

O **SA**
CA

REVISTA DE OCIO, SALUD Y CALIDAD DE VIDA
Semana del 10 al 16 abril de 2010 - Número 182

CASTILLO DE CANENA

Aceite de oliva 'pata negra'

CARMEN MACHI

Pasión por el teatro

SALUD

Minimizar el Parkinson

Vitoria

**CAPITAL DE LA
ALTA COCINA**



Ahora
menos de

3%
m.g.



Menos grasa y todo el sabor

Ahora también en
lonchas y rallados

Santé





CASTILLO DE CANENA _16
El mejor aceite de oliva, en el corazón de Jaén

FOTO: REUTERS



NÚMERO 182
11 DE ABRIL DE 2010

LA LEY DEL MENOR

Cristina Martín. 13 años. Vivía en la localidad toledana de Seseña y perdió la vida en Semana Santa como consecuencia de la brutal paliza y el corte en una de sus muñecas que recibió de una compañera de instituto; otra menor un año mayor que ella, de origen cubano y que ha sorprendido a los psicólogos por su entereza y la ausencia total de sentimiento de culpabilidad durante los interrogatorios policiales. ¿Qué les está pasando a los jóvenes en España?

La última Memoria de la Fiscalía de Menores desvela una tendencia un tanto inquietante. Mientras se reducen de manera considerable los robos en este espectro de la población, repuntan los delitos más graves. Así, los homicidios y asesinatos aumentaron un 40%, la violencia dentro del hogar un 56% y los abusos sexuales un 16%. La sensación de impunidad y la certeza de que a través de la violencia se pueden resolver sus diferencias es patente, pero el problema lo tiene una sociedad conformista y acomodada, incapaz de hacer comprender a estos jóvenes que todo acto tiene su consecuencia.

La presunta asesina de la menor de Seseña pasará, como máximo y siempre que se la encuentre culpable, cinco años internada en un centro de menores y otros tres más en libertad vigilada. ¿Cinco años por asesinar a sangre fría a una adolescente que tenía toda la vida por delante y no tener el menor remordimiento? ¿Se ajusta la actual Ley del Menor a las necesidades de una sociedad tan cambiante?

La muerte de Cristina Martín no es la primera ni creo, desafortunadamente, que sea la última. La educación en valores es fundamental, pero es obvio que se hace necesario la modificación de una normativa que sirva para que los jóvenes vean de una vez que el que la hace la paga.

óscar del hoyo
director de OSACA



CARMEN MACHI _12
Camaleónica actriz 'pura sangre'



MODA _32
Seducción con los corsés de Hansen

SUMARIO

NÚMERO 182

HOY FIRMAN EN OSACA

carlos alsina_4



javier ares_6

El cielo y la paja

ramón sánchez ocaña_26

bernabé tierno_28

maría jesús álava_30

eneuve_38

COCINA DE AUTOR _8

Los chefs más relevantes del planeta se dan cita en Vitoria en el XVI Congreso Nacional

CULTURA _22

Retrospectiva de los últimos 25 años de la obra de Miquel Barceló, en Caixa Forum Madrid

CINE _23

'Cómo entrenar a tu dragón' una cinta de animación de la misma factoría que 'Shrek'

TENDENCIAS _24

Microsoft lanza dos cámaras web con una apuesta firme: mejorar la calidad de la imagen

PARKINSON _26

Ejercicio físico y fármacos innovadores para estabilizar los síntomas de la enfermedad

REPRODUCCIÓN ASISTIDA _29

Innovación en la congelación de esperma para preservarlo ante una paternidad futura

EDUCACIÓN _30

Ventajas e inconvenientes del hijo único

GASTRONOMÍA _31

Nécoras y percebes, lo suyo es comerlos con los dedos

MOTOR _37

Hyundai IX35, un turismo que la firma coreana adapta para sus clientes europeos

CRÓNICA SOCIAL _32

El éxito de Pilar Rubio, paso a paso



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

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

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

carlos alsina

UNA HISTORIA COMÚN

Tengo un perchero que habla. En realidad no es un perchero, sino una percha de pared. En realidad no habla, sólo emite afirmaciones breves, mordaces y descarnadas. Admito que nunca me pareció educado que una percha se hiciera notar, dada su condición de instrumento discreto y, salvo para las visitas que acaban de quitarse el abrigo, decorosamente inadvertido. A mis visitas desabrigadas les ocurre que reparan en la percha, van hacia ella y, según elevan el brazo para colgar la prenda, escuchan cosas como «¿no hay más casas a las que ir?», o «¿has probado a comprarte ropa de tu talla?». En Navidad, la percha le dijo a una amiga que estaba pasada de moda. «¿Mi bufanda?», me preguntó ella, creyendo que había sido yo. «No, tú como persona», le aclaré yo de manera refleja. Ya no pude aclararle más porque del bofetón me puso la cara del revés. No he vuelto a saber de ella. Si me lees, conservo tu bufanda.

Mi percha tiene voz de hombre, por eso la gente cree que tengo un loro. En cuanto escuchan un comentario borde, preguntan «¿dónde está el loro?». No hay animal más castigado por la mala fama. Yo creo que es porque siempre va erguido y eso le hace parecer altivo. Si aprendiera a tumbarse con las patas hacia arriba, como el oso panda, todo el mundo le haría carantoñas. Mejoraría mucho la imagen de toda la familia, colmada de cotorras y papagayos. No hay loro tan cabrón como esta percha mía. A un amigo violinista le dijo: «¡En qué hora te parieron con dedos!». A



una vecina peluquera: «Tú cortas bien...el ja-món». A un pariente que tiene mucho vello: «Hay residencias caninas muy baratas». Y a mi madre, que ya mengua, le soltó el domingo: «Dentro de un mes ya no alcanzas».

Harto de su carácter agrio, decidí deshacerme de la percha. Ideé un plan que consistía en madrugar, sorprenderla al alba y arrojarla al contenedor que hay enfrente de casa. Pero justo la noche anterior vi en el Discovery Channel un reportaje titulado *La maldición de las perchas desahuciadas*. En sinopsis contaba que aquél que se deshace de un perchero parlante sufre el brutal castigo de soñar cada noche con Leire Pajín con birrete de profesora instruyéndole en cosmología y socialdemocracia. Me imaginé a Karl Sagan de rubio y preferí conservar la percha. Probé, entonces, a silenciarla colgándole siete cazadoras y un anorak gordo.

Vengativa, se dejó caer, tirando al suelo mi colección de otoño invierno. Vengativo, le metí un tornillo del 12 con cabeza hexagonal y le di dos vueltas más de lo necesario. Le dolió, pero por una vez no dijo nada. Guardó silencio durante casi un año. Por Navidad, volvió a hablar. «¡Ha venido Herodes!», voceó cuando entró por la puerta mi cuñado.

Los mas asiduos ya no se alteran. Al principio trataban de animarme. Me decían: «esta percha es como los niños y los borrachos, siempre dice la verdad». Yo callaba. Conozco borrachos que presumen de habérselo montado con Julia Roberts. Y niños que juran no

haber tocado las cerillas de papá cinco minutos antes de prenderle fuego a la cama de la abuela. Opino que los niños y los borrachos mienten más que Bill Clinton cuando dejaba arder su gancho prominente en la laboriosa boca de Mónica Lengüinsky.

Esta semana ando desesperado porque vienen mi jefe y su señora a cenar a casa. No sé cómo evitar su encuentro con la percha zarza. Si mi casa fuera americana les haría entrar por la puerta de atrás. Pero, a falta de puerta, mi única opción es que entren por la ventana. No lo iban a entender. Esta gente no debe de estar acostumbrada. Él me preocupa bastante. Ella, menos. Porque él encaja mal las críticas. Ella es sorda. Busco hogar de acogida para una percha. Sólo por un día. Es grosera, borde y altiva. Pero su trabajo lo hace bien. Colgada, aguanta.



AQUÉL QUE SE DESHACE DE UN PERCHERO PARLANTE SUFRE EL BRUTAL CASTIGO DE SOÑAR CADA NOCHE CON LEIRE PAJÍN CON BIRRETE DE PROFESORA INSTRUYÉNDOLE EN COSMOLOGÍA Y SOCIALDEMOCRACIA

vive
soy



"Nuria, yo empecé con chocolate"

Soja con chocolate, ¡qué buena idea! Con Vivesoy Chocolate disfruto de un alimento de origen vegetal, sano y natural que ayuda a cuidar mi corazón, sin renunciar a mi sabor preferido. ¡Lo importante es empezar!

LO QUE VIVES HOY, TE PROTEGERÁ MAÑANA



VIVESOY.COM
UN CLICK MUY SANO 

javier ares

EL CIELO Y LA PAJA

Mi padre, católico practicante y hombre de profundas convicciones religiosas, hubiera sido feliz si alguno de los

ocho vástagos que su esposa echó al mundo hubiera abrazado la vida sacerdotal. Que habría sido hasta normal. Pero no estuvo de Dios. Pudo estarlo, también es cierto, cuando aquellos buscadores de almas de las escuelas cristianas se acercaban a los colegios a cazar vocaciones con la promesa de una vida plena de felicidad. Reconozco que en aquellos tiempos de mi mocedad yo me sentía atraído por la vida monacal y soñaba con convertirme en epígono del señor de La Salle, cuya figura nos acercaba el cine bajo la imponente figura del actor Mel Ferrer.

Duró aquella vocación lo que tardó en despertarse la natura, que acaso fue más de la cuenta por el clima castrense y conventual que reinaba en el ámbito familiar. A partir de ahí se mantendría solo el espíritu docente (mi verdadera vocación), porque imaginar que para abrazar a Dios o vestir hábitos había que renunciar *ad aeternum* a los placeres de la carne, inhabilitó cualquier sueño. Y eso que se intentaba, claro, ora por el amenazante discurso que te advertía de la ceguera y la tisis, ora por sentir el orgullo de ser capaz de resistir a la tentación. Y, también, por qué no decirlo, por evitar el tormento de rendir cuentas en el confesionario ante aquel inquisidor sacerdote al que le interesaba el cómo, el dónde y el cuándo.

Pero no había forma de soportar el suplicio de la abstinencia. La prueba cumbre la pasábamos los días de ejercicios espirituales, cuando los hermanos nos concentraban por espacio

de tres días, lejos de los placeres y las distracciones mundanas, dedicados íntegramente a la oración y al recogimiento. Nos recluían en la Santa Espina, entre los muros que habían albergado la crianza y educación de Jeromín, el hijo secreto de Carlos V que pasaría a la historia como Juan de Austria. Durante los días que duraba aquel encierro, en los que era obligado guardar permanente silencio, resultaba más sencillo mantener la continencia pero, una vez abandonado el cenobio, no hallaba uno sosiego sino pecando por amor propio, el más propio de los pecados.

Es por esto que, llegados al azote que la Iglesia está recibiendo en los últimos tiempos, cuando salen a la luz tantos pecados de pederastia, tanto sufrimiento intramuros, no puedo por menos que estar de acuerdo con José Bono, el presidente del Congreso y vecino de página, cuando viene a recomendarle a la Iglesia que se haga mirar lo del celibato, ese estado antinatural al que parecen condenarse quienes abrazan la vida sacerdotal o ingresan en cualquier comunidad religiosa.

Es bien sabida la postura de la Iglesia católica: reconocimiento y asunción de culpa, pero solo una vez que resulta imposible seguir en-

cubriendo tan turbios asuntos. En el fondo, la Iglesia comprende las debilidades de sus ministros, porque sabe que son únicamente hombres sin ninguna gracia divina y con todas las pasiones humanas, y porque muchos de ellos son gentes sin vocación que escondieron bajo los hábitos hambre y miserias, algo que, aún hoy, sigue sucediendo en sociedades menos avanzadas. Y les entiende porque, involuntariamente, también les está provocando.

Por eso irrita su postura de *sostenella* y no *enmendalla* con la que está cayendo, apelando a unas Sagradas Escrituras que recuerdan que fue Jesús quien pregonó el celibato entre sus apóstoles. Pues también fue Jesús quien predicó que quien escandalizase a uno de estos pequeños mas le valdría que se atase una piedra de molino y se arrojase al mar, y bien pocos han seguido los mandatos del nazareno. Ni falta que hace. Harían mejor en recordar aquella copla: «Si en el sexto no hay perdón, ni en el noveno rebaja, ya puede el Señor llenar el cielo de paja».



NO PUEDO POR MENOS QUE ESTAR DE ACUERDO CON JOSÉ BONO, PRESIDENTE DEL CONGRESO Y VECINO DE PÁGINA, CUANDO VIENE A RECOMENDARLE A LA IGLESIA QUE SE HAGA MIRAR LO DEL CELIBATO, ESE ESTADO ANTINATURAL AL QUE PARECEN CONDENARSE QUIENES ABRAZAN LA VIDA SACERDOTAL





En tus viajes,
elige bien quién te guía
Guía Repsol 2010



Antes
GUÍA

Campsa

Participa en el sorteo de
500 noches de hotel en:

 Sol Hoteles



Hoteles en la Ciudad

Bases depositadas ante notario y disponibles en guiarepsol.com



XVI CONGRESO NACIONAL DE COCINA DE AUTOR

VITORIA GUIZA TENDENCIAS



El equipo de cocina de Rene Redzepi prepara en el restaurante Noma de Copenhague algunos de los platos que presentará en Vitoria.

daniel
huerta
texto

reuters
fotos

LA CAPITAL ALAVESA ACOGE ENTRE LOS DÍAS 19 Y 22 DE ABRIL ESTE PRESTIGIOSO CERTAMEN GASTRONÓMICO, EN EL QUE ALGUNOS DE LOS CHEFS MÁS DESTACADOS DEL PLANETA HARÁN SUYOS LOS FOGONES DEL RESTAURANTE ZALDIARAN PARA PRESENTAR MENÚS QUE RECOGEN LA VANGUARDIA INTERNACIONAL. ESTE APETECIBLE ENCUENTRO RESUCITÓ EN 2009 DESPUÉS DE UNA LARGA AUSENCIA Y HA REGRESADO CON LA MISMA FUERZA CON LA QUE NACIÓ HACE 25 AÑOS Y QUE LE HIZO SER EL ESTÍMULO QUE NECESITABA LA COCINA ESPAÑOLA PARA LLEGAR A CONVERTIRSE EN EL GRAN REFERENTE MUNDIAL QUE ES HOY. FIGURAS COMO FERRAN ADRIÁ, JOAN ROCA, RENE REDZEPI O SUBIJANA PARTICIPARÁN EN LA PRESENTE EDICIÓN DE LA CITA.

Hace 25 años la cocina española, que se encontraba a la deriva, se abrió al mundo. Y lo hizo en Vitoria, donde los chefs más importantes del planeta empezaron a acudir año tras año para impartir clases magistrales desde los fogones del restaurante Zaldiaran. Michel Guérard, Alain Ducasse o Joël Robuchon mostraban su saber a un grupo de jóvenes restauradores que poco tiempo después colocarían a la nación ibérica a la cabeza de la vanguardia internacional. Todo esto sucedió en el contexto del Congreso Nacional de la Cocina de Autor, que entre los próximos días 19 y 22 de abril cumplirá su XVI edición sin haber bajado un ápice el nivel de sus participantes.

«Vitoria supuso un antes y un después para la cocina española», asegura Gonzalo Antón, propietario de Zaldiaran, director y fundador, junto al crítico gastronómico Rafael García Santos, de este certamen, que pretende ser una vía de encuentro para que los profesionales españoles estén al tanto de las tendencias culinarias de todo el mundo y también puedan aportar sus propios conocimientos, que son muchos.

Y es que el congreso, que volvió a celebrarse el año pasado después de más de una década de ausencia, sirvió de trampolín para los grandes talentos nacionales. «Nosotros descubrimos en su día a Ferrán Adriá, a Martín Berasategui, que era un desconocido, a

Andoni Luis Aduriz, un crío que quedó aquí campeón de España de cocina», recuerda Antón, que destaca el «nivelazo» de los chefs que este año harán suyos los fogones de Zaldiaran para mostrar sus mejores platos a los aproximadamente 350 asistentes a estas jornadas, que también incluyen mesas redondas, ponencias, homenajes o catas.

Los congresistas disfrutarán, por ejemplo, de un menú elaborado por el cocinero jefe del restaurante Noma de Copenhague, Rene Redzepi, al que muchos consideran el sucesor de Adriá y que, con poco más de 30 años, ejerce una fuerte influencia intelectual sobre la nueva generación de creadores. Para más *inri*, esta cena inaugural del lunes 19 estará regada con vinos de Vega Sicilia.

Asimismo, durante los cuatro días que dura el certamen, los asistentes tendrán el privilegio de degustar las composiciones realizadas por William Ledeuil de Ze Kitchen Galerie, el restaurante de moda en París; los hermanos Enrico y Roberto Cerea, responsables de la cocina de Da Vittorio, último establecimiento italiano en conseguir las tres estrellas de la Guía Michelin; o Jean-François Piège, actualmente al frente de los fogones del Hotel Thoumieux de la capital francesa y que llegó a ser jefe de cocina del mismísimo Alain Ducasse.

Las propuestas españolas correrán a cargo de dos magos de los cazos: Pedro Subijana y Joan Roca. El primero diseñará el almuerzo del martes 20, que será una muestra con productos de temporada de la revisión de la cocina vasca que realiza en su restaurante donostiarra Akelarre. El segundo despedirá el congreso con una compleja cena, salida de la experimentación culinaria que realiza en ese laboratorio-cocina que es el Celler de Can Ro-

DURANTE LA CITA SERÁ PRESENTADO EL LIBRO 'EL CAMBIO DE LA COCINA ESPAÑOLA A TRAVÉS DEL CONGRESO DE VITORIA'

ca. Este establecimiento gerundense regentado por la familia Roca ha sido el último en incorporarse a la lista de los tres estrellas Michelin españoles y está incluido por derecho en el *Top Ten* de las mejores propuestas gastronómicas del mundo. Una auténtico desafío para los sentidos.

Estas pitanzas serán aderezadas con una serie de ponencias y coloquios en los que se tratarán el presente y el futuro del sector y en los que participarán, además de los chefs encargados de realizar los menús servidos en Zaldiaran, grandes nombres del sector como los cocineros Senén González, Iñaki Rodaballo o el propio Ferran Adriá, el presidente de la Real Academia de Gastronomía, Rafael Ansón, o el crítico José Peñín, que dirigirá una cata de vinos de La Rioja alavesa, que complementará a una anterior de Dom Pérignon.

Las actividades de estas jornadas también incluyen homenajes al cocinero andaluz Santiago Domínguez, al restaurante madrileño Zalacaín y a la familia Idoate, auténtica embajadora de la cocina navarra desde sus establecimientos Europa, Alhambra y El Mercado. El Congreso de Vitoria se divide en dos bloques de dos días cada uno. Los interesados pueden inscribirse a una parte o a todas las jornadas, aunque también se puede asistir a alguna de las comidas ofrecidas en el establecimiento vitoriano al precio de 180 euros -para más información está el teléfono 945134822 o el correo info@restaurantezaldiaran.com.

PARA EL RECUERDO Durante la celebración del encuentro en la capital alavesa, tendrá lugar la presentación del libro *El cambio de la cocina española a través del Congreso de Vitoria-Gasteiz*, un recorrido por la historia de esta cita, la primera en apostar por la renovación de la gastronomía patria, escrito por el crítico Cristino Álvarez.

«Vitoria sirvió para que los cocineros españoles desterraran definitivamente sus complejos, si es que los tenían, ante los maestros franceses. Se convencieron de que sí, de que podían hacerlo tan bien como ellos. Y empezaron a lograrlo. Igual y, muchas veces, mejor. La cocina



La cocina del restaurante Zaldiaran volverá a ser el ajetreado escenario en el que los chefs desarrollarán sus menús de vanguardia.

española del siglo XXI es impensable sin los certámenes y congresos de Vitoria, que dejaron de celebrarse a finales de los 90; entre otras cosas porque, la verdad, los grandes de fuera ya tenían poco que enseñar a los grandes de dentro», aseguraba tras la última edición del evento el propio autor de la obra en uno de los sugerentes artículos que firma bajo el seudónimo de *Caius Apicius*, colaborador de *Osaca*.

En el libro, los maestros de los fogones y los críticos gastronómicos más reputados analizan la influencia que ejercieron en España los grandes chefs, sobre todo galos, que acudieron al Congreso Nacional de la Cocina de Autor, que nació en 1984 bajo el nombre de Certamen de Alta Cocina de Vitoria. «De su mano descubrimos ingredientes, hasta las escamas de sal; aprendimos infinidad de técnicas, deshidrataciones, cocciones a baja temperatura, conservaciones al vacío; nos animamos a desarrollar ideas, en suma, a crear conceptos», reconoce García Santos en un editorial de la web lomejordelagastronomia.com.

Pero todavía queda mucho por aprender y este *cónclave* alavés resucitó el año pasado para homenajear a las 14 ediciones preceden-

tes, pero con la intención de mantenerse para seguir recogiendo las corrientes de la alta restauración. Cristino Álvarez recordaba también en su artículo la buena impresión que sacó del regreso del certamen que contó con la participación del cocinero holandés Jonnie Boer, el alemán Joachim Wissler, el ruso Anatoly Komm, el italiano Carlo Cracco o los españoles Quique Dacosta, Dani García y Berasategui. Este último, muy ligado a la cita vitoriana, recibirá durante la clausura de la presente edición el Gorro de Plata en reconocimiento a su aportación a la vanguardia a través de su restaurante de San Sebastián, que junto a otros como El Bulli, Arzak, Sant Pau, Can Fabes o Akelarre han colocado a España al frente de la gastronomía internacional.

Los primeros años del Congreso de Vitoria fueron una fuente de inspiración para los hombres y mujeres que más tarde situaron a la cocina nacional en lo más alto. Ahora, desde la cima, el certamen se reinventa, pero sin perder la curiosidad por lo que hacen otros. Abrirse al mundo y aprender de él es la manera de permanecer en la cumbre. Mucha mejor estrategia que mirarse el ombligo.

BERASATEGUI RECIBE EL GORRO DE PLATA



Recuerda Gonzalo Antón que durante las primeras ediciones del Congreso de Vitoria, un joven cocinero, que ayudaba a la organización haciendo labores de intérprete para los chefs franceses que asombraban a los españoles con las nuevas técnicas de la alta cocina, se le confesó: «Un día yo tengo que cocinar aquí con los grandes». Aquel osado aprendiz no solo ha dado lecciones en Zaldiaran, sino que se ha convertido en uno de los mejores cocineros del mundo. Ahora, Martín Berasategui acude a la cita en la capital alavesa para ser homenajeadado con la entrega del Gorro de Plata, un premio «a la excelencia culinaria, a la trayectoria, a la escuela que ha forjado y de la que han salido

infinidad de destacados discípulos», asegura la organización del evento, que recuerda el cariño que ha dispensado siempre el donostiarra a la cita de Vitoria.

Una muy depurada técnica y el máximo respeto al producto de calidad son las señas de identidad de Berasategui, que regenta el restaurante que lleva su mismo nombre en la localidad guipuzcoana de Lasarte y que pocos días después del congreso celebrará su 50 cumpleaños. Medio siglo rodeado de cazos, ya que prácticamente se crió en el Bodegón Alejandro, un mesón popular donde su madre y su tía eran las que desplegaban su brío entre los fogones.

LOS MEJORES CHEFS TOMAN LOS FOGONES DE ZALDIARAN

RENE REDZEPI



El restaurante Noma de la ciudad de Copenhague es la joya de la corona de la gastronomía danesa. Gracias a un reconocimiento generalizado, este establecimiento se ha convertido en una importante referencia para los cocineros nórdicos y del mundo gracias al trabajo de in-

vestigación de su cocinero jefe, René Redzepi, alumno aventajado de Ferran Adriá. En el restaurante Zaldiaran, el chef presentará un menú que, bajo una aparente sencillez, esconde toda una *performance* sensorial. La bodega invitada para acompañar a la primera cena del congreso será Vega Sicilia, uno de los buques insignia de la denominación de origen Ribera del Duero.

CENA DEL LUNES 19 DE ABRIL

- Rábano.
- Navaja.
- Tartar.
- Langostinos con emulsión de ostras.
- Plato de cebolla.
- Carrilleras de ternera con médula y remolacha.
- Mousse de leche de oveja con granizado de acedera.
- Nuez.

PEDRO SUBIJANA



Pedro Subijana es uno de los cocineros que protagonizaron la revolución de la cocina vasca y asentaron los cimientos de la gastronomía española contemporánea. A través de su trabajo en el restaurante donostiarra Akelarre, con tres estrellas Michelin, el chef desarrolla

sus propuestas de actualización de los platos tradicionales, manteniendo la máxima del respeto por el producto. La comida de Vitoria estará regada con vinos de La Rioja alavesa pertenecientes a las bodegas Pujanza.

ALMUERZO DEL MARTES

- Bombón de Idiazabal con nueces, cerdito Joselito, polvorón de alcachofa y buñuelo de zurrurutuna.
- Gambas con vainas al fuego de orujo.
- Navaja con pata de ternera.
- Corteza de pan con trufa, tubérculos y raíces.
- Guisantitos lágrima de costa.
- Rodaballo con su kokotxa.
- Cochinillo asado con bolao de tomate y emulsión de ibérico.
- Gin-tonic en plato.
- Otra tarta de manzana
- Bombones.

WILLIAM LEDEUIL



La mezcla de la cocina francesa con sabores de Asia, principalmente de Tailandia, es la carta de presentación de Ledeuil, chef de Ze Kitchen Galerie, el restaurante de moda de París. Vinos de los Herederos del Marqués de Riscal complementarán su cena.

CENA DEL MARTES

- Tartar de dorada con mango Thai, espárragos verdes y un caldo perfumado con cilantro, hierba limón e hinojo.
- Gazpacho de remolacha con pulpo y salmón semi ahumados al jengibre.
- Burrata a las hierbas con crema de habas y sopa de galanga.
- Tempura de cigala con tiras de sepia, mermelada de berenjenas y vinagreta de sésamo.
- Croqueta -sin bechamel- de rabo sobre salsa de mostaza a las flores de ajo y consomé perfumado con hierbas y especias.
- Wagyu a baja temperatura con tirabeques, setas y un jugo de curri rojo.
- Sorbete de gianduaia con pasta de sésamo negro y crema de nueces del Piamonte.
- Helado de chocolate blanco con wasabi, salsa de pistachos, jugo de fresas y hierba limón.

ENRICO Y ROBERTO CEREÀ



La familia Cereà lleva muchos años haciendo historia dentro de la cocina italiana. Su restaurante Da Vittorio, a media hora de Milán, ha logrado este año el máximo reconocimiento mundial al conseguir la tercera estrella Michelin, un merecido homenaje al talento de los jóvenes Enrico y Roberto Cereà, que acudirán a Vitoria para presentar un menú innovador, pero

que parte sin complejos de la mejor tradición gastronómica transalpina. No faltarán las pastas y los risottos, con vinos de Viñedos de Contino-Cune.

CENA DEL MIÉRCOLES

- Ensalada de cangrejo real con crema de guacamole y gelatina de tomate al jerez.
- Cogote de atún y tripa de bacalao con lentejas y mayonesa templada.
- Rissotto de espárragos de Altedo con naranja, Campari y cochinillo.
- Mariscos con paccheri y espuma de sopa de pescado.
- 'Black cod' con crema de ostras y aire de citronella.
- Gnocco relleno de queso fundido y tartufo negro de Norcia.
- Gran buffet de dulces.

JEAN-FRANÇOIS PIÈGE



Chef de la generación de Alain Ducasse, Jean-François Piège es considerado uno de los mejores representantes de la nueva hornada de cocineros franceses. Después de una brillante etapa en Les Ambassadeurs, el precioso restaurante del Hotel Crillon, Piège ha iniciado recientemente

otro proyecto en el Hotel Thoumieux de París, donde desarrolla todo su saber, recogido directamente de los grandes nombres de la *nouvelle cuisine* gala. Vinos de Remírez de Ganuza regarán su almuerzo.

ALMUERZO DEL JUEVES

- Aguacate helado y rallado / Gambas Cristal Bay / vapor.
- Calamar salvaje a la carbonara.
- Pasta para pizza suflé, queso Burrata, pulpa de aceituna y rúcula.
- Salmón / corazón / lima.
- Magro de cerdo y su corteza rallada.
- Pierna de ternera cocida a fuego lento / Condimento de ventresca de atún con limón y parmesano.
- Huevo con nieve a nuestra manera.
- Queso Vacherin con plátano y lima.

JOAN ROCA



El Celler de Can Roca está a la cabeza de la vanguardia culinaria. A través del laboratorio de este restaurante gerundense se inventa y juega con los sentidos del comensal, siempre rompiendo esquemas. Joan Roca es la cabeza visible de esta empresa familiar de larga tradición entre fogones. La última

cena del congreso estará a su cargo y será acompañada por caldos de las bodegas Izadi-Orben.

CENA DE CLAUSURA DEL CONGRESO

- Gambas a la brasa en la arfena.
- Escudella de bacalao.
- Lenguado a la brasa con aceite de oliva virgen, hinojo, piñones, bergamota y naranja.
- Cordero con pan con tomate.
- Steak tartar con helado de mostaza y patatas suflé, tomate especiado, compota de alcaparras, encurtidos...
- Oca a la royal con orejones.
- Cromatismo verde.
- Sorbete de pepino, lámina de pepino, dado de manzana verde, granizado de melón con candis de Chartreuse y salsa de pepino.
- Postre láctico.

>ENTREVISTA

CARMEN MACHI actriz

«LA MANO DURA NUNCA HA SIDO BUENA; NI ANTES NI AHORA NI EN NADA»

Es una actriz de los pies a la cabeza. Curtida en el mundo del teatro, no sabía vivir haciendo otra cosa, como su nuevo personaje, Rocío Moliner, un papel que le ha brindado Emilio Aragón en su ópera prima 'Pájaros de papel'. Descendiente de una familia de músicos, 'bailaoras', pintores y escritores, empezó en el mundo de la interpretación con solo 17 años viviendo mil batallas que han llevado a que su nombre está grabado a fuego sobre los escenarios de los teatros de todo el país, mucho antes de conocer la fama mediática que le concedió su participación en dos exitosas series de televisión.

maría albilla
texto

jesús ugalde
fotos

Ella no se deja intimidar por la edad. De hecho, asegura que «la arruga a mí me ha traído muchas cosas buenas», pero le gusta cuidarse. El paladar le pide una buena alimentación; el cuerpo, siete u ocho horas de sueño; y los nervios una copa de buen vino antes de salir a escena. Se abre el telón y aparece **CARMEN MACHI** (Madrid, 1963)... 'merengue' hasta los huesos, para más señas...

Luis San Narciso (director de casting que ha descubierto a Paz Vega, Belén Rueda, Javier Cámara o Fernando Tejero) te fichó para la tele y, de la pequeña pantalla, has vuelto al teatro y has pasado al cine, ¿es necesario dar el salto a la televisión para hacerse un nombre en este mundillo?

A ver, es indiscutible que la proyección que tiene la televisión es inmensa. En una noche te pueden ver seis millones de personas y para que eso ocurra en un teatro o en el cine... ¡imagínate! Cuando yo estaba empezando era muy difícil que alguien que estuviera sobre las tablas hiciera tele o cine, porque al actor de teatro se le reprochaba o se le criticaba que tenía una manera de trabajar *tostada*, por lo que no era creíble en otro medio y no valía para la cámara. A Luis San Narciso nunca le importó esto porque él va a ver mucho teatro y se ha llevado a grandes actores de este ámbito a otros medios. Lo que pasa es que yo he estado haciendo siempre teatro. En los 10 años que estuve en la pequeña pantalla, solo uno y medio lo dejé, así que los papeles que he ido consiguiendo llegaron porque ya se me conocía en el mundillo antes de hacer las series. Además, muy pocas veces he hecho teatro comercial, quitando *Cinco mujeres.com*.

Por lo que entiendo de tus palabras, te consideras carne de teatro...

Afortunadamente he tenido mucha suerte y me puedo considerar parte de todos los medios en los que he trabajado, pero mi escuela madre sí es el teatro. Eso no quiere decir que lo prefiera frente al resto.

Siempre se habla del calor del aplauso del público, pero ¿alguna vez ha recibido también un abucheo?

Pues... no... (dubitativa) Me da un poco de vergüenza decirte esto... Es que yo he tenido mucha suerte en la vida... No, no, no... (ralentiza el tono de voz) Estoy tratando de buscar algún momento que contarte, pero el público ha sido siempre muy generoso conmigo.

Con las tablas que da la experiencia, ¿se llega a quitar alguna vez la mariposa del estómago o siempre se mantienen los nervios del primer día?

¡Yo es que soy muy rara y no me pongo nerviosa! La mariposa, que me gusta mucho esa definición... la mariposa sí que está siempre ahí. A mí me excita mucho hacer teatro, me fascina, lo disfruto mucho... aunque, bueno, la frase de ¡con lo a gusto que estaba yo en mi casa! creo que la decimos todos siempre. Lo que pasa es que con el

tiempo, y más si eres conocido, te entra más sentido de la responsabilidad y dejas de sentirlo con la misma pasión, y eso no puede ser.

Hablemos un poco de hábitos saludables en una profesión tan ajetreada como la tuya. Cuando estás en la vorágine de un rodaje o en las giras con el teatro, ¿cómo consigues relajarte?

La relajación es importantísima. Fundamental, diría. Y cada uno lo hace a su manera. Yo suelo tener poco tiempo, pero en esos momentos de estrés me gusta tomarme una copa de buen vino. Cuando tengo que hacer una función me gusta estar un ratito sola en el camerino porque ahí empieza también la concentración. Estos minutos son muy importantes para mí, pero también me surge un problema... ¡es que me entra sueño! ¡pero un sueño horrible! No me preguntes por qué, será la tensión... así que la copa de vino es milagrosa.

¿Llevas mal el paso de los años o eres de las que piensa que la arruga es bella?

A mí es que la arruga me ha dado muchas cosas buenas. De todas formas, yo no he sido madre, ni lo voy a ser, y creo que en ese momento todo hace un *clac* y las responsabilidades cambian tanto que maduras de golpe, y yo no he madura-



do *naaada*. Mi cabeza todavía no asimila la edad que tengo, no me entra en la sesera. Reconozco que, profesionalmente, aunque siempre he trabajado, empecé a tener una relación magnífica con el curro a partir de los 40 años, lo que va ligado a la arruga. Lo único que sucede es que te das cuenta de que dejas de hacer el papel de la chica para hacer el de la madre y luego será el de la abuela...

¿Te sentirías mejor con algún retoque?

No, pero tampoco me parece nada malo que una persona para sentirse mejor con el paso de los años se inyecte *cositas*. Yo no lo hago, pero me parece bien.

¿Cuidas mucho tu cuerpo para estar en forma?

No, y reconozco que sería muy bueno poner más atención a esto. Creo que debería trabajar menos para respetar mis tiempos. Por ejemplo, la piel sufre muchísimo porque estás todo el día con el maquillaje, igual que el pelo. Pero me cuido en lo que puedo.

¿En qué aspectos haces más esfuerzos?

Sobre todo en la alimentación. El paladar va cambiando con el tiempo y va apeteciendo una vida más sana. Además, bebo mucha agua y procuro dormir ocho horas, ya que durante muchos años he estado manteniéndome con cuatro o cinco. Sí, definitivamente, creo que dormir es mi gran *hobbie*.

¿Hasta qué punto es necesario el humor en la vida? ¿Ayuda a vivir la risa?

Hasta el punto mil si ponemos ahí el tope. Es fundamental. El sentido del humor sí que es una buena terapia para cuidarse. La risoterapia funciona, lo garantizo. Cambia la expresión de la cara y te salen menos arrugas. Con la cara de mala leche no se llega a ningún lado. Se te pone una arruga en el entrecejo que no se te borra nunca. Si uno consigue reírse de uno mismo, gana en años.

El humor repercute en el optimismo. ¿Tu eres de las que ve la botella medio llena o medio vacía?

Depende el día (risas), pero casi siempre está medio llena. Y cuando la veo medio vacía me la llevo para mi casa y a dormir. ¡Anda que cualquiera que me oiga! (risas). Ser optimista es más práctico, aunque lo cierto es que, a veces, la vida te lo pone difícil.

Y una aficionada al fútbol y del Real Madrid, ¿cómo anda de optimista ahora?

¡Qué vamos a hacer! Yo creo mucho en el ser humano, aunque cuando se une en colectividad puede jugar malas pasadas. Pero yo estoy siempre a favor de los jugadores, soy muy del Madrid y espero que les vaya muy bien. Siento mucha rabia cuando les veo perder, pero no pasa nada, sé que esos chicos nos van a dar muchas alegrías.

Volvamos a la televisión. Cuando dejaste la serie *Aída*, todo el mundo se planteaba cómo sería sin tu presencia. Ahora acaba de empezar la segunda temporada desde que no estás, ¿la sigues?

No, pero porque los domingos suelo estar trabajando porque tengo función. Tampoco la seguía estando yo, pero los actores son mi familia. Melani Olivares es mi hermana. Son muchos años

de una relación muy estrecha y muy fuerte. A otros los he visto crecer y los niños me siguen llamando *máma*. Nos apoyamos mucho en todos nuestros proyectos.

¿Es cierto que no quieres volver a trabajar en televisión?

No, en absoluto. Claro que sí volvería. Si siguen contando conmigo claro que lo haré, pero todavía es pronto. Es un medio muy intenso, como lo ha sido hacer el mismo personaje en dos series. La popularidad que asumes abrumba mucho y regresar me da reparo. No es fácil de llevar. Lo que no voy a volver, nunca, es a *Aída*. Eso es así. Fue una decisión difícil de tomar y no voy a dar marcha atrás.

Tener un papel en una serie de éxito también ayuda a rechazar ciertos papeles que no se presentan interesantes...

Claro. Yo creo que he estado mucho tiempo en dos de las mejores series que se han hecho en este país, como han sido *7 vidas* y *Aída*, pero claro que he rechazado personajes del corte de ésta última. Eso sí, tampoco me han ofrecido ninguno tan bueno como ése. Otro aspecto del que dudo es que no sé si volvería con una comedia. Ahora me apetece más hacer drama.

Ahora acabas de estrenar película y te has puesto a las órdenes de Emilio Aragón en su ópera prima. ¿Con qué nos va a sorprender Carmen Machi en *Pájaros de papel*?

Yo, personalmente no sé (risas)... Quizá la novedad es que canto y bailo, pero ha sido un placer hacerlo. Alguna vez en el teatro había hecho ya mis pinitos, pero nada comparable. Nunca había pensado que podría llegar a recitar tangos y cuplé. La verdad es que me lo he pasado muy bien en el rodaje de esta película. Además, las canciones que ha compuesto Emilio Aragón son hermosísimas y la cinta en sí está llena de sentimientos, por lo que cubre una de las máximas del cine como es hacer que el público se emocione.

Decía en la presentación de este nuevo trabajo que, en esta ocasión, es la primera vez que comparte algo con su personaje, Rocío Moliner, una mujer a la que definen como realista y conocedora de las cartas con las que juega.

Yo creo que lo que pasa es que tanto ella como yo no sabemos hacer otra cosa. Siempre me he dedicado a la interpretación, como Rocío Moliner, y, por esa razón, nos parecemos. Su manera de vivir es mi manera de vivir. La diferencia con otros papeles es que, generalmente, he sentido que tomo mucha distancia con los personajes que encarno y, de hecho, eso facilita las cosas porque cuanto más se parecen a una, más difíciles son de llevar a cabo.

Tiene sangre italiana y desciende de una familia de artistas. ¿Ha ahondado en este aspecto de su genealogía?

En mi casa prácticamente todo el mundo está relacionado con el arte. Mis hermanos son músicos y también la familia de mi padre, en la que ha habido *bailaoras*, pintores, escritores... Pero es complicado de investigar el origen del apellido porque la pista se pierde rápido. Mi bisabuelo era italiano, de Génova, y mi abuelo es la primera generación de españoles, pero no hemos encontrado más antepasados en Italia.

«SIEMPRE
PREFERIRÉ
A UN
TIRANO
SABIO QUE A
UN
MEDIocre»

«¡YO ES QUE
SOY MUY
RARA Y
NUNCA ME
PONGO
NERVIOSA!»

«SER
OPTIMISTA
ES MÁS
PRÁCTICO,
AUNQUE A
VECES LA
VIDA TE LO
PONE
DIFÍCIL»

«EN LOS
MOMENTOS
DE ESTRÉS
ME GUSTA
TOMARME
UNA COPA
DE BUEN
VINO»

«EL SENTIDO
DEL HUMOR
ES UNA
BUENA
TERAPIA
PARA
CUIDARSE»

«ME DA
RABIA VER
PERDER AL
MADRID,
PERO SÉ QUE
ESOS CHICOS
NOS VAN A
DAR
MUCHAS
ALEGRÍAS»



Háblanos un poco de tus compañeros de reparto, ¿cómo ha sido trabajar mano a mano con Lluís Homar e Imanol Arias?

Ha sido fantástico. La película ha sido una experiencia muy grata a todos los niveles, creativo, artístico, personal... Aragón ha llevado muy bien el barco, pero ha tenido muy buenos marineros. Tanto Lluís como Imanol me han servido para enriquecerme. A Homar lo conocía de otras ocasiones, hemos trabajado en el teatro y también en el cine, pero con Imanol solo tenía una relación fuera de los escenarios y es tremendamente inteligente en el trabajo. Tiene muchas tablas y este ha sido su regreso al cine después de tantos años en la televisión, y bienvenido sea.

¿Cómo es Emilio Aragón en su papel de director de cine?

Es una persona exquisita y un artista impresionante. Esta es su primera película, y a mí me gusta trabajar en las óperas primas. Además, ésta, en cuanto a la producción, es de gran envergadura. Él ha sido muy riguroso en cuanto a lo artístico y lo musical y en el aspecto de la dirección de actores no podía haber sido más inteligente porque te deja mucha libertad. Desde luego lo ha hecho muy bien.

Entonces, no se le ha notado que es novato en la gran pantalla.

A ver, es que sí es su primera película, pero no parece que sea la primera vez que se pone detrás de la cámara. Tiene mucho dominio en muchos campos. Él se ha dedicado antes a todo. Yo hasta he sido compañera suya en *El club de la comedia* cuando él lo presentaba y yo hacía monólogos. Otra de sus bazas es que es un grandísimo compañero y como tal te trata, así que acaba consiguiendo de ti el 150 por ciento.

Por cierto, mucho dinero para los malos tiempos que corren...

Bueno, hay mucho dinero invertido, pero es un proyecto que tiene mucho alma... Supongo que esta cinta también va a recoger mucho dinero para el cine.

¿Crees que tú hubieras soportado sin problemas todas las presiones de la época si te hubiera tocado vivir entonces y, por supuesto, trabajar como actriz? (La trama tiene como escenario la década de los 40 en España, en plena posguerra).

Es difícil saberlo, pero yo empecé a trabajar con 17 años en esto. Nunca estudié teatro hasta mucho tiempo después de haber estado trabajando y mi gran escuela ha sido estar en compañías de reparto con actores más mayores que yo. Entonces íbamos por los pueblos con el *carro* y hacíamos tres funciones diarias. No había tiempo para el resultado, había que ser muy eficaz. A los actores de mi generación les puede resultar hasta raro, pero en alguna ocasión incluso me he tenido que *ir por patas* de algún hotel porque no nos pagaban un duro. A veces, de verdad, no he podido comer incluso estando trabajando. Han pasado mil cosas y de eso no hace tanto. Todo es muy intenso, y este aspecto se ve muy bien en la película, porque en el teatro somos una familia en la que los miembros se necesitan los unos a los otros. Las dificultades y las alegrías se viven juntos y eso no ha cambiado tanto. Así que yo creo que, de ha-

ber vivido en aquellos años de posguerra, sí lo hubiera soportado.

¿Y cómo han cambiado las cosas? ¿Qué presiones hay ahora?

Depende del medio en el que te muevas. En el cine yo soy una recién llegada, pero hay una presión mediática muy fuerte. También en la televisión. Te conviertes en popular de un forma diferente a la del teatro. La profesión es entonces otra cosa y el actor está muy influido por eso. Para mí, todos los momentos han sido dulces, así que tampoco tengo mucho que objetar.

La trama de *Pájaros de papel* está centrada en los años posteriores a la Guerra Civil, ¿no es un tema muy gastado ya en el cine?

No. Absolutamente no es un tema que se haya usado mucho. Todo lo contrario. ¿Qué tendrían que decir entonces los alemanes de la época nazi? El cine está para contar la vida real. En el día a día no se muestran las emociones, se ocultan los problemas. En la ficción, sin embargo, son el argumento de las películas. El cine y la literatura hacen un papel didáctico que muestra qué es lo que ha pasado. En esta película se habla de atentados fallidos a Franco que no se conocían y yo, si no llega a ser por ello, no lo hubiera sabido nunca. A mí me gusta este tema.

¿Un cineasta debe dirigir con mano dura o siendo flexible con los actores?

La mano dura nunca ha sido buena; ni antes ni ahora ni en nada. Yo no creo en la mano dura, sí en la exigente y esto se puede hacer desde el absoluto amor. De hecho, creo que trabajar bajo presión no funciona nunca. El resultado seguro que es engañoso. Pero los grandes tiranos están en el teatro. Esto es una realidad y no hace falta dar nombres porque hasta ellos lo saben y lo reconocen. Es su manera de ejercer el poder y, si me apuras, te diré que esto es muy peligroso, sobre todo en los que están empezando.

Vamos, que con alguno has topado.

Sí, claro. Por supuesto.

¿Y has salido airosa?

Yo soy una mujer a la que le gusta ser dirigida. Bueno, no, ¡que tontería!, soy una actriz a la que le gusta ser dirigida. Como mujer, ni un pelo. Me encanta ponerme en las manos del director y yo lo he estado en las de absolutos tiranos de los que, artísticamente, estoy completamente enamorada. Siempre preferiré un tirano sabio que un mediocre.

¿Es más exigente Emilio Aragón que Pedro Almodóvar?

Son muy diferentes. Tiene una manera muy diversa de enfocar el trabajo. Mi experiencia con los dos es muy buena, irreplicable e incomparable. Me encantaría volver a trabajar con ambos.

¿Te consideras ya *chica Almodóvar*?

Esto es algo muy delicado y a lo que yo tengo mucho respeto. No sé si por haber trabajado con Almodóvar ya puedes ostentar ese calificativo. Yo he sido gran admiradora suya desde *Pepi, Luci, Bom y otras chicas del montón* (1980) y he vivido mucho la *Movida* madrileña, he estado muy cerca de todos los pasos del director... y siempre he visto que a las *chicas Almodóvar* no se las reconoce solo por trabajar en una de sus películas, tienen un sello que va más allá, así que me daría mucho pudor calificarme como tal.



PURO ZUMO DE OLIVA

CASTILLO DE CANENA, ACEITES DE ALTA GAMA PARA LA SALUD Y EL PALADAR

LA PROVINCIA DE JAÉN, Y EN CONCRETO LA COMARCA DE LA LOMA, ES LA MAYOR PRODUCTORA MUNDIAL DE ACEITE EN OLIVAR TRADICIONAL (80/100 ÁRBOLES POR HECTÁREA) GRACIAS AL MICROCLIMA QUE SE REGISTRA EN LA ZONA Y A LA APORTACIÓN CONTROLADA DE AGUA POR GOTEO. LA EMPRESA FAMILIAR CASTILLO DE CANENA, VINCULADA AL MUNDO DEL ACEITE DESDE 1780, ES UNO DE SUS MAYORES REFERENTES.

juanjo saiz
texto

ángel
ayala
fotos

En su empresa siguen al pie de la letra el refrán *Casa del padre, viña del abuelo y olivar del bisabuelo*, apreciación que corrobora con una sonrisa Rosa Vañó, economista y directora comercial y de marketing del Grupo Castillo de Canena. Su anterior destino fue la multinacional Coca-Cola, gigante del consumo en el que forjó su carrera y adquirió experiencia y prestigio. «Es un refrán que mi padre utiliza mucho. De padres, abuelos, bisabuelos,...

nosotros llevamos el ADN del olivar en la sangre. Recuerdo desde muy niña jugando entre los olivares, buscando en ellos nuestros pequeños secretos, haciendo cabañas con las pestugas (chupones que brotan del pie del olivo) y merendando lo que aquí llamamos el hoyico, un pedazo de pan al que hacíamos un agujero para llenarlo de aceite y un poquito de azúcar o sal, según gustos. Todo esto te hace estar enamorado de un paisaje que, por lo menos a mí, me calma, me llena de paz y de emoción, y espero que sientan lo mismo mis hijos y mis nietos».

Pero Castillo de Canena no es un aceite cualquiera y, puestos a diferenciar, esta mujer de trato directo, jovial y de envidiable energía, que un buen día decidió abandonar el *imperio* norteamericano para hacerse cargo de la expansión internacional de una empresa familiar que ha logrado abrirse un hueco en el mercado y ser conocida y respetada en todo el sector, destaca «dos cosas importantísimas en cuanto a lo que es el producto, al margen de cómo luego lo vistamos, vendamos, comuniquemos u ofrezca-

mos. En primer lugar, el proceso de elaboración, desde el momento en que arranca la cosecha, decisión que va a influir en toda la cata, y segundo, y no menos importante, la conservación. El reto empieza cuando tienes el aceite en los depósitos, cuando ya está hecho, porque nosotros luchamos contra el tiempo. El aceite es un zumo de fruta, nada que ver con el vino, que es un fermentado. Esto es lo que nos diferencia y en ambos campos somos pioneros porque creemos en la innovación y en la investigación, a las que dedicamos mucho tiempo y dinero».

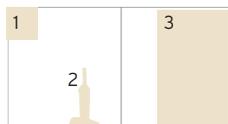
Por todo ello, cuando desvela que las ventas de sus aceites de alta gama en 2009 superaron las 200.000 botellas de medio litro, no puede evitar referirse a su paso por Coca-Cola porque tal cantidad, comparativamente hablando, suena irrisoria. «Nosotros tenemos los pies en el suelo y sabemos que vender casi un cuarto de millón de botellas de medio litro y de un cuarto por todo el mundo es un logro, lo mismo que alcanzar una facturación superior al millón de euros, y subiendo». Otra cosa son las cifras que reporta la compañía del grupo dedicada a la producción y comercialización de aceites a granel, (asentada en la vecina localidad de Puente del Obispo), que posee unas 1.500 hectáreas de olivos y procesa 16.000 toneladas anuales, junto a otros productores y almazaras. Pero hoy lo que nos ocupa son los aceites de oliva extra virgen de alta gama.

«ESCUCHAR AL CAMPO»

Al ser preguntada por el secreto de sus aceites, Rosa Vañó asegura que el único secreto es la implicación personal. «Para

ilustrar este concepto suelo recurrir a una frase bastante pedante y cursi, pero muy cierta: hay que escuchar al campo. El árbol habla mucho, la planta te dice muchas cosas: te dice cómo está, cómo ha pasado la cosecha, cómo ha pasado el invierno, cómo están los frutos,... Todo este tipo de cosas solo las puedes captar estando allí y teniendo un conocimiento importante del campo. Y nadie mejor que el propio agricultor sabe cómo respiran sus cultivos y, por ello es quien elabora el mejor aceite, porque antes que acéitero es agricultor», sentencia.

Castillo de Canena es un aceite de alta gama, para *gourmets*. Dicho así puede parecer que se trata de un producto solo apto para bolsillos holgados y para degustar en ocasiones señaladas. Como era de esperar, Rosa discrepa y argumenta. «No es así, en absoluto. Elaboramos aceites de oliva extra vírgenes ideales para todo, para cocinar, hacer frituras, para ensaladas, mayonesas. No hay que olvidar que se trata, con diferencia, de la mejor grasa, tanto por sus virtudes saludables como por cuestiones puramente económicas dada su alta capacidad de reutilización. En este punto creo que es oportuno recordar que cuando se cocina con este aceite lo que hacemos es un baño por inmersión del alimento; alcanzada una temperatura determinada, el aceite lo que hace es sellar la carne, el pescado o el producto que sea, al que confiere una especie de lacado que evita que el alimento transfiera sus nutrientes y sabores al aceite, y a la inversa». En consecuencia y contrariamente a lo que apuntan las leyendas urbanas, el aceite de oliva no otorga un



1 Portada y acceso principal del Castillo de Canena, sede de la empresa familiar olivarrera Vañó.

2 Aceite 'Primer Día de Cosecha', en botella roja y con etiqueta diseñada por la soprano Ainhoa Arteta.

3 Decantación y filtrado en la almazara.



**PARA OBTENER UN LITRO DE
ACEITE VIRGEN EXTRA SE
NECESITA EL DOBLE DE
ACEITUNAS QUE EN EL CASO
DE UNO DE OLIVA NORMAL**

sabor muy fuerte a los platos porque, sencillamente, no penetra en los productos.

«Por todo ello, prosigue Vañó, es tan importante la creación de marca, porque nos permite estar preparados para cuando la oferta de aceite de oliva se multiplique por ene, no lo sé. Y va a ser así porque hay países como Siria, Jordania, Argelia o Marruecos, que compiten con grandes inversiones, costosas promociones y generosas subvenciones de sus gobiernos, o países como China, Chile o Argentina con millones de hectáreas de plantaciones de olivos con las que, en cantidad, está claro que no podemos competir. Los aceiteros españoles tenemos que estar preparados con valores que nos diferencien de los graneles en general. Y aquí es donde se encuentran los aceites de alta gama, como los de Castillo de Canena».

Dependiendo de la variedad de aceituna elegida (picual, arbequino o royal), de la composición del suelo, del régimen hidrográfico al que esté sometido el olivar (regadío o secano), así como de la climatología (diferencias térmicas registradas a lo largo del año) y del momento preciso de la cosecha, la cata arrojará resultados muy distintos. Así, al principio de la recolección los aceites son más caros porque el rendimiento oleico (ácido graso) de la aceituna es la mitad que el que se obtiene de un fruto ya maduro. «Por eso, explica Rosa, los aceites de cata (de alta gama) no es que sean un invento del siglo XX, que no lo es, pero, normalmente, pensando en el rendimiento oleico, el agricultor no empieza la recogida hasta que las olivas están bien cargadas. Quiero decir que los aceites de alta gama (principio de cosecha) necesitan el doble de aceitunas para elaborar un litro, lo cual explica en parte que su precio sea también más elevado».

LA COSECHA Llegado el momento de la recolección, en Castillo de Canena se utilizan los llamados vibradores de paraguas, que no afectan al olivo y evitan que el fruto caiga al suelo. El ancestral método del vareo ha sido desechado porque puede dañar la flor y sin flor no habrá fruto. También es fundamental el tiempo que transcurre desde que es recogida la aceituna hasta su prensado, ya que si no se molturan durante las tres o cuatro horas siguientes y se dejan amontonadas en los patios de las almazaras, por la acción del calor y la presión, las aceitunas que se encuentran en el medio empiezan a fermentar de dentro para afuera, se pudren y avinagran. «Nosotros siempre estamos luchando contra el tiempo y la regla a seguir es que cuanto antes moltures, mejor aceite obtendrás, y siempre en frío para no *matar* la cata», explica Vañó.



Seguidamente, la pasta obtenida es centrifugada para separar los elementos líquidos de los sólidos y, por decantación, el agua del aceite, siempre por procedimientos mecánicos, es decir, sin recurrir a métodos químicos ni térmicos. El aceite obtenido es filtrado para eliminar la materia orgánica en suspensión.

La última fase, y quizás también la más importante, aunque para Rosa todas lo son, es la conservación del aceite en depósitos de acero inoxidable, sometidos a una temperatura constante y en los que se introduce nitrógeno para impedir la oxidación del producto.

Otra peculiaridad de Castillo de Canena es que en su almazara siempre se trabaja sobre pedido para evitar el almacenaje sin fecha de salida y no verse acuciados por la caducidad del producto una vez embotellado, establecida en un máximo legal de 24 meses.

PRINCIPALES MERCADOS «Primero España, aunque nacimos con vocación exportadora porque desde el principio fuimos conscientes de que, salvo en la cornisa cantábrica, se produce aceite en todo el territorio nacional y la oferta es tan grande que iba a resultar muy difícil crearse un hueco, aportar valor y diferenciación. Por ello decidimos salir fuera del país, que de alguna manera también criba, y eso tiene su sobrecoste, y no hablo solo de dinero. Para embarcarte en la exportación, además de contar con el apoyo de las administraciones, que ayudan y mucho, tienes que saber idiomas y ganas de patearte el mundo porque cansa y cuesta hacer la maleta, coger un avión y viajar en clase turista durante 16 horas para irte a no sé donde con un *jet lag* de la pera. Las misiones comerciales son duras porque el mercado está muy saturado y sabes que te van a decir de entrada no. Pero es que es a partir de ahí, de esa negativa, cuando realmente empieza la venta para un comercial. También en este país sigue imperando la idea de que el marketing es hacer relaciones públicas, pero no es eso, sino crear valor y vínculos con el consumidor que te proporcionen preferencia y también sostenibilidad en la compra. Esto que acabamos de resumir aquí en cuatro trazos es lo que tiene que entender el empresario agroalimentario español. Que no se puede ir por el mundo con cualquier cosa, sin haberle dedicado un minuto, sin haber hecho los deberes, sin entender qué voy a decir de mis productos a mis potenciales clientes. Nosotros, afortunadamente, tuvimos claros estos conceptos y gracias a ello pudimos vender

Un árbol noble
Panorámica de los
inmensos olivares que
salpican la provincia
de Jaén, entre Úbeda
y Baeza, con Sierra
Nevada como telón
de fondo.

ROSA VAÑÓ
CIFRA EN
UNOS 20
EUROS EL
PRECIO DEL
LITRO DE
SUS ACEITES
DE ALTA
GAMA, Y DE
AHÍ, «PARA
ARRIBA»

Maestro de almazara
Miguel Navarro lleva la
batuta en el proceso de
molturación de las oli-
vas y filtrado de los
aceites que se elaboran
en Castillo de Canena.



nuestras primeras botellas de alta gama fuera de España. Siempre hemos apostado por el mercado internacional».

La pasión y el entusiasmo de Rosa por su trabajo es poco habitual. Tras una mínima pausa, retoma el hilo de su exposición y las palabras vuelven a fluir como un torrente. «Aprovecho la oportunidad que me brinda *Osaca* y hago un llamamiento al agricultor y al empresario español para que se convenza de que la actual coyuntura económica es un

momento fantástico para nuestro país y de que, por otro lado, deben aprovechar la labor de nuestros magníficos chefs, tan injustamente denostados por algunos. Gracias a ellos, hoy nuestra gastronomía es conocida y apreciada en todo el mundo. Es un lujo contar con un Ferran Adriá, un José Andrés o un Paco Roncero, entre muchos otros, que están promocionando como nadie la dieta mediterránea, con el aceite de oliva a la cabeza, por todo el planeta, aunque los primeros en hacerlo han sido los italianos. Tenemos que aprovechar el viento a favor y vender nuestros productos por el mundo».

Ya fuera de España, Inglaterra es una plaza fuerte para los aceites de alta gama Castillo de Canena, seguida de Japón, Alemania, Estados Unidos y Canadá. Estos productos están presentes en algunos de los hoteles (Ritz de Londres, RAC Club, Four Seasons, en Hong-Kong) y restaurantes (Daniel, en Nueva York, el tres estrellas Michelin Hof van Cleve, en Bélgica, Calima, en Marbella, La Broche, en Madrid, etc.) más prestigiosos del mundo y también son distribuidos por las principales cadenas gourmet, como Williams&Sonoma (Estados Unidos) y Fortnum&Mason o Harrods (proveedores de la Casa Real Británica), entre otros. Del total de su producción, un 60 por ciento es destinado a la exportación.

¿Y cómo se accede a los grandes templos de la gastronomía y la distribución mundial? Rosa también tiene la respuesta. «Hay dos componentes importantes. Por un lado, la ca-



toy convencida es de que a los escolares también hay que enseñarles en los colegios, además de educación sexual, que también, qué es España y cuáles son los cuatro pilares básicos, y el aceite de oliva virgen extra tendría que ser de primero de educación básica... Luego nos quejamos de que tenemos unos niños obesos, por más que la mamá pluscuamperfecta compre el yogur enriquecido, la galleta con calcio y no sé cuántas cosas más, pero, eso sí, el aceite, de dolor. Pero es que, además, el aceite virgen extra no solamente es bueno para ahora, sino que construye el cuerpo del niño para el día de mañana, le ayuda a estar preparado para lo que viene después, para la oxidación que conlleva envejecer, que es la muerte celular».

LA PRODUCCIÓN INTEGRADA

De entrada, la producción integrada, que es la que se sigue en las 100 hectáreas de olivos dedicados a los aceites de alta gama de Castillo de Canena, permite la aplicación de técnicas de cultivo como la fertirrigación por goteo de los árboles. «Es como llevar el médico a las olivas, entender en qué estado se encuentran, qué necesidades tienen en cada momento». Además, la producción integrada excluye la utilización de pesticidas y herbicidas.

A los neófitos en la materia, entre los que, por supuesto, nos encontramos, les puede sorprender que los olivos también se rieguen, aunque con matices. «Nosotros sí regamos, reconoce Vañó, pero siempre con control porque si no los olivos se *aperran* (expresión genuinamente jienense), cuando lo ideal es que tengan un punto de estrés hídrico. Si te pasas con el agua, el árbol se piensa que está en un balneario, se relaja, y entonces produce menos y el aceite sale muy plano, pierde fragancias y sabores. Sin embargo, tampoco es bueno que no tenga suficiente agua porque entonces el fruto se amarga en exceso, sale con muchísimo picor y se descompensa».

Esta firma aceitera, que emplea a 74 personas y tiene su sede en el imponente Castillo de Canena, fortificación que data del siglo XVI y que da nombre a la empresa, aunque la mayor parte de sus plantaciones olivareras se ubican en tierras próximas a la histórica y monumental Úbeda, realiza todo el proceso productivo: cultivo, cosecha, molturación, conservación, envasado y comercialización. Una opción y una filosofía que les permite controlar la trazabilidad de sus productos y, añade Rosa, «hacer lo que queramos con nuestros aceites. Yo entiendo mis aceites porque sé de donde vienen, cómo se hacen, cómo se molturan, conservan y envasan. Hemos tenido fracasos, pero también éxitos, y sobre todo hemos aprendido mucho. Además, hay una parte de aspiración y de historia, de *glamour*, aunque quizás sea un poco frívola esta palabra porque aquí no existe *glamour* pues solo vendemos aceite de oliva, pero eso sí, de la más alta calidad».

¿Y por qué la comarca jienense de La Loma es la mayor productora mundial de aceite? Entre otras razones, porque esta zona goza de un microclima ideal para el cultivo de la aceituna,

pacidad que tenga el aceite de convencer ya que los mejores restaurantes no se rigen por pautas mercantiles sino por la calidad, el atractivo y la originalidad de los productos que emplean y ofertan. Si tu producto reúne estos elementos, es probable que cuenten contigo, pero también es fundamental que tus distribuidores sepan acceder a ellos».

MÁS ALLÁ DE LA ACIDEZ No son pocos los consumidores que a la hora de elegir un aceite se guían, además de por el precio, por el grado de acidez que aparece reseñado en las etiquetas, aunque, explica Vañó, «la acidez es solo uno de los muchos parámetros que informan sobre la salud, la correcta elaboración y la conservación de un aceite. El problema es que España es el país que peor informado está sobre el mundo del aceite de oliva, cuando somos el principal productor mundial. En Grecia, por ejemplo, todo el aceite que se consume es cien por cien extra virgen. En Italia, el 75 por ciento. En Francia, el cien por cien. ¿Y en España? Pues aquí el consumo de este producto no llega al 25 por ciento, el resto es aceite de oliva, sin más, y de semillas. Y esto ya te dice algo y es que el que no sabe, el que no está informado, no puede elegir. Si preguntas a cualquier persona por la diferencia entre un aceite de oliva y un aceite de oliva virgen extra verás como casi nadie lo sabe. Puedo estar o no de acuerdo con la Educación para la Ciudadanía, entre otras cosas, porque no sé muy bien lo que significa, pero de lo que sí es-

VARIETALES Y CATA

Varietal arbequino inicio de cosecha: manzana verde, hierba y almendra verde, con una potencia en intensidad frutal, amargor y picor superior a los aceites elaborados con la misma variedad en Cataluña, Navarra o Mallorca. El equilibrio entre estas tres variables es lo que otorga la nota de excelencia en la cata.

Varietal picual: heno, hierba recién cortada, tomate y un toque de rúcula y menta. Esta variedad posee una gran carga de polifenoles, aguanta muy bien el paso del tiempo y es, en palabras de Rosa, un aceite «supernoble».

Varietal royal: es un tipo de aceituna muy antiguo propio de la Sierra de Cazorla (en Jaén quedan actualmente unas 1.200 hectáreas de olivos de esta variedad). Por la dificultad que entrañaba su recogida (en su mayor grado de madurez), por cuestión de rendimientos y por ser más delicada, en el curso de los últimos siglos fue sustituida por la picual. «Pero nosotros -matiza Rosa Vañó- queríamos elaborar aceite royal temprano, así que hicimos la cata a principios de cosecha y dio como resultado un sabor a alcachofa, cáscara de plátano verde y hierba fresca. Es un aceite muy especial, muy apreciado por los chefs porque es muy distinto del resto».

como expone nuestra anfitriona. «Aquí se da muy bien el olivo, aunque no siempre ha habido tal cantidad de hectáreas cultivadas en La Loma porque mucho antes que el olivo se cultivó la vid. Las condiciones climatológicas son inmejorables: en invierno la temperatura puede caer hasta los seis o siete grados bajo cero y en verano llega a alcanzar fácilmente los 45 grados. Date cuenta de que aquí tenemos el parque natural más grande de España, como es el de la Sierra de Cazorla, las Vías y Segura. También disfrutamos de la mayor costa fluvial del país. Todo ello propicia un clima continental cien por cien que agradece el olivo».

Sin embargo, por culpa de las intensas lluvias registradas durante todo el invierno en Andalucía, y especialmente en Córdoba y Jaén, esta temporada la cosecha se ha prolongado hasta bien entrado el mes de marzo ya que las máquinas no podían acceder a las fincas, aunque las olivas destinadas a la elaboración de aceites de alta gama se encuentran a buen recaudo al haber sido recogidas entre octubre

y diciembre. En el caso de Castillo de Canena, buena parte de la producción ya se ha vendido y el resto reposa en los depósitos, con capacidad para 15.000 y 10.000 kilos, a la espera de comprador, momento en el que será envasada.

IMPACTO DE LA CRISIS «En España nos hemos mantenido. En previsión de lo que se avecinaba, elaboramos unos presupuestos con crecimiento cero, como así ha sido finalmente en 2009. En el mercado internacional hemos seguido creciendo. Por ejemplo, en Alemania hemos notado una importante recuperación y una actitud de consumo radicalmente distinta a la de nuestro país. En Japón la recuperación también ha sido impresionante y en Estados Unidos, que sigue expectante, indeciso, el consumo no es tan alegre porque la gente está a la espera de acontecimientos. No obstante, el balance es satisfactorio».

La figura del enólogo en el mundo de los vinos tiene su equivalente en el sector del aceite en el elayotécnico (elayo, prefijo del griego *élaion*, aceite), aunque no se encuentra tan extendida como en el primer caso porque sus funciones suelen ser asumidas por el maestro de almazara, que lleva la batuta y se encarga de la ejecución del aceite, pero no de sus calidades.

Y por fin, tras una pausa y varias llamadas a su teléfono, aparece Francisco Vañó, herma-

no de Rosa, abogado y director general del Grupo Castillo de Canena. Cuenta con una dilatada experiencia internacional, tras haber sido director general de los bancos Banesto y Santander Central Hispano en Italia, entre otros cometidos. Hace unos

años decidió fijar su residencia en Jaén y, por así decirlo, hoy es el «ojo que todo lo ve», supervisor directo y diario de la empresa, del campo, de los olivares, del diseño de los aceites y del área administrativa.

Realizadas las presentaciones, Francisco expone el proceso a seguir para saber cuándo ha llegado el momento justo de iniciar la cosecha. «Una vez que tenemos clara la cantidad de aceite que vamos a necesitar para la campaña, en el mes de septiembre seleccionamos distintas zonas de la finca y tomamos muestras de aceitunas de 50/80 árboles. Primero lo hacemos cada ocho o 10 días y conforme avanza el mes recortamos los plazos a cuatro y tres días, hasta llegar al muestreo diario. Recolectamos 10 ó 20 kilos de olivas en cada zona que luego molturamos en un pequeño molino. Los aceites así obtenidos son sometidos a la pertinente cata y valoración, llevando un registro diario de su evolución. De esta manera sabemos el momento idóneo para empezar la cosecha».

Dependiendo de la variedad, las temidas heladas afectan de distinta manera a los olivos. «Así, razona Francisco, si los árboles son jóvenes pueden llegar a morir, como nos pasó durante el invierno de 2005, porque la savia al helarse se expande y estalla dentro de los va-

los, lo mismo que el fruto, pues las celdillas que almacenan el aceite en el interior de la aceituna se rompen y acaba mezclándose con el agua, alterando la calidad del producto».

La vecería (tras una gran cosecha, le sigue otra mucho menor) se trata sin duda del mal endémico del olivo. «No obstante, puntualiza, Francisco Vañó, gracias precisamente al riego, así como a los sistemas de abonado, ahora es posible mitigar su incidencia. Una buena nutrición del árbol, aplicando un sistema de abonado a la carta, nos permite solucionar las carencias de potasio, de boro, azufre, hierro o lo que sea que requiera el olivo». Otra actuación importante, esencial para la buena salud de los árboles, pero todavía más para la cosecha, es el control y la eliminación de plagas. «Llevamos a cabo una lucha biológica sin tregua contra la mosca del olivo y el prais (insecto xilófago) con trampas de feromona, contra el repilo (hongo que amarillea las hojas) y el verticilo, otro hongo que se transmite por vía radicular, coloniza el árbol y puede matar ejemplares con 150 ó 200 años de antigüedad».

FUENTE DE SALUD Además de las ya conocidas propiedades cardiosaludables asociadas al consumo regular de aceite de oliva, como reductor del colesterol malo (LDL), preventivo

de las enfermedades coronarias, antioxidante, rebaja la presión sanguínea, alivia los efectos de la artrosis y la artritis reumatoide, facilita la digestión, contribuye a mejorar el aspecto y la tersura de la piel, atenúa los procesos febriles y es un pro-

bado agente cicatrizante, recientes investigaciones han vuelto a poner el foco en las virtudes de un producto sin parangón.

En este sentido, Francisco destaca que, pese a la creencia popular de que el aceite de oliva es cien por cien grasa, hay un pequeño porcentaje que no es tal, en el que se han identificado hasta 230 microcomponentes, alguno de los cuales, como el escualeno, que ya era extraído de los cartílagos del tiburón y utilizado en la medicina tradicional japonesa para cauterizar úlceras, llagas y pequeños tumores, ahora se ha demostrado que es un potentísimo anticancerígeno.

Definitivamente, el llamado *oro líquido* abre todo un mundo de posibilidades para la salud, máxime teniendo en cuenta que hasta el momento solo se ha analizado un 20 por ciento de sus componentes. «Lo que sí sabemos, porque está estudiado y verificado científicamente, remacha el director general de Castillo de Canena, es que la ingesta habitual de aceite de oliva (unos 20 ó 30 mililitros/día) es un preventivo excelente contra determinados tumores, como el cáncer de mama, y retrasa el temido envejecimiento celular». Ya lo dice el refrán: *Si quieres llegar a viejo, guarda aceite en el pellejo*, y si es virgen extra, mucho mejor.

INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN

Los propietarios de Castillo de Canena defienden la producción sostenible y el ahorro energético y por ello han instalado tres plantas de placas fotovoltaicas que reportan la electricidad que precisan (unos 300 Kw.) para la fertirrigación de los olivos. Esta dotación, inaugurada en 2007, supuso una inversión de 2,2 millones de euros.

Planta de biomasa. Otro proyecto pionero en el que participa esta empresa a través de la sociedad Elaion, integrada también por la Diputación de Jaén, Caja de Jaén, el sindicato UPA y la firma de ingeniería Geopónika, es la construcción de una planta de biomasa para generar electricidad aprovechando la madera procedente de las podas de los olivos. Las cooperativas y los agricultores interesados podrán ser socios, reducir costes durante la poda, evitándose la quema y recogida de los restos y, llegado el caso, repartirán beneficios. Además, según Francisco Vañó, «la puesta en marcha de esta instalación, con un coste cercano a los 50 millones de euros, tendrá un importante impacto social en la zona ya que creará numerosos puestos de trabajo». Según la previsión inicial, la futura planta procesará del orden de 10.000 toneladas de biomasa cada año.

Seguimiento por satélite. Castillo de Canena refuerza su decidida apuesta por la investigación, el desarrollo y la innovación (I+D+i) con un proyectos ya en marcha para obtener el máximo aprovechamiento del agua de riego, sobre todo en una provincia seca como Jaén. «Hemos colocado sensores que nos permiten comprobar a través de las imágenes captadas por un satélite cómo va cambiando el color de las hojas del olivo en función del aporte de agua, de la profundidad del goteo, de la penetración en las raíces, etcétera».

«La cata horizontal». A partir de una misma variedad, la arbequina, Castillo de Canena lanza al mercado tres aceites elaborados con aceitunas recogidas en octubre, noviembre y diciembre.



UNA FORTALEZA DEL SIGLO XVI RECONVERTIDA EN PALACIO



Entre Úbeda y Baeza

El Castillo de Canena, emplazado en la localidad jienense de la que toma su nombre y a una decena de kilómetros de la histórica Úbeda, primero fue un alcázar árabe, erigido sobre las ruinas de un castro romano. Pertenece a la familia Vañó (en la imagen inferior, los hermanos Rosa y Francisco), desde el siglo XIX y es la sede de una empresa vinculada al mundo del olivar desde 1780.

El terreno ocupado por la imponente sede de la empresa de la familia Vañó fue alcázar antes que castillo, construcción de la que todavía se conserva un aljibe, pero antes de todo albergó un castro romano.

Sin demora, Rosa pasa a exponer los detalles históricos. «Existe documentación que confirma que tras la caída de Toledo en el año 1085, el rey taifa Al-Qádir se refugió en esta fortaleza. Y ya en el año 1212, cuando el rey Alfonso VIII toma las Navas de Tolosa y decide crear una franja de castillos-fortaleza de la mano de la Orden de Calatrava, es cuando también se construye este castillo, un edificio que fue adquirido en el siglo XVI por don Francisco de los Cobos, secretario del emperador Carlos V, quien contrató al arquitecto renacentista Andrés de Vandelvira, autor de las catedrales de Jaén y Baeza, entre otras grandes intervenciones, para que reconvirtiera la antigua fortaleza en un castillo-palacio». Desde la última gran reforma del siglo XVI, el inmueble se ha mantenido inalterable, «salvo las reparaciones periódicas que tenemos que hacer -añade Rosa- porque el mantenimiento de una construcción de este tipo (fue declarado monumento nacional en 1931), es un río de dinero a pelo, sin ayudas, salvo una reducción del 20 por ciento en el impuesto de bienes inmuebles».

La superficie construida y habitable ronda los 2.000 metros, y solo los más de 200 metros del salón de baile ofrecen una idea de la grandiosidad de un conjunto que dispone de 14 habitaciones, varios salones, cuartos de baño, cocina, saletas y sendos comedores. El castillo es de planta cuadrangular, con dos grandes torres circulares en los ángulos de la fachada principal y dos más pequeñas en la parte opuesta, además de la torre del homenaje. El patio interior cuenta con doble galería y escalera claustral. La portada se abre con un arco de medio punto, flanqueado por pilastras corintias sobre plintos. También conserva el foso original y el puente de madera levadizo. Historia pura.





PRIMERÍSIMO PRIMER PLANO

Tras una minuciosa investigación, nos hemos topado con el doctor **I. Hoot**, búho psiquiatra de reconocido prestigio que trató a **Dumbo**. Lamentablemente, no pasó el corte final -posiblemente, la censura- y desapareció. Hasta que le hemos localizado en la edición del 70 aniversario en DVD y Blu Ray. En los bocetos se cuenta cómo el elefantito acude a su consulta. Aquél le recomienda ser sastre, actor, músico... sin mucho éxito.

javier m. faya
coordinación



Los vikingos son tipos bastante brutos, pero es necesario si quieren sobrevivir porque su aldea es atacada con frecuencia por dragones de diversas especies. Hipo, el chico más enclenque del pueblo, hace amistad con uno de ellos.

Los comienzos de la animación digital vieron marcados por la presencia de dos productoras, Pixar y Dreamworks, que desde el comienzo marcaron las pautas con un alto nivel. Ésta nos fascinó con **Shrek**, la historia de un ogro verde que venía a invertir todos los cuentos de hadas y que era, en cierto modo, una crítica solapada al universo Disney. Esta firma no siempre supo mantener ese nivel. Las posteriores producciones carecían de la arrolladora originalidad del ogro verde y, pese a su indudable calidad técnica, se dejaban seducir por el camino ancho de la facilidad: guiones simples y parodias de cosas ya existentes. La mayor parte de su producción animada eran meros *gags* superpuestos, chistes que, con más o menos fortuna, remitían a películas del momento. De ahí que resultasen tan efímeros. En **Madagascar**, y particularmente en **Madagascar 2**, esta forma de hacer cine acababa por convertirse en defecto: las tramas principales eran, en sentido estricto, totalmente superfluas.

Cómo entrenar a tu dragón, sin llegar a la excelencia de **Shrek**, marca un retorno. El guión, nada nuevo, es sólido; las secuencias de acción, espectaculares; los personajes tienen psicología y motivaciones interesantes; y, además, no deja que decaiga el ritmo.

La película nos introduce de lleno en la aldea vikinga bajo el ataque de dragones. Hipo, el protagonista, es relegado a un segundo plano mientras la fuerza bruta se impone para tratar de rechazar al enemigo.

El encuentro entre el protagonista y

uno de los gigantescos reptiles alados supone el primer giro argumental. La relación que se establece entre ambos recuerda a situaciones ya vistas en numerosas ocasiones, pero está tratada de un modo ejemplar. Hipo se va perfilando como una especie de **Vicky, el vikingo**. Allí donde domina la fuerza, él prefiere utilizar la inteligencia. De la amistad que establece con el animal surge un conocimiento mutuo. Hipo aprenderá lo que asusta a los dragones, lo que les gusta, lo que les motiva. Sin necesidad de la fuerza, aprenderá a controlarlos.

Al mismo tiempo, en un montaje alterno, la cinta nos va mostrando el entrenamiento de Hipo y sus amigos de la aldea, una especie de circo vikingo donde los chicos se entrenan. La aparición de estos secundarios muestra esa habilidad para mostrarnos matices en los personajes: la irracionalidad de Patán Mocososo, las teorías del empollón Patapez, o los hermanos Brusca y Chusco sumidos en una permanente discusión que llega al momento culminante mientras cabalga sobre un dragón bicéfalo y tratan de dirimir quién es el que conduce. Pero el principal de los secundarios es Astrid, una aguerrida muchacha que es en quien Hipo tiene puesto su corazón. El juego de distanciamiento y atracción entre ambos no tiene nada de tópico. Conocen las virtudes y defectos del otro y se observan tratando de averiguar si pueden ser compatibles. Cuando ambos monten en el dragón se establecerán los puentes de conexión entre ambos y un nuevo giro a la trama que conducirá al enfrentamiento final contra el origen de los males.

Otro elemento fundamental es la relación entre padre e hijo. Las diferencias con las películas animadas

de Disney son evidentes. Hay decepción, afecto, interrogantes, disputas... Lo que marca la verdadera diferencia, sin embargo, es ese peculiar final, un riesgo notable para una película infantil. Hay una cierta dosis de realismo: nada se consigue sin sacrificio. Pero no hay discursos ni moralinas.

EL CONCURSO JUEGO Y CÁMARA

Está de moda. Hoy te ofrecemos una de las tres unidades de Invizimals™ para PSP™ (PlayStation®Portable). Es mucho más que un juego pues en él va también incluida una cámara -GolCam- para divertirse hasta el límite. Ah, ¿cuándo fue la última vez que quisiste ser invisible? Escribe ya a: cine@serviciosdeprensa.com.



> ARTE

EL HOMBRE Y LA MATERIA

CaixaForum Madrid acoge hasta el 13 de junio 'La solitude organisative', una retrospectiva que repasa en 180 obras del mallorquín Miquel Barceló sus últimos 25 años. Tras su paso por la capital, llegará a Barcelona en julio.

En 1982, la Fundación La Caixa organizó en Barcelona y Madrid la exposición *26 pintores, 13 críticos: panorama de la joven pintura española*, donde se prestaba especial atención a Miquel Barceló, un mallorquín de 25 años que acababa de despuntar en la Bienal de Sao Paulo, y que, tras aquella muestra, presentó su trabajo en la Documenta VII de Kassel comenzando a consolidar su lugar a nivel internacional.

La institución y el artista comenzaron entonces una intensa relación que se ha estrechado año tras año, incorporando a su Colección de Arte Contemporáneo piezas de diferentes épocas del mallorquín, y organizando muestras como *El mar de Barceló*, que reflejaba el proceso creativo de la polémica cúpula de la sede de la ONU en Ginebra.

Premio Nacional de Artes Plásticas en 1986 y Príncipe de Asturias de las Artes en 2003, Barceló ha ocupado espacios privilegiados como el Louvre o el Centro Pompidou de París, y ahora CaixaForum Madrid alberga, hasta el próximo 13 de junio, una amplia retrospectiva que permite contemplar la evolución durante 25 años de uno de los creadores españoles vivos más internacionales.

Miquel Barceló (1983-2009). *La solitude organisative* incluye objetos experimentales e incluso privados, colocados junto a obras clave, sobre todo pinturas, así como cerámicas y esculturas, gouaches, acuarelas, dibujos, carteles, libros y cuadernos de viaje, además de telas de la colección personal del artista, que hacen de la muestra una oportunidad única para adentrarse en su mundo.

El ritmo y la variedad que presiden su trayectoria se hacen evidentes desde el propio exterior del recinto, coronado con una de sus últimas obras, la escultura monumental *Gran Elefant dret*, que representa a un paquidermo realizado en bronce de siete metros de altura, que se sujeta sobre su propia trompa.

Como sucede con ésta y otras muchas obras, incluida la que presta su título a la exposición, diversos mamíferos corpulentos aparecen como protagonistas de su trabajo. Barceló se apoya en ellos para crear particulares autorretratos en los que plasma el proceso de animalización que siente haber sufrido, en un camino hacia una humanización extrema, de retorno a su estado natural.

Eterno autodidacta, la exposición desvela sus muchas inquietudes temáticas y, a través de las piezas mostradas, se puede seguir su interés por el mar, los paralelismos que establece entre pintura y cocina, su atracción por las texturas creadas a partir de oxidaciones, degradaciones y goteos y su pasión por los viajes, físicos y mentales, que le han llevado a escenarios como Nápoles, el Himalaya, Nueva York o los Alpes, sin olvidar su residencia alterna entre Mali, Mallorca y la ciudad del Sena.

La muestra, que a partir de julio viajará a CaixaForum Barcelona, se estructura en siete espacios vertebrados por una sala larga poblada de lienzos pequeños y obras en papel. El primero de ellos, *El mar, el museo, la biblioteca y el estudio*, remite a los orígenes del artista; en *Un repertorio de la esperanza humana* aparecen las acuarelas con las que ilustró *La divina comedia* de Dante; en *Todos estos cuadros pertenecen al mundo terrenal* reflexiona sobre la pigmen-

tación e inclusión de elementos y objetos en sus lienzos; en *Huir del exceso* es central su encuentro con el continente africano; *Un diario* incluye muchas piezas personales, con collages y cuadernos de bocetos; *Chemin de lumière* evoca su relación con la meteorología; y *Retratos* cierra la exposición con representaciones de amigos y personas que admira.



> MÚSICA

GRAN SELECCIÓN



Este viernes llega a los cines españoles *Alicia en el país de las maravillas*, la colorista recreación en 3D que Tim Burton ha hecho sobre el clásico de Lewis Carroll, y, acompañando a la cinta, están ya a la venta dos discos con la música de la película: uno con la melodía incidental compuesta por Danny Elfman, y otro con 16 temas inéditos de grupos contrastados que han compuesto canciones eclécticas, inspiradas en las evocadoras imágenes de la película. *Almost Alice* reúne temas nuevos de artistas como Robert Smith (inconfundible en *Very good advice*, pese a no comparecer con The Cure), Franz Ferdinand (siniestros y hechizantes en *The Lobster Quadrille*), Wolfmother (arrolladores en *Fell down a hole*) o The All-American Rejects (todo un descubrimiento con su apuesta ligera en *The poison*), sin olvidar a Tokio Hotel o a Avril Lavigne (canta la única canción que aparece en el filme, *Alice*), o las pegadizas contribuciones de Owl City, Metro Station, 3OH!3 y Neon Hitch y Motion City Soundtrack.

> LIBRO

LA BURBUJA DIGITAL

El cantante de un grupo alternativo en auge aparece en un pinar con un disparo en la cabeza. Apenas tenía 27 años, como Janis Joplin, Jim Morrison o Kurt Cobain, y con su muerte se dispara la leyenda. En su última novela, *Lo verdadero es un momento de lo falso* (Suma de Letras, 19,90 euros), Lucía Etxebarria escribe: *Es la burbuja digital, producida por los medios, la que forja los imaginarios sociales*. Ella misma crea su propia burbuja y allí asienta el microcosmos que rodeaba al vocalista, trazando un vívido mosaico naturalista de las relaciones contemporáneas. Alternando la voz del narrador con declaraciones de quienes rodearon a la víctima, la valenciana nos presenta a dos decenas de personajes que comparten distintas variantes de dependencias afectivas, cuyos destinos se entrecruzan en la maraña de la vida. Con prosa ágil, sutil ironía y verbo directo, la escritora salpica el relato de reflexiones sobre el mundo actual, el papel de los medios, la sociedad consumista, los excesos, las carencias y los vínculos que nos unen.



TENDENCIAS



LAS WEBCAM OFRECEN MEJORAS PARA HACERSE UN HUECO

Microsoft presenta dos nuevos dispositivos que dan más luminosidad en el encuadre, aunque el entorno sea oscuro.

MICROSOFT

LIFECAM HD-5000 Y HD-6000

Pese a que el mercado de las webcam está de capa caída, ya que la mayoría de los portátiles que se ofertan llevan este dispositivo integrado, las compañías siguen lanzando modelos con una apuesta clara: la calidad de imagen y la rapidez de estos complementos externos.

Microsoft ha presentado dos aparatos dentro de la gama LifeCam: la HD-5000 y la HD-6000, que llegan con el *apellido* de TrueColor, que es la nueva tecnología que integran y que se encarga de aumentar el brillo de la imagen mediante el procesamiento de la misma, para darle una mayor luminosidad y un color mejorado, aunque las condiciones de luz sean malas. Así, la webcam analiza el entorno en el que estás y ajusta el marco para que se vea la imagen que quieres mostrar.

Ofrecen una resolución de 720p y vienen con enfoque automático.

El modelo HD-5000 cuenta con una base flexible para ajustarse a los monitores planos o a pantallas de ordenador, así como a una mesa. Por su parte, el diseño de la HD-6000 está pensado exclusivamente para los portátiles.

La primera cuesta 48 euros y está ya en el mercado, mientras que la segunda tiene un precio de 57 y la podrás encontrar en las tiendas a partir del mes de mayo.

Si quieres saber más, entra en www.microsoft.com/spain.



CONECTIVIDAD MÁXIMA Y ANDROID EN EL NUEVO HTC

HTC EVO 4G

Se conocía como HTC Supersonic, pero una vez que ya se ha presentado en sociedad, ahora ha adquirido otro nombre: Evo 4G.

Es un terminal con Android 2.1 como sistema operativo y un hardware Qualcomm Snapdragon a 1GHz.

Con 4,3 pulgadas de pantalla táctil y una resolución de 800x480 píxeles, nos encontramos con un móvil que cuenta con una cámara de 8 megapíxeles y flash, que puede grabar vídeo en alta definición. Además, también tiene otra cámara secundaria de 1,3 megapíxeles, mucho mejor que las VGA que nos encontramos en otros teléfonos.

En lo que respecta a la capacidad, cuenta con 1 Gb de almacenamiento interno y 8 Gb en forma de tarjeta microSD. Su memoria RAM es de 512 Mb.

Su conectividad es WiFi, Bluetooth, GPS y WiMAX, que te servirá para usar la red 4G.

Asimismo, puede usarse como hotspot WiFi, que significa compartir la conexión sin cables con hasta ocho dispositivos.

También integra la interfaz HTC Sense, soporte Flash y un complemento que te permitirá dejarlo de pie, como si fuera un marco de fotos.

Se prevé que llegue al mercado estadounidense a finales de verano, pero de las tiendas europeas no se ha dicho nada.



LAS BICICLETAS SON PARA EL VERANO



HMK 561

Ahora que se acerca el verano, ya es hora de olvidarnos del coche para desplazarnos, aprovechar el buen tiempo y contaminar menos. Y nada mejor que una bicicleta para hacerlo.

La que te presentamos hoy, por desgracia,

no es más que un concepto del diseñador Ralf Kittmann. El artista tiene previsto comercializar este biciclo, que estaría fabricado con fibra de carbono, para que sea cómodo tanto el desplazamiento como llevarla a cualquier lugar y, como dato a destacar, sobre todo para los más vagos, es que sería eléctrica.

La energía se transmitiría por el propio cuadro de la bici, sin cables de por medio, y llegaría a los motores, que estarían colocados en las dos ruedas.

Además, el sistema de freno de la HMK 561, que es el nombre que recibe, sería regenerativo y se encargaría de recuperar parte de la energía en ese proceso, de modo que contaminaría lo mínimo.

Está previsto que se empiece a comercializar en Estados Unidos a principios de otoño. Nosotros, por si acaso, estaremos pendientes.

NINTENDO PREPARA UNA CONSOLA 3D

NINTENDO

Cuando no hace ni un mes de la llegada de la nueva consola portátil de Nintendo, que nos ofrecía una pantalla notablemente más amplia, ahora la compañía japonesa vuelve a dar el *campanazo* al anunciar que en menos de un mes y medio podríamos conocer un dispositivo en tres dimensiones.

Sin nombre definitivo, aunque se aventura algo así como Nintendo 3DS, los jugadores podrán disfrutar, según señalan desde la empresa, de juegos con efectos de 3D sin necesidad de llevar ningún tipo de gafas especiales.

Esta nueva consola, además, será compatible con juegos de DS y DSi.

La firma nipona no ha avanzado mucho más, solo que se anunciarán más detalles en la próxima feria E3, que tendrá lugar en Los Ángeles a mediados de junio.



EL DESPERTADOR QUE TE AYUDA A DORMIR

PHILIPS WAKE UP HF3480

Hace ya bastante tiempo que trajimos a estas páginas el Wake Up de Philips. De hecho, lo hemos incluido en la sección más de una vez. La primera, cuando apareció en el mercado español, hace ya dos años y medio. Y, desde entonces, un par de ocasiones más, con motivo de sus innovaciones.

Como bien puedes imaginar, nuevamente los presentamos porque han sufrido una remodelación. Es más, han actualizado el modelo anterior para lanzar otro, el HF3480, que conserva el diseño pionero de este despertador, pero que incorpora una función de atardecer, perfecto para ayudar a dormir a los más pequeños de la casa. Así, se puede programar para que la luz y el sonido vayan reduciéndose de forma gradual para provocar sueño de forma natural en los más pequeños. Para ellos se han incorporado nuevos sonidos de la naturaleza, tales como pitidos, la selva o pájaros en un bosque.

Como ya es habitual en estos dispositivos, también se encarga de hacer tu despertar más llevadero, simulando el amanecer en nuestra habitación.

La incorporación de esta nueva función ha hecho que el dispositivo se encarezca, de modo que cuesta 150 euros, en comparación con el anterior modelo, que costaba 100.

Más información en www.philips.es.



PARÁLISIS AGITANTE

Es más que una enfermedad. En la actualidad, se ha definido como un problema sociosanitario y una de las principales causas de dependencia. Fármacos y ejercicio físico regular es lo recomendado por los expertos para estabilizar y controlar los síntomas de una afección temida como es el Parkinson.

Los síntomas por los que se identifica la enfermedad de Parkinson, y a la vez los más conocidos, son el temblor, la rigidez, la falta de equilibrio o la lentitud de movimientos. Pero no son los únicos, puesto que los afectados por este trastorno sufren otras alteraciones que no se ven y que pueden surgir incluso con anterioridad a los primeros. Son los conocidos como *no motores*: depresión, alteraciones del sueño o dificultades para iniciar la actividad tras el descanso nocturno.

La causa estriba en una reducción del nivel de dopamina en el cerebro, el neurotransmisor implicado en el control de los movimientos. Las primeras manifestaciones suelen ser muy sutiles hasta que se aprecia con claridad la conjunción de los tres signos más conocidos de la enfermedad.

Este trastorno neurodegenerativo afecta en nuestro país a cerca de 200.000 personas y, curiosamente, tiene mayor incidencia en las zonas rurales que en las urbanas. La explicación a este aspecto podría estar en los factores ambientales, ya que en estas áreas es más frecuente la contaminación de los acuíferos por pesticidas o herbicidas y la exposición a otras sustancias tóxicas.

Según el profesor Manuel Domínguez Carmona, catedrático de Higiene y Sanidad de la Universidad Complutense de Madrid y Académico de Número de la Real Academia Nacional de Medicina, «además existen otros condicionantes genéticos que también influyen en que las personas que están en contacto con este tipo de sustancias, más empleadas en el campo que en la ciudad, tengan un mayor riesgo de sufrir Parkinson». Y añade que «esta patología es una de las principales causas de dependencia. Por ello, el conocimiento de los factores genéticos y ambientales que lo provocan es fundamental para evitar los riesgos, así como para hacer un diagnóstico y tratamiento precoces».

En la conferencia pronunciada por este experto recientemente en la Academia, titulada *El Parkinson y su prevención*, afirmó que «el consumo de antioxidantes a través de la dieta, que se encuentran en las frutas, verduras, pescado y en otros alimentos ricos en vitamina A, C y E, es una buena medida para prevenir o disminuir su progresión». Y pese a que es difícil hablar de evitar el mal, los investigadores apuntan a la relación con determinados aspectos genéticos y al envejecimiento acelerado de los tejidos cere-

brales: «Aunque actualmente no existe cura para el Parkinson, sí que podemos controlar las evidencias de la enfermedad y evitar su progresión hasta los estadios más avanzados».

Según la doctora Pilar Sanz, del Servicio de Neurología del Hospital de Mataró (Barcelona), en la actualidad los retos en el estudio del Parkinson «pasan por conocer los desencadenantes de la enfermedad, para desarrollar un tratamiento causal. Sin embargo,

mientras no demos con el origen, existen otras metas, como frenar la evolución, si no podemos detenerla y mejorar significativamente la calidad de vida de los pacientes reduciendo los efectos secundarios de los tratamientos y facilitando su administración».

UNIDAD DE CRITERIOS Con el fin de consensuar y unificar los criterios de actuación siguiendo la evidencia científica



actual, destacados especialistas de la rama de la Neurología han presentado unas guías prácticas, elaboradas por la Sociedad Española de Neurología (SEN) en colaboración con UCB Pharma. Según la doctora Sanz, «estas pautas son un documento trabajado por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento con las que se pretende facilitar a los profesionales la toma de decisiones diagnósticas y terapéuticas y elaborar un texto que sirva de referencia en la práctica clínica a los neurólogos que en España diagnostican y tratan esta patología».

Pero en este encuentro el tema central lo constituyeron los tratamientos y, en este sentido, es importante destacar los resultados obtenidos en los que se llevan a cabo con rotigotina, un fármaco que ha mostrado mejoras clínicamente relevantes y estadísticamente significativas sobre el sueño y los síntomas motores matutinos relacionados con el Parkin-

son. También actúa beneficiosamente sobre diferentes aspectos de la calidad del descanso, con la repercusión que este aspecto tiene sobre la calidad de vida de los pacientes.

Por otra parte, otra de sus ventajas es que su vía de administración es en forma de parches, lo que hace que su absorción a través de la piel se produzca de forma gradual durante las 24 horas, permitiendo así aproximarse a la estimulación de los receptores dopaminérgicos de forma similar a la del cerebro sano.

Hoy se celebra el día mundial de esta enfermedad, coincidiendo con el aniversario del nacimiento de James Parkinson, neurólogo británico que en 1817 descubrió lo que en aquel tiempo llamó *parálisis agitante*. Desde entonces, asociaciones de pacientes de todo el mundo conmemoran este día con actos públicos de interés general que pretenden difundir la realidad de esta enfermedad y sensibilizar a la sociedad en general sobre la misma.



NOVEDADES EN EL TRATAMIENTO

Las últimas investigaciones sobre esta enfermedad reflejan que los pacientes medicados con rotigotina mejoran significativamente en el sueño y los síntomas matutinos de la enfermedad. Además, su administración en forma de parches facilita la absorción del medicamento durante toda la jornada.



EN
PEQUEÑAS
DOSIS

LA IMPORTANCIA DE LA DETECCIÓN PRECOZ

Tenemos la idea asumida de que el Parkinson es una enfermedad degenerativa que afecta a personas mayores. Y no siempre es así: por lo menos en un 10 por ciento de los casos aparece antes de los 40 años de edad. Y, por eso, los expertos señalan que sería ideal encontrar marcadores biológicos para detectar la patología en las primeras etapas; porque cuando la afección da sus primeras señales clínicas, han transcurrido ya varios años de degeneración y las soluciones son menos eficaces.

El ejemplo más claro que un paciente de Parkinson puede contar, es que siente dificultades en el motor de arranque. Falla la sustancia que pone en marcha las neuronas encargadas del movimiento.

No se conoce la causa. Simplemente se sabe que resulta de un déficit de dopamina, un mediador químico producido por el cerebro y que interviene en el comienzo, previsión y ejecución del movimiento y de los gestos. Es una enfermedad edad-dependiente; o sea, que normalmente se asocia con la vejez o con la mayoría de edad. Pero el problema no es solo ése. Es que resulta cada vez más frecuente y aparece en los momentos más fructíferos de una vida: a partir de la cuarta década. Por eso no es extraño oír que el padre de una persona que esta afectada por este trastorno «no es tan mayor». Y también se sabe que afecta especialmente a quienes ostentan cargos de alta responsabilidad.

La cuestión está en que hay un envejecimiento prematuro de la sustancia negra del cerebro. El temblor es uno de los síntomas más llamativos y se produce cuando el individuo está en reposo y mejora cuando realiza un movimiento voluntario. No es el síntoma más frecuente, como se cita en la estadística que reproducimos al final de estas líneas. También son usuales los problemas al andar y la dificultad para mantener el equilibrio.

Suele pensarse que padecen trastornos cognitivos, pero esa creencia se debe a la inexpresividad de la cara y a la monotonía del lenguaje. Pero no hay ninguna deficiencia del conocimiento. Los pacientes de Parkinson pueden ser más lentos al responder a una pregunta en una conversación, y si lo unimos a la falta de expresión puede pensarse en algún problema auditivo. Pero no es cierto.

La prevención primaria, al ignorar la causa, es de momento imposible. Probablemente, el origen dependa de muchos factores. De hecho, se ha atribuido a agentes externos y, sobre todo, tóxicos. Pero en todo caso la relación con la edad es tan clara que deja pocas esperanzas al hallazgo de una razón ajena a la persona. Con los años, el número de células de la sustancia negra del cerebro disminuye considerablemente. Y, recientemente, se ha descubierto una anomalía genética en algunas familias con varios miembros afectados. Pero solo en algunas.

ramón
sánchez
ocaña
experto en
salud

Principales dificultades de los pacientes españoles

- Dificultad para salir de casa	89 %
- Cansancio	86 %
- Problemas para escribir	84 %
- Dificultad para hacer cosas solo	83 %
- Falta de equilibrio	82 %
- Tristeza y depresión	78 %
- Temblor	73 %
- Impedimento para vestirse	64 %

CUIDADOS A TIEMPO, TAMBIÉN EN PRISIÓN

La vinculación entre las drogas y la privación de libertad genera graves consecuencias en pacientes con enfermedad mental, situaciones en las que la conducta del afectado se ve alterada hasta el punto de terminar, en ocasiones, por no ser responsable de sus actos.



Quizá las enfermedades que resultan más dolorosas y difíciles de tratar en la mayoría de los casos sean aquellas que afectan a nuestra mente. En ocasiones, la dificultad radica en lo complicado del diagnóstico; otras veces, en que pueden convertirse en crónicas y acompañar al paciente a lo largo de toda su vida. Pero si cualquiera de las variantes de este tipo de patologías se presentan en individuos que se encuentran inmersos en el mundo de la droga o privados de libertad, sus efectos resultan aún más graves.

Esta reflexión se ha planteado a raíz del conocimiento de nuevos datos que reflejan que el 40 por ciento de los reclusos ingresados en las cárceles españolas padece algún tipo de afección relacionada con los trastornos mentales, de los cuales la mitad tiene problemas vinculados a sustancias ilícitas. Así lo afirma el subdirector general de Coordinación de Sanidad Penitenciaria, José Manuel Arroyo Cobo, quien ha precisado, además, que el cuatro por ciento de los reclusos que sufren estos síntomas padece una patología de carácter grave. Por este motivo, Arroyo ha anunciado el lanzamiento de

un protocolo de atención integral al enfermo mental en prisión, que próximamente contará con la colaboración de entidades y organismos de la comunidad autónoma donde se encuentran las cárceles en las que residen los enfermos, con el fin de movilizar los internos que hay en prisión y dar continuidad en la asistencia.

Al mismo tiempo, se generará un programa de formación especializada para los profesionales asistenciales, entre ellos, médicos, enfermeros, auxiliares y psicólogos. Como ejemplo, 25 internos de la Prisión Provincial de Villahierro, en Mansilla de las Mulas (León), asisten desde febrero al Programa de Rehabilitación Psicosocial para Personas con Enfermedad Mental Crónica, que desarrolla la Asociación Leonesa de Familiares de Enfermos Mentales (Alfaem).

La finalidad principal de este programa, dirigido a pacientes con enfermedad crónica, es lograr un proceso de rehabilitación y que «el recluso asuma un adecuado proceso de reinserción social», afirma Alvarez. Y añade: «Si de por sí es difícil la convivencia en un hogar afectado por una patología de estas características, la situación se complica aún más cuando el afectado entra en el mundo del delito. Por lo que el tratamiento de los enfermos en prisión cobra un doble valor».

Escuchamos a diario que nuestros familiares, amigos y compañeros de trabajo dicen: «Si no fuera por este trabajo tan esclavo y las deudas que tengo, yo sería feliz». Parece que siempre hay algo, algún obstáculo, desgracia o problema que nos impide poder disfrutar o nos hace desgraciados. Nuestras palabras, nuestros pensamientos y todo nuestro ser gira como una peonza en ese único ladrillo del lamento, de la queja y del hábito de repetir mensajes negativos, sobre nosotros mismos y nuestras vidas allá por donde vamos.

DEJA YA DE SUFRIR

Hay personas tan habituadas a buscar compasión y a llorar sus penas que provocan la espantada de cuantos les conocen, porque desde que se levantan hasta que se acuestan no cesan de repetir, subrayar y recordar a todo el mundo lo desgraciadas que son. Se han instalado en el sufrimiento, que es la consecuencia de toda una cadena de pensamientos, sentimientos y cavilaciones mentales negativas y autodestructivas que han bloqueado toda su energía, su entusiasmo y optimismo vital. El dolor es normal y pertenece a la vida lo mismo que el placer. Hay incontables carencias, desgracias, problemas y adversidades que nos causan malestar, pero el sufrimiento es la cosecha de lo que hacemos con el dolor. Quien no cesa de abrir y reabrir las heridas con sus palabras, pensamientos, sentimientos y actitudes de queja, rabia, lamento y frustración, bloquea en sí mismo los mecanismos de vida, de ilusión, de recuperación y de ganas de vivir y convierte en *profecía autocumplida*, todos los males que dice padecer.

Todos los médicos, psicólogos, psiquiatras, enfermeros y personas que de manera más o menos directa tratamos con enfermos, sabemos en qué medida enferma física y psicológicamente una actitud destructiva de cada uno y permanente lamento.

El empecinamiento y enclaustramiento en el sufrimiento o estado lacrimógeno y de permanente queja es la causa del bloqueo que se practican a sí mismas incontables personas, que no saben sublimar el dolor y dar paso a una nueva dimensión de aceptación serena y hasta gozosa, de elegir emociones y actitudes optimistas, aunque realistas, pero de esperanza y de vida. Si no puedes cambiar tus circunstancias, cámbiate a ti mismo y ama y acepta lo que es y recuperarás la paz interior y la alegría de vivir.

bernabé
tierno
psicólogo y
escritor

ANSIEDAD

MÁS FRECUENTE DE LO QUE PARECE

Entre el 10 y el 15 por ciento de la población española puede padecer en algún momento de su vida un ataque de ansiedad, una experiencia «desagradable, intensa y excesiva de alerta, de desasosiego y de peligro que se presenta normalmente acompañada de temblores, dolor muscular, dolores de cabeza, sudoración, sequedad en la boca, frecuencia cardíaca y respiración acelerada», según afirma el catedrático de Psiquiatría de la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB), Antonio Bulbena. Según este experto, la ansiedad es una enfermedad en la que el sistema de alarma se dispara excesivamente. Los síntomas pueden ser abruptos, como en la crisis de angustia, pero más a menudo son crónicos y se pueden manifestar en el área emocional, mental y conductual.

LUZ SOLAR



ALIADA CONTRA LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Investigadores de la Universidad de Wisconsin en Madison (Estados Unidos) han constatado los beneficios de la luz solar sobre la esclerosis múltiple. Y para ello se han basado en la observación de que esta enfermedad se diagnostica rara vez en las poblaciones más cercanas al ecuador y, sin embargo, su prevalencia aumenta entre las personas cercanas a los polos. Los autores sugieren que si la radiación ultravioleta reduce por sí sola los síntomas, es más efectiva que los suplementos de vitamina D, como se creía hasta ahora.

PARA SER PADRES EN UN FUTURO

Los avances en los métodos de reproducción asistida no paran. La demanda social de este tipo de procedimientos obliga al sector a mejorar cada día, con la implementación de nuevas técnicas.

Los bancos de esperma de los hospitales españoles implantarán una nueva técnica de congelación de semen. Se denomina vitrificación y una de sus principales ventajas es que consigue reducir en más de media hora el tiempo de congelación, además de simplificar procesos clínicos como el lavado de este fluido en parejas con sida o hepatitis.

Esta técnica ha sido expuesta recientemente en el encuentro internacional celebrado en Granada con motivo del Campus de la Sociedad Europea de Reproducción Humana y Embriología (Eshre) y está en vías de experimentación y optimización en los laboratorios, aunque ya se ha puesto en marcha en algunos centros sanitarios de Alemania.

Los bancos de semen funcionan actualmente gracias a muestras de esperma que se conservan por medio de una técnica denominada de congelación lenta, con

la que se tarda entre 45 minutos y una hora en preservar de 0,5 a 1 mililitro de semen, según afirmó el doctor José Antonio Castillo, miembro del comité local del encuentro de la Eshre. Con la nueva técnica, expuesta en Granada por Raúl Sánchez, científico chileno que trabaja en Alemania, el tiempo se reduce a menos de 10 minutos para congelar 0,1 mililitros de líquido.

El doctor Castillo explicó que la Unión Europea promueve a través de una Directiva, puesta en marcha en 2006, el registro de todos los centros en funcionamiento y un mayor control del trabajo que los técnicos llevan a cabo con las muestras recogidas. Éstas no solo provienen de donantes anónimos, sino también de varones que van a recibir tratamiento oncológico o van a practicarse una vasectomía, pero no quieren descartar la reproducción asistida de sus compañeras. Dicha normativa está totalmente incorporada a los centros hospitalarios de países como Reino Unido y Dinamarca, sin embargo

en otros como España o Suecia únicamente está en vías de implantación.

El citado encuentro reunió a científicos de distintos ámbitos, desde la ginecología y la andrología a la embriología o las técnicas de laboratorio y en él se reconoció el trabajo del banco de semen del hospital granadino Virgen de las Nieves, que empezó a funcionar hace ahora 30 años, el tercero en España. En esta unidad se logró la primera gestación en el sistema sanitario público de Andalucía por fecundación *in vitro*, en 1986, y por microinseminación en 1998. Tras los inicios, tienen en su haber el logro de más de 1.000 embarazos con muestras procedentes de su banco, tanto de biopsia de testículo como de semen de donantes o pacientes atendidos en ella.



julia
martínez
texto



maría
jesús
álava
psicóloga

LOS HIJOS ÚNICOS

Tener un solo descendiente es una tendencia al alza debido a los cambios socio laborales del entorno. Ante esta situación hay que tener en cuenta ciertos aspectos que resultarán de gran relevancia en la educación del menor.

En la actualidad, entre el 20 y el 30 por ciento de las familias decide tener un solo hijo. Las razones que lo explican son múltiples:

- Las mujeres cada vez se incorporan más tarde al mercado laboral, y lo hacen con mejores niveles de preparación y cualificación, por lo que no desean abandonar su trayectoria profesional después del nacimiento de su primer hijo.

- La edad de la maternidad se ha retrasado en los últimos años.

- Muchas parejas padecen problemas de fertilidad.

- En un mercado tan competitivo como el actual, las condiciones para compaginar la vida profesional y la vida familiar son muy difíciles.

- Numerosas parejas se rompen antes de tener un segundo descendiente.

Las familias numerosas han pasado de ser mayoritarias hace unas décadas, a constituir solo el 10 por ciento del total de los núcleos familiares. Ante esta situación, ¿estamos preparados para afrontar los retos que nos plantea la educación de unos hijos, que deben vivir una realidad muy distinta a la que nosotros tuvimos? El hijo único, con frecuencia, ha estado asociado con la idea de ser un niño sobreprotegido, mal criado y habitualmente egoísta. No obstante, su evolución dependerá en gran medida de la educación que le den sus padres.

Los hijos únicos ya no tienen la sensación de ser raros, muchos de sus compañeros también lo son, pero este hecho, a priori, conlleva una serie de ventajas e inconvenientes, que podemos potenciar o mitigar con nuestra actuación:

VENTAJAS DE LOS HIJOS ÚNICOS

- Son niños muy queridos, que acaparan toda la atención de sus padres y de parte de la familia (abuelos, tíos...).

- Gozan de determinadas posibilidades que, en el caso de tener más hermanos, serían menos viables (opción de acudir a ciertos colegios, universidades, cursos de idiomas, estancias en el extranjero...).

- Son pequeños con un seguimiento muy es-

trecho, que está producido por la dedicación de sus padres.

INCONVENIENTES DE LOS HIJOS ÚNICOS

- No tienen hermanos para jugar o compartir vivencias, dudas, juegos, espacios...

- Están demasiado tiempo rodeados solo de adultos en casa.

- Suelen ser de manera permanente el centro de atención.

- Con frecuencia están sobreprotegidos y carecen de la posibilidad de desarrollar una serie de aprendizajes ante las dificultades y las crisis. Interiorizar estos aspectos les proporcionaría recursos y habilidades importantes para su vida.

PAUTAS A ADOPTAR

- Dejarles respirar, no estar permanentemente encima de ellos. No atosigarles con nuestras preguntas ni con nuestras preocupaciones.

- Potenciar que jueguen de vez en cuando solos, que aprendan a pensar, a crear, a discutir, a utilizar su imaginación y a desarrollar

su lógica, sin la presencia de los adultos.

- Fomentar actividades con otros niños, tanto a nivel individual como grupal.

- Apuntarles a deportes donde tengan que compartir y trabajar en equipo.

- No darles todo lo que nos pidan. Mostrarles el valor del esfuerzo y las enseñanzas que encierran las contrariedades.

- Estar a su lado cuando lo necesiten para prestarles apoyo, no para solucionarles sus problemas.

- Dejar que se enfrenten a las dificultades, que aprendan a resolver sus dudas y que desarrollen sus habilidades.

- Mostrarles un modelo de personas abiertas, sociables, seguras, generosas y flexibles. (Recordemos que aprenden básicamente por imitación, de ahí la importancia que tiene ser coherentes entre lo que decimos y lo que hacemos, pues somos su principal modelo).

- Respetar sus individualidades. Es posible que muchas de nuestras expectativas se queden sin cubrir, pero ellos no son responsables de que nosotros, como padres, no tengamos más oportunidades.



GASTRONOMÍA

MEJOR A MANO

A pesar de lo que diga el protocolo, prescindir de los cubiertos es la manera más práctica de degustar los percebes y las nécoras. Estas últimas, deben servirse enteras y sin salsa.

Hace ya un montón de años se disputaron en mi ciudad natal unos campeonatos del mundo de atletismo militar, con participación de algunas grandes figuras y que se saldaron con llenos hasta la bandera en el viejo estadio de Riazor. Yo era aún un chaval con el Preu recién aprobado, pero un pariente mío, redactor deportivo, me coló en una cena que se ofrecía a la prensa internacional. Naturalmente, había marisco. Entre otras cosas, percebes. No me acuerdo de si estaban buenos, aunque supongo que sí, porque lo que recuerdo es el divertido espectáculo que ofrecieron a la concurrencia dos periodistas alemanes empeñados en comerse los percebes... con cuchillo y tenedor. He de matizar que por entonces no se le había ocurrido a Ferran Adriá experimentar con los percebes: debía tener solo dos o tres añitos. No: eran percebes de los de siempre, con su piedra, su uña y su coraza. Ah: lo consiguieron.

También logró, bastantes años después, también en Coruña, comerse una nécora usando los cubiertos un amigo mío que une a un gran paladar una prevención exagerada ante toda manipulación ajena de su comida. No los cubiertos auxiliares para el marisco, que como todo el mundo sabe sirven de bien poco, salvo las tenazas, sino, como los alemanes, con cuchillo y tenedor. Nunca olvidaré cómo le miraban los camareros. No era, precisamente, con admiración, sino con la ira que les producía aquel ciudadano que amenazaba con eternizarse en la ocupación de una mesa cuando el local estaba abarrotado de público que esperaba que alguna quedase libre.

Yo creo sinceramente que percebes y nécoras son dos cosas que como mejor se disfrutan es a mano. Los primeros requieren cierta habilidad para no ponerse perdido uno ni poner perdido al de enfrente; las segundas exigen paciencia, práctica y perseverancia para alcanzar todos los sabores ocultos en su interior. Ciertamente, todo se puede hacer; pero estoy seguro de que la mayoría de ustedes convendrá conmigo en que es mucho más complicado apelar a los cubiertos tradicionales para comer estos mariscos.

Tampoco soy muy partidario de servir las nécoras a *la madrileña*, es decir, ya abiertas y divididas en porciones. Sí, le ahorran al no demasiado habituado un trabajillo que es latoso, pero satisfactorio... aunque sean bastantes quienes piensan que las nécoras exigen demasiado trabajo para poco rendimiento; habría que decir que es posible que ese rendimiento sea poco si lo consideramos cuantitativamente, pero no cualitativamente: una buena nécora, bien llena, es una delicia, y compensa la molestia.

Pero últimamente he visto que hay una forma que a mí me parece poco afortunada de presentar las nécoras. Me pasó en Vilagarcía de Arousa, donde me pusieron delante un arroz que venía en una olla de esas de color marrón rojizo *de toda la vida*, y que llevaba como *ilustraciones*... nécoras partidas en dos, con un corte desde el entrecejo a la

parte trasera. El arroz sabía muy bien; las nécoras... no sabría decirlo, porque no me las comí. Bueno, pensé; de lo que se trata en un arroz es de que éste se impregne del sabor de lo que le ponemos, y en este caso lo ha hecho, así que me sobran las nécoras y, además, odio pringarme.

Creí que habría sido un caso aislado. Una nécora es un cangrejo, pero no es un vulgar cangrejo de los que usamos para dar sabor a una sopa de marisco. La nécora tiene entidad suficiente como para ser protagonista, nunca un simple ingrediente de otro plato. Un cangrejo anónimo puede acabar dando sabor a un guiso; una nécora, no. Vamos, poder sí que puede, pero... qué desperdicio.

Bueno, pues hace un par de días vi a mi admirado y querido Arguiñano haciendo un plato ante las cámaras... que culminaba con la incorporación de unas cuantas hermosas nécoras cortadas al medio y cocinadas en una salsa que no dudo que fuera apetitosa, pero... ¿Cómo se comen esas medias nécoras? ¿A mano? Las cosas salseadas nunca deben comerse con los dedos, y estas nécoras tenían bastante salsa. Ojo: no digo que no se pueda, sino que no se debe. ¿Con cubiertos convencionales? Inténtenlo. Proporcionarán un divertido espectáculo a sus compañeros de mesa.

EL VINO

MANZANILLA PASADA PASTRANA

D.O. JEREZ

Con la Feria de Abril a la vuelta de la esquina, no queda otra opción que recomendar una buena manzanilla (la alcohólica, se entiende) para imbuirse de la fiesta, aunque uno no esté por tierras andaluzas. En este caso, destacamos Manzanilla Pasada Pastrana, de la bodega Vinícola Hidalgo y Cía, una opción buena y relativamente económica.

El nombre de este vino -que como todas las manzanillas se elabora en la localidad gaditana de San Lúcar de Barrameda- procede del viñedo Pastrana, en el pago de Miraflores, conocido por proporcionar la mejor uva Palomino de la zona de Jerez Superior.

Cata:

A primera vista destaca su color amarillo oro. Posee un aroma intenso, con marcadas notas salinas, de aceituna y almendras fritas. En boca es fino, no muy corpulento, repitiéndose las sensaciones de nariz, con frutos secos.

Consejo:

Si usted no es demasiado sibarita y no le importa comer algo sacrilegio de vez en cuando, puede mezclar la manzanilla con Sprite para conseguir ese *rebutito* que tanto gusta en el sur.



MAYA HANSEN FOTOS: IFEMA



ROMPIENDO MOLDES

Desfile de **MAYA HANSEN** en Cibeles Madrid Fashion Week. FOTO: KILE MIRANDA

Su especialidad son los corsés y su debut en El Ego de la última edición de Cibeles no dejó indiferente a nadie. Maya Hansen se ha convertido en los últimos meses en una sólida promesa de la moda española y ha compartido con 'Osaca' su aventura.

Siete de la tarde del 18 de febrero de 2010. En esta jornada ha arrancado la 51 Cibeles Madrid Fashion Week, y quienes han abierto los desfiles han sido los diseñadores de El Ego, la plataforma de jóvenes talentos organizada por Ifema dos veces al año en el marco de la Pasarela Cibeles en la que se ven las propuestas más originales y arriesgadas. Está a punto de comenzar el desfile de Maya Carbajal Alex-Hansen, graduada con matrícula de honor por el Centro Superior de Diseño de Moda de Madrid y el *alma máter* de Maya Hansen, fundada en 2004. En sus inicios fue concebida como una marca de ropa gótica, pero desde 2006 se especializa como *corsétière*. Entre bambalinas, la diseñadora da el visto bueno a las modelos y confiesa sus nervios. «Aunque ya es la tercera colección que presentamos en pasarela porque desfilamos en la Semana de la Moda de Valencia en septiembre de 2009 y febrero de este año, siempre quieres hacerlo bien, y sobre todo cuando se trata de algo como El Ego, una posible puerta de entrada a Cibeles», explica Maya.

+ INFORMACIÓN

El Ego

www.ifema.es

L'Oréal Paris

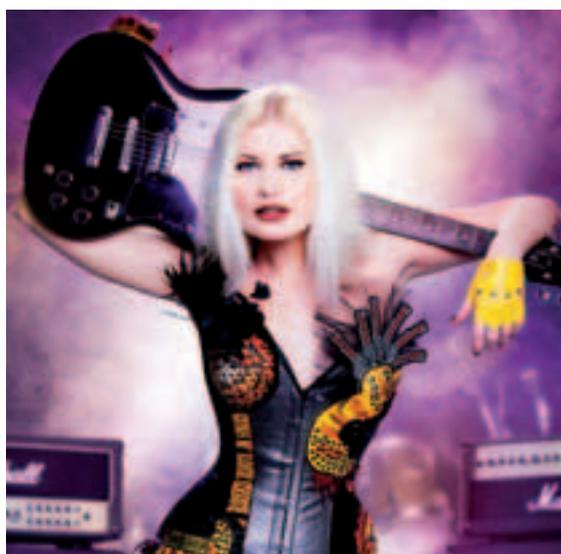
www.loreal-paris.es

Maya Hansen

Corsetry

www.mayahansen.com

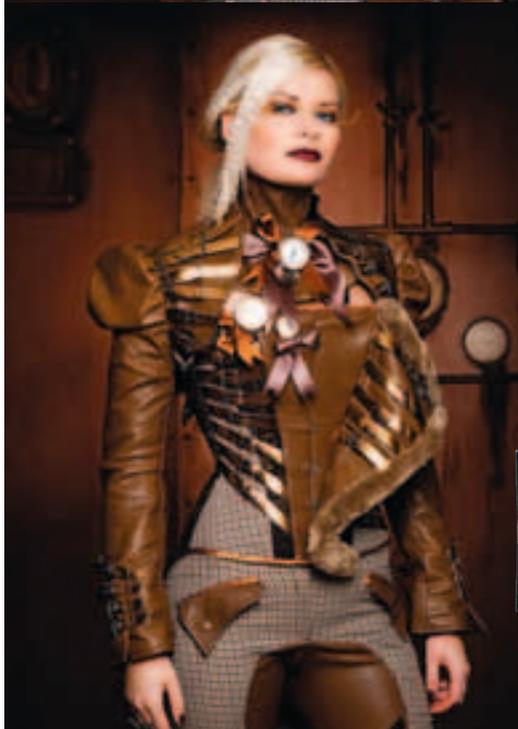
A RITMO DE HEAVY METAL Un trueno sacude la pasarela y al ritmo de *Thunder* de AC/DC irrumpe pisando fuerte la primera modelo del desfile de Maya. En todas sus propuestas, frescas y trasgresoras, la prenda fetiche es el corsé. Unas ropas inspiradas en las de principios del siglo XX, que elabora siempre utilizando tejidos de alta calidad. Las que componen esta colección que presenta en El Ego de Cibeles se agrupan bajo el nombre de *Heavy Metal Couture* y son una mezcla entre la iconografía de los grupos de música *heavy* con el concepto de prendas bien acabadas tipo costura. «Hemos querido mezclar símbolos que se consideran descarados con corsés tipo costura de acabados cuidados para unir clasicismo con provocación», describe la diseñadora. Al terminar el desfile, los calurosos aplausos calman los nervios de la debutante de Cibeles.



Hansen posa con sus propios diseños, de la colección 'Steampunk'.
FOTO: MARCELO AQUILIO

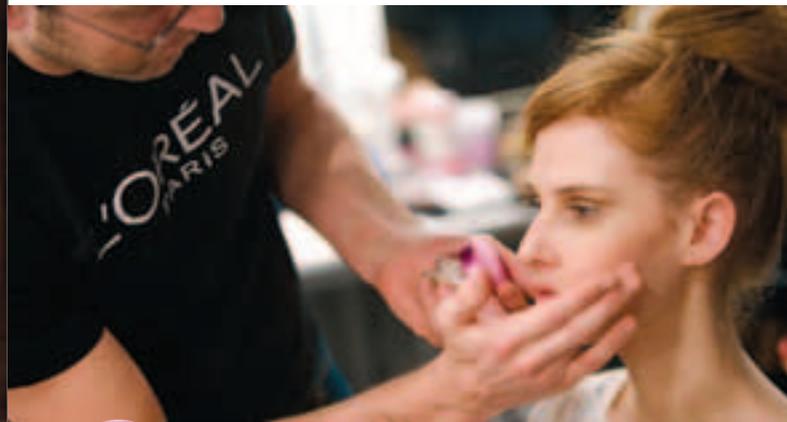
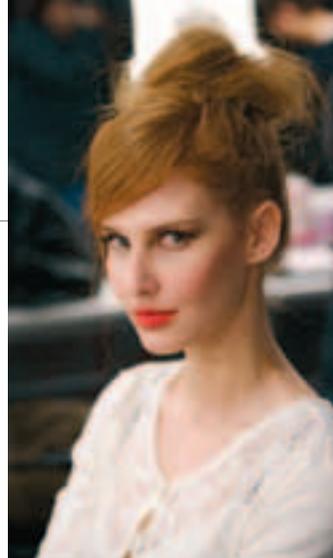
LA VIDA DESPUÉS DE EL EGO Principios de abril de 2010. Han pasado casi dos meses desde su debut en Cibeles Madrid Fashion Week y Maya está inmersa en una vorágine de trabajo. Que sus corsés sean tan valorados y demandados no es algo nuevo. Sus diseños se han lucido en muchas alfombras rojas y ha distribuido sus corsés en España, Reino Unido, Estados Unidos, Japón, Suiza, Francia, Países Bajos y Lituania, pero la repercusión y aceptación que ha experimentado tras su participación en la plataforma de jóvenes diseñadores de Cibeles la tienen desbordada. «Cuando finaliza la temporada de desfiles llegan los pedidos de los clientes, las tiendas, muchas colaboraciones o sesiones fotográficas. Además, hemos confirmado asistencia a varias ferias como el Wave Gothic Treffen en Alemania (Leipzig), o algunas citas en el Reino Unido donde generamos una buena parte de las ventas anuales, así que no paramos», enumera la creadora. Pero sobre todo lo que ha conseguido es sacar el corsé a la calle, convertirlo en una prenda exterior. «Hemos sido la primera marca de corsés que ha presentado una colección en las pasarelas oficiales de España, y, aunque los inicios no están siendo fáciles, hemos trabajado bastante duro durante los últimos años y es ahora cuando empezamos a recoger los frutos del trabajo. Estamos creciendo a un ritmo muy bueno y en seis años hemos conseguido cosas que ni siquiera nos habíamos planteado», concluye Maya.

miriam
erviti
coordinación

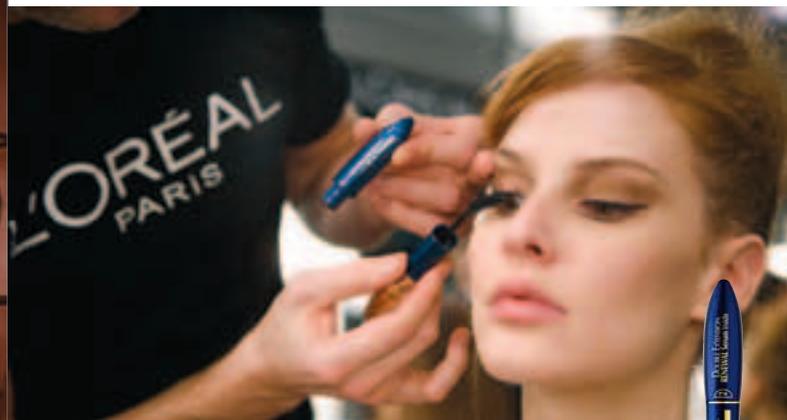


LA MEJOR CARA

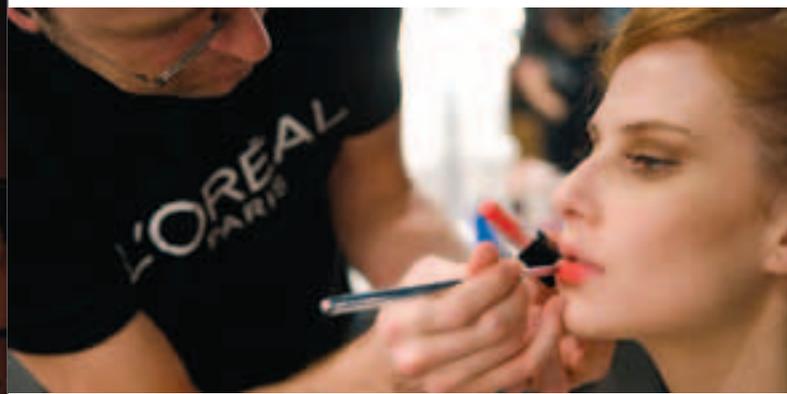
Una edición más, **L'Oréal Paris** fue el maquillador oficial de la pasarela Cibeles, y sus profesionales quienes crearon los looks para los distintos desfiles, también para los de El Ego de los jóvenes diseñadores. José Miguel Belmonte, de L'Oréal Paris, fue el artífice del impecable maquillaje que lucieron las modelos de Maya Hansen. Así lo hizo:



1. El primer paso es un fondo de maquillaje con textura mousse, que unifica el tono y matiza el rostro al tiempo que logra un acabado luminoso. Belmonte utilizó Mat Transform de L'Oréal Paris (15,95€).



2. Para las pestañas, la máscara Double Extension Serum Extra Black con dos pasos: en el primero se aplica un suero de tratamiento que reactiva el crecimiento de las pestañas y el segundo paso aporta color y espesor a las mismas (18,45€).



3. La barra de labios Studio Secrets L'Oréal Paris (16,45€), en tono rojo intenso, consigue un efecto ultra-hidratante y de larga duración.

4. El acabo saludable natural se consigue con Accord Perfect Blush (13,99 €), un colorete en polvo con colores rosa, melocotón y terracota.





CRÓNICA SOCIAL

TRABAJADORA, GUAPA



FOTO: TERESA PEVRI

Hace algunos años, cuando **Pilar Rubio** no era famosa y vivía fuera de Madrid, hasta donde acudía día sí, día no, para presentarse a toda suerte de *castings* que pudieran hacerle cumplir su sueño, no se podía imaginar que en esta vida fuera a alcanzar el cielo de la celebridad catódica de una forma tan arrolladora. «Tampoco lo pensaba -me cuenta ella ahora, con ocasión de la presentación del proyecto *Body Love* de la revista *Cosmopolitan*-. Mira, yo empecé hace 14 años a trabajar en televisión, y si algo tengo claro es que lo más importante es saber qué estás haciendo hoy, no plantearte qué vas a hacer mañana, para así hacerlo lo mejor posible. Yo nunca me he fijado metas altas, ni he querido ir rápido, simplemente he ido consiguiendo las cosas poco a poco. Porque tengo claro que en televisión estás permanentemente a prueba, tienes que demostrar cada día lo que vales. No es solo salir y poner buena cara. Hay días en que te esfuerzas un montón y no tienes recompensa alguna. El momento que estoy viviendo ahora me hace muy feliz, claro, pero lo que quiero decir es que no se puede ir deprisa, que es mejor ir despacito, poco a poco». Ahora que presenta *Mira quién baila* (*¡Más que baile!*, aclara ella) en Telecinco ya no nos la encontramos en todos los eventos nocturnos en los que la veíamos siempre impecable y perfecta, buena compañera, con su alcafofa de *Sé lo que hicisteis* en la mano, preguntando del modo más indiscreto pero divertido a todos los famosos, dándose en muchos casos la paradoja de que ella era más conocida que muchos de sus entrevistados. «¿Que qué fue lo más duro de aquella época? Los escoltes que me tenía que poner, pues muchas veces hacía mucho frío. La noche tiene cosas buenas y cosas malas, y entre éstas está el frío. Yo he pasado mucho frío como reportera. Por lo demás, me encantaba mi trabajo, entre otras razones porque era consciente de cuánto me había costado conseguirlo. Y echo mucho de menos a mis compañeros de *La Sexta*, pero sigo en contacto con ellos así que...» «¿Te fuiste a Telecinco ante la irresistible oferta de un millón de euros, como se ha publicado?», le pregunto. «Yo no voy a hablar de cuánto he cobrado, no me gusta hablar de dinero, pero sí te puedo asegurar que no me fui por motivos económicos. Necesitaba proponerme a mí misma nuevos retos, cambiar de registro, hacer otras cosas...» Retos cumplidos, desde luego. Porque el salto ha sido espectacular, en *Más que baile* hace de todo, y lo hace muy bien, digan lo que digan,

E INTELIGENTE



FOTO: CARLOS SERRANO



PILAR RUBIO, LA CHICA DE MODA TRÁS FICHAR POR TELECINCO PARA PRESENTAR 'MÁS QUE BAILE', TRIUNFA TAMBIÉN EN LA GRAN PANTALLA CON 'TENSIÓN SEXUAL NO RESUELTA'

quizás empujados por esa terrible vocación tan española de intentar cargarse al árbol que más crece, algunos críticos y opinadores. «Las críticas que pueda haber no me hacen daño porque, directamente, no las leo. Vivo al margen de todo eso porque, además, no tengo tiempo. Mi intención es hacer mi trabajo lo mejor que pueda, dar todo lo que tengo, y dormir tranquila».

Además de ser el fichaje estrella de la temporada de Telecinco (aunque hay quien asegura que no cobró tanto por el cambio de cadena, que lo del millón de euros fue un invento mediático) y la chica de moda de la pequeña pantalla, triunfa en el cine con *Tensión sexual no resuelta*, comedia de enredo sin pretensiones, algo burda, que lleva barriendo las taqui-

llas varias semanas y en la que da vida a la despampanante narradora de la historia. «No, no es que yo no me haya querido desnudar en la película, es que no lo requería el guión. No descarto desnudarme cuando el personaje lo requiera», dice, y luego, cuando le pregunto si le resultó difícil interpretar esa escena lésbica en la que se besa apasionadamente con Norma Ruiz, exclama: «¡Qué va! Nos llevamos muy bien. Cuando actúas has de saber que no eres tú la que hace las cosas, es el personaje. Me costó algo de trabajo por la postura, que era complicadísima...».

Presentadora o actriz, lo cierto es que a esta madrileña de Torrejón de Ardoz que acaba de cumplir 32 años, que daría lo que fuera por tomarse un café con Mick Jagger y que confiesa que lo que más le gusta en el mundo es ir a Los Ángeles y ver conciertos de rock, no es como las demás. Tiene algo muy potente (quizás esos ojos verdes enormes e intensos, quizás ese cuerpo espectacular nada trabajado por el gimnasio, quizás el hecho de tener los pies en la tierra, de ser una estrella sin que se note que ella es consciente de que lo es, quizás el hecho de saber que la belleza que solo atrae pocas veces enamora, o quizás esa vocación por el trabajo bien hecho, como dice ella) que la diferencia de las demás y que nos hace predecir que no caerá en el saco de sueños rotos en el que cayeron otras chicas más o menos monas que tuvieron -y vieron agotarse- su momento de gloria.

SORPRENDENTE PATERNIDAD

Qué sorpresa. La semana pasada saltó una noticia: **PACO LEÓN**, el conocido Luisma de Aída, fue padre el mes pasado. Había fotos en las que se le veía con un bebé en los brazos. Hombre, podría ser su sobrina, la hija de un amigo... O podía ser que, queriendo ser padre, hubiera tenido una hija con una amiga. Y es que, según un rumor muy extendido, estaba claro que las preferencias sexuales del actor iban por otros derroteros. Sin embargo, fuentes muy cercanas a la familia me confirman que ella, catalana, peluquera de televisión, es su novia desde hace mucho tiempo, que él vive con ella en Barcelona cuando no graba en Madrid y que el bebé fue buscado por ambas partes.



SEGUNDAS OPORTUNIDADES

La gente cercana a **MIRIAM DÍAZ AROCA** sabe bien cómo de mal lo pasó la presentadora cuando, hace un año, se separaba del hombre con el que llevaba cinco años casada y con el que había tenido una hija, María, una niña adorable que hoy tiene cuatro añitos y que es la principal causa de las alegrías de su madre. Miriam, muy discreta, nunca quiso hablar de su separación con Stuart Washington, motivo por el que

ahora, que han sido vistos juntos de nuevo, también evita hacer declaraciones sobre una posible reconciliación. El tiempo dirá si, conscientes de que las ventajas de estar juntos eran mayores que los inconvenientes y de que siguen echándose de menos, han decidido darse otra oportunidad.



Nada de crisis. El culebrón **ESTEBAN-JESÚS JANEIRO-CAMPANARIO** quizás termine (o se complique mucho más, claro) el día en que estos dos últimos se separen, algo que la de Alcobendas desea en secreto desde hace tiempo. De momento, habrá que esperar. Y es que si de nuevo había voces que aseguraban que la relación entre **JESULÍN** y Campanario pasaba por sus peores momentos, ahora ya sabemos que no. Les vimos juntos y aparentemente felices después de que el diestro toeara en la Plaza de Ubrique, donde cortó tres orejas. Pero lo más sorprendente fue, sin embargo, ver cómo, después de la corrida, María José Campanario charlaba cariñosamente con el escritor Antonio Gala, con quien compartió un café. ¿Hablarían de literatura, de poesía, de Belén Esteban? He ahí la cuestión.

EXTRAÑAS AMISTADES



MOTOR



POR UNA COMUNICACIÓN SIN LÍMITES

CASCO SPORT BMW

La sección de motos de la alemana BMW, *Motorrad*, ha ampliado las posibilidades de aplicación de su sistema de comunicación Bluetooth para pasar a ofrecerlo con el casco Sport de BMW.

Éste ya se encuentra diseñado para que la integración del denominado *Communication System* sea inmediata. Gracias a su excelente aerocústica y capacidad aerodinámica, se convierte en un protector perfecto para un sistema de comunicación que destaca por su sobresaliente calidad de sonido.

El modelo se basa en el estándar Bluetooth 2.0 que permite desarrollar una conversación sin barreras entre dos cascos, así como con otros dispositivos Bluetooth como navegadores, teléfonos móviles o reproductores MP3. Esta tecnología ha sido concebida para facilitar la interacción entre el piloto y el pasajero pero, no obstante, podemos hacer lo mismo con los ocupantes de otra motocicleta. En función de las condiciones de distinto orden, se establece la comunicación en una distancia que ronda los 100 metros. Si se pierde la sintonía, ésta se recupera de forma automática al reducirse la distancia entre los interlocutores.

El *Communication System* se compone de una placa con un circuito principal, un micrófono y dos altavoces que se instalan en el casco, además de dos baterías recargables. Éstas dan servicio durante períodos de diez y doce horas. El mecanismo consta

de tres botones que se encajan en cualquier casco *Sport*, con independencia de la talla.



A GUSTO DE LA MAYORÍA

La compañía coreana crece y aspira a consolidar su presencia en los mercados más diversos. De ahí que el sustituto del Tucson apueste por moldear su figura y adaptar su mecánica a los deseos de un público tan exigente como el europeo.



Con un diseño de vanguardia y un aspecto totalmente renovado, el Hyundai ix35, sucesor del exitoso Tucson, acaba de hacer su flamante aparición en el mercado. La firma coreana ha vuelto de manera firme la mirada hacia el viejo continente para responder a las necesidades de conducción y al estilo de vida dinámico de las familias europeas. De este modo, el ix35 presenta un mayor espacio, más equipamiento y nuevas funciones de tecnología punta con un motor de bajas emisiones que reduce el consumo y mejora sus credenciales ecológicas.

El vehículo desprende una imagen deportiva y una presencia musculosa y atlética que no descuida su carácter funcional. Su habitáculo dispone de espacio para cinco pasajeros. El todocamino tiene una mayor longitud que su predecesor con lo que la comodidad y disponibilidad de espacio para la carga también crecen hasta los 591 litros de capacidad de su maletero.

El diseño del todoterreno llega marcado por su gran refinamiento con unas líneas fluidas y distinguidas. Su dinamismo queda garantizado por el perfil bajo y el alerón trasero perfectamente integrado del ix35. Uno de los elementos novedosos llamado a convertirse en una de las señas de identidad del estilo Hyundai es su rejilla delantera hexagonal, un detalle visual clave que presentará la nueva familia europea de la marca. Una estética atractiva que continúa en el interior con un estilo impecable que refrenda la deportividad de su apariencia ex-

terior. En el panel de instrumentos, todos los elementos, incluido su ordenador de viaje, están dispuestos para facilitar su manipulación al conductor.

El nuevo ix35 llega con cuatro motorizaciones, dos en gasolina y dos en diésel, con una potencia que oscilará entre los 115 y los 184 caballos, cambio manual y automático y tracción a las dos y a las cuatro ruedas. En total, hay nueve versiones diferentes.

La gama se presenta en cuatro variantes en cuestión de equipamiento, *Classic, Comfort, Style y Premium*, que resaltan la versatilidad del modelo en función de las necesidades de cada cliente. Además, el público podrá elegir entre nueve colores exteriores y tres interiores.

La marca no ha escatimado gastos en materia de prevención. Entre las funciones de seguridad activa hay que destacar el control de estabilidad, ESP, o un nuevo sensor antivuelco. Éste acciona los airbags laterales, de cortina y pretensores de los cinturones en caso necesario. Otros dispositivos que encontramos son el control de asistencia al arranque en pendiente y el control de frenada, que limita de manera drástica la velocidad en rampas demasiado pronunciadas.

De manera opcional, para todos los modelos, se ofrece una nueva cámara de seguridad trasera que reduce el riesgo de accidente al accionar la marcha atrás.

La versión más económica llega desde 21.500 euros del 2.0 en gasolina de 163 caballos y tracción delantera, con caja de cambios manual de cinco velocidades. Hyundai ha puesto sus esperanzas en el ix35 y sus planes pasan por vender 50.000 unidades en Europa hasta 2013.

APAGA Y VÁMONOS

Y DURO, Y DALE

Yo sé que a las columnas toca venir llorado y que lo último que os apetece el domingo por la mañana es cargar con mis movidas. Bastantes problemas tenéis sin ayuda de nadie. Así que hoy me aguantaré las ganas de contaros la mierda que es todo y, para variar, nos daremos un paseo por el lado bueno de la vida. Ese que tanto mola.

Por empezar con algo cojonudo de verdad, os recuerdo que ha comenzado la campaña de la Renta y que, desde ya, probos votantes, podéis contribuir al sostenimiento de nuestro gran país con gozo renovado y, de paso, con 400 euritos extras. Una suerte, ya lo creo. Por chiripa o por lo

**eneuve
periodista**

que os dé la gana, resulta que a la panda de vividores le ha dado por suprimir la deducción mágica esa que iba a salvar al país y que, pese a

no arreglar nada, no hay mal que por bien no venga, servirá al menos para que en 2010 podamos engrandecernos como ciudadanos arrimando un poco más el hombro junto a Hacienda. Y en 2011, y en 2012, y en 2025; que todavía entonces habrá que seguir echando paladas de pasta para cubrir el socavón abierto por los apandadores.

Claro que ellos no querían cagarla. Faltaría más. En el fondo son buena gente. De veras. Que sí. Y os lo demuestro... Porque, si no lo fueran, a ver de qué nos iban a subir el IVA. Otro cualquiera, digamos un cabrón malo que pasase de todo, nos abandonaría a nuestra suerte. Ahí, dilapidando como gilipollas. Pero ahora, en lugar de tanto gasto chorra, tanto viaje y tanta leche, que lo único que hacemos es tirar el dinero, esos benditos -¿acaso no crucificaron a Cristo entre dos ladrones? - se encargarán de administrar por nosotros otro dos por ciento del inmerecido jornal. La única putada es que les ha faltado valentía. Se quedan cortos. Mejor habría sido cobrar un IVA del 835 por ciento. Le daríamos todo al Estado y adiós a las

preocupaciones. Un mundo feliz, vaya.

Pero, mira, tampoco hay que desanimarse; ya sabéis que donde no llegan los buenos samaritanos de la corrupción, siempre queda la sociedad civil. De hecho, no pierdo la esperanza de que se imponga el sentido común, el redondeo se haga como dios manda, y el miserable 1,20 del café -vaya asco, todo el día contando monedas- se convierta en un majestuoso euro y medio que permita por fin a los de los bares mandar a sus hijos a la misma escuela que Matas y allí hacer buenos contactos. Creedme, antes de que nos demos ni cuenta, todos viviremos en palacetes.

Ya veréis como sí. Oye, alguna vez tendrán que dejar de darnos por el saco. Digo yo. ¿No?



NUMERO 150
11 DE ABRIL DE 2010



FOTO: DAVID GRAY (REUTERS)

DESPERTAR PRIMAVERAL

Aunque desapareciera el farolillo de papel que cuelga de una de las ramas del árbol, el típico adorno luminaria que está presente en todas sus celebraciones, cualquier observador podría identificar fácilmente la nacionalidad de las tres personas que, cámara en ristre, retratan la esperada floración de un ciruelo. Sí, son ciudadanos chinos, también vale japoneses o incluso surcoreanos, impactados por un

fenómeno natural que se repite cada año por estas fechas, aunque con un sensible retraso en el presente curso debido a la crudeza de un invierno que se ha prolongado inusualmente en el tiempo. Además de responder al patrón tipo de familia china, papá, mamá y un vástago, a ser posible varón, el trío de la imagen también reproduce la visión que el mundo occidental tiene, tenemos, de todo visitante oriental que recalca

en nuestras ciudades: un ser pegado a una cámara, inquieto, atento, curioso y siempre a punto para capturar con la ayuda de la mejor tecnología japonesa, o china o surcoreana, cada escultura, conjunto arquitectónico, monumental, religioso, profano, civil o militar que encuentre en su camino. Pero la primavera tiene otro encanto y otros despertares, es cíclica, generosa, y no admite placas porque no tiene dueño.

Más de cien millones de personas disfrutan
de la energía de Iberdrola en todo el mundo.



ADOP
Patrocinador
del Equipo
Paralímpico
Español



IBERDROLA
Queremos ser tu energía



CASTILLA Y LEÓN HAY UN CAMINO EN TI

Durante el año 2010, los caminos a Santiago por Castilla y León se llenan con tus pasos, se llenan de arte, cultura y espiritualidad. En Castilla y León, descubrimos que hay un camino en ti. Vive el camino.

*Juan Carlos
Sujarín*



XACOBEO 2010
Castilla y León

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA

www.turismocastillayleon.com
902 20 30 30



Junta de
Castilla y León



CASTILLA Y LEÓN