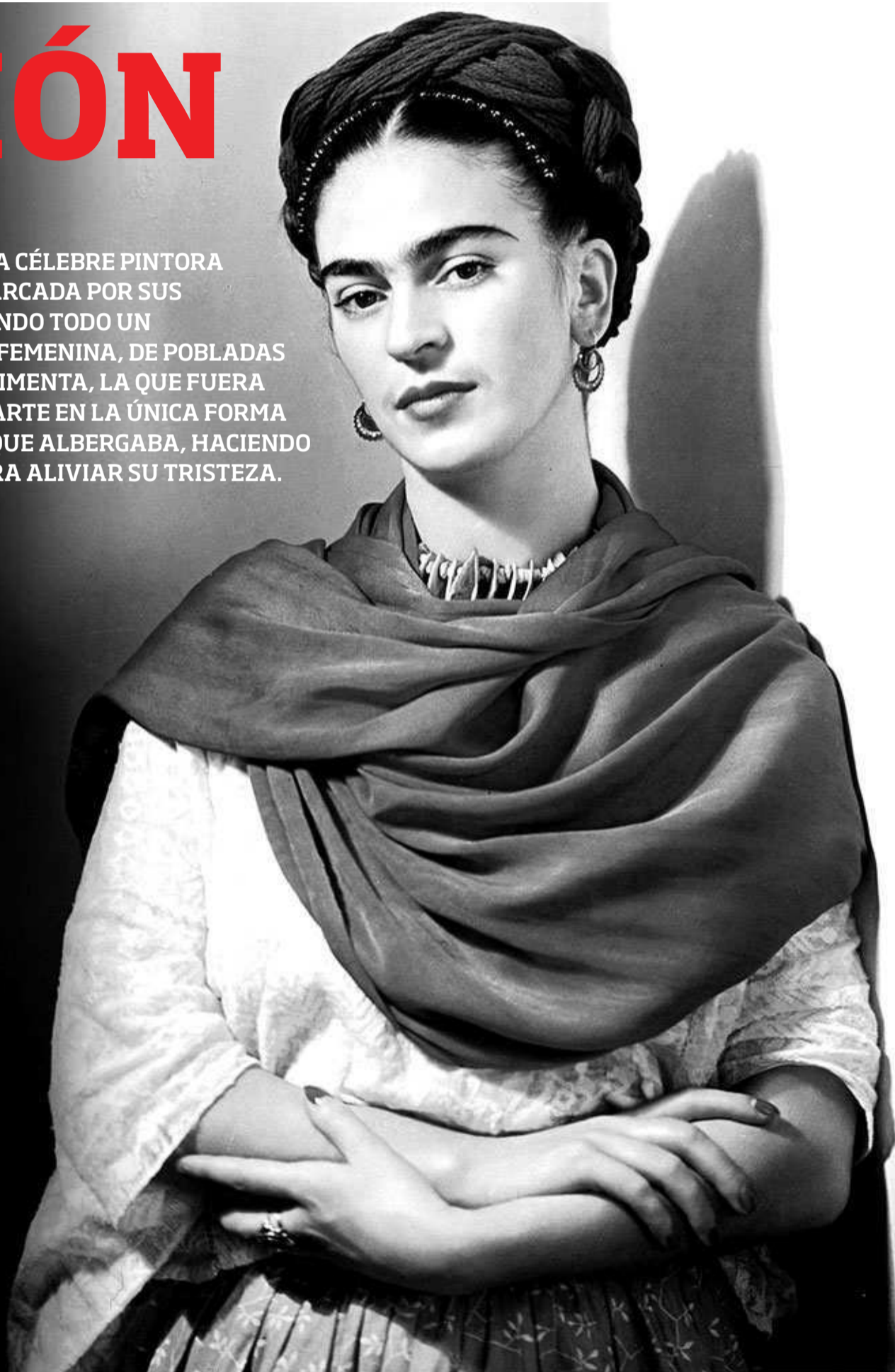
## Y PASIÓN

SEIS DÉCADAS DESPUÉS DE SU MUERTE, LA CÉLEBRE PINTORA SURREALISTA MEXICANA, UNA MUJER MARCADA POR SUS GRAVES LIMITACIONES FÍSICAS, SIGUE SIENDO TODO UN REFERENTE. ICONO DE LA EMANCIPACIÓN FEMENINA, DE POBLADAS CEJAS, LABIOS CARMESÍ Y COLORIDA VESTIMENTA, LA QUE FUERA ESPOSA DE DIEGO RIVERA CONVIRTIÓ SU ARTE EN LA ÚNICA FORMA DE CANALIZAR EL ESPÍRITU INDOMABLE QUE ALBERGABA, HACIENDO DE CADA CUADRO EL MEJOR BÁLSAMO PARA ALIVIAR SU TRISTEZA.

**C**omo ella misma solía decir, no pintaba sueños o pesadillas, sino su propia realidad. Esa es la única verdad que se esconde tras la obra de una de las más grandes artistas surrealistas de todos los tiempos: Frida Kahlo. Una mujer de fuerte personalidad, independiente y rebelde, que trató de transformar su vida pintándose a sí misma y cuya imagen quedó marcada para siempre en la memoria colectiva por sus labios rojos, sus pobladas cejas y su alegre vestimenta. Hace seis décadas que la mexicana exhaló su último aliento en su hogar, la popular *Casa Azul* construida por su padre, en la que se crió y compartió pasión y desgracias con su esposo y gran amor de su vida, el muralista Diego Rivera. Sin embargo, su espíritu indomable, el que le permitió improvisar su propia libertad para superar elegantemente una existencia llena de dolor, sigue latente en cada uno de sus cuadros.

Magdalena Carmen Frida Kahlo Calderón vino al mundo en Coyoacán, un entonces pueblo de la periferia de la capital de México, en 1907, en el umbral de las grandes revoluciones del siglo XX. Era la tercera de las cuatro hijas del matrimonio formado por Matilde Calderón y Guillermo Kahlo, un fotógrafo documentalista de la arquitectura colonial nacional.

maricruz  
sánchez  
texto  
agencias  
fotos





1. Fotografía tomada por Guillermo Kahlo a su hija en 1926.

2. Instantánea familiar en la que Frida (en el centro) aparece vestida con un traje de caballero y un bastón.

3. La mexicana, haciendo un retrato en sus años de juventud.

4. La artista junto a su esposo, durante la estancia de ambos en Estados Unidos.

5. Manifestación comunista en México. La pintora alza su puño cerrado y sostiene un cartel en favor de la paz.

6. Diego da un beso a su mujer, convaleciente.

Inválida desde los 18 años a causa de un terrible accidente que le causó graves secuelas, empezó a pintar durante su larga convalecencia y pasó el resto de su existencia plasmando sus experiencias en unas de las imágenes más luminosas y sorprendentes de la época. Pero su sufrimiento físico ya había comenzado mucho antes. Con solo seis años tuvo poliomielitis, enfermedad que le obligó a permanecer nueve meses encerrada en casa y que deformó uno de sus pies dejándola coja. Para superar este trance, su padre la introdujo en un mundo que era considerado entonces poco digno de una dama: el boxeo. De hecho, cuando era solo una adolescente, a Frida le encantaba vestirse como un chico, algo escandaloso para una tradicional familia mexicana como la suya.

Ese gusto por lo excéntrico también marcó su vida sentimental. La artista tuvo innumerables amantes, hombres y mujeres indistintamente, aunque su gran amor fue Rivera. La complejidad y la dificultad de su relación con este genio visionario dominaron su madurez, hasta que ella misma se convirtió en una leyenda, haciendo de su vida una obra de arte.

**EL ACCIDENTE** Frida afirmaba que pintaba para sí misma. Empezó a hacerlo porque trabajando lograba olvidarse de sus problemas. Cuando solo tenía tres años, estalló la revolución mexicana, algo que marcó su infancia y todos los aspectos culturales de la nación. Acudió a la Escuela Nacional Prepa-

**FRIDA MANTENÍA QUE PINTABA PARA SÍ MISMA. EMPEZÓ A HACERLO PORQUE DECÍA QUE TRABAJANDO LOGRABA OLVIDAR SUS PROBLEMAS**

**AL PRINCIPIO DE SU UNIÓN CON DIEGO TODO ERA FELICIDAD. PERO, ANTES DE CELEBRAR SU PRIMER ANIVERSARIO DE BODA, ÉL YA LE HABÍA SIDO INFIEL**

ratoria, un modelo educativo que celebraba la herencia indígena del país, aprendió a leer en tres idiomas y soñó con ser médico. En esos tiempos era la novia de Alejandro Gómez, un muchacho de su grupo de amigos llamado los *Cachuchas*. Pero un lluvioso día de septiembre de 1925, el autobús en el que viajaba con él camino de clase colisionó contra un camión mientras tomaba una curva. Una varilla de hierro del vehículo le atravesó por un costado de su vientre y salió por el otro. Además, la joven se fracturó la columna y la pelvis por tres partes y la pierna derecha por 11. También se rompió la clavícula y tres vértebras y su pie izquierdo quedó completamente aplastado. Los médicos pensaban que no viviría. La mexicana pasó un mes en el hospital y casi un año en cama. Eso la sumió en una terrible tristeza y pintar se convirtió en la única manera de reflejar todo lo que su enfermedad le impedía conseguir.

Contra todo pronóstico, en 1929, Frida estaba prácticamente recuperada de sus heridas, así que se marchó a la capital, que entonces se había convertido en un hervidero de pensadores e intelectuales. Así comenzó a relacionarse con marxistas, antiimperialistas y comunistas, entre ellos Diego, que tenía 20 años más que ella. El artista había pasado el período de la revolución estudiando cubismo en París, donde se convirtió en un pintor de éxito que se codeaba con otros grandes genios como Picasso. Por aquel entonces, y a pesar de no ser nada agraciado

físicamente, ya había estado casado dos veces, tenía tres hijos y una lista interminable de amoríos. Después de un breve noviazgo, él pidió permiso al padre de la muchacha para casarse con ella. Guillermo estaba arruinado y no podía seguir manteniendo ni la *Casa Azul* ni las facturas de los médicos de su hija y, por eso, le dio su visto bueno.

Al principio de su unión todo era felicidad pero, antes de un año, el muralista retomó su gusto por la infidelidad. A ello se sumó que, en esa época, Frida sufrió su primer aborto, por lo que volvió a pintar para pasar el tiempo. Eran obras intimistas y personales, alejadas de las historias épicas que narraban los autores contemporáneos mexicanos. Ella, en cam-

bio, prefería reflejar las impresiones de su infancia, el arte folclórico y dejarse inspirar por el dolor presente en la iconografía religiosa.

En 1930, cuando el clima político de México ya se había enfriado, surgió una fuerte corriente contraria a los comunistas, por lo que Diego aprovechó para ir a Estados Unidos con su mujer y pintar varios murales. El viaje duró cuatro años, tiempo en el que Frida quedó en cinta de nuevo, pero este embarazo también se malogró y, de hecho, casi muere desangrada. Tras

un mes de sufrimiento en el hospital, la artista pidió lápiz y papel y continuó dibujando su angustia con ella misma como modelo. De vuelta a su tierra, el pintor tuvo un nuevo escaqueo, esta vez con la propia

hermana de su esposa, Cristina. Al enterarse, la mexicana se cortó el cabello, dejó de llevar sus tradicionales ropas coloridas y se mudó a un

pequeño apartamento en la capital del país. Para Diego, la fidelidad era una virtud burguesa inventada para obtener ganancias económicas. Por eso, Fri-

## LAS OBRAS DE LA MEXICANA REFLEJAN EL DOLOR FÍSICO Y ESPIRITUAL QUE SENTÍA



**1. 'Autorretrato con traje de terciopelo'** (1926). Frida se usaba a ella misma como modelo en muchas de sus obras.

**2. 'Autorretrato con collar de espinas'** (1940).

**3. 'Autorretrato'** (1948).

**4. 'La columna rota'** (1944).

**5. 'Las dos Fridas'** (1939).

**6. 'Árbol de la esperanza mantente firme'** (1946).

**7. 'Sin esperanza'** (1945).



LA ARTISTA

«Unos nacen con **estrella**, otros estrellados y yo lo hice estrelladísima»

«Pies, ¿para qué os quiero si **tengo alas con las que poder volar**»

da decidió que ella también dejaría de practicarla, y empezó a tener amantes. Después de un año separados, intentó de nuevo vivir con su marido, como un matrimonio liberal, en una casa que él había construido a las afueras de Coyoacán. Se reconcilió con su hermana y, aunque el dolor de la columna y el pie era a veces insoportable, la mexicana aún podía disfrutar de algunas de sus grandes aficiones, como ir al cine y a bailar.

A mediados de los años 30, México volvió a ser de nuevo un lugar de acogida para liberales e izquierdistas y la casa de la pareja de artistas se convirtió en el refugio habitual de muchos intelectuales llegados de todas las partes del mundo.

«Intenté **ahogar mis dolores** pero aprendieron a nadar»

«Déjenme tomar este **tequila** y prometo no beber en mi **funeral**»

La 'Casa Azul', en la que nació y murió la pintora, es hoy un museo en el que se exponen sus coloridos vestidos, los objetos de su vida cotidiana y los aparatosos corsés que tuvo que usar los últimos años de su vida.



«Me pinto a mí misma porque **soy la persona que mejor conozco**»



En esa época, intensificó su actividad artística. Sus lienzos eran un chorro puro de surrealismo, por lo que fue invitada a exponer en Nueva York y París, donde viajó sola, hasta que tuvo que regresar a México en 1939 debido al empeoramiento de su estado de salud. Asimismo, su relación sentimental con su esposo había saltado por los aires en su ausencia, por lo que se mudó a la *Casa Azul* y pidió definitivamente el divorcio. Esa decisión le pasó factura y su debilidad física se acentuó, algo que hizo que Diego se replanteara su relación con ella y, de hecho, ambos volvieron a casarse.

Al cumplir los 37, la mala salud de Frida ya comprometía su vida cotidiana. Esa situación empeoró en la siguiente década, dando paso a todo un rosario de dolor materializado en forma de corsés y otros aparatos de ortopedia. Ella los llamaba *castigos* y tuvo que llevar 28 hasta su muerte. Además, empezó a tomar morfina y se hizo adicta a los analgésicos, lo que no pudo evitar que terminara postrada en una cama.

En 1953, una amiga de la artista expuso sus cuadros por primera vez México. El médico le recomendó que no acudiera a la muestra, pero ella no le hizo caso. El montaje fue todo un éxito y la crítica, al fin, alabó su obra. Dos meses más tarde, tuvieron que amputarle la pierna derecha y, a pesar de estar acostumbrada a resurgir de sus cenizas, ya no logró reponerse de este trance. Gravemente enferma, falleció la noche del 13 de julio de 1954. Solo una semana antes había concluido su última obra; un bodegón de rodajas de sandía en el que Frida escribió: *Viva la vida*.

«Árbol de la **esperanza**, manténte firme»





1714

# LA FALSA **LEYENDA** **NACIONALISTA**

LOS SECESIONISTAS CATALANES SALEN A LA CALLE CADA 11 DE SEPTIEMBRE PARA RECORDAR EL SUPUESTO PRIMER LEVANTAMIENTO DE LA REGIÓN CONTRA ESPAÑA. SIN EMBARGO, LA HISTORIA MUESTRA QUE AQUELLA IDEALIZADA FECHA DE 1714 TAN SOLO SUPUSO EL FINAL DE UNA GUERRA DINÁSTICA POR EL TRONO NACIONAL QUE ASOLÓ TODA EUROPA

leticia  
ortiz  
**texto**

agencias  
**fotos**



**E**l 11 de septiembre de 1714, Barcelona amaneció soleada, con ese sol que busca verse en el Mediterráneo y que otorga una luz especial a las ciudades que tienen la suerte de convivir con sus aguas. La mañana parecía tranquila, cumpliendo aquello de que después de la tempestad siempre llega la calma. Las campanas habían frenado ese llanto de alerta, a *somantent*, que durante la noche de luna llena habían lanzado al viento. El fuego de artillería que acompañó la madrugada parecía que había cesado, y los barceloneses trataban de evaluar los daños, al tiempo que recogían los restos de los que perecieron en los ataques para darles cristiana sepultura.

Sin embargo, lo hacían con recelo, sabiendo que no estaban solos, puesto que muchos de los 18.000 soldados borbónicos, los *botiflers*, que habían empezado la ofensiva final deambulaban ya por sus calles, una vez superada la muralla que parecía contener sus iras. La batalla continuaba, aunque ambos ejércitos mostraban signos evidentes de agotamiento por lo duro de la lucha. La conquista de los unos y la defensa de los otros no se hacía ya en grandes unidades y bajo el poder de los cañones, sino que los triunfos se contaban casa a casa, calle a calle. Atrás quedaba ya aquel último grito de ánimo que el general Antonio de Villarreal había lanzado a los austracistas, los *maulets*, sitiados en Barcelona: «Estáis luchando por nosotros y por toda la nación española».

El frente se había estabilizado, nadie avanzaba ni nadie retrocedía, hasta que a las tres de la tarde, una corneta de guerra tocó a *Parlamento* para tratar de poner fin a 414 días de enfrentamientos en los que hubo más de 20.000 bajas entre los muertos, los heridos y los desertores de aquellos bandos que no luchaban por la independencia catalana, sino que, simplemente, trataban de imponer en España al que consideraban su rey legítimo.

Ese 11 de septiembre, cuando Barcelona cayó rendida al poder del ejército dirigido por uno de los grandes héroes militares borbónicos, James Fitz-James, duque de Berwick, se puso fin a la Guerra de Sucesión española, otra contienda civil más entre los habitantes de la *piel de toro*, tan dados a enfrentarse entre ellos. Entre españoles, porque en esos ejércitos que defendieron y acosaron la capital mediterránea más allá de lo humanamente posible había catalanes, aragoneses, navarros, baleares, valencianos y castellanos que no luchaban por una patria, sino por un rey. Cada uno, eso sí, por el que consideraba lícito. De hecho, la rendición de la Ciudad Condal fue el penúltimo estertor de un conflicto que había comenzado años atrás como un gran enfrentamiento internacional y que se quedó en una contienda civil entre borbónicos y austracistas que, oficialmente, tuvo su fin con la firma del Tratado de Utrecht en 1713. No obstante, Mallorca aguantó unos meses más de acoso.

Cuando Carlos II, *El Hechizado*, murió el 1 de noviembre de 1700, la sucesión al trono de España parecía estar atada. Felipe de Anjou, nieto de Luis XIV de Francia y bisnieto de Felipe IV, fue

Castellanos, catalanes, madrileños y valencianos, entre otros, lucharon juntos para defender su ideal de España



**1.** El cuadro *El general Prim a la guerra d'Àfrica*, de Francesc Sanz i Cabot fue manipulado por la *Generalitat* para hacerlo pasar por una prueba de la represión española a los catalanes en 1714.

**2 y 4.** Rafael Casanova, el personaje central del cuadro, ha sido convertido en mártir nacionalista, y ante él, cada Diada, se realiza una ofrenda floral. Sin embargo, él mismo se definió como patriota español.

**3.** Barcelona se rindió el 11 de septiembre de 1714 ante el acoso de los borbónicos.



coronado con el título de Felipe V, dando por finalizada la dinastía de los Habsburgo y comenzando la época de los Borbones. Sin embargo, tanto dentro de España como fuera, hubo quienes no aceptaron la sucesión y comenzaron a reclamar el trono para el Archiduque Carlos de Austria. Las potencias extranjeras vieron con temor la posible unión de España y Francia bajo un mismo monarca, por lo que no dudaron en posicionarse en el conflicto sucesorio. Mientras, dentro de las

fronteras nacionales, se temía que Felipe V apostara por el modelo centralista gallo, que se apoyaría en el territorio más importante del reino (la Corona de Castilla). Carlos de Habsburgo representaba, para muchos, el modelo foralista, que tenía el apoyo de la Corona de Aragón y del Principado de Cataluña. Ése es otro de los puntos al que se aferran quienes defienden el supuesto nacimiento del nacionalismo catalán en la guerra de sucesión. Lo que no suelen explicar es que ciudades como Madrid, Calatayud, Alcalá, Castellón, Tarragona o Toledo también lucharon en el bando austracista. Madrileños y catalanes luchando por su ideal de nación, por su ideal de España.



2



4

El propio Rafael Casanova, *consejero en jefe* de Barcelona y ante cuya estatua los nacionalistas catalanes rinden pleitesía en cada Diada, emitió un bando antes de la rendición en el que decía, textualmente, que «se confía que todos, como verdaderos hijos de la Patria, amantes de la libertad, acudirán a los lugares señalados, a fin de derramar gloriosamente su sangre y su vida por su Rey, por su honor, por la Patria y por la libertad de toda España».

Muchos años después de aquella batalla, a finales del siglo XIX, cuando surge el catalanismo como movimiento cultural primero y, décadas más tarde, como variante política, aparece

la necesidad de encontrar una especie de fiesta nacional catalana. Y se vuelve la mirada a ese 11 de septiembre de 1714 en el que los austracistas, que apenas conservaban Barcelona y Mallorca como bastiones contra los borbónicos, caen derrotados en la Ciudad Condal.

Con el apoyo de los historiadores catalanistas, se hace una lectura de aquella fecha que se aleja de la realidad documentada. Así, de lo histórico pasaron a lo místico, y de la leyenda a la ficción, como ese reiterativo homenaje a Rafael Casanova, presentándolo como mártir, cuando en realidad murió años más tarde en su domicilio, tras recibir el perdón real.

## LOS PROTAGONISTAS



**CARLOS II.** Fue el último monarca de la Casa de Austria que reinó en el Imperio español. Murió el 1 de noviembre de 1700 sin descendencia, aunque hizo testamento en favor de Felipe de Anjou, nieto de Luis XIV de Francia, instaurando la monarquía de los Borbones en España. Un aspecto que acabó derivando en la Guerra de sucesión.

**FELIPE V.** El sucesor del último monarca de la Casa de Austria se convirtió en el primer monarca de la Casa de Borbón en España al fallecer su tío-abuelo Carlos II. Su reinado de 45 años y tres días es el más prolongado en la Historia de este país. Sin embargo, su llegada al trono fue cuestionada por los austracistas que se negaban a entregarle el poder.



**CARLOS VI.** Fue emperador del Sacro Imperio Romano-Germánico (1711-1740), rey de Hungría como Carlos III (1711-1740) y rey de Bohemia como Carlos II (1711-1740). También fue conocido como el archiduque Carlos de Austria o Carlos III de España en el bando austracista durante la Guerra de Sucesión que libró como pretendiente al trono.

**RAFAEL CASANOVA.** Primer consejero de Barcelona y máximo responsable de la Coronela durante el asedio borbónico de 1714, se consideraba un patriota español que defendía al archiduque Carlos de Austria como legítimo sucesor del trono. Fue herido en el asalto de Barcelona, pero, años más tarde, logró el perdón de Felipe V.



**DUQUE DE BERWICK.** James Fitz-James fue un militar francés, hijo ilegítimo del rey Jacobo II de Inglaterra y VII de Escocia y de Arabella Churchill, hermana del duque de Marlborough. Su presencia al mando de las tropas borbónicas, por petición expresa de Felipe V, fue clave en la caída de Barcelona.

**ANTONIO DE VILLARROEL.** Nacido en Galicia, empezó luchando en el bando borbónico durante la Guerra de Sucesión. Al caer en desgracia del duque de Orleans, abandonó su tierra, se puso al servicio de Carlos de Austria y dirigió la defensa de Barcelona, donde fue herido en la batalla del 11 de septiembre de 1714.



**PERE ANTONI VECIANA.** El primer responsable de las Escuadras de Paisanos Armados (que luego darían origen a los *Mossos d'Esquadra*). Consiguió su puesto como recompensa a su fidelidad a los borbónicos y fue un revolucionario en las técnicas policíacas para combatir a los contrarios al rey Felipe V.

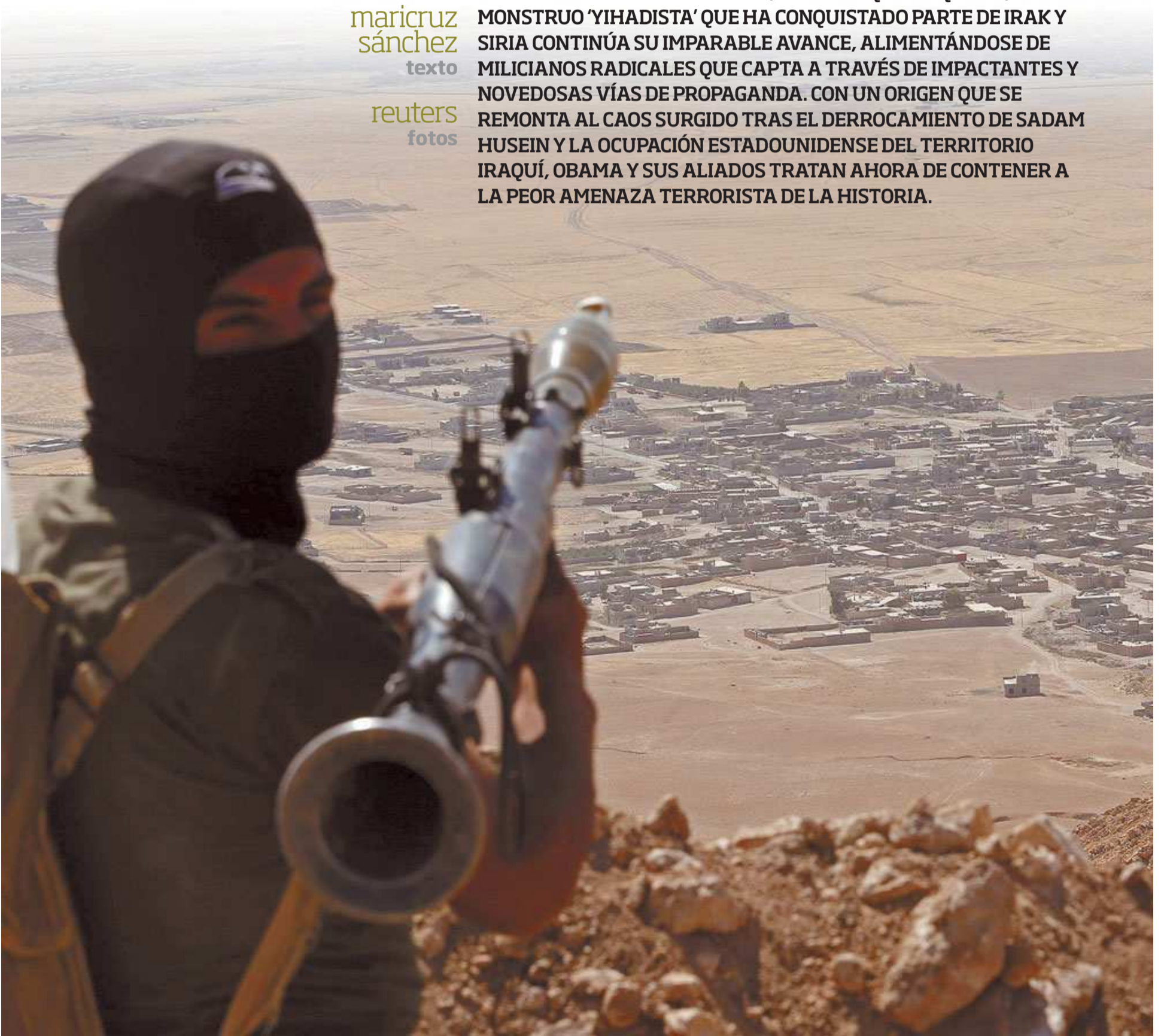
ESTADO ISLÁMICO

# EL FANTASMA DE OCCIDENTE

maricruz  
sánchez  
texto

reuters  
fotos

FANÁTICOS ULTRARRELIGIOSOS, MÁS AÚN QUE AL QAEDA, EL MONSTRUO 'YIHADISTA' QUE HA CONQUISTADO PARTE DE IRAK Y SIRIA CONTINÚA SU IMPARABLE AVANCE, ALIMENTÁNDOSE DE MILICIANOS RADICALES QUE CAPTA A TRAVÉS DE IMPACTANTES Y NOVEDOSAS VÍAS DE PROPAGANDA. CON UN ORIGEN QUE SE REMONTA AL CAOS SURGIDO TRAS EL DERROCAMIENTO DE SADAM HUSEIN Y LA OCUPACIÓN ESTADOUNIDENSE DEL TERRITORIO IRAQUÍ, OBAMA Y SUS ALIADOS TRATAN AHORA DE CONTENER A LA PEOR AMENAZA TERRORISTA DE LA HISTORIA.





Los terroristas están en el punto de mira internacional después de que sus tácticas brutales, que incluyen asesinatos en masa y secuestros de minorías religiosas, hayan dejado tras de sí miles de muertos. Entre ellos los estadounidenses James Foley y Steven Sotloff, el británico David Haines y el francés Hervé Gourdel, cuyas decapitaciones han sido exhibidas y difundidas en vídeo.

**E**xhiben con orgullo su bandera negra, la de la muerte y el sadismo, adoptando una pose minuciosamente calculada que conjuga lo arcaico y lo moderno, con un fusil AK-47 sobre uno de sus hombros y un alfanje en el otro. Son los emisarios del terror, los milicianos del autodenominado Estado Islámico (EI), las nuevas siglas del *yihadismo* transfronterizo que amenaza el trono de Al Qaeda en Oriente y centra la atención de las cancillerías internacionales, con Estados Unidos a la cabeza, por su imparable avance en Irak y Siria. Capitaneados por Abu Bakr al Bagdadi, una caudillo nacido de las cenizas de la lucha fratricida surgida en territorio iraquí durante la ocupación norteamericana de 2003, su objetivo es fundar un califato a base de miedo, fanatismo extremo y un *merchandising* ideológico salafista renovado. Un reino por el que están dispuestos a todo, como muestran los escalofriantes vídeos de decapitaciones de rehenes occidentales que ellos mismos se han encargado de mostrar al mundo, y que, entre otros, se ha cobrado la vida del reportero gráfico estadounidense James Foley y de su compatriota, el periodista Steven Sotloff, así como del británico David Haines y el turista francés Hervé Gourdel.

El EI es un grupo terrorista que pretende establecer un califato (forma de Estado dirigido por un líder político y religioso de acuerdo con la ley islámica o sharia) rompiendo las fronteras del Líbano y Jordania con el fin de «liberar a Palestina». Por el momento, ha logrado controlar parte del territorio situado entre los Estados de Siria e Irak y, aunque en la actualidad solo tiene presencia en estos dos países, aspira a recibir el apoyo total del mundo musulmán para lograr su empresa. Las raíces de estos *yihadistas* se remontan a 2002, cuando el fallecido Abu Mu-



sab al Zarqawi creó el grupo radical Tawhid wa al Jihad. Un año después de la invasión liderada por EEUU en Irak, Zarqawi juró lealtad a Osama Bin Laden y fundó Al Qaeda en el país, rama que se convirtió en la mayor fuerza insurgente durante el período de ocupación estadounidense. Sin embargo, tras la muerte del líder jordano

en 2006, una parte de esta milicia extremista se escindió, dando lugar al nacimiento del Estado Islámico de Irak (ISI, por sus siglas en inglés). Así, aunque posteriormente el grupo fue debilitado en territorio iraquí por las tropas norteamericanas y la creación de consejos *Sahwa*, capitaneados por tribus sunitas que rechaza-

## DRAMA HUMANO

La historia del avance de Estado Islámico a través de Irak y Siria es el relato del terror de la población local, obligada a abandonar sus casas y emigrar al vaivén de los movimientos de los *yihadistas*. Un total de 1,7 millones de personas dejaron el territorio iraquí en lo que va de año, según la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), siendo los más afectados los musulmanes sunitas, seguidos de los Yazidíes.

La última oleada masiva de desplazados se localizó en el país gobernado por Al Asad, donde se centra actualmente la campaña internacional contra los terroristas. Y es que, si en Turquía ya hay 1,5 millones de sirios refugiados, el pasado mes de septiembre llegaron otras 160.000 kurdos, a los que, en breve, se espera puedan sumarse 200.000 más.



ban su brutalidad, cuando en 2010 tomó sus riendas Al Baghdadi, la organización retomó sus ataques en la región, se revitalizó y terminó por unirse, en 2013, a la rebelión contra el presidente sirio, Bachar al Asad, junto al frente al Nusra. En abril de ese año, el líder del ISI anunció la fusión de las milicias en Irak y Siria y las bautizó como Estado Islámico de Irak y el Levante (ISIS, por sus siglas en inglés) para, ocho meses después, dirigirlas esta vez contra Irak, aprovechando la profunda división política existente en el país entre el Gobierno de orientación chiíta y la minoría sunita.

**LA MILICIA EXTREMISTA ENCUENTRA EN LAS REDES SOCIALES LA MEJOR FORMA DE DAR A CONOCER SUS CRÍMENES**

Ayudados por los líderes tribales, los *yihadistas* lograron controlar Faluya, pero el verdadero golpe lo dieron el pasado mes de junio, cuando tomaron Mosul, la segunda ciudad más importante de Irak y continuaron su avance hacia la capital, Bagdad. A mediados de julio, cuando el grupo ya había consolidado su poder en docenas de localidades iraquíes, el ISIS declaró la creación de un califato y cambió su nombre al de Estado Islámico. Una milicia que, según las estimaciones, ya controla, al menos, 40.000 kilómetros cuadrados en Irak y Siria, casi la extensión de Bélgica. Aunque hay quien afirma que, en realidad, son cerca de 90.000, las dimensiones del Estado de Jordania. Ese territorio incluye las ciudades de Mosul, Tikrit, Faluya y Tal Afar en el suelo iraquí y Raqqa en el sirio, además de campos de petróleo, repre-

sas, carreteras y límites fronterizos. Así, al menos ocho millones de personas viven bajo el control parcial o total de EI, que ha implementado una estricta interpretación de la *sharia*, forzando a las mujeres a llevar velo, obligando a los no musulmanes a convertirse o a pagar un impuesto, e imponiendo castigos que incluyen ejecuciones.

**CAPACIDAD DE RESPUESTA**

Para lograr este imparable avance, Washington calcula que el grupo terrorista tiene alrededor de 15.000 milicianos activos. Sin embargo, el experto iraquí en seguridad Hisham al Hisham aseveró a principios del pasado mes de agosto que podrían ser entre 30.000 y 50.000 sus combatientes, de los cuales el 30 por ciento lucharían por convicción, mientras que el resto engrosarían sus filas por coerción de los líderes extremistas. Asimismo, se sabe que un considerable número de efectivos del EI no son ni iraquíes ni sirios. De hecho, la consultora Soufan, especializada en investigación y seguridad en Oriente Medio, estimó que unos 12.000 extranjeros integran este ejército del terror, incluyendo unos 2.500 provenientes de los países de Occidente que han viajado a Siria e Irak en los últimos tres años.

En cuanto al armamento del que dispone, la milicia cuenta con artillería pesada, ametralladoras, lanzadores de cohetes y baterías antiaéreas. En medio de su incursión militar, también se hizo con tanques de guerra y vehículos blindados de los ejércitos sirio e iraquí, habiendo asegurado este último que, además, tiene acceso al agente químico conocido como gas de clo-





La ofensiva aérea de Estados Unidos y sus aliados en Irak contra la milicia comenzó el pasado 8 de agosto, mientras que en Siria lo hizo el 23 de septiembre. A ella se unen las operaciones terrestres llevadas a cabo por el Ejército iraquí y sirio. Washington reconoce su sorpresa ante la capacidad de respuesta de la milicia, que ha demostrado tener armamento y seguidores suficientes para suponer una amenaza global. Además, parte de la comunidad musulmana ha mostrado su condena frente a los violentos métodos de los extremistas.

ro. Igualmente, ha logrado abastecerse constantemente de munición, lo que le permite tener armados a sus leales. De hecho, su poder de ataque en los recientes enfrentamientos con los *Peshmergas* (tropas kurdas) en el norte de Irak sorprendió a muchos, incluido el propio presidente de EEUU, Barack Obama, que llegó a asegurar que las agencias de inteligencia norteamericanas habían sobreestimado la capacidad de los efectivos nacionales en el país a la hora de enfrentarse a esta amenaza. Del mismo modo, el mandatario mantuvo que se había subestimado el poder de los terroristas en Siria, aseverando que este país se ha convertido en la *zona cero* para los *yihadistas*.

Por ello, una de las cuestiones clave en este asunto es saber de dónde procede la importante financiación con la que cuenta el grupo para poder sostener todo esto. Y es que, mientras es públicamente conocido que la campaña militar contra el EI emprendida por la Casa Blanca en territorio iraquí (en agosto) y sirio (en septiembre) podría llegar a costar a las arcas del país hasta casi 3.000 millones de euros por año -a lo que habría que sumar los gastos de sus aliados, como Francia e Inglaterra-, nadie sabe a ciencia cierta cuál es el capital del que disponen los extremistas. En este sentido, hay quien man-



### EL 'CALIFA'

Abu Bakr al-Baghdadi es el líder y autoproclamado *califa* del EI. Un doctor en estudios islámicos, nacido en 1971, bregado en los llamados grupos insurgentes que llegaron a Irak tras la caída de Saddam Husein. Firme defensor de la *sharia* (ley islámica) y la mano dura contra cualquier vestigio de contaminación occidental, aboga por aplastar a todo aquel, incluso dentro del Islam, que se desvíe de la ortodoxia por él marcada y no actúe según su dictado. Se trata de un terrorista que pasó de no ser lo suficientemente sanguinario para EEUU como para ser llevado a Guantánamo a que se haya puesto precio a su cabeza: más de diez millones de dólares.

tiene que ronda los 200.000 millones de euros en efectivo, lo que lo convertiría en el grupo insurgente más rico del mundo. Un apoyo que, al principio, llegaba de países árabes del Golfo Pérsico, como Qatar y Arabia Saudita y que, últimamente, se ha consolidado gracias a la venta de petróleo y gas de los campos que controla; los impuestos que recauda en su territorio; actividades ilícitas como extorsión, contrabando y secuestro; y el acceso al efectivo que se encontraba en los bancos de las principales ciudades iraquíes que tiene bajo su poder.

La amenaza del EI no solo se circunscribe a Irak y Siria, sino que se extiende por toda Europa sin excluir a España. Eso es lo que se desprende de la actividad de los terroristas en las redes sociales, su principal ventana hacia el mundo. Así, los expertos inciden en que el grupo ha señalado directamente al país como objetivo de futuros atentados, apuntando a sitios concretos como iglesias, ayuntamientos o comisarías. Y es que si hay algo que diferencia a la milicia de otros islamistas radicales es su gusto por las modas digitales. Un canal de comunicación que este *Ejército del terror* está haciendo suyo para, al igual que una empresa occidental, mostrar al mundo el balance periódico de sus horrores.

&gt; ENTREVISTA

**FERNANDO SAVATER** escritor y filósofo

# «EL DISCURSO CATALÁN ES UN TRUCO QUE CONVENCE A LAS MENTES SENCILLAS»

Para hablar de lo divino y de lo humano. De lo político y lo social, de Cataluña y del País Vasco, en un aula o en la barra de un bar... Filósofo y escritor, tertuliano ocasional y colaborador habitual de diversos medios de comunicación, **FERNANDO SAVATER** (San Sebastián, 1947) reflexiona ahora sobre los problemas a los que España y, sobre todo, los españoles han de hacer frente. Así, sin renunciar a un tono didáctico, en 'No te prives. Defensa de la ciudadanía' (Ariel) aboga por un concepto de ciudadanía «basada en la constitución del Estado de Derecho y no en identidades étnicas, culturales o ideológicas».

maría albilla **texto** elena buenavista **fotos**

## ¿Se puede enseñar a pensar sin adoctrinar a los ciudadanos?

El ser humano está *programado* para pensar, pero hay que saber orientar y argumentar, persuadir y ser persuadido, para eso sirve la educación. En cuanto a dar doctrina, depende de lo que se entienda por este término. Es bueno enseñar a un niño, por ejemplo, a que hay que lavarse las manos antes de comer. Eso es un caso de adoctrinamiento razonable.

### Me refiero al adoctrinamiento ideológico.

Bueno, también depende de lo que sea. Hay que educar a los ciudadanos en valores humanos, en igualdad, en repeler la violencia machista... Lo importante es que vaya acompañado de razones.

## ¿En Cataluña se adoctrina a la ciudadanía?

En Cataluña se ha dejado durante años que en el terreno de la educación y de la información haya un verdadero lavado de cerebro colectivo. Se ha llamado inmersión lingüística a lo que en realidad es inmersión nacionalista en el terreno educativo. En

esta última campaña de la Diada incluso el Colegio de Periodistas de Cataluña denunció que se estaba manipulando y que habían dejado de hacer una la-

bor informativa para hacer una de propaganda. Evidentemente, eso ha estado pasando durante mucho tiempo, pero al final les ha dado hasta un poco de vergüenza.

## Si la educación es la base de la ciudadanía, ¿por qué se recorta de un pilar básico y no se llega jamás a un pacto de Estado?

Esas son dos buenas preguntas, pero no te puedo dar las respuestas. Durante muchos años, hemos intentado buscar ese pacto, pero no se ha conseguido, como tampoco se ha logrado poner una financiación para la Educación al resguardo de los recortes y los vaivenes políticos. Por otro lado, la idea de una ética para la ciudadanía viene muy de lejos, pero siempre ha tropezado con tonterías como que va a ser la formación del espíritu nacional y la oposición de la Iglesia, que considera que los únicos valores deben ser los de la familia. Es su manera de controlar.

## ¿España no ha logrado ser un país laico?

No, porque tiene aún una serie de Concordatos con la Santa Sede que imponen una serie de restricciones. La presencia de la religión en la educación pública es escandalosa y anómala. Es como si dieran astrología. No tiene sentido. ¡Si hay hasta capellanes castrenses! Cosas pintorescas... Un verdadero laicismo hace que la ciudadanía no tenga condicionantes previos. Considerar que hay ciudadanos vascos, andaluces o catalanes y que las personas están determinadas por su lugar de nacimiento es una de las supersticiones que también combatiría el laicismo. El verdadero laicismo es que la singularidad que se defiende no es la de una ideología, religión o, mucho

menos, región, sino que son las personas las que pueden elegir un perfil propio. A partir de una ley común, cada uno debe elegir a quién se quiere parecer y de qué quiere disenter, o incluso si le apetece no parecerse a nadie.

## ¿Es tan mala la Lomce como algunos dicen?

Tiene cosas buenas y cosas malas. Lo peor de las leyes educativas es que se han sucedido pisándose unas a otras. Eso ha sido muy negativo. La supresión de la Educación para la Ciudadanía es errónea, la separación por géneros también... Pero está bien la exigencia de una lengua común en todas las autonomías, lo que es de sentido común. Esa idea de que tiene que haber perfiles educativos distintivos en las regiones como si se tratara de hacer seres humanos diferentes son disparates peores que la Lomce.

## «Piense usted como quiera y pueda, pero piense. Luego razone sus pensamientos con los demás para pensar mejor». ¿Esto es mejor llevarlo a cabo en un grupo de debate, en la barra de un bar o en twitter?

Twitter me coge un poco lejos... Esta red social está entre la lápida funeraria y el aforismo y por lo que veo no favorece mucho a la razón. Es como el vino. Hay a gente que le sienta bien y a otros mal y a muchos de los que conozco se les sube a la cabeza. Las barras de los bares son lugares estupendos para discutir. También las aulas y el entorno familiar... Estamos hechos para argumentar.

## En estos tiempos convulsos que vivimos, ¿es más necesaria que nunca la ética?

Los seres humanos deben reflexionar sobre su con-

«NO SE HA LOGRADO PONER UNA FINANCIACIÓN PARA LA EDUCACIÓN AL RESGUARDO DE LOS RECORTES Y LOS VAIVENES POLÍTICOS»

«LAS BARRAS DE LOS BARES SON LUGARES ESTUPENDOS PARA DISCUTIR»





«HOY NO HAY UNA PRESENCIA DE LA VIOLENCIA EN EL PAÍS VASCO COMO ANTES, PERO SÍ DE LOS MUCHOS BENEFICIOS QUE SE HAN OBTENIDO DE ELLA»

«EL SER HUMANO ES TODO LO MALO QUE LE DEJAN SER»

«CON UPYD BUSCÁBAMOS UN PARTIDO QUE FUERA LAICO Y DEFENDIERA LA INTEGRIDAD DE LA CIUDADANÍA»

ducta, sobre sus valores y la motivación de sus actos, pero de manera constante. No estamos programados para funcionar de una determinada manera, por eso tenemos que optar y justificar ante nosotros mismos y socialmente nuestras opciones.

**¿Las situaciones de crisis, como la actual, son un buen momento para la filosofía o es más tiempo para la acción?**

Hombre, la filosofía necesita un cierto distanciamiento de las cosas y, lógicamente, el momento de crisis, en el sentido de drama social, no permite esta distancia. Si, por ejemplo, uno quiere reflexionar sobre el fuego, es mejor no estar viviendo en un incendio porque si no tendrá los ojos llenos de humo. En los momentos críticos hay que tener capacidad de acción, pero no se debe tener siempre ese apremio nervioso porque entonces no se reflexiona sobre nada y se vive a golpe de grito y de escándalo.

**¿En la vida actual, de la que siempre se dice que es tan rápida, hay tiempo suficiente para la reflexión?**

¡Eso espero! Hay gente que, aunque viviera 99 años sentado en una silla sin hacer más, no reflexionaría nada. Tampoco es seguro que a alguien que tenga tiempo se le ocurran grandes cosas. Cuando no existía la televisión la gente apagaba la luz a las ocho de la tarde, rezaba el rosario y no hacía más. Nuestro tiempo tiene unos instrumentos prodigiosos de comunicación que ayudan a quienes son capaces de reflexionar.

**Reflexionemos sobre la corrupción política. ¿Es el reflejo del egoísmo del ser humano?**

Es un reflejo de que fallan los mecanismos de control del Estado. Es un problema político que tiene entre sus peores aristas la impunidad, la falta de control... Que haya gente que abuse de su puesto responde a que el ser humano es todo lo malo que le dejan ser, por eso es necesaria una legislación que no permita ciertas cosas y, sobre todo, que controle a los que están en ciertos cargos públicos.

**Argumenta que «el separatismo es una enfermedad oportunista que ataca a los cuerpos enfermos». ¿Cuál es el diagnóstico?**

Está claro. España es un país que lleva años en una situación de crisis económica con paro, corrupción, recortes sociales... En este contexto, a pesar de que Cataluña es probablemente la región de España peor administrada, los nacionalistas han sabido relanzarlos como si fueran problemas causados por el resto del país. Promulgan que para salvarse de la mala administración lo que deben hacer es independizarse. Es un truco que convence a las mentes sencillas.

**A miles de mentes sencillas...**

Yo creo que sí. El número no tiene que impresionar a las personas que piensan por sí mismas. Hace poco, en Madrid, miles de personas salieron a celebrar la beatificación de Álvaro Portillo. No digamos lo que hubiera sido si llega a venir el Papa Francisco... pero eso no quiere decir que yo me vaya a hacer del Opus ni católico.

**Pero también habrá que dar respuesta a esos ciudadanos.**

Claro, por eso algunos escribimos libros y artículos y queremos que los representantes públicos, además de aplicar las leyes, las expliquen. Quienes somos más intelectuales que políticos también intentamos aclarar las cosas y determinar qué es la ciudadanía, que las comunidades autónomas no son partes separadas del país... Una cosa es que culturalmente haya regiones y otra muy distinta es que haya ciudadanos vascos, catalanes o extremeños. Lo que hay es españoles porque son los Estados de Derecho y no el pueblo, ni las manifestaciones en la calle, o las etnias las que determinan esa ciudadanía.

**La maquinaria del Estado está totalmente engrasada y en pleno funcionamiento con el órdago catalán. Desde su punto de vista, ¿dónde cree que terminará el desafío independentista planteado por Artur Mas?**

Espero que la sensatez se imponga. Estamos en un Estado de Derecho en el que hay unas leyes y estas se tienen que cumplir. Yo espero que cargos públicos como Artur Mas acaten las normas, básicamente porque él es más representante del Estado español que tú y que yo, y es un cargo público que cobra del Estado, por lo que tiene ciertas obligaciones. Si hay que aplicar la ley, aunque sea más difícil, habrá que hacerlo. Esto es lo que sucedió en el País Vasco cuando se decidió ilegalizar al a mesa nacional de Batasuna y encarcelar a sus miembros. Aplicar la ley es siempre la mejor opción.

**¿Ve a Mas como un visionario de la política o como un kamikaze?**

Es una persona que ha empezado jugando con fuego y ha llegado a un punto en el que él ya solo controla en parte. Es eso que se dice de cabalgar al tigre, que al principio crees que tú llevas al animal donde quieres, pero luego te das cuenta de que es al revés y de que, encima, si te quieres bajar, te come.

**¿La reforma de la Constitución, es decir, repensar España, es la solución?**

Hay cosas que me parece muy interesante suprimir,



«TWITTER ESTÁ ENTRE LA LÁPIDA FUNERARIA Y EL AFORISMO Y, POR LO QUE VEO, NO FAVORECE MUCHO A LA RAZÓN»

«HAY GENTE QUE, AUNQUE VIVIERA 99 AÑOS SENTADO EN UNA SILLA, NO SERÍA CAPAZ DE REFLEXIONAR NADA»

«CATALUÑA ES PROBABLEMENTE LA REGIÓN DE ESPAÑA PEOR ADMINISTRADA»

como los derechos históricos, que son antilaicos y toda una antigualla. Otros aspectos relacionados con la Iglesia también vendrían bien revisarlos... pero lo que no se puede hacer es una modificación de la Carta Magna para que las reivindicaciones independentistas se blinden y se conviertan en una serie de excepciones incluidas y reconocidas en la Constitución. **Para usted, la derecha está vendida a los obispos y la izquierda a los nacionalismos. ¿Por avanzar por el camino de en medio se pensó UPyD?**

Nosotros lanzamos UPyD porque, en su momento, estábamos descontentos por cómo el Gobierno estaba gestionando el asunto nacionalista y cómo la derecha estaba llevando a cabo ciertos temas de conducta privada. Buscábamos un partido que fuera laico y defendiera la integridad de la ciudadanía. Y así lanzamos UPyD, que fue la verdadera ruptura del laicismo. Además, ni tuvimos tanto acceso a los medios de comunicación como hoy han tenido otros, ni el apoyo de los bancos. Pensaban que no había espacio para nosotros... y ahí estamos.

**¿Cómo ve que se abra a pactos con otras formaciones de cara a las próximas elecciones?**

UPyD tiene un perfil propio, pero nació de alguna manera en vista del éxito que había tenido Ciudadanos en Cataluña, que no olvidemos que fue anterior.



ya pelea. Hay quien lo que quiere es acabar con los ricos, y los demagogos logran apoyos con esto, cuando lo realmente complicado es acabar con los pobres.

**Dice que España es un país con poca formación política. ¿Es esta la causa de que se esté pasando de la apolítica a la antipolítica?**

Sí, sí. Claro. Los políticos ahora se presentan como si no fueran políticos. Es lo que venden. Se confía más en la impresión, en el impacto, y eso no denota una buena formación política.

**¿Quiénes son los malos y malditos en España?**

Malos hay muchos. Todos aquellos que se han aprovechado de la crisis económica y de una situación dura y difícil para muchos. Los empresarios que usan la flexibilidad para despedir gente.... Todos los que están abusando de los débiles y necesitados son malos. También lo son los que transmiten ideas de disgregación y separatismo y predicán desunión en un país que lo pasa mal. Los malditos son la raza a los que nadie quiere pertenecer. Los pobres, los inmigrantes, los que luchan por tener un lugar bajo el sol y son vistos con sospecha por los demás.

**¿En Europa también hay malos y malditos?**

Desgraciadamente los males del nacionalismo, de la xenofobia, del poner a los pueblos por encima de los ciudadanos es una cosa que está ocurriendo en toda Europa. Todos esperábamos que Europa nos curara de esos males, pero parece que la cosa no va por ahí.

**El nacionalismo catalán ha opacado en los últimos tiempos al del País Vasco, pero no hay que olvidar que ETA no ha depuesto de manera definitiva las armas y, sin embargo, ha llegado a las instituciones.**

Efectivamente. El PNV sabe que tiene muchos de los privilegios que quiere Cataluña, como una fiscalidad propia, que no quieren arriesgar. Por otro lado, los radicales ya ocupan una serie de posiciones gracias a la violencia porque es cierto que hoy no hay una presencia de ésta como antes, pero sí de los muchos beneficios que obtuvieron de ella, como ocupar cargos

a los que nunca hubieran llegado por otro camino.

**Hace apenas unos días vimos cómo dimitía el ministro de Justicia Alberto Ruiz-Gallardón, lo que me sugiere una doble pregunta. Por un lado, hasta qué punto los políticos pueden regular un tema como el aborto y, por otro, ¿por qué en España nunca dimite nadie?**

Los políticos son los que tienen el poder de legislar y hacer leyes sobre las pautas sociales. Ahora bien, las pueden hacer mejor o peor. Por eso debemos elegir políticos que nos hagan leyes buenas. En este caso, la reforma de la ley del aborto no ha gustado a la ciudadanía, entre la que me incluyo. Temas como el de la malformación del feto a mi me horrorizaban y la presión social, como se ha visto, sirve. En consecuencia, me parece bien que haya dimitido el ministro. Había convertido la ley casi en un proyecto propio y ha sido una actitud digna.

**Habla del gozo de leer y el riesgo de pensar. Entiendo**

**el placer por la lectura, pero, en la actualidad, ¿por qué es un riesgo pensar?**

Siempre lo ha sido. Más bien es el riesgo de expresar lo que uno piensa porque las ideas te pueden hacer caer mal, sobre todo en lo que Friedrich Nietzsche llamaba *calor de establo*. Allí, los disidentes mentales, los que sostienen actitudes que no comparte la mayoría aunque estén bien razonadas, no encuentran ni simpatías ni ayudas para poder expresarse. No hablemos ya en el País Vasco, donde la gente se ha jugado el cuello por esto.

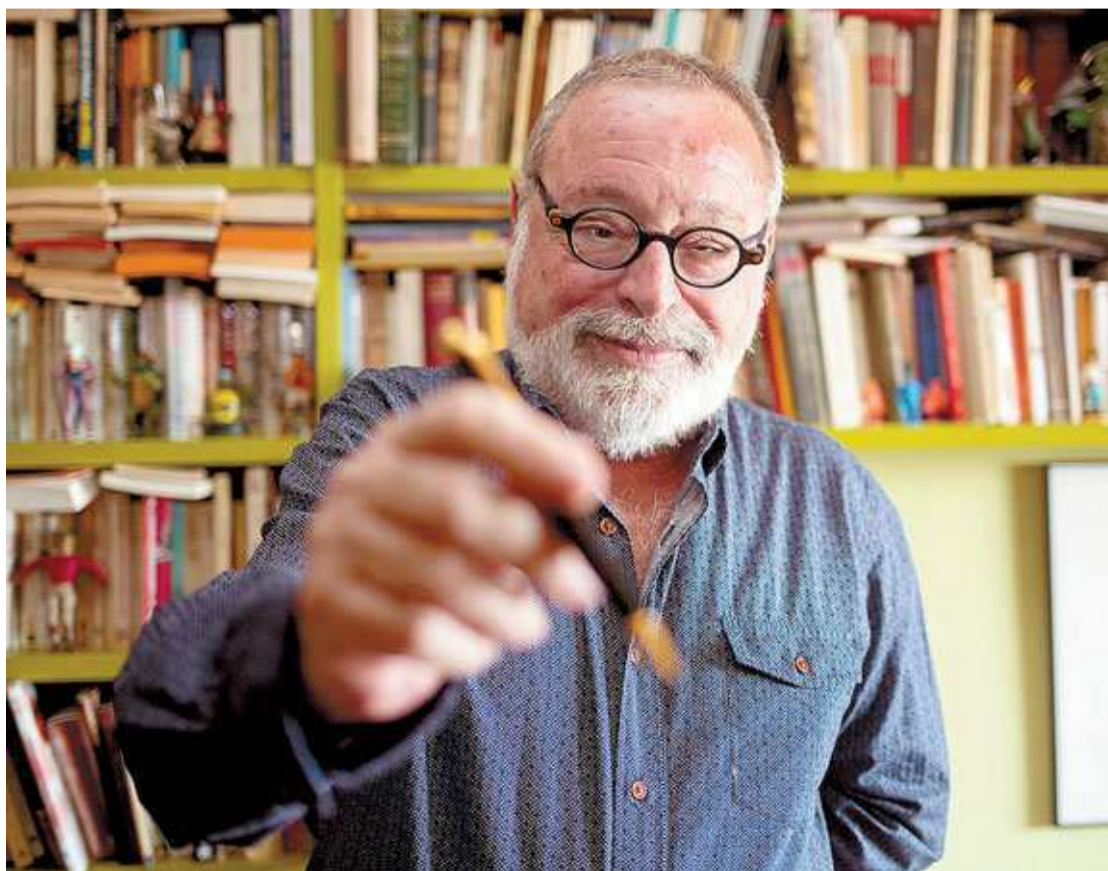
«HAY QUIEN LO QUE QUIERE ES ACABAR CON LOS RICOS, CUANDO LO REALMENTE COMPLICADO EN UN PAÍS ES ACABAR CON LOS POBRES»

«NO SE PUEDE HACER UNA REFORMA DE LA CONSTITUCIÓN PARA QUE SE BLINDEN LAS REIVINDICACIONES INDEPENDENTISTAS»

Algunos de los fundadores de UPyD habíamos estado apoyando a Ciudadanos, pero nosotros le dimos una complejidad ideológica mayor, más amplia, más social y con alcance nacional. Pero tienen muchas similitudes. En Cataluña el votante de UPyD es también el de Ciudadanos y hay sinergias entre ambos. No quiero hablar de fusiones, ni de confusiones, ni de la desaparición de ninguno, pero sí de participación en diferentes retos, como podrían haber sido en las elecciones europeas del pasado mes de mayo.

**Precisamente en las europeas irrumpió Podemos. ¿Se debe más a una necesidad política o a la desesperación ciudadana?**

Claro que se debe al malestar y a todos aquellos que se sienten a disgusto con las propuestas políticas establecidas pero, sobre todo, hay mucha tendencia a buscar cierto revanchismo social. La ciudadanía está enfadada y quiere castigar a los políticos que creen que lo han hecho mal aceptando ciertas ideas en vez de propuestas que verdaderamente cambien las cosas. El perfil de Podemos es populista, está relacionado con los regímenes políticos más fracasados de América Latina, como el de Venezuela, y ellos mismos instauraron un régimen bastante poco democrático desde la Facultad Políticas en la que empezaron. Pero de todo esto hay gente que ni se entera y otros que prefieren no enterarse porque sirve para que ha-





## ÉBOLA

# LA NUEVA HERIDA DE ÁFRICA

LA IMAGEN DEL ÉBOLA ES LA DE EL DOLOR Y LA DESESPERANZA. ES LA DE UN HOMBRE SEMIDESNUDO QUE SE ARRASTRA DESDE UNA PRECARIA AMBULANCIA PARA LLEGAR HASTA EL HOSPITAL. QUIENES LE VEN NO SE ATREVEN A TOCARLE, PERO LOS SANITARIOS NO DAN A BASTO CON EL TRABAJO. LOS PACIENTES HACEN COLA PARA SER ATENDIDOS DE UNA AGRESIVA ENFERMEDAD QUE SE HA COBRADO CASI 3.400 VIDAS DESDE QUE EN MARZO SE DESATARA EL BROTE EN LA FRONTERA

DE GUINEA, SIERRA LEONA Y LIBERIA. HOY, LA COMUNIDAD INTERNACIONAL TRABAJA PARA PONERLE FRENO.

maría albilla  
texto

Aquel día su única arma era su saliva. Tenía hambre y quiso escapar del centro de curación para buscar algo que llevarse a la boca. Aquel hombre permanecía en un hospital de Monrovia, en la capital de Liberia, en cuarentena ante su posible infección por el virus del ébola, y la falta de alimentos, un mal endémico en África, se unió a la desesperación. Armado con piedras se intentaba defender de la turba que lo perseguía amenazándoles con ese *arma biológica* en la que se ha convertido el virus del ébola...

El pánico a contraer esta infección es ya un temor mundial, más desde que la Organización Mundial de la Salud (OMS) declarara el brote como una emergencia pública sanitaria

internacional el pasado 8 de agosto. Guinea, Sierra Leona y Liberia son hasta ahora los países más afectados por la enfermedad, que se ha cobrado casi 3.400 vidas, entre ellas las de los religiosos españoles Miguel Pajares y Manuel García Viejo.

«En estos países la epidemia es más rápida de lo que pueden controlar las autoridades de salud. En la historia de 40 años del ébola ninguna epidemia fue tan grave, seria y compleja como ésta», declaraba la jefa de la Organización Mundial de la Salud, Margaret Chan. «Francamente, señoras y señores, esta crisis sanitaria a la que nos estamos enfrentando no tiene parangón en los tiempos modernos. No sabemos hasta dónde llegarán los números», reconocía otro de los líderes de la OMS. Y es que, el anterior brote de ébola que se regis-

tró en el Congo hace aproximadamente dos años se cobró la vida de 30 personas.

Los datos esconden tras de sí historias como la del principio. Aquel hombre desesperado fue reducido poco después de emprender su huida por el personal médico, que le llevó de nuevo al centro de aislamiento de la ciudad. Tras realizarle el test para el diagnóstico de la enfermedad se comprobó que no estaba infectado, pero su caso ejemplifica la angustia por la que está pasando la población de los países afectados en los que, al brote del ébola, hay que sumar las carencias sanitarias que se producen en el resto de los ámbitos debido a la insólita dimensión de esta epidemia.

La magnitud del actual brote vírico está sobrepasando tanto a los gobiernos locales como a los internacionales, que deben mover sus fichas para hacer frente a esta alarma mundial. Las promesas ya no sirven. Hay que pasar a la acción. La ONU y la OMS estimaban que la gravedad de la epidemia es tal que se requerirá una plan de aproximadamente 770 millones de euros, 10 veces más de lo calculado hasta ahora, para frenarlo, montante del que solo se tiene comprometido algo más de un 30 por ciento.

La alarmante necesidad de dinero no debe opacar, sin embargo, que también se necesitan manos que curen, bocas que alienten y ojos que consuelen con una simple mirada. Y es en este grupo en el que se incluyen perso-

## LOS PAÍSES AFECTADOS POR ESTE BROTE NECESITAN FONDOS PARA HACER HOSPITALES, LABORATORIOS Y, SOBRE TODO, MANOS QUE AYUDEN A CURAR

nas como Miriam Alía, una enfermera de Médicos Sin Fronteras (MSF), que ahora mismo estará trabajando en Dakar, Senegal. Miembro del grupo de Emergencias de la organización, lleva ya un tiempo involucrada con los casos de ébola, concretamente desde el brote en el Congo de 2012.

**EN PRIMERA PERSONA** «Estuve hasta finales del pasado mes de mayo en la República Centroafricana y, cuando volví, se necesitaba gente experta en ébola, así que surgió la opción de irme a Guinea, donde estuve en junio y julio». Por eso, nadie como Miriam para contar en primera persona lo que sucede sobre el terreno, para expresar lo que de verdad es el ébola.

Y sobre el *campo de batalla* lo que se ve es que faltan manos. Con esta epidemia, MSF ha llegado a su máximo nivel en la capacidad de llevar medios humanos y técnicos a los países afectados. «Por ejemplo, en Monrovia (capital de Liberia), hacen falta unas 1.200 camas y tenemos 200, también son necesarios laboratorios para analizar los test de diagnóstico y, por supuesto, personal», determina Miriam.

Las intervenciones de ébola son muy caras. Solo el traje de protección, que es de un solo uso, puede valer entre 25 y 30 euros y

## LA MIRADA DE LOS SUPERVIVIENTES



**LANSANA. SIERRA LEONA, CENTRO DE TRATAMIENTO DE KAILAHUN.** Es una foto para el recuerdo y una sonrisa que probablemente quedará para siempre grabada en la memoria del personal sanitario que se despide de Lansana. La joven, de 18 años, deja el centro de tratamiento de MSF Ébola en Kailahun curada. Ingresó junto con su madre, que también se recuperó con éxito. Una hora andando por la carretera las separa ya de casa.



**TAMBA JAMES. KAILAHUN. SIERRA LEONA.** Tamba James, 17 años, de la aldea de Badu, es un estudiante de secundaria. Tocó la piel de su tío, que poco después murió de ébola y dos días más tarde empezó a desarrollar los síntomas. Viajó 12 horas en mototaxi para poder recibir tratamiento.



**SIA BINTOU. GUECKEDOU, GUINEA.** Después de 10 días ingresada está inmunizada contra el virus y ya no lo contagiará, excepto a través de la lactancia materna. Por eso, el personal sanitario le explica la manera de utilizar la leche en polvo para su hijo de dos años.



**FINDA TENBEH. KAILAHUN. SIERRA LEONA.** Finda tiene 22 años y es una agricultora de la aldea de Gbondu. Llegó al Centro de Tratamiento el pasado 29 de junio y su cura fue un auténtico éxito para el personal porque fue el primer paciente que se recuperó de la enfermedad en este emplazamiento. El día 6 de julio, cuando le dieron el alta médica, salió del centro de aislamiento bailando, a pesar de la crudeza de su historia, ya que se sospecha que pudo contraer la enfermedad en el funeral de su marido. Precisamente, el sudor es una de las formas más comunes de infectarse.



**SAIDU. SIERRA LEONA.** Saidu es un trabajador que se contagió examinando a un paciente. Una vez recuperado, está deseando volver a reanudar su trabajo.



**IDRISSA. KAILAHUN, SIERRA LEONA.** Profesor de matemáticas de 23 años, acudió al centro con su hermano menor y su esposa. Los tres podrán contar en su aldea que se han curado, a pesar de las reticencias iniciales a trasladarse a este enclave. A punto de volver a casa, Idrissa asegura que a quien más ha echado de menos es a su hija y que les contará a sus alumnos la necesidad de acudir al médico.



en un centro pequeño con una veintena de camas, a lo mejor hacer 50 entradas al día.

Pero si algo hay en la *zona cero* de esta epidemia es compromiso. «Es impresionante el nivel de compromiso de los sanitarios nacionales, aún cuando han visto morir a un montón de compañeros tanto antes de saber que esto era una epidemia de ébola, como después. Su calidad técnica es, además, bastante buena», explica esta enfermera, que pasó de trabajar en la Unidad de Neonatos del Hospital Gregorio Marañón de Madrid a recorrer el mundo para prestar ayuda allá donde más necesaria sea.

El ébola se ha convertido en la enfermedad del miedo. Durante 21 días puede permanecer silente haciéndose fuerte en el organismo y los pacientes temen el momento de recibir el resultado del test que evidenciará su enfermedad. Saben que es grave y que el estigma les perseguirá en muchos casos el resto de su vida. Han visto morir a sus vecinos y también a sus familiares, pero esta percepción no es igual para todos.

«En realidad, cuando estás allí, no sientes el peligro que supone este virus. Evidentemente, tomamos muchísimas medidas de precaución, pero lo que se siente es, sobre todo, impotencia porque tienes muchos pacientes a los que te gustaría dar mejores cuidados, pero no puedes», añade Miriam. A veces, ni siquiera se puede admitir a todos los enfermos que hay en la puerta de los hospitales de campaña porque no hay sitio dentro de estos improvisados centros. «Eso sí te crea sensación de incapacidad y rabia y se convierte en algo mucho más fuerte que el miedo».

Alía irradia energía y lleva en la voz el optimismo, pero también acumula recuerdos duros fruto de su experiencia en Emergencias. «Me viene a la memoria un pueblo en

Guinea de unos 250 habitantes en el que 25 contrajeron la enfermedad. De ellos, una veintena falleció y, se dieron varios casos dentro de una misma familia que son muestra de lo destructivo de este microorganismo. Evidentemente, todos esos casos te *tocan*, pero no nos podemos quedar ahí. Es mucho mejor pensar en todos aquellos que salen adelante».

**UNA MUERTE DIGNA** Los pacientes pueden llegar a los hospitales por su propio pie o bien en unas rudimentarias ambulancias de las que a duras penas pueden bajar sin ayuda. Pese a la penuria de algunas de estas situaciones, luego reciben el mejor cuidado posible. Tal vez mueran, «pero si esto sucede que sea en una situación de dignidad, que estén limpios y bien cuidados. Estamos ante una enfermedad muy agresiva y, si estas personas estuvieran en su casa morirían con mucho dolor y en condiciones muy tristes porque estarían solos o contagiando a otros miembros de su familia».

Reforzar el sistema defensivo y tratar de forma preventiva todas las posibles complicaciones derivadas de los síntomas, como hidratar al paciente para evitar la pérdida de líquidos excesiva a través de los vómitos o la diarrea es el procedimiento a seguir. También se aporta tratamiento nutricional adaptado, antibiótico, vitaminas y se intenta frenar el dolor. Además, se realiza apoyo psicosocial al paciente y la familia, ya que, con precaución, no tienen que pasar solos el trance. Hoy por hoy, extremar las medidas higiénicas es una de las pocas formas de prevención que hay para no contraer la nociva patología.

«No quiero hablar más de historias tris-

1	2	3
		4 5

1 Labores de ampliación del centro de Kailahun, en Sierra Leona. FOTO: Joffrey Monier

2 Una paciente con evidentes signos de debilidad llega al centro de Kailahun para someterse al test de diagnóstico. FOTO: Sylvain Cherkaoui

3 Los enfermeros reciben la comida que llevarán a los pacientes. FOTO: Joffrey Monier

4 Las labores de prevención de la enfermedad son vitales en los centros de aislamiento, donde todos los elementos deben ser desinfectados. FOTO: Reuters

5 Los trajes de los médicos son de plástico y dan mucho calor. FOTO: Reuters

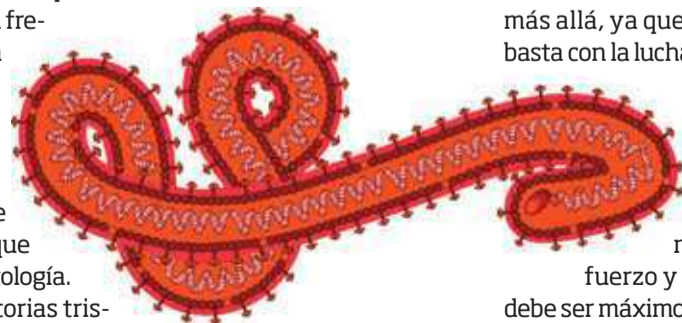
tes, hay demasiadas. Yo prefiero quedarme con los casos de mujeres embarazadas que han sobrevivido al ébola, ya que es la primera vez que se dan casos de este tipo. Los niños también tienen mayor índice de mortalidad y, para mi, los que salen adelante, son verdaderos héroes», añade la enfermera, que destaca que los momentos más felices que ha vivido en los últimos meses son cuando un paciente se cura y recibe el certificado que lo acredita. Entonces, alguien del equipo les acompaña a casa y «verles salir del centro curados, absolutamente limpios y con ropa nueva... es siempre emocionante».

Mientras en Guinea, Sierra Leona y Liberia se trabaja a destajo para intentar frenar a este letal virus, los laboratorios investigan a contrarreloj un remedio, después de que se haya agotado el suero de ZMapp en el que se habían puesto todas las esperanzas de los enfermos. De hecho, el laboratorio tardará varios meses en reponerlo.

En la actualidad, la farmacéutica GlaxoSmithKline ha iniciado los ensayos clínicos de una de sus vacunas y por el mismo camino avanza una de la biotecnológica NewLink Genetics, pero al menos hasta el año próximo no estarán preparadas para su uso masivo. Mientras tanto, solo el trabajo de personas como Miriam Alía podrá hacer algo para luchar contra la enfermedad, cuyas aristas van más allá, ya que en los países afectados no basta con la lucha contra el ébola.

Los servicios sanitarios están tan colapsados que ahora la gente se muere de malaria, diarrea, sarampión o de las complicaciones de un parto. Por eso el esfuerzo y la implicación internacional debe ser máximo.

debe ser máximo.





## LAS CLAVES

### QUÉ ES Y SUS SÍNTOMAS

Se le llama también fiebre hemorrágica del ébola y es una alteración vírica grave que presenta fiebre, debilidad y dolor muscular de cabeza y de garganta. Según avanza aparecen vómitos, diarrea, erupciones cutáneas y, en algunos casos, hemorragias internas y externas. A veces se confunde con la malaria.

### ¿CÓMO SE TRANSMITE?

El período de incubación va de los dos a los 21 días dependiendo del curso en el paciente, que se puede contagiar por contacto con la sangre, secreciones, órganos u otros líquidos corporales de personas infectadas. Los rituales funerarios en los que se tocan los cadáveres son otro foco importante de contagio.

### DE DÓNDE VIENE

El virus llega a los humanos a través de los animales. El reservorio natural del mismo es el murciélago de la fruta y también, de manera accidental, algunos primates. Su denominación viene porque se detectó por primera vez en una aldea cercana al río Ébola, en la República Democrática del Congo.

### TASA DE LETALIDAD

La tasa de letalidad del ébola varía de la virulencia del brote y puede ir del 25 al 90 por ciento. Según los últimos datos de la OMS, en la actualidad se sitúa en el 51 por ciento de media, ya que varía dependiendo de países. Por ejemplo, en Sierra Leona está en el 41 por ciento y en Guinea la cifra se incrementa hasta el 66.

### ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Los síntomas pueden confundirse con el paludismo, la malaria u otras fiebres de tipo hemorrágico, por lo que es necesario realizar pruebas de laboratorio que llevan varias horas a través del aislamiento del virus mediante cultivo celular, una prueba de tipo Elisa o una de detección de antígenos entre otros test.



**ARTESANÍA CON CORAZÓN**  
**CASTILLA-LA MANCHA**

XXXIV Feria de Artesanía de Castilla-La Mancha

Del 3 al 12 de octubre - **Palacio de Congresos de Toledo**

**Convento de Santa Fe**

**Jardines exteriores del Convento de Santa Fe**

Colabora:



DIPUTACIÓN DE GUADALAJARA



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA



DIPUTACIÓN DE ALBACETE



DIPUTACIÓN DE CIUDAD REAL



DIPUTACIÓN DE TOLEDO

Organiza:



**Castilla-La Mancha**

EL GRECO 2014





## SELVA DE IRATI

# PARAÍSO DE OTOÑO

TESORO NATURAL DE ENORME VALOR ECOLÓGICO, ESTE GIGANTE BOSCO, UNO DE LOS MÁS EXTENSOS Y MEJOR CONSERVADOS DE EUROPA, ES TODO UN ENCLAVE DE ENSUEÑO. PLAGADO DE HAYEDOS, PASTIZALES, ABETOS Y RÍOS DE AGUAS CRISTALINAS, EL MANTO DE COLORES NARANJAS, OCRES Y DORADOS QUE LO CUBRE ALCANZA DESPUÉS DEL VERANO SU CENIT DE BELLEZA.

maricruz  
sánchez  
texto

**A**dentrase en la grandiosa Selva de Irati en plena temporada otoñal, dejando que la imaginación flote sobre su espectacular manto de hayas y abetos, puede ser la excusa perfecta para vivir una aventura capaz de sumergir al visitante en la inmensidad de un paraíso de tonos ocres, dorados y naranjas. Emplazado en territorio navarro, en la cabecera del río que le da nombre, entre los valles de Aezkoa, Salazar, Zuberoa y Cize, las 17.195 hectáreas que integran este gigante boscoso hacen de él el segundo más extenso, de mayor ri-

queza medioambiental y mejor conservado de toda Europa, después de la Selva Negra de Alemania. Y es que, pese a la explotación forestal que ha sufrido de la mano del hombre, este lugar ha logrado mantener con el paso de los siglos ese encanto natural que lo hizo merecedor de convertirse en escenario de todo tipo de leyendas fantásticas, en gran parte por sus impresionantes paisajes.

Irati es, en sí mismo, un enorme almacén de agua, oxígeno, madera y pastos. Tanto que, más que como un bosque, se lo conoce por el apelativo de Selva, con dos de sus zonas mejor conservadas declaradas Reserva Integral de Lizaroia



y Reserva Natural de Mendilatz. La primera de ellas se sitúa en la cara norte de la loma Kontrasario. Mientras, la segunda cuenta con un hayedo que se alza sobre un suelo kárstico.

Ambas representan, por los incontables rincones perdidos que albergan en sus espesuras arboladas o en sus luminosos pastizales, un inmejorable hábitat para un gran número de especies, entre las que destaca la gran variedad de aves: pinzones petirrojos, carboneros, pitonegros, picadorsiblanco (allí reside más del 60 por ciento de la población total de toda la Península), quebrantahuesos y trepadores azules. De igual forma, este singular enclave acoge, en los ríos Urbeltza y Urtxuria, especies como la trucha, el desmán del Pirineo y la rana pirenaica y alberga, además, una cuantiosa colonia de mamíferos, sobre todo ciervos, jabalíes, zorros y corzos, estos últimos protagonistas en el período otoñal por la berrea con la que intentan conquistar a las hembras en celo.

El monte de la Cuestión/Zabaleta y el pico de Ori figuran entre las cimas más famosas de Irati. El primero, situado al este del pantano de Irabia, era muy apreciado en el pasado por la riqueza de su hayedo abetal, que facilitaba la

**LOS INCONTABLES RINCONES PERDIDOS DE IRATI, CON SU RICA Y VARIADA FLORA, SON EL HÁBITAT DE NUMEROSOS MAMÍFEROS Y AVES**

explotación de la madera. Una materia prima que, en concreto, se utilizó en la construcción del Palacio de Olite, la catedral de Tudela y los mástiles de la Armada Invencible. Para su complicado transporte, teniendo en cuenta las tecnologías existentes

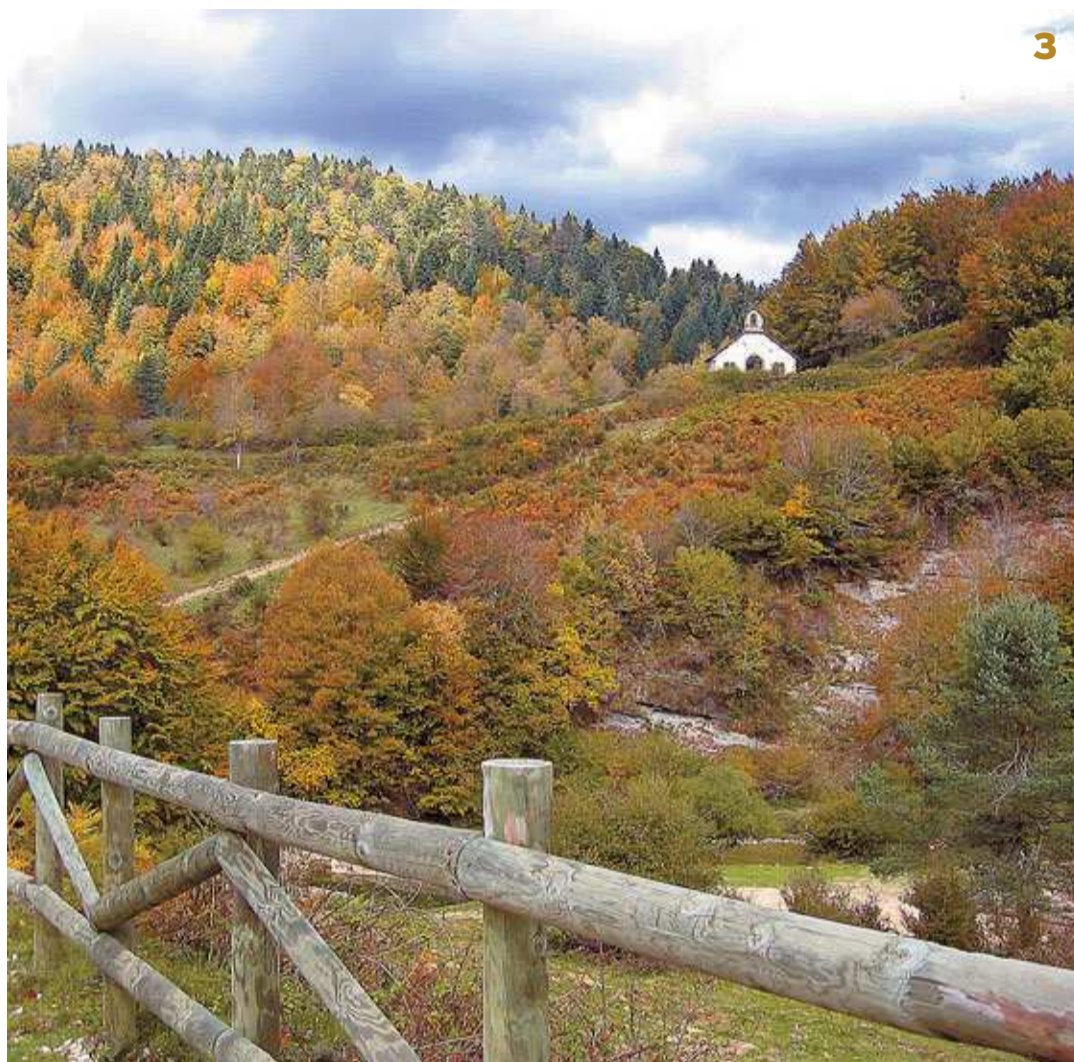
en la época, se utilizó un sistema de almadías y cables. Por su parte, el pico de Ori (2.021 metros), que marca el límite oriental de la Selva, justo en la frontera con Francia, es conocido por ser el *dosmil* más occidental del Pirineo.

**LA PRESENCIA DEL AGUA** Además de su encanto natural, esta enorme masa forestal navarra cuenta con otros enclaves de interés en los que ha intervenido la mano del hombre. Así, en pleno corazón del bosque, cerca de la frontera con Francia, se encuentra el

embalse de Irabia. Construido en 1922 para producir electricidad y regular el caudal del río Irati, fue posteriormente ampliado en varias ocasiones. Recoge el agua de las regatas Egurgio, Kontrasario e Irati, y tiene capacidad para almacenar 14 hectómetros cúbicos.

A través de un mirador interpretativo situado en dicho paraje, se puede contemplar la gran variedad cromática que salpica la vegetación del lugar. Del mismo modo, hay otros puntos de observación del paisaje con mesetas panorámicas en el paso de Tapla y en Pikatua.





**1.** Una de las estampas más hermosas de la zona la ofrece el manto de colores naranjas y dorados que cubre los pastos del bosque tras la caída de la hoja. **2.** Restos de las bóvedas de la antigua fábrica de armas de Orbaizeta. **3.** En el corazón de la Selva, cerca del embalse de Irabia, se encuentra la ermita de la Virgen de las Nieves.

## El reino del 'Boletus Edulis'

La Selva de Irati brinda al visitante multitud de sensaciones: el encuentro a solas con la naturaleza, el rumor salvaje del agua entre las hayas y los abetos, el frescor del río Irati o del embalse de Irabia, el sonido huidizo de los animales y las hojas que colorean sus caminos, el olor a los frutos del bosque y la suavidad del manto de hierba que cubre esta joya de los Pirineos. Por ello, visitar este enclave, especialmente en otoño, es una de las escapadas más recomendables de la temporada. Y más si se es aficionado a la micología, porque este paraíso cuenta entre sus *pobladores* con uno de los tipos de setas más

apreciados y con mayor valor gastronómico que existen, el *Boletus Edulis*. Este comparte protagonismo con otras muchas especies, entre las que predominan las amanitas. Además, para disfrutar del enclave existe toda una red de senderos practicables y bien señalizados de hasta 20 kilómetros de longitud y de diferentes niveles de dificultad que atraviesan sus puntos de interés. Las oficinas de turismo de la zona disponen de folletos con información más detallada de los distintos caminos. También se pueden consultar las sugerencias de visitas en la web [www.irati.org](http://www.irati.org).



Es muy recomendable pasear por las orillas del embalse, bien siguiendo la pista que alcanza el punto de encuentro de los ríos Urbeltza y Urtxuria, o bien por un sendero que nace al otro lado de la presa. A unos 20 kilómetros al norte de Ochagavía, en un claro de Irati, se levanta la ermita de la Virgen de las Nieves. A ella se puede acceder, caminando en su último tramo, a través de una carretera que atraviesa la Sierra de Abodi y llega hasta un aparcamiento. A unos 500 metros de allí hay unas cascadas conocidas como El Cubo o Itsuosin. Asimismo, al lado de la ermita se

encuentran las ruinas de las Casas de Irati o Casas del Rey, donde tuvieron su residencia los guardias del bosque, y en las que hay un punto de información al visitante.

Otro de los grandes atractivos de Irati son los restos de la antigua fábrica de armas de Orbaizeta, construida durante el reinado de Carlos III a orillas del río Legarza, en un lugar en el que, en la época medieval, existía una ferrería. Su localización en ese preciso punto se eligió por la proximidad de los yacimientos de hierro, plata y plomo, así como la abundancia de leña y agua en la zo-

na. La edificación fue objeto de diversos saqueos e incendios debido a la cercanía de la frontera gala y, en 1873, cerró sus puertas definitivamente, dejando sus bóvedas, hoy cubiertas de maleza, como uno de sus rincones más misteriosos.

Pensando en la comodidad y el disfrute de los muchos viajeros que eligen este enclave para hacer una escapada, el bosque cuenta con cinco merenderos en los que poder parar a tomar un refrigerio disfrutando del paisaje. El más grande es el de Arrazola, que se sitúa justo a la entrada y dispone de dos áreas diferenciadas con mesas, fogones y un amplio aparcamiento. El segundo está cerca de la ermita de la Virgen de las Nieves, en dirección al embalse de Irabia. Los otros tres son el de Koixta, entre la ermita y la estación de esquí de fondo; el de Olazar, a tres kilómetros de la fábrica de armas; y el de Pikatua, en el centro de esquí nórdico.

Al oeste de la Selva se puede visitar también la estación megalítica de Azpegui, compuesta por varios dólmenes de piedra colocados en círculo, y la torre romana de Urkulu, de la que las crónicas históricas cuentan que fue levantada para conmemorar la incorporación de la Galia e Hispania al Imperio Romano.

El viaje se completaría con el recorrido por los numerosos pueblos cargados de riqueza arquitectónica de la zona en los que, además de contemplar sus monumentos, se pueden degustar alimentos autóctonos como quesos, embutidos, carnes y productos micológicos.

**ESCONDIDO EN PLENO  
CORAZÓN DEL BOSQUE,  
CERCA DE LA FRONTERA  
CON FRANCIA, SE  
ENCUENTRA  
EL EMBALSE DE IRABIA**



## &gt; NOVEDADES DE OTOÑO

**UN SUTIL TOQUE DE SAL PARA ALEGRAR LOS PLATOS DE TEMPORADA**

La Chinata, maestros oleícolas desde 1932, presenta tres novedosas sales en escamas para disfrutar de los platos más exquisitos de la temporada: con azafrán -ideal para utilizarse en guisos de carne o pescado, salsas e incluso postres-; con trufa -perfecta para maridar con huevos, pasta o ensaladas; y ahumada -especialmente indicada para aderezar asados, salmón y sopas-.

**EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA ECOLÓGICO, EN LO MÁS ALTO DEL PALMARÉS**

Los aceites de oliva virgen extra 100% ecológicos Cortijo de Suerte Alta están firmando una excelente campaña 2014. Prueba de ello son los numerosos reconocimientos que han ido obteniendo en los diversos certámenes celebrados dentro y fuera de España. Unos premios que certifican la calidad de las dos variedades de este producto que produce la almazara cordobesa (Picual y Coupage) y que los sitúan en el podio de los mejores del mundo.

**NATURALMENTE DELICIOSO**

**LOS ALIMENTOS FRESCOS SON LA MAYOR FUENTE DE BIENESTAR Y SALUD PARA EL HOMBRE. POR ESO, LA DIETISTA MAITE ZUDAIRE Y LA EXPERTA EN COCINA MACROBIÓTICA TINA ASENSIO HAN PUESTO TODO SU EMPEÑO EN SACARLES EL MÁXIMO PARTIDO EN 'RECETAS PARA CUIDAR EL CUERPO Y EL ALMA' (NOW BOOKS). UN CENTENAR DE CONSEJOS PARA SENTIRSE MEJOR CON CADA BOCADO.**



**A**unque alimentarse es un acto cotidiano, no debe terminar nunca siendo algo inconsciente. Esa premisa la tienen muy clara las abuelas y las madres, cuyas cestas *para ir al mercado* siempre están llenas de alimentos frescos como verduras, frutas, carnes y pescados. Pero, el estrés y las prisas llenan cada vez más muchos carros de la compra de productos precocinados, por su comodidad de preparación y por la disponibilidad que ofrecen en cualquier momento del año. Por ello, hay que ser conscientes de que, al margen de sus ventajas, este tipo de comida suele contener cócteles, en ocasiones abusivos, de aditivos y demás químicos cuyas consecuencias para la salud a largo plazo se desconocen.

La diferencia entre una buena receta y la misma, pero con un *plus* saludable, puede residir tanto en la elección de productos

más naturales y menos procesados, como en el modo en que se cocinan. Las maneras suaves de elaborar un plato, esto es, menos agresivas tanto para el alimento como para el organismo -como el vapor, los salteados cortos, los hervidos, la presión, los estofados y los guisos con abundantes vegetales y la mínima cantidad de aceite a fuego bajo, la cocción con fondo de agua, la germinación y la fermentación, - son las mejores para transformarlo y potenciar sus propiedades nutritivas y energéticas.

**SOSTENIBILIDAD** Para aclarar estas y otras muchas cuestiones relativas al bienestar culina-

rio, la dietista Maite Zudaire y la experta en cocina macrobiótica Tina Asensio han aglutinado todos sus conocimientos sobre la materia en el libro *Recetas para curar el cuerpo y el alma* (Now Books), porque la sostenibilidad no solo comprende la producción, transformación y venta de la comida de un modo respetuoso y cuidadoso con el medio ambiente y la cultura de cada país, sino que también debe basarse en el equilibrio nutricional, dejando de lado los excesos alimentarios que imperan hoy en día en las sociedades más desarrolladas.

Así, a Zudaire le fascina saber más sobre los productos frescos desde la curiosidad científica y el gusto por lo cotidiano. Su último reto es la especialización en el tratamiento de las intolerancias alimentarias, que le reporta la satisfacción de saber ayudar a las personas a recuperar su salud.

Por su parte, Asensio, que ha viajado y cocinado por varios países europeos, es ahora chef y gerente del Restaurante Vegano Baratzka Kafea, en Pamplona, y dirige la Escuela Macrobiótica del País Vasco.

*Recetas para curar el cuerpo y el alma* está dividido en medio centenar de capítulos, que tratan temas como la relajación, el equilibrio, la alegría, la digestión... y que incluyen una introducción explicativa y una receta sana y sencilla para cada uno de ellos. «Nuestro objetivo al emprender esta aventura es muy sano y sincero. Nos gustaría acercar al lector una alimentación saludable, deliciosa, natural, divertida, integral y más vegetal, donde prime lo ecológico y lo local», concluyen las autoras.





### UN ALMUERZO EN EL CAMPO CON MÁS ESTILO QUE NUNCA

Cinco Jotas, marca legendaria con más de 130 años de experiencia elaborando Jamón de Bellota 100% Ibérico, propone un nuevo pack en formato de cesta *picnic* que incluye 26 sobres loncheados de 80 gramos cada uno, un paquete de taquitos, otro de huesos y un paño ideal para disfrutar en familia de una tarde otoñal en el campo. Las lonchas están cortadas a mano, una a una, por maestros cortadores.

### UN DECANTADOR DE DISEÑO QUE ESTIMULA LOS SENTIDOS

La escuela de verano *AA Visiting School* de la Architectural Association de Londres, celebrada en Barcelona a finales del pasado mes de septiembre, sirvió como marco para presentar un decantador realizado en DuPont Corian específicamente diseñado para estimular los sentidos en relación al vino e intensificar su sabor antes de paladearlo. Un original modelo en el que los caldos recorren la superficie fresada con un patrón hasta llegar a la copa.



## PARA RELAJARTE: VERDURAS NARANJAS AL LIMÓN

### INGREDIENTES PARA TRES RACIONES:

250 gramos de calabaza cortada en trozos grandes, dos zanahorias partidas con el método rodado (deben quedar pedazos con formas geométricas de tamaño similar), media cucharadita de ralladura de limón, un chorro de agua, una pizca de sal marina y unas ramitas de cebollino.



### ELABORACIÓN:

Verter en una cazuela con un dedo de agua y una pizca de sal las verduras en capas: primero la zanahoria y después la calabaza. Espolvorear la ralladura del limón por encima y salpimentar. Sin remover, dejar cocer unos 25 minutos a fuego medio-bajo. Así, las verduras quedarán bien cocinadas pero sin deshacerse y el líquido se habrá evaporado. Este método de elaboración potencia y concentra el sabor de los productos naturales. Para servir, se puede mantener la forma de los pedazos cortados o hacer una crema con ellos y decorarla con un poquito de cebollino picado.

## ACTIVA TU MENTE: ARROZ TIBIO CON VEGETALES Y SETAS

### INGREDIENTES PARA DOS RACIONES:

Un vaso de arroz integral largo, media taza de guisantes frescos, una cebolla cortada en dados pequeños, media docena de setas shiitake, una cucharada sopera de maíz, una cucharadita de salsa de soja, sal marina y un poquito de perejil.

### ELABORACIÓN:

Lavar el arroz y ponerlo a cocer en una cazuela con agua fría. Agregar una cucharadita de sal y, cuando empiece a hervir, dejar que se cocine a fuego mínimo durante unos 50 minutos hasta que no quede ni gota de caldo. Mientras, en un cazo aparte, cocer los guisantes durante diez minutos y dejarlos enfriar para que no pierdan su color verde. Poner aceite en una sartén y saltear la cebolla con una pizca de sal. A los diez minutos, añadir las setas y la salsa de soja y rehogar. Por último, agregar los guisantes y el maíz. Mezclar el arroz con las verduras y decorar el plato con perejil fresco bien picado.



## DEJAR DE FUMAR: INFUSIÓN DE MELISA, TILA Y SALVIA

### INGREDIENTES:

Cuatro cucharadas de melisa, cuatro cucharadas de tila y dos cucharadas de salvia, todo bien picado. Mezclar las plantas y guardarlas secas en un tarro de cristal con tapa hermética. Lo recomendable es preparar la infusión justo antes de tomarla para que no pierda sus propiedades.



### ELABORACIÓN:

Poner tres cucharaditas de la mezcla previamente hecha de las plantas secas en una taza o un vaso y verter encima agua caliente (no tiene que estar hirviendo). Tapar el recipiente y dejar infusionar el caldo unos tres minutos. Transcurrido ese tiempo, colar las plantas y tomar la mezcla preferiblemente caliente y sin añadirle azúcar, porque edulcorarla provoca el efecto contrario al deseado. Esta bebida ayuda a controlar los nervios en los primeros días de abstinencia del tabaco. Así, además de relajar, favorece la eliminación de líquidos y contribuye a depurar de forma saludable el organismo.

## EL VINO

### PETIT PITTACUM TERRAS GAUDA 2013

El Grupo Terras Gauda inició su trayectoria con una idea clara: crear vinos con personalidad que, sin renunciar del carácter que le imprime la variedad Mencía, la zona o el clima, lleven el sello de las obras únicas. Y, con esa filosofía, nace ahora el Petit Pittacum 2013. Un caldo elaborado con uvas procedentes de pequeñas parcelas de viejos viñedos centenarios, distribuidos en las faldas del cinturón montañoso que compone el Bierzo vitícola. Las cepas están ubicadas en suelos arcillosos más frescos cultivados sobre empinadas laderas, que reflejan un marcado carácter Atlántico.

### Cata:

Se trata de un vino de escasa complejidad en el que está muy presente la variedad. Destaca por su buen grado de acidez y su aromático cuerpo. Es un caldo muy coloreado, con nariz elegante y frutos rojos. De boca fluida y jugosa, tiene también toques amaderados.

### Maridaje:

Es ideal para acompañar carnes rojas a la plancha, cordero, pastas y setas. Servir a entre 16 y 18°.



# APPLE LLEGA A TU MUÑECA

## APPLE WATCH

A pesar de que Apple había anunciado a bombo y platillo que su presentación del pasado septiembre tendría como protagonista a su nuevo iPhone (que, finalmente, fueron dos), quizás lo más novedoso del acto fue la puesta de largo del tan esperado reloj inteligente, que se llama Apple Watch.

La llegada de este dispositivo tiene dos parcelas que le hacen más destacable. Por un lado, que la compañía llevaba meses dejando que las especulaciones sobre este gadget ocuparan la rumorología en el ámbito tecnológico. Por el otro, que se trata de la primera vez en cuatro años que la firma ingresa en un nuevo mercado de producto, tras la presentación de su tableta, el iPad.

A pesar de que muchos esperaban que se llamase iWatch (por eso de seguir con las tradiciones), Tim Cook sorprendió con una denominación muy sencilla, aunque el reloj en sí no lo sea.

Realmente, este aparato asume varias funciones de un smartphone y otras de entrenador personal que con-

trolará tu actividad diaria.

Habrán tres versiones diferentes y dos tamaños distintos (de 38 y 42 milímetros de altura), diseñados según el uso que se le vaya a dar.

Por un lado, está el Apple Watch que traerá una correa de acero inoxidable



ble con cierre magnético en dos colores (plata o negro) y cristal de zafiro. Por otro, el Apple Watch Sport, destinado a la durabilidad que incorpora un cristal externo más resistente y fácilmente intercambiable, además de correas deportivas. Y, por último el Apple

Watch Edition, que está bañado en oro de 18 quilates y está disponible en tres tonos. Además, existen más de 60 correas personalizables.

La pantalla en todos los modelos es cuadrada con puntas redondeadas y puede ser manejada con una rueda giratoria ubicada en un lateral que asume la función del típico botón de inicio del iPhone.

También incluye cuatro sensores para medir la frecuencia cardíaca y posee GPS, conexión bluetooth y WiFi.

Cuenta con dos aplicaciones por defecto: Workout, que se enfoca a personas con alto rendimiento físico, y Activity, que medirá la actividad diaria, incluso llegando a avisarte de si estás durmiendo demasiado.

A pesar de que tiene varias opciones propias, también está vinculado al iPhone, al que se conecta por WiFi y gracias al que podremos leer nuestro correo o los whatsapp.

La gran incógnita es saber cuánto durará su batería, pero esta duda se podrá conocer a comienzos de 2015, que es cuando está previsto que salga a la venta a un precio aproximado de 350 euros.



## LA POLÉMICA SE LLAMA IPHONE 6

### APPLE IPHONE 6 / IPHONE 6 PLUS

Era el lanzamiento más esperado en la conferencia de Apple de septiembre y también uno de los que más controversias generó. La compañía presentó su nueva actualización de smartphones y lo hizo a lo grande, y nunca mejor dicho, con el iPhone 6 y el iPhone 6 Plus, dos terminales con un importante aumento de pantalla (4,7 y 5,5 respectivamente), pero con la mejor calidad vista hasta la fecha.

Los más puristas recordaron las palabras del gurú de la firma, el fallecido Steve Jobs, quien en 2010 sentenció que «nadie quiere una pantalla grande» y manifestó su deseo de que no se produjeran terminales de más de cinco pulgadas. Por eso, muchos ven en el iPhone 6 Plus una traición a los principios inculcados por el fundador de la empresa de la manzana, además



de considerar una monstruosidad un terminal de 5,5.

Para colmo, los terminales se doblan, pero solo si se ejerce una presión sobre cuatro puntos concretos, lo que ha desatado aún más las críticas de los usuarios y, de hecho, ya son varios los teléfonos que se han devuelto por esta razón. Además, y como cúmulo de despropósitos, Apple ha tenido que lanzar una nueva versión del iOS 8 -el sistema operativo de estos smartphones- debido a los múltiples fallos.

Sin embargo, el boom desatado con estos nuevos lanzamientos, que llegaron al mercado español la semana pasada con unos precios que varían entre los 699 y los 999 euros, demuestra que estos móviles -los dos con Retina HD, el nuevo procesador Apple A8 de 64 bits, coprocesador M8 y una cámara de ocho megapíxeles- siguen levantando pasiones.



## UNA APUESTA POR UNA GRAN PANTALLA

### SAMSUNG GALAXY NOTE 4

Si el gran lanzamiento de estas vacaciones en el sector de los smartphones fue el de los nuevos teléfonos de Apple, no conviene olvidar que unas semanas antes Samsung sacó a la luz su firme apuesta para hacer sombra al iPhone 6. Se trata del Galaxy Note 4, un esperado sucesor del Galaxy Note 3 que mantiene la pantalla de 5,7 pulgadas, pero a mayor resolución (2K) y se convierte en el nuevo buque insignia de los terminales de gama alta de la firma.

A diferencia de su predecesor del que ha mantenido varias prestaciones, integra la siguiente generación de los procesadores de Qualcomm Snapdragon 805.

Además de del Note 3, este nuevo terminal también hereda características del Galaxy S5, como la cámara de 16 megapíxeles -capaz de grabar vídeo 4K-, un monitor de ritmo cardíaco justo debajo de la cámara o un lector de huellas digitales en el botón inicio, si bien no es resistente al agua.

Lo que le distingue de todos los demás es su pantalla 2K Super AMOLED (2.560x1.440) de 5,7 pulgadas que promete una calidad y nitidez de imagen inédita en un terminal de Samsung.

También destaca, entre sus novedades, el lápiz óptico Spen, que ofrece más precisión que las versiones anteriores y en esta ocasión funciona como un ratón, ya que permite minimizar ventanas y arrastrarlas por la pantalla.

Con 3 Gb de RAM y 32 Gb de memoria interna, su cámara frontal es de 3,7 megapíxeles y cuenta con Android 4.4 KitKat como sistema operativo.

Su precio rondará los 700 euros. Más información en [www.samsung.com/es](http://www.samsung.com/es).

## UN MONITOR CURVO PARA CUANDO QUIERAS

### SAMSUNG

Cuando Samsung presentó, a principios de año, su proyecto de un televisor curvo que podía ponerse recto con solo pulsar un botón, muchos pensaron que nunca se llevaría a cabo. Pero la compañía surcoreana ha sorprendido al mundo al hacer realidad su concepto y lo mostró el mes pasado en Berlín.

Se trata de un panel OLED de 105 pulgadas con 5.120x2.160 píxeles que se puede considerar 5K.

Obviamente, es un monitor inaccesible para nosotros, pero la novedad, cuanto menos es destacable. Se prevé que se empiece a comercializar el próximo año a unos 200.000 euros.



## CONTROLA TUS HUEVOS CON EL MÓVIL



### EGG MINDER

Nos encanta la fusión entre cocina y *gadgets*. Por eso, no hemos dudado en traer a estas páginas la última curiosidad que hemos encontrado, el Egg Minder, una huevera interactiva que nos da información de la frescura de los productos que tenemos en la nevera.

Con una capacidad para 14 huevos, en el fondo de cada orificio hay un sensor que detecta si está ocupado y cuenta con un chip que se conecta inalámbricamente a nuestro móvil, mandando notificaciones sobre la fecha de caducidad y el número de huevos que quedan.

Cuesta unos 50 euros y lo puedes comprar en [www.quirky.com/shop](http://www.quirky.com/shop).

## WILKO PIENSA EN TU BOLSILLO

### WILKO SUNSET

Ahora que acaba de pasar la cuesta de septiembre, no es mala idea la de renovar nuestro teléfono móvil a un precio asequible. Por eso, Wilko ha anunciado el lanzamiento de Sunset, un smartphone bastante completo si tenemos en cuenta que cuesta 79 euros.

Viene con una pantalla WVGA de cuatro pulgadas, Android 4.4 Kit Kat como sistema operativo, procesador de doble núcleo a 1,3 Ghz, así como una cámara principal de dos megapíxeles con detector de sonrisas y una frontal de 1,3.

En su interior nos encontramos 4Gb de memoria, ampliables hasta 32 Gb, y conectividad Bluetooth 4.0 y WiFi.



Con un diseño juvenil y divertido, ofrece una amplia gama de colores, un acabado brillante y un cómodo tamaño (pesa solo 113 gramos) para poderlo llevar a cualquier parte.

## EL REGRESO DE LO VINTAGE

### POLAROID

La moda demuestra que el pasado siempre vuelve. Así se demuestra con la recuperación, este verano, de gafas de sol o ropa que se utilizaban en los años 80 del siglo pasado. En tecnología sucede también a veces, y ése es el caso de uno de las grandes reliquias de la fotografía: las cámaras Polaroid.

Para los nostálgicos que quieran recuperar este icono, que se dejó de fabricar en el año 2007, presentamos una oportunidad única, a través de la web *Matby.com*, que ofrece, en edición limitada, diferentes modelos de este aparato que te proporcionaba la instantánea, nunca mejor dicho, al instante.



## HTC DESIRE 510: LA VELOCIDAD POR BANDERA



### HTC DESIRE 510

HTC ha lanzado al mercado el nuevo Desire 510, un smartphone que combina un rendimiento 4G con una amplia pantalla de 4,7 pulgadas que lo convierten en un centro multimedia integral de lo más asequible.

Con su procesador Snapdragon 410 de cuatro núcleos a 1,2Ghz de Qualcomm, asegura unos gráficos y una navegación fluida, permitiendo la multitarea más rápida y avanzada para navegar, ver películas o jugar.

Viene con una memoria interna de 8 Gb, ampliable con tarjetas microSD, 1 Gb de RAM, una cámara trasera de 5 megapíxeles y otra frontal VGA y Android 4.4 como sistema operativo.

Considerado un teléfono de gama media de la compañía, a pesar de contar con conectividad 4G y prometer un gran rendimiento, estará disponible a mediados de este mes en colores Blanco Terra y Gris Meridian, con un cuerpo de policarbonato y un diseño ergonómico y a un precio bastante asequible de 209 euros como terminal libre.

Además, también es destacable el toque que desde la casa surcoreana han querido darle con la funda HTC Dot View, que, con un estilo retro, permite contestar llamadas aun cuando la tapa está cerrada.

Si quieres más información sobre este móvil, entra en [www.htc.com/es](http://www.htc.com/es).



Descubre un mundo  
de posibilidades\_



Escanea este  
código con el lector  
de tu dispositivo.

*Telefónica*

M movistar | O<sub>2</sub> | vivo | MARCAS DE TELEFÓNICA