

Dominical

Los genéricos se implantan

Revolución en el botiquín



AVENTURA

Todo sobre los dep

**TODAS LAS SEMANAS
CON**

La Tribuna

Dominical

Publicaciones de Albacete S.A., empresa editora del diario La Tribuna de Albacete y de la revista que le acompaña los fines de semana, La Tribuna Dominical, en su ánimo de ofrecer los mejores productos a sus lectores entregará durante 35 semanas, en su dominical, un coleccionable sobre los deportes de aventura bajo el título "Atlas visual de los deportes de aventura", cuyas tapas (en cartón duro de 2 mm. de espesor, plastificado y con un baño de brillo) se entregarán en un próximo número para que al finalizar esta campaña pueda tener en su biblioteca un interesante libro sobre una de las actividades que más interés ha despertado en estos últimos años y que se presenta como una dominadora en el milenio que acabamos de estrenar.

portes de aventura



Este coleccionable agrupa en sus treinta y cinco capítulos los deportes de aventura de tierra, de ruta, de aire, de río, de mar o de nieve tales como alpinismo, escalada, senderismo, ala delta, piragüismo, vela, esquí de fondo y un largo etcétera. En el apartado técnico, cada uno de los treinta y cinco fascículos consta de 12 páginas cada uno, en tamaño A-4, impresos en cuatricomía sobre papel couché, con abundantes y espectaculares fotografías que adentran al lector en cada uno de los deportes que se tratan. Además, con un diseño atractivo y moderno, en cada uno de los fascículos se hace un recorrido sobre los orígenes, técnicas, reglamento, equipamiento, recomendaciones y lugares más apropiados para la práctica del deporte en cuestión.

Cada fascículo se entregará en las páginas centrales de La Tribuna Dominical, grapadas con el resto de la revista, de tal forma que sea fácil su separación para coleccionarlos y conseguir de esta forma un libro que está planteado como un recorrido por los principales deportes de aventura que se practican en la actualidad, con detallada información

sobre todos los pormenores de cada uno de ellos para tenerlos más cerca y atraer al lector no sólo a su conocimiento, sino también a su práctica, ya que en la provincia de Albacete se cuenta con muchos lugares ideales para poder desarrollar algunos de estos deportes que, semana tras semana, nos acercará "El atlas visual de los deportes de aventura".





Tradición, costumbre y moda

El paso del tiempo, autor invisible de tantas y tantas cosas, pone su sello imborrable en cada momento y circunstancia. En el ámbito de la convivencia, entre los mostos de los lagares de la historia, siempre permanecieron como ingredientes eternos, tres conceptos que dieron lugar a errores de interpretación: tradición, costumbre y moda. Pero entrando en ese campo de la acepción de todas y cada una de las palabras citadas, comprobamos que se hallan perfectamente diferenciadas, concretas en sí mismas y llenas de sus especificaciones más determinantes. Estos tres términos lingüísticos determinan cada uno, filológicamente, la interpretación que les corresponde, desde sus precisas y patentes vertientes gramaticales. Y es gratamente sorprendente comprobar como, en esa vasta riqueza de nuestra lengua española, cada término o expresión identifica y matiza el contenido que comprende.

La tradición podríamos definirla como esa transmisión constante de generación en generación, de hechos antiguos, noticias, ritos, costumbres, etc., que han ido conservándose como legado espiritual, mediante una especie de entrega simbólica por tradición oral. Es esa herencia de ornamentación espiritual, jerárquica de valores, transmitida secularmente de padres a hijos, que comprende todos los blasones literarios en prosa o verso, que nacieron entre aquellas brumas de los ancestros y que siguen permaneciendo como preseas de amor y respeto hacia aquellos. Pertenecer a esas cofradías de Semana Santa, ser socio de aquel casino, o llevar determinados ornamentos en las vestiduras, son elementos tradicionales que conservamos con orgullo y agrado; y que en la circunstancia o momento preciso, justificamos diciendo que aquello perteneció al bisabuelo, o que tal costumbre de ir a una romería es tradición de la familia. Es ese legado de base espiritual o romántica, que casi todos llevamos en el macuto de nuestras intimidades, haciendo en su momento galanura de tal concepto, estado o condición. Por ello, las tradiciones constituyen una de las bases fundamentales de nuestra cultura y su entorno; y volamos en ese avión del recuerdo en cuanto surge la coincidencia o el espontáneo momento.

La costumbre, podríamos definirla, "a priori",

como ese uso social que es base de una norma jurídica y constituye una de las fuentes creadoras del Derecho; quizá sea la segunda más importante, después de la ley positiva. Esas normas antiquísimas de origen popular, que se han transmitido generalmente de forma oral, están ineludiblemente en el origen de la ley. Fueron en su origen prácticas de convivencia, en un orden social comprobado a través del tiempo y con una frecuente constancia. Posteriormente constatadas por voluntad mayoritaria de la colectividad, concurren las circuns-

tancias de poder dar valor de Ley a esas maneras de comportarse, adquiriendo entonces las mismas el valor de norma jurídica. De cualquier modo y al margen de etimologías, la costumbre podríamos definirla como ese conjunto de formas de vida, cualidades, inclinaciones y usos, que componen y forman el carácter o modo de existencia de todas aquellas personas que constituyen socialmente

un grupo importante, nación o país, partiendo siempre de los elementos primarios, colectivos y universales. Entonces la costumbre pasa a ser esa ley humana, inviolable y determinante de un modo de comportamiento.

En cuanto a la palabra moda, podríamos definirla o catalogarla, como aquello que forma parte de los usos y tendencias que prefiere un grupo social durante determinados periodos de tiempo. La forma de llevar el corte de pelo, las vestimentas en cuanto a diseño, conformación y colorido, bebidas, comidas, música, etc., constituyen esos modismos que practican determinados grupos, mientras que para otros, los mismos, no encajan por defecto de tiempo, edad y circunstancia. Y como preferencias, son pasajeros a lo largo del tiempo, quedándose luego arrinconados en el hueco oscuro del recuerdo. Desde el punto de vista social, podríamos definir la moda, como ese uso pasajero que condiciona las relaciones de convivencia en cualquier aspecto.

Vemos, por tanto, la diferencia de todas y cada una de las palabras citadas. Y queda bien claramente definida, la expresión representativa de su concepto. Son acaso, dadas al error de interpretarlas, pero queda claro que son distintas. Lo que hay tras de ellas, también depende de quien las aplique, interprete o califique según sus deseos; pero si es cierto, una vez más, que la riqueza de nuestro idioma sigue siendo impresionantemente hermosa y variada.

La costumbre es uso social base de una norma jurídica, fuente creadora del Derecho



Martín
Giménez
Vecina



7

Cuestiones aclaratorias sobre los "genéricos"

Debido al desconocimiento que hay en muchos casos en torno a lo que son los medicamentos genéricos, un estudio profundiza explicando todos los aspectos que sobre ellos debe conocer el usuario. Asimismo, el presidente del Colegio de Farmacéuticos de Albacete comenta la postura de su colectivo sobre esta y otras cuestiones.

16

Los apodos del balón

Algunos les conocen más por su apodo que por el nombre con que fueron bautizados. Son los futbolistas, cuyos sobrenombres no tienen desperdicio.



La Tribuna

Dominical

La Tribuna Dominical
Número 145 (2ª época)
18 de Febrero
2001
Portada:
JOSEMA MORENO

La Tribuna
Dominical
Depósito Legal: AB-459-1996
Director
Dimas Cuevas Cuerda

Colaboran
Cristóbal Guzmán
Pedro J. García
Emilio Fernández

EDITA: PUBALSA
Administración y publicidad:
Pasco de la Cuba, 14. Albacete
Teléfono: 967 19 10 00
Fax administración: 967 24 03 86
Fax redacción: 967 21 12 75
Apartado de Correos: 369.

Director Técnico
Antonio Lajara Caballero

Exclusiva de publicidad nacional.
NOVOMEDIA, S.A.
Presidente:
José Manuel Rodrigo

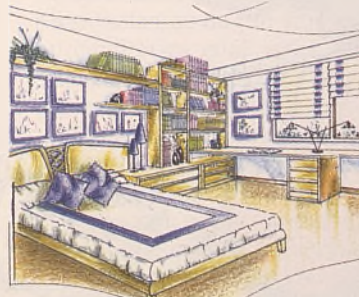
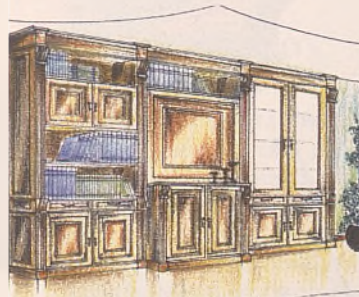
Director general:
Eliseo Soria
Madrid: José Manuel Calvo. Pº Recoletos, 14-3º. Telf: 337 32 58. Fax: 337 31 77; Barcelona: Ramón Domínguez. Avda. Diagonal, 640, edificio 3-4ª planta. Telf: 405 93 94; Valencia: José Vicente Sánchez Beato. Embajador Vich, 3. Telf: 351 10 65

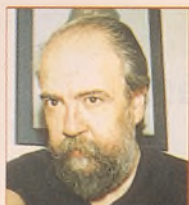
Imprime:
JUNQUERA IMPRESORES
Telf.: (967) 24 28 53

42

Las claves del interiorismo

La preocupación por el estilo en el hogar es una cuestión creciente. A partir de esta semana, *La Tribuna Dominical* ofrece una sección dedicada al interiorismo, que en nuestra ciudad cuenta con seguidores y profesionales que saben trabajar todos sus detalles.





Bernardo
Goig

Bello Bañón (don Ramón) es uno de esos personajes que son todo un lujo para una ciudad: buen abogado, buen escritor, buen albacetense, buen alcalde y buen gobernador civil (en su tiempo)... y para colmo, buena persona. Frente a los dos grandes vicios del nuevo milenio -la especialización y el pensamiento único-, Ramón Bello ejerce de enciclopédico y mantiene una independencia de criterio envidiable. Lo dicho: un lujo en el foro de la pequeña ágora albaceteña.





¿Sabemos lo que son?

TRIBUNA DOMINICAL

La Fundación Pro-pacientes "Cristina" ha editado el libro "La situación actual y futura de los medicamentos genéricos en España y su impacto social, económico y sanitario", un estudio que pretende dar a conocer todo lo que se debe saber sobre este tipo de medicamentos.

El estudio consta de cinco apartados a través de los cuales se hace un profundo análisis sobre la evolución y situación de los medicamentos genéricos, el debate abierto entre los profesionales sanitarios, el marco legal en el que se desarrolla la política sobre medicamentos genéricos, nivel de conocimiento y actitudes de la población en general, junto a las consiguientes valoraciones, conclusiones más significativas y correspondientes propuestas que puedan contribuir a reconducir la situación planteada, en defensa de los intereses de los pacientes.

El informe confirma que existe una gran desorientación con respecto a los medicamentos genéricos (más del 79% de los profesionales sanitarios opina que la población general no está preparada de cara al nuevo mercado de medicamentos genéricos, así como que el conocimiento e información de la población sobre los citados medicamentos es más bien escaso). Ante esta situación la Fundación Pro-pacientes "Cristina" demanda la urgente creación de una mesa de diálogo donde intervengan

todas las partes implicadas y en las que se examinen, sinceramente, las distorsiones del mercado y las prácticas viciosas que pudieran producirse por los agentes o consumidores del medicamento genérico.

Conocimiento

Uno de los apartados de este estudio sobre los medicamentos genéricos está centrado en el grado de conocimiento de los mismos. Así, se indica que un 56% de la población española mayor de 18 años conoce los medicamentos genéricos. Añade que los profesionales sanitarios, médicos y farmacéuticos consideran que la población general no está preparada de cara al nuevo mercado de genéricos, sobre todo por la escasa información y conocimiento sobre dichos medicamentos. Entre los profesionales, se da por supuesto que todos los conocen y al preguntarles cuál es el requisito que debe cumplir el medicamento genérico respecto del original, éste (tener la misma equivalencia terapéutica) es conocido por el 71% de los médicos de atención primaria y el 90% de los farmacéuticos. "Este alto grado de conocimiento que debe cumplir un medicamento genérico, se va confirmando por el alto número de profesionales que consideran que cuando un medicamento genérico es bioequivalente a un original es intercambiable con éste. Esta capacidad de intercambio con un original es reconocida por el 91% de los médicos y el 97% de los farmacéuticos".



Propuestas

En este estudio también se realizan varias propuestas:

1.- Es absolutamente imprescindible organizar un sistema de información general hacia los usuarios y consumidores del papel del genérico en la asistencia médica y farmacéutica, con el protagonismo de las autoridades sanitarias.

2.- Es imprescindible convencer a médicos y farmacéuticos de su función formativa respecto a pacientes en cuanto al uso racional de genéricos.

3.- es imprescindible organizar una acción formativa en cuanto a los médicos para estimular su responsabilización en el control, del gasto sanitario y también lo es crear un sistema de incentivos, económicos o no, que mida y premie la realidad de un uso racional de tipo económico del medicamento.

4.- Es necesario un acuerdo vinculante entre las corporaciones médica y farmacéutica para aclarar la lógica tensión entre prescriptores y consumidores, o a falta de ello, una posición determinante de la administración sanitaria.

5.- Es imprescindible analizar, reflexionar y tomar decisiones sobre todos los problemas que suscita la actualidad de la puesta en circulación y las expectativas sociales del medicamento genérico.

657106 OX

MABO EFG



El estudio también recoge que el desarrollo de los medicamentos genéricos se fundamenta en la necesidad de reducir los costes sanitarios globales. Así es considerado por la mayoría de los profesionales de la salud. El beneficio básico del genérico es su precio, más reducido que el del medicamento original. "Se puede comprobar que tanto los médicos como los farmacéuticos y la población general, considera a los genéricos como una ayuda importante a la moderación del gasto en el sistema público de salud. De hecho, el 53% del total de la población general considera que los genéricos ayudan de forma importante a moderar el gasto en el sistema público de salud. Este porcentaje sube hasta el 67% de los médicos y baja hasta el 50% en el caso de los farmacéuticos.

En cuanto al impacto en la calidad de asistencia del sistema sanitario público, este estudio recoge que "en todos los colectivos estudiados queda claro que el uso de genéricos no supone una merma en la calidad de la atención sanitaria prestada. Un 66% de la población general opina que no disminuye la calidad, así como un 89% de los médicos y un 84% de los farmacéuticos. La diferencia entre los profesionales y la población general se explica por el mayor conocimiento que tienen estos frente a la otra. Ya que en la población general el 23% de las personas no se pronuncian sobre esto, mientras que los que opinan que los genéricos reducen la calidad de la asistencia representan un 11%.

Actitud de los farmacéuticos

En el estudio también se dedica un espacio a la actitud de los farmacéuticos y se indica que "aunque los farmacéuticos tienen una buena imagen de los medicamentos genéricos y los consideran intercambiables con los originales, desde el



punto de vista de su negocio la actitud hacia los genéricos puede cambiar. Esto puede deberse al recorte de ingresos que se producirá al vender medicamentos más baratos, ya que el margen con el que se venden todos los medicamentos es fijo”.

Los médicos de atención primaria tienen la imagen de que la actitud de los farmacéuticos desde el punto de vista de su negocio es negativa. “Un 46% de los médicos opina que los farmacéuticos tienen una actitud desfavorable, por sólo un 17% que piensa que los farmacéuticos tienen una actitud favorable. Esta opinión negativa que tienen los médicos respecto a la actitud de los farmacéuticos está matizada por la propia opinión de los farmacéuticos. Un 14,6% de los farmacéuticos opina que beneficiará a su negocio, un 45,5% opina que ni les perjudicará ni beneficiará, mientras que el 28,6% opina que les perjudicará”.



657106 O X

Ranitidina MABO EFG

Envase con 28 COMPRIMIDOS

M-F
MABO-FARMA, S.A.

que nada se interponga entre tu visión del mundo y tú

Muévete más libre, a tu aire, sin impedimentos. Ya nada se va a interponer entre tu visión del mundo y tú. Te damos la solución a tus problemas de Miopía, Astigmatismo o Hipermetropía, la cirugía refractiva. En el Instituto Oftalmológico de Albacete,

tenemos las más avanzadas técnicas de láser y un equipo médico al más alto nivel para que en unos minutos, sin dolor y sin hospitalización recobres tu visión. Instituto Oftalmológico de Albacete. Mucho por ver.

Cirugía Refractiva.
Miopía, Astigmatismo,
Hipermetropía.
Láser Excimer.
Técnica Lasik

Cirugía
Plástica Ocular
y Láseres CO₂
y Erbium

I+D
Investigación
y Desarrollo

Retina-Vitreo
y diabetes Ocular

Oftalmología
Pediátrica

Neurooftalmología

Genética Ocular

Glaucoma

Optometría

Baja Visión
Ortótica
Rehabilitación Visual
Contactología



INSTITUTO OFTALMOLÓGICO DE ALBACETE

C/ Octavio Cuartero, 4

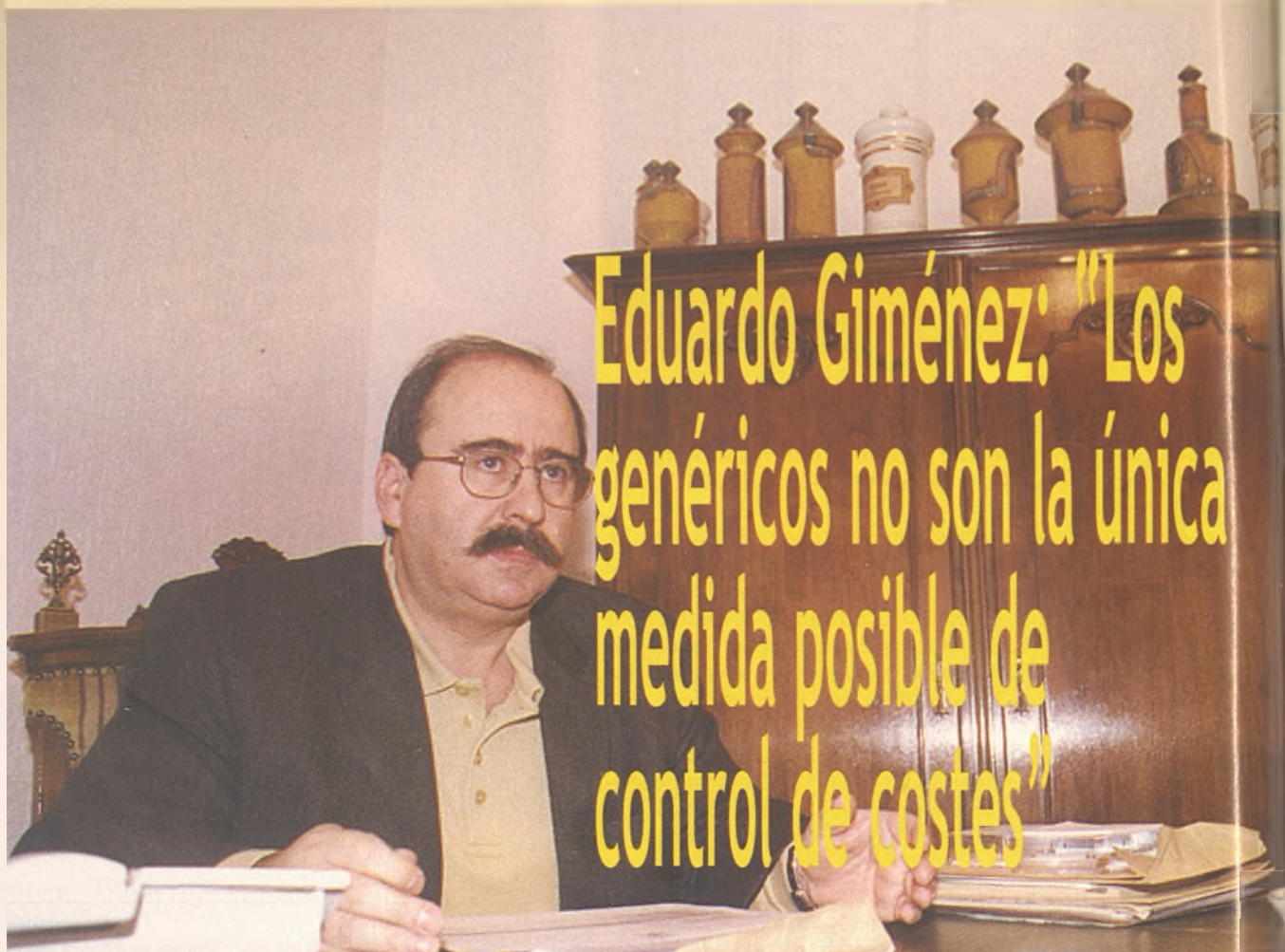
Servicio de Urgencia 24h: 630 99 40 24 Fax: 967 22 56 17
<http://www.oftalio.com> e-mail: albacete@oftalio.com

Colaboramos con:



Tel: 902 44 44 66

Entrevista con el presidente del Colegio de Farmacéuticos de Castilla-La Mancha



TEXTO: EMILIO FERNÁNDEZ - FOTOS: JOSEMA MORENO

Gasto farmacéutico es un término que no le gusta, precisamente, a los farmacéuticos. Según su presidente en Castilla-La Mancha, Eduardo Giménez, ellos prefieren

hablar de "costes sanitarios" o de la "factura sanitaria". Y por un motivo: Las farmacias son sólo un eslabón de una cadena en la que también están la industria, los médicos y, por supuesto, los usuarios.

- Los genéricos, ¿han sido realmente eficaces para reducir esa factura?

- Los genéricos fueron, y son, una apuesta muy fuerte del Gobierno y de nuestra profesión para reducir la factura de muchos miles de millones que debe pagar el Estado por los medicamentos. Puede ser, es, una medida eficaz, pero no se debe olvidar que en el mercado farmacéutico no sólo intervenimos nosotros, hay otros agentes cuya influencia es tan grande como la nuestra, como son la industria, el médico, el paciente... por eso, a nuestro juicio, el problema no es si el genérico sirve para bajar gastos, sino que hay otras muchas otras medidas que se podrían, y deberían tomar. Es decir, que los genéricos no son la única forma posible de controlar la factura sanitaria.

- ¿Cree que se conocen suficientemente los mecanismos del mercado farmacéutico en España?

- No. Y ese desconocimiento le está pasando factura a la sociedad. Tiene que ver con lo que le decía antes:

No se trata de un mercado que obedezca, estrictamente, a la ley de oferta y demanda. Si hablásemos de cualquier otro producto, como ordenadores, coches, ropa, pretenderíamos que la gente siempre consumiese más. Pero, con el medicamento, tan malo es un gasto ínfimo como uno excesivo, porque estamos hablando de la salud de los consumidores.

- ¿Quiénes son los principales agentes de este mercado, y que margen de maniobra, o de influencia, tienen en el mismo?

- Está la industria que, como es lógico, no sólo quiere investigar, sino ganar dinero. Está el médico que, legítimamente, sólo piensa en administrar al paciente el tratamiento más adecuado. Está el enfermo, por supuesto, estamos los propios farmacéuticos y, claro está, el gobierno.

- ¿Y como es que, cada vez que se habla de gastos, se habla casi exclusivamente de ustedes?

- Creo que porque, la mayor parte de las veces, cuan-

do se habla de la factura farmacéutica, sólo se aborda el asunto en términos económicos. Y eso lleva siempre a medidas que pasan por recortar los márgenes de beneficio de las farmacias. Nadie se plantea bajárselos a la industria, nadie se plantea que, si los médicos tuviesen más tiempo y mejores medios para atender a sus pacientes, su capacidad de diagnóstico aumentaría y no se verían obligados a "tirar de receta" por sistema. Y, claro está, ningún gobierno se plantea nunca medidas tan impopulares como el copago. Hay sectores de la población que se han acostumbrado a creer que los medicamentos les salen gratis, como los jubilados, cuando eso no es así. Porque muchos millones de sus impuestos, y de todos los españoles, van a pagar la factura de los medicamentos. Y van a pagar problemas de salud generados por el abuso indiscriminado de los medicamentos.

- Últimamente se habla mucho de la resistencia de las enfermedades a los antibióticos. ¿Es ese el único problema de salud que crea el abuso de los medicamentos?

-Es el más llamativo, pero no el único. Pero el abuso de los medicamentos también crea trastornos renales, o trastornos hepáticos que son tan graves como la resistencia de los microorganismos a la acción de los antibióticos. La imagen del medicamento se ha deteriorado de una forma preocupante en los últimos años. Por una parte, se ve como algo que sale gratis, o que no cuesta casi nada. Por otra, se ve como algo inocuo, que se toma, y ya está. Y un medicamento es algo extraño que entra en nuestro cuerpo, que también tiene sus contraindicaciones y sus efectos perniciosos si se abusa de él. Al medicamento le hemos perdido el respeto, y eso lo están pagando nuestros bolsillos y nuestra salud.

- Se ha planteado, últimamente, reducir las cantidades de medicamento que van en cada caja, como una forma eficaz de ajustar el gasto.

- Es una de las muchas posibles, aunque no sirve para todas las patologías. Para un enfermo crónico, es un absurdo limitar esas cantidades. Pero, para una dolencia que no es crónica, tal vez sea una solución inteligente. Si tardo quince días en curarme, ¿para qué comprar una caja que me duraría un mes?

- Cambiando de tercio, ¿cómo están las relaciones entre los farmacéuticos y la Junta? ¿La Ley de Farmacias ha respondido a los propósitos del Gobierno Regional?

- Desde que llegó el nuevo consejero, lo cierto es que hay diálogo, hay una voluntad de diálogo que no hubo antes. Y se nota. Y debo admitir que nunca debió ocurrir lo que pasó, un enfrentamiento abierto entre la administración y los farmacéuticos. Creo que ambas partes lo enfocamos mal y no debimos llegar adonde llegamos.

Pero, una vez dicho esto, seguimos creyendo que la ley regional no es una buena ley. Porque, entre otras cosas, sigue exactamente la tendencia con-

traria al resto de la Unión Europea. En España ya teníamos unos índices bajísimos de habitantes por farmacia, y la ley de la Junta los baja aún más. Si esta tendencia sigue, nadie querrá abrir una oficina de farmacia en un pueblo, porque no tendrá con qué mantenerla, y las oficinas se acabarán concentrando en núcleos de población grandes. Con lo que los ciudadanos saldrán perdiendo y, por supuesto, el propósito de dar trabajo a los licenciados en paro se incumplirá. Y ese no es el único propósito de la ley que se ha incumplido. Recuerdo que una de sus premisas era impedir que el sector acabase judicializado. Pues bien, en un año, la Ley de Farmacia de la Junta se ha topado con 300 recursos.

- ¿En qué perjudica al ciudadano, según ustedes, esta ley?

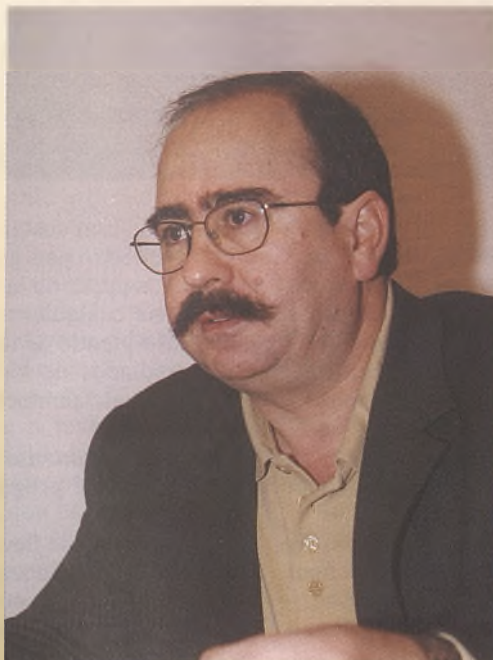
- Piense por un momento en el conjunto de todos los servicios públicos. Aparte de los farmacéuticos, ¿hay alguna otra red de servicios abierta 24 horas al día, siete días de la semana, que garantiza que cualquier cosa que se pida estará en manos del usuario en menos de 24 horas?. Ninguna otra. Pero, si deterioramos esa red, que además es un agente activo de salud, una garantía para el ciudadano, que además desempeña un papel mucho más activo de lo que se cree, estamos deteriorando la salud de la población.

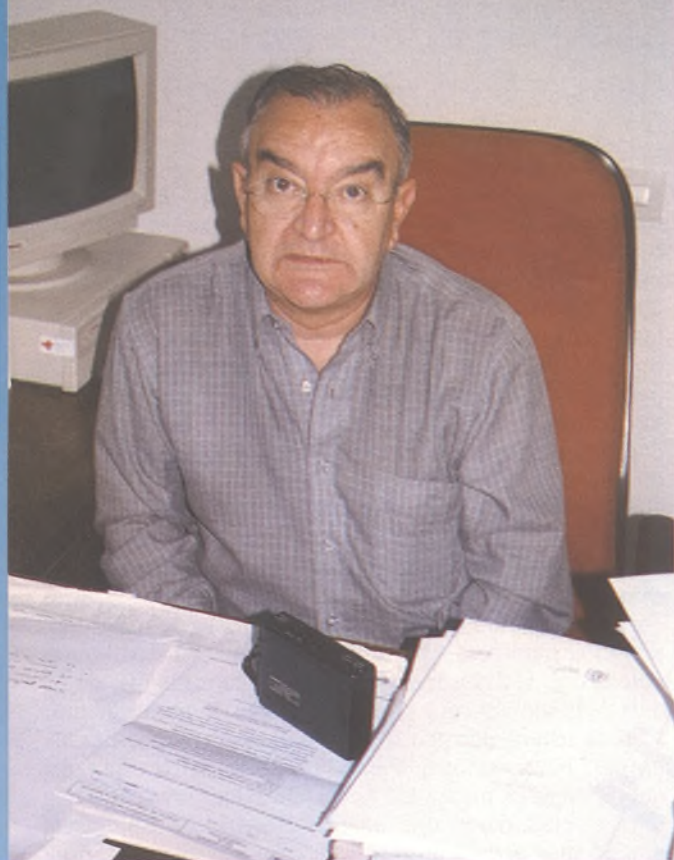
- Habla usted de agente activo. ¿Podría precisarlo?

- Claro que sí. En el 2000, cerca de 3000 farmacias españolas han desarrollado una campaña informativa sobre las plantas medicinales dirigida al usuario. Antes de esta, hemos hecho campañas de educación nutricional para niños en edad escolar, campañas entre amas de casa para instruírlas en el uso de los medicamentos, hemos firmado y desarrollamos un convenio nacional que supone prestar atención a 72.000 drogodependientes en toda España, y ahora estamos trabajando en un problema de salud especialmente preocupante, que es informar y orientar sobre el rebrote de la tuberculosis en los países desarrollados. Lo que pasa es que, como yo digo muchas veces, los farmacéuticos no sabemos vendernos. Y esto es lo que podemos hacer, legalmente, si nos dejasen más margen...

-¿Por ejemplo?

- Por ejemplo, hoy en día, podríamos desempeñar un papel muy importante en todas estas enfermedades de la cadena alimentaria que tanto preocupan. Hay una figura, que es la del farmacéutico titular de sanidad, que antes estaba en todos los municipios y hacía una labor muy eficaz, trabajando en equipo con los veterinarios -subrayo lo de trabajando en equipo- en asuntos de control alimentario y control de aguas. Hoy, es un cuerpo en regresión. Hay unos 300, y la Junta, en la última reunión sectorial, sólo se plantea convocar 60 plazas!, lo cual es un absurdo, porque, primero, son necesarios, y por otra, en la ley de farmacias, ¿no se pretendía recortar el paro?. Pues ahí hay una salida, y una salida necesaria, que está en manos de la administración.





“La medicina natural y la oficial pueden complementarse”

PEDRO GAMO - NATUROPATA Y AGENTE MEDIOAMBIENTAL

En los últimos tiempos las terapias naturales van ganando terreno en esta provincia, y bastante culpa de que esto sea así es gracias a la labor de nuestro protagonista de hoy. Adrián Bautista Soria, aunque farmacéutico de formación, es naturópata y homeópata de vocación, y ante todo es un apasionado y cualificado divulgador de las plantas medicinales, y en general de las terapias alternativas. En la siguiente entrevista este experto hace un análisis de la situación actual de este tipo de tratamientos en la provincia albaceteña.

- ¿Por qué se decide por las medicinas alternativas?

- Es una firme inquietud que tenían desde hace mucho tiempo, así que cuando conseguí el puesto de trabajo en la Subdelegación del Gobierno, en el área de sanidad, me interesé más por las plantas medicinales y también por otros aspectos de las terapias alternativas. Consecuencia de esta formación me hice naturópata y posteriormente seguí profundizando y me inicié en el campo de la homeopatía.

- ¿En qué se basa esta disciplina y cómo evoluciona su aceptación en la provincia?

- La homeopatía se puede decir que es una rama de la medicina natural que la fundamentó el alemán Hahneman alrededor del año 1810. Básicamente consiste en propiciar el estímulo sanador del organismo a

través de usar sustancias a dosis infinitesimales.

En nuestro país la homeopatía tuvo un enorme auge, si bien a partir de la Guerra Civil desaparecería prácticamente cualquier relación con esta materia terapéutica, resurgiendo de nuevo otra vez con impulso a partir de mediados de los años 70. Hoy ese auge que vive actualmente también se está notando en nuestra provincia.

- Y en el ámbito de los tratamientos naturales en general, ¿qué progresión se ha experimentado en la provincia?

- En Albacete llevamos unos años que estas terapias están empezando a tener el reconocimiento de la población. Concretamente desde el año 87, que es cuando tengo un contacto más directo con el público, gracias al



Adrián Bautista, farmacéutico, naturópata y homeópata, asegura que en la provincia de Albacete se llevan unos años con unos buenos niveles de respuesta a los tratamientos y las terapias de la medicina natural por parte del público

herbolario que gestiona mi familia, es a partir de esos años cuando ya se obtienen mayores niveles de respuesta a este tipo de terapias y tratamientos. También en esto ha influido el influjo de las provincias limítrofes de Valencia y Murcia, donde hay profesionales que pasan consulta aquí o pacientes que se desplazan a esas provincias en las que estos tratamientos están algo más generalizados.

- En su opinión ¿donde reside la clave para el desarrollo de estas terapias?

- Por unas y otras razones la gente está cada día más concienciada, y hay un número considerable de personas que toma remedios naturales: plantas, hongos, tratamientos dietéticos. En este aspecto me interesa resaltar la concienciación de la gente a la hora de la alimentación. Esto sería como resumen a la pregunta que me haces, la población aspira cada día más a conseguir mayores cotas de salud y bienestar. Y esto se está consiguiendo fundamentalmente a niveles dietéticos; se tiene más cuidado en no abusar de las grasas animales y otras sustancias y productos que pueden ser potencialmente nocivos. Y aparejado con esto, se opta por un mayor consumo de vegetales, aceite de oliva, verduras y frutas, y se toman mayores cantidades de líquidos y zumos. Siendo en algunos casos estos productos provenientes de cultivos biológicos y ecológicos, con lo que

los beneficios sobre el organismo son más acentuados.

- ¿Dónde nacen los hábitos más saludables para la población?

- Desde hace mucho tiempo continúa vigente el postulado de Hipócrates cuando decía " Que tu alimento sea tu medicina". Este lema resume toda una filosofía de vida y es adoptado de alguna manera por todo el colectivo que practicamos las terapias naturales.

Esa concienciación también viene dada por la labor de los medios de comunicación, como cuando ahora nos bombardean con lo de las "vacas locas", y otros temas perjudiciales como lo de la contaminación ambiental, los pesticidas en los cultivos, la contaminación de las aguas, los alimentos transgénicos... Sin duda el mayor grado cultural de la sociedad y la concienciación propician el acercamiento de las personas al medio natural. Es como una vuelta a los orígenes, pues los elementos naturales (plantas, frutos, arcillas, polen...) se han venido aprovechando con fines terapéuticos desde tiempos inmemoriales.

- Se ha referido a las plantas medicinales ¿ qué posibilidades tiene nuestra provincia en este tema?

- Tenemos suerte de vivir en una tierra donde hay plantas muy interesantes y de gran calidad. A voz de pronto me vienen a la cabeza plantas tan abundantes aquí como el tomillo que cuenta con innumerables propiedades; el romero, el rabogato; además tenemos a una planta medicinal de la que yo me considero un gran enamorado que es el espio albar. Tampoco carecemos de otros vegetales, algunos tan de moda ahora (y siempre) y de gran abundancia en nuestra geografía como es el hipérico o hierba de San Juan. También es frecuente el poleo, la menta o la cola de caballo que es otra maravilla de planta. Y así hasta completar una larga lista de vegetales muy a tener en cuenta.

- Dentro de la provincia ¿qué áreas se pueden considerar como más destacables desde el punto de vista de la flora medicinal?

- En Albacete la reserva de la naturaleza entre comillas se podría decir que es la Sierra de Alcaraz y Segura con todos sus territorios limítrofes con Jaén y Murcia. Otra zona sobresaliente está al este y es el área que limita con Valencia por la parte del río Cabriel, con el Molinar y toda esas áreas. Como interés tiene toda la comarca que baña el río Júcar.

Pero en este tema ocurre lo de siempre, aquí apenas hacemos caso de lo que la Naturaleza tan generosamente nos brinda, y en cambio viene gente de Valencia, Alicante o Murcia que incluso acuden con sus recolectores y se llevan la producción a sus lugares de origen. Afortunadamente esa tendencia está cambiando a favor de esta tierra.

- Por último, ¿son incompatibles las terapias naturales con la considerada medicina oficial?

- No, en absoluto. Nos cabe la satisfacción de tener una clientela, o mejor dicho un grupo de amigos o de personas interesadas en el tema, que nos hacen consultas y que nos llevan sus inquietudes en estos asuntos. Nosotros, lógicamente, asesoramos lo mejor que podemos en la toma de determinados productos, pero, además siempre les decimos lo mismo: que todo lo consulten con su médico de cabecera que es en realidad el que debe de tener la última palabra.

Asimismo estoy convencido de que no interfiere para nada una cosa con la otra, si bien es cierto que ambas terapias se pueden complementar perfectamente.

Paterna del Madera. La Sierra del Agua

Principales sierra



ÁNGEL NACLE GARCÍA



La zona de Paterna del Madera es sumamente rica desde el punto de vista natural y cultural. En este capítulo vamos a dar un repaso a sus principales sierras, cuya descripción es la siguiente:

PEÑALTA - LAS MESAS- EL PIMPOLLAR

Toda esta zona serrana ocupa la parte meridional del término municipal, ubicándose entre el río Madera (desde Batán del Puerto hasta Casa Rosa) y el límite de Bogarra-Molinicos. Como su nombre indica es una zona muy alta, si bien mucho menos que las dos grandes espaldas dorsales que son la Cuerda de Los Gallineros y la Cuerda de Las Almenaras. En ella, en primer término, encontramos las umbrías de Peñalta, zona muy agreste, boscosa y salvaje, sobre el mismo río, más arriba tenemos el Pajonar o Torcas del Pajonar con abundancia de pino resinero (lindando con Bogarra), el Cerro Jurao y el barranco del Talancón y el pico de Peñalta desde el que se vislumbra todo el termino municipal. Por detrás de todo ello están Las Mesas que es la gran desconocida de las gentes de Paterna porque se visita muy poco, es un monte bastante allanado -un altiplano- con mucho pinar negro que limita con Bogarra y Molinicos, donde está el Coto de la Mediera y una curiosa fuente que a pesar de ser una zona alta y árida siempre mana, nunca se ha secado; más a la derecha está ya el Cerro del Pimpollar, justo encima del Batán del Puerto, donde comienza la finca de la Sierra del Agua, en el que podemos destacar la Piedra de las Ventanas, los Arenales y la fuente de la Quebrá.

SIERRA DE LOS GALLINEROS

¿Que decir de ella? Tanto que prefiero callar, hay que hacer la ruta correspondiente para saborearla en toda su extensión, una auténtica delicia. Destacar que conforma todo el límite meridional de Paterna desde el cerro del Pimpollar, un auténtico monte bisagra que no se sabe muy bien si es el final de la anterior sierra o el principio de ésta ya que su morfología viene a unir ambas unidades, con dos collados (puertos) en sus extremos oriental y occidental por donde traspasan la cadena montañosa los dos caminos de Paterna del Madera a La Vegallera. Se inicia en el Alto del Arenal, continúa por Las Peraltas y la fuente del Francés, después están el barranco del Toril, el pico del Tolmo (o

Gallinero grande), y las tres moles de Los Gallineros que terminan en el límite de los términos de Riópar y Paterna; en su falda la Peguera (Paterna) y el Malojar (Riópar).

Por delante de las dos sierras anteriores encontramos otra alineación más o menos seguida con dos puntos de inflexión que dan lugar a tres sierras diferenciadas cuales son las sierras de La Sierrezuela-Bañadero, de La Veracruz y de La Cabeza.

SIERREZUELA-BAÑADERO

La encontramos en primer término entrando en el término municipal desde Bogarra, conformada de una parte por la solana de la Casa Rosa que supone su ladera hacia el río Madera, y de otra por la Umbría de Paterna, en la zona baja del Alto del Bañadero, y naturalmente este monte característico por sus antenas, formando las laderas del río Mencil. Es un núcleo poco destacable y bajo en su primera zona donde están la finca y cortijo de la Sierrezuela, la Piedra del Castillo, y la fuente de las Hoyas y sobre todo el cerro testigo del Mencil, y más alto en la segunda zona formada por el alto cerro del Bañadero, donde viene a unirse a la Sierra de la Veracruz.

SIERRA DE LA VERACRUZ

A continuación tenemos la Veracruz, sierra situada frente a Paterna, destacando porque es la que domina el pueblo. Mirando desde el pueblo a la derecha está el collado de la Cruceta y a la izquierda, antes de empezar el Bañadero,



está la zona de la Guiscanera. A la parte baja de la sierra (falda) se la conoce por La Dehesa en la que destacan los cerros de Santa Ana, Canto Gordo y el Cerrón.

SIERRA DE LA CABEZA

Continúa la cuerda anterior desde el collado de La Crucecita hasta la carretera (el Empalme) formando una sola alineación, pero los vecinos consideran este tramo como una sierra diferenciada llamada de La Cabeza. Considerándolo así tendremos como puntos más destacados en ella la propia cota de La Cabeza y la Piedra de La Tejera; a media falda (zona baja) podemos destacar La Mina, Los Jugaeros (o "Jubaeros"), cortijo de Marcos, el barranco de Los Pelaos (frente al molino) y Piqueras.

Todo el límite oeste del término municipal se ocupa por el Calar de la Osera que abarca desde la Cuerda de Los Gallineros hasta la Cuerda de Las Almenaras:

EL CALAR DE LA OSERA

Aunque en los mapas aparece un amplio espacio de relieve homogéneo que llamamos Calar de la Osera, en realidad podríamos diferenciar en esta plataforma calcárea dos sectores:

- Un primer sector abarcaría la llamada umbría del Masegosillo, desde la izquierda del Empalme (en la carretera, frente a la Piedra de la Tejera) hasta el Barrancazo; encontraremos sucesivamente el Cerro de Las Torcas, el barranco de la Cuesta de la Cebera, El Gamonal y el Barranco Paterna, el Nevacico, la Juanfría, los picos del Chorraero (a ambos lados de la fuente), el barranco Maguillo, la Lagunilla, Cuerda Larga y Torca Raya, barranco del Ciervo, la Vaga del Ventisquero, la Tala Gasco, la Piedra del Sombrero y la Cerradilla (frente al Cortijo Tortas); finalmente tendremos al otro lado del río de las Hoyas toda la solana de Tortas con grandes llanos y hoyas que está algo más desforestado, y el cerro del Escolástico.

- El otro sector estaría detrás y a la izquierda del citado, bastante más alto y más frío por tanto. Lo presiden el cortijo del Encebrico, en una zona abundantísima de agua, y Cuerda de la Piedra del Horno. Situados en La Peñuela, frente al Batán del Puerto, podemos destacar Perines y toda su hoya, con mucha vegetación y agua, la Cuerda de la Piedra del Horno cuya solana es bastante pobre, la Tubilla de la Porra, el Encebrico, la cueva de la Osera y el calar de la Osera y el calar del Sornil y las Espineras, donde viene a dar al río de los Endrinales.

Al otro lado del río de Los Viñazos (que viene a dividir el término longitudinalmente, aumentado por el trazado de la carretera) encontramos otras dos sierras: la de La Atalaya y la de Pino Cano.

Al otro lado del río de Los Viñazos (que viene a dividir el término longitudinalmente, aumentado por el trazado de la carretera) encontramos otras dos sierras: la de La Atalaya y la de Pino Cano.

SIERRA DE LA ATALAYA

Sus límites pue-



den ser el puente de Hierro con los dos ríos de Los Viñazos y de Las Acequias que provienen desde el Empalme uno, y Los Torneros y la Juan Somera el otro. Es una sierra larga, de siete-ocho km., pero muy estrecha (en algunos lugares quinientos metros) cuya principal característica es que se yergue sobre el mismo pueblo, el Alto de la Atalaya, y donde hubo una fortificación de origen musulmán. Destacaremos una zona de tierra de labor (del puente de hierro hasta la Cuesta del Pino Cuco), las Acequias, la Piedra de Los Torneros y finalmente la zona del Arco.

SIERRA DE PINO CANO

También nombrada como del Espino Cano (probablemente su nombre de origen: espino blanco o albar) está enfrente de la anterior, longitudinalmente, se delimita por los ríos de Las Acequias y de la Fuente del Roble hasta la Fuensomera (Juansomera) y la carretera del Barrancazo, empalmando en la zona del Muleto con La Cumbre o Sierra de Las Almenaras; un poco más larga, bastante más ancha y mucho más alta que la de La Atalaya, sobresalen en ella la Piedra del Marqués (desde la que se ve la anterior como un montículo), las Tubillas (humedales) del Cascajal, Honda, y otras, el cortijo de Los Tajones y El Estrecho, el Navacico, el Aprisco, la Cañada de la Mina y las fuente del Roble y Jarramantas.

SIERRA DE LA CUMBRE

Indudablemente la sierra más alta de Paterna, auténtico coloso provincial que forma todo el límite septentrional del término (con Peñascosa y Alcaraz). De ella se habla larga y extensamente en la primera ruta montañera que aparece en el libro haciendo gran parte de su recorrido por el mismo cordal; abarca desde la Venta del Vidrio (en la unión con Peñascosa) hasta la mismísima Almenara. Hitos importantes son Las Coronillas, el Prado de la Cumbre y Los Covachos, el Poyo de la Silla y el pico Muleto o Piedra de los Muletos.

ZONA DE LOS CATALMEREJOS

Realmente no conforma ninguna sierra específica pero si es verdad que es una zona montañosa bastante alta formada por algunos grandes montes madereros y de pastizal que ocupan toda esa especie de cabeza que desde el arroyo del Peralejo se introduce entre los términos de Peñascosa (al norte) y Bogarra (al este). Destacamos Los Collados, el Majal de Casa Nueva, los Cortijillos, los barrancos del Ituero y del Charcón, el Cerro de la Muda, la Piná del Guijarral, los Llanos de Los Catalmerezos, el Cerro Soto, el Cerro de Juan Cano, la Piedra Arteseros, el Cuarto Perdigueros, la Vereda de la Rambla, y como núcleos de población Los Catalmerezos, Casa Nueva, el Mencil, la Venta del Vidrio, el molino de la Cabañica, La Toba, Las Casas de Enmedio, y el Corral de Navarro.



El mote, signo de distinción en e



"Payasito" Aimar

JUAN R. LAFUENTE

La llegada a la Liga española de los argentinos 'Payasito' Aimar y 'Loco' Palermo ha actualizado la moda de bautizar con sobrenombres a los jugadores, pese a que es una costumbre que a veces desagrada a los afectados.

Así, el argentino Pablo Aimar, nuevo fichaje estrella del Valencia, ha advertido que le disgusta que le llamen "payaso" o "payasito", máxime cuando nada tiene que ver con sus supuestas virtudes como humorista. Parccc que el mote, cuya autoría atribuye a un periodista de su país, es una derivación de "payito", ya que su padre, futbolista, era conocido como "payo".

Los periodistas son casi siempre los responsables de sustituir el nombre de pila, aunque algunos entrenadores también se atribuyen ese poder y un compañero de Aimar, el rumano Adrian Ilie, es ya para siempre "La Cobra" porque así le bautizó el italia-

no Claudio Ranieri: "Es letal; en el área es como una cobra que pica y mata".

Otro valencianista argentino, "El Flaco" Pellegrino, ganó su apodo por su gran altura y su escaso peso, y Ayala es "Ratón" por su escasa estatura cuando jugaba en categorías inferiores. De pequeño, González no pronun- ciaba bien su nombre de Cristian y lo transformó en "Kily", mucho más fácil. A Diego Alonso le pusieron "Tornado" en Uruguay por- que nunca daba un balón por perdido.

El otro fichaje estrella del mercado invernal español, Martín Palermo, camina con el mote de "El Loco" por sus excentricidades tanto dentro como fuera de la cancha.

Su equipo, el Villarreal, tiene apodo propio, "El Submarino Amarillo", debido a que en una ocasión celebró el ascenso con el 'Yellow Submarine' de los Beatles, que coincidía con el color de la



"El pelado"
Iván de la Peña

de l fútbol



"El Loco" Palermo

camiseta y que a partir de ese momento se convirtió en el himno.

Para que Palermo no se sienta desamparado, en el Villarreal estará con sus compatriotas "El Vasco" Arruabarrena, mote ligado al origen de su apellido, "Mellizo" Barros Schelotto, que tiene un hermano gemelo también futbolista, y 'Flaco' Cagna.

El Racing de Santander acumula motes a mansalva, empezando por sus argentinos. A Claudio David Arzeno, le llaman "El Polaco" por su pelo rubio; a Marcelo Espina le apodaron en Chile "El Cabezón" y "El Ronco"; a Javier Mazzoni la prensa italiana le bautizó

El argentino Pablo Aimar, nuevo fichaje estrella del Valencia, ha advertido que le disgusta que le llamen "payaso" o "payasito", máxime cuando nada tiene que ver con sus supuestas virtudes como humorista

"El Tanque" por su corpulencia; Maximiliano Estévez conserva el apodo familiar "El Chanchi" y Juan Pablo Cárdenas, "Changuito", heredó el de su padre, también futbolista conocido como "Chango".

Al canterano Borja Enrique Ayesa sus compañeros empezaron a llamarle Nerón y de ahí pasaron a "Neru", mientras José Manuel Suárez es "Sietes", el pueblo asturiano en el que nació.

Las referencias a la zoología son frecuentes. Además de "La Cobra" Ilie, acaba de llegar el peruano Juan José Jayo "El Pulpo", que se une en el Celta al argentino Gustavo López "Cuervo"; en el Osasuna a Mariano Armentano le denominan con ironía "Tiburón" porque tenía miedo al mar, y a José Ángel Ziganda "Cuco" por su sagacidad en el área.

Acompañan al grupo el paraguayo "Toro" Acuña y el peruano Miguel "Conejo" Rebosio, del Zaragoza; el argentino Germán "Mono" Burgos (Mallorca), por su aspecto desgarrado, y "El Gallo" Joseba Etxeberria, del Athletic.

También hay títulos nobles, como el de Aleksander Mostovoi "El Zar", por su origen ruso y por el liderazgo que ejerce en el Celta; en elegancia destaca el ovidista Iván Ania, "El Príncipe", y en el Athletic no merece "La perla" Julen Guerrero.

Más prosaicos son el de "Natillas" José Luis Pérez Caminero (Valladolid); el de "Lechuga" para el argentino vegetariano del Mallorca Carlos Roa; "El Bomba" para Aitor López Rekarte (Real Sociedad) y en el grupo de los que se rapan la cabeza aparecen "El Huevo" Roberto Ríos (Athletic) y "Lo Pelat" ("el pelado") Iván de la Peña (Barcelona).

Uno de los motes más poéticos es el del marroquí Slaheddine Bassir, del Deportivo, a quien llaman "La avioneta del desierto".

Bassir convive en el Coruña con José Oscar Flores "El Turu", Walter Pandiani, "El Rifle", Fernando Cáceres "Negro" y "Toto" Eduardo Berizzo; en otros equipos están "El Chino" Roberto Losada (Oviedo); "Chupete" Aitor Larrazabal (Athletic); "Tincho" Herrera (Alavés); Alberto López "Tomba" (Valladolid); y "Chispa" Delgado (Numancia).



"El Polaco" Arzeno



Un gentil continente



ELIA GUTIERREZ MOZO

Con este noble edificio de julio de 1926 para D^a. Julia Gómez Alfaro y con su compañero de mayo de 1923 para D. Juan López, en el cual también interviene, al menos nominalmente, Manuel Muñoz, compone Julio Carrilero las dos esquinas de la calle de

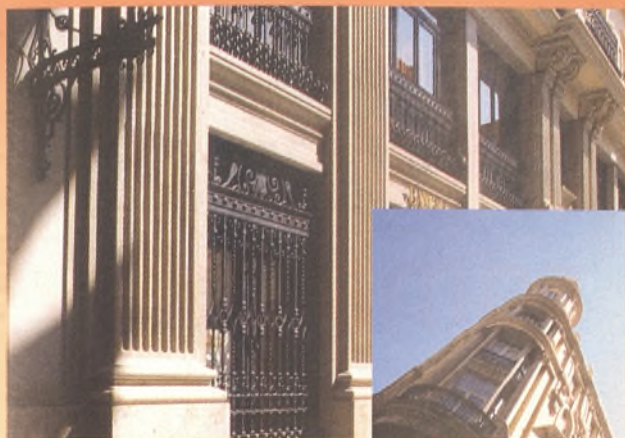
la Concepción con la calle Ancha en su acera izquierda. Y llama la atención la diferencia de soluciones: en chaflán plano el flanco derecho (Banesto), adonde las calles confluyentes forman ángulo obtuso, y en cubillo el izquierdo (Bancaja), que resuelve su ángulo agudo.

El autor dibuja el alzado, de suyo continuo, en dos partes: con lo cual crea una pequeña confusión, porque adjudica arbitrariamente la torre charnela, que se siente como prismática siendo cilíndrica, a la fachada de la calle Ancha y deja la fachada a la calle de la Concepción sin ninguna referencia a ella. La imagen de presunto campanario, inducida por el dibujo, no se sustenta sin embargo en la realidad, adonde el torreón en cubillo reitera una imagen habitual de ensanche urbano contemporáneo. El dibujo es engañoso, pues la partición del cuerpo cilíndrico ocurre, como es lógico en un cuerpo diagonal, a 45°.

Julio Carrilero renuncia en obra, por otra parte y por

la misma razón, al hueco en arco, que induciría una curva alabeada, y resuelve el orden emergente de la cornisa con una nueva cornisa circular sin accidentes: ¿acaso porque en un principio pensó el autor en una solución cuadrada? No lo sabemos. Sobre la cornisa, cuatro copas amojonan los puntos diagonales y un chapitel cóncavo, con faja intermedia a contracurva y pináculo con gajos en la cumbre, culmina la composición.

Este orden superior o linterna, decorativo y quizá sin uso, hace el número seis de alturas desde el suelo: las otras cinco comprenden la Planta Baja y el entresuelo o Planta Primera en un primer orden, ilagueado y apilstrado; los pisos principal y segundo (que son las Plantas



Segunda y Tercera) en un segundo orden de columnas, las únicas de doble altura en toda la composición; y un tercer piso real (la Planta Cuarta) en función de ático.

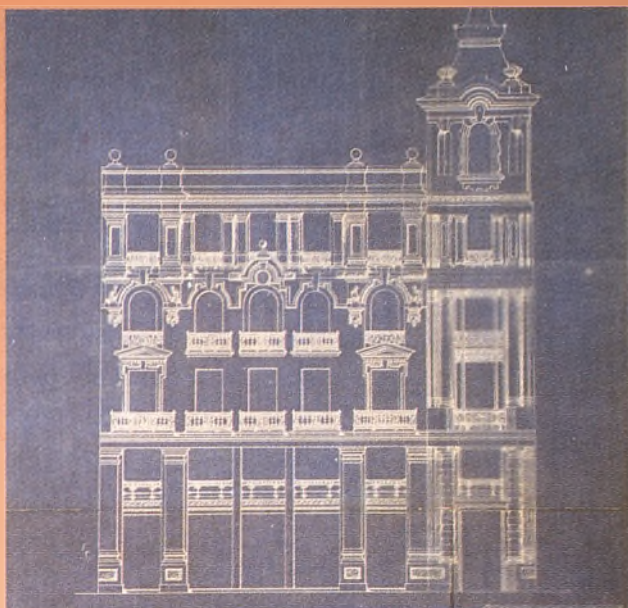
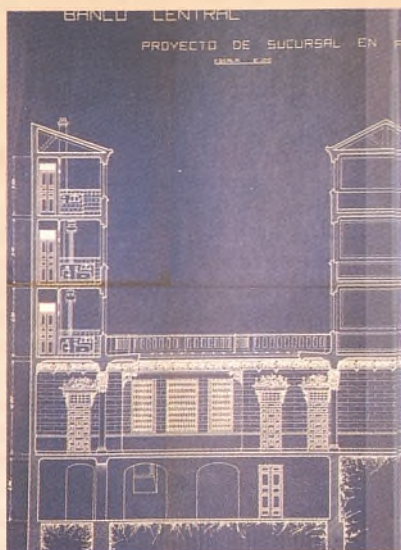
En el orden inferior, sobremonta el portal un balcón plano con antepecho de fundición, que se reproduce luego a ambos costados entre las pilastras y en los extremos de la composición. En el orden intermedio se aloja, entre las columnas, un mirador prismático que favorece el cubillo, asimismo de fundición y de doble altura. En el ático, a su vez, unas columnillas reducen a favor del círculo la luz entre pilastras. Los regímenes del orden inferior y del ático continúan, adaptándose en efecto, a lo largo de los lienzos de fachada recayentes a ambas calles. En el orden intermedio, en cambio, que es el principal, el cubillo y los frentes juegan juegos diferentes.

La fachada a la calle Ancha desarrolla su propia simetría independiente de cinco vanos, uno/tres/uno, determinada por pilastras destacadas, con pedestales, abajo y arriba. En el principal se dilatan y cubren con frontón los balcones de los flancos. En el alto, los laterales adornan los asientos del arco y el tríptico central se cubre con óculo, segundo arco y bola. El ático corre como una galería, articulada como se ha dicho, con entrepaños en el centro de dobles pilastras.

La fachada a la calle de la Concepción se atiene a los mismos temas, con una discreta variación. Sus vanos son siete, en lugar de cinco, y el ritmo de uno/dos/uno/dos/uno, con énfasis en el centro que, en el bajo, alberga un portal con jambas llagueadas de ancho doble y, en el principal, inserta un balcón destacado, entre pedestales con bolas y con frontón superior.

En la obra realizada, el llagueado se reduce a la Planta Baja y sobre él montan pares de pilastras estriadas flanqueando el entresuelo o Planta Primera, lo cual nos parece que daña al buen efecto.

El esquema resumen es el que sigue. Si consideramos el cubillo como eje, aunque no lo sea de simetría, de la composición, a la izquierda del mismo el lienzo recayente a la



calle Ancha se resuelve con cinco vanos, amojonados los tres centrales por los dos extremos y con un principio de jerarquía en el balcón central de la Planta Tercera. A la derecha los vanos son siete, desarrollo que permite intercalar un nuevo eje, esta vez sí de simetría, flanqueado por los módulos laterales y con dos vanos entre ellos. El cubillo destaca por el mirador de doble altura y por la cúpula de remate. La entrada por la calle de la Concepción se señala por la ligazón del balcón central con los laterales.

La rejería en Planta Baja y Entresuelo o Planta Primera, no dibujada, es de gran porte. En la obra realizada, una balaustrada, entre los mismos pedestales, sustituye y añade elegancia al antepecho macizo proyectado. Este inmueble ha sido recientemente rehabilitado en sus plantas de pisos, devolviéndole el pasado esplendor, aún a costa de sacrificar detalles del diseño que unas manos delicadas bien hubieran podido salvar.

Ya habrán podido ustedes comprobar cómo los bancos, astutos y ávidos de un prestigio del que todos dudamos por estar, el que más y el que menos, escaldados, se instalan en los bajos de estos nobles edificios en un intento de transferencia de imagen del continente al contenido. En el caso que hoy nos ocupa es Bancaja quien tiene aposentados sus reales en este sitio (parece que por poco tiempo, ¡qué lástima!), ocasión que quiero aprovechar, aunque sea de pasada, para dedicar este artículo a sus amables empleados, y muy especialmente a Paco García Blauquer. También quisiera comunicarles que, por razones personales, he de tomar un pequeño descanso en las entregas de esta serie sobre la arquitectura y la ciudad de Albacete. Se continuará, si Dios quiere. Gracias.





Foros romanos y Holitorium

Arco de Tito

ISABEL MONTEJANO

Del asombroso y espectacular contenido monumental de que se habló en el anterior capítulo, el Foro Romano participa con nueve templos, todos reconstruidos, como los de la Concordia, de Antonino y de Venus y Roma, del Divino Julio, de los Dioscuros, de Vesta, de Saturno y de Vespasiano y Tito; tres basílicas, la Aemilia, fundada en el siglo II a. de C. por los censores Marco Emilio Lépido y Marco Fulvio Nobilior, restaurada por la familia Aemilii y que Augusto dedicó a su nieto Lucio César "príncipe de la Juventud", reformada en el siglo V después del incendio que sufrió y las dedicadas a Julia y Majencio. Las basílicas sirvieron de modelo para las primeras iglesias.

Las cinco iglesias cristianas del Foro, están dedicadas a Santi Martino e Luca, San Lorenzo, Santi Cosma y Damiano, Santa Francesca Romana, Santa María Antica, esta última construida en el siglo VI entre la Fontana Juturna y el templo del Divino Julio. Los frescos del interior fueron pintados a lo largo de tres siglos, entre el VI y el IX y son el único documento para conocer el Arte y la Historia de la Alta Edad Media Romana, en las que muchos investigadores han leído.

Otros cinco elementos monumentales del Foro Romano, nos harán detenernos a nuestro paso por tanta grandeza, si perdida en parte, jamás olvidada. El Tabularium, haría las veces de gran oficina para el censo de los romanos, el Niger-Lapis o conjunto del siglo VI a. de C., que contenía una piedra negra con el reglamento ritual del templo dedicado a Vulcano y que escrito en latín arcaico se lee de derecha a izquierda; el "rostri

imperiale", donde se colgaban las cabezas de los proscriitos en las depuraciones del año 43, entre ellas la de Cicerón; en el borde del "rostri" se halla el que llaman "ombligo" de la ciudad como centro simbólico de esta y la piedra miliar de oro o kilómetro cero de las carreteras romanas.

En el Comicio, las gradas se llenaban de ciudadanos que en todo tiempo iban a escuchar los discursos de los magistrados y en la Curia, se reunía oficialmente el Senado. La que ahora encontramos llamada Curia Julia, fue remodelada por orden de Diocleciano tras el incendio del año 283 y los batientes de sus puertas, labradas en cobre, llevadas a la Basílica Pontifica de San Juan de Letrán. Transformada en iglesia de San Adriano en el siglo VII, fue restaurada por última vez en 1930.

Arcos de Septimio Severo y Tito

Dos arcos quedan en pie en el Foro Romano. El de Septimio Severo, tiene una altura de 20,18 metros y data del siglo III, con inscripciones en honor de Septimio y su hijo Caracalla, habiendo desaparecido la dedicatoria a Geta. Hay representaciones de las victorias más importantes obtenidas en Oriente contra los partos. En el centro del dintel, aparece Marte rodeado de las "victorias" y en el bajo de las columnas los relieves de las Cuatro Estaciones del año. El de Tito, también exaltó sus triunfos.

El Pórtico Margaritaria, que da paso a los edificios republicanos de los Dei Consentes, forma parte del

La Vía Sacra es el eje más antiguo que cruza de un extremo a otro el Foro Romano, por donde desfilaban los cortejos triunfales de los generales vencedores en las batallas para ir al Templo de Júpiter Capitolino

monumento a los dioses consejeros, doce divinidades de origen etrusco a los que Júpiter consultaba antes de tomar decisiones. La Statio Aquarum que era la oficina donde se llevaban los asuntos de los acueductos que abastecían a la ciudad, fue trasladada en el año 328 al Campo de Marzio, hacia donde se iba marchando la población, a medida que urbanizaba la zona de expansión.

En el año 36, Augusto compró al orador Hor-tensio una casa o "domus", que con las de su esposa Livia, la de las Vestales y la Regia o "casa Real" y la que fuera cabaña de Rómulo, llamada "casa Romuli", formaban parte en el Foro Palatino o más próximo a este Monte, de una primera urbanización para patricios y poderosos. Las casa de las Vestales y de la Regia, servían de hogar a las sacerdotisas de familias patricias y que eran elegidas desde la edad de seis años para conservar encendido el fuego sagrado del templo, haciendo votos de virginidad que, si perdían, hacía que fueran enterradas vivas en el Campus Scelartus del Monte Quirino.

La Vía Sacra

Fue la Fuente Juturna el primer acueducto del que bebían los romanos, hasta que se construyó el de Aqua-Appia y cuando el tinglado de las canalizaciones se vino abajo, los restos fueron recogidos y conservados en el Anticuarium del Foro. Quedan y aguantan el paso de los siglos, las columnas de Diocleciano que amparan un pórtico del Victus Tuscus que albergan una amplia serie de tiendas. Bajo el mandato de este emperador fueron miles los cristianos que murieron padeciendo martirio y sobre una gran sala que formaba parte del edificio, hecha en la época de Trajano, se levantó el Oratorio de los Cuarenta Mártires a la memoria de los mismos. Estos cuarenta, cayeron todos en una misma redada.

La Vía Sacra es el eje más antiguo que cruza de un extremo a otro el Foro Romano, por donde desfilaban los cortejos triunfales de los generales vencedores en las batallas para ir al Templo de Júpiter Capitolino. En la

parte central, se levantó la Columna de Focas y Lacus Fortius, en el año 9 a. de C., y que en el 608 de nuestra Era, fue dedicada al emperador bizantino Focas.

Por el Foro Holitorium

Entre las colinas Capitolio, Aventino y Palatino, corre una llanura en dirección al Tíber donde se cruzaban las principales vías de comunicación en el siglo VII a. de C., con el puente de madera que se había construido y que se llamó Ponte Sublicio, con la zona comercial. Desde Portus Tiberinus y el templo de Portuno, una divinidad que protegía los puertos y vías fluviales, se abría paso por en medio de un amplísimo mercado popular al Foro Holitorium, que se extendía hasta las laderas del Capitolio a través del Vicus Jugarius, calles en las que trabajaban los artesanos que hacían yugos con los que uncir a los bueyes para el transporte de las mercancías y que era una de las más importantes vías romanas. Del Foro Romano bajaba otra vía, la Vicus Tuscus o de "los Etruscos" que se dirigía por el mercado ganadero al Foro Boarium, donde hoy se abre la Plaza de la Bocca della Verità.



Si emprendemos el camino por la parte más baja de estos Foros, entraremos en la zona antigua por la Iglesia de Santa María in Cosmedin, fundada sobre una capilla que en el siglo VI estaba vinculada a los inmediatos templos de Hércules Vencedor y Portuno y que Adriano I amplió en la siguiente centuria, dándola a los cristianos griegos que se habían instalado en la Rippa Graeca. Es bajo su pórtico, donde la

Bocca, gran máscaron de una genio del Mar Océano que muerde la mano de los mentirosos que se atreven a jurar en falso y meterla, así lo cuenta la leyenda.

El Portus Tiberinus, quedaba al sur del Foro Holitorium, Otros templos eran el de la Fortuna Viril, el de Vesta que es el más antiguo en mármol que se hizo en Roma, el Arco de Jano y el de los Cambistas, al que dieron nombre por una de las divinidades más antiguas con las que contaban y que era "el dios de las dos caras guardián de las puertas". No muy lejos de aquí queda el subterráneo que da paso a la Cloaca Máxima por la que corre y se diversifica todo el sistema de saneamiento de la ciudad. Pasados ambos arcos, se halla la iglesia de San Giorgio in Velabro que marcaba en el barrio la presencia bizantina y que fue edificada en el siglo VII.

Tomando por el Vicus Jugariio se entra en el Area Sacra de San Omorono, pequeña iglesia que abre paso a una excepcional zona arqueológica de la época de la monarquía etrusca en Roma, donde estuvieron los templos de La Fortuna y de "Mater Matuta" diosa de la Aurora, fundados por el rey Servio Tulio, y destruidos en el siglo VI a. de C., voluntariamente por los propios etruscos, cuando fueron expulsados sus reyes para

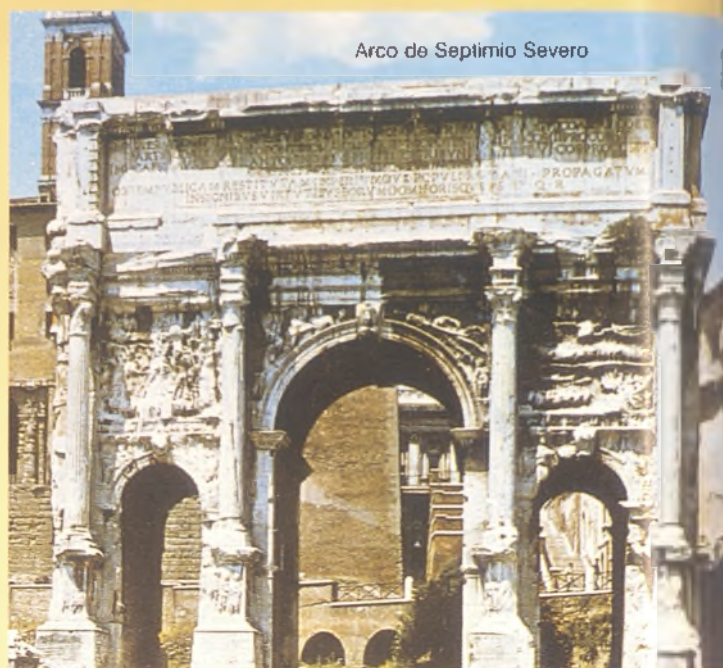
Foros romanos y Holitorium

implantar la república.

Por el Arco de Octavia

A espaldas de San Nicolás in Cárcere, están en nuestro camino el Teatro de Marcelo, las iglesias de Santa María in Campitelli, San Angelo in Peschería y Santa Francesca in Tor de'Spechi, hasta llegar al Circo Flaminio, que se extendió al sur del Campo de Marte y a lo largo de la Ribera del Tíber desde que en 221 a. de C., lo mandará hacer el que siendo sólo líder popular mandaba más que los emperadores, Cayo Flaminio Nespo. De su recinto, salían los cortejos triunfales que se dirigían al Capitolio. Cuando se implantó la república en Roma, los generales vencedores se apresuraron a edificar templos paganos y teatros, surgiendo el de Marcelo, cuyas obras dieron comienzo con César y terminaron con Augusto.

Fortificado en la Edad Media y convertido en palacio en el siglo XVI, fue un bastión que resistió a la destrucción. Pero también aquí el tiempo y la piqueta cayeron implacables y en la actualidad, se pueden admirar los restos del dórico y el corintio que decoraban su escenario, del que salieron los mármoles para la construcción del Puente Cesito. En 1930, se pudo libe-



Arco de Septimio Severo

rar el entorno del teatro sobre el que se habían ceñido nuevos edificios para dejar visible la parte que quedaba en pie.

Volvemos por la esquina del Circo para detenernos ante el Pórtico o Arco de Octavia, que cerraba aquel por el lado Norte y no nos resistimos a entrar unos minutos en Santa María in Campitelli, cuyo esmalte de la Madonna del Pórtico, que fue hecha, expresamente para preservar esta milagrosa representación de la Virgen libadora de las grandes epidemias en Roma y a la que los ciudadanos tuvieron siempre gran devoción. Por la Torre medieval de "los Espejos" de Santa Francesca in Tor, llegamos a una pequeña placita, que por sus palacios y casas nobles de los siglos XV y XVI, compone un rincón encantador y tranquilo.

La ruta turística se dirige ahora a los Foros Imperiales cortando camino. Nosotros entraremos antes en Plaza Venecia que es encrucijada clave de importantes vías y a la que con el arribo de la estatua del Rey Víctor Manuel II se convirtió en polémica, porque el monumento concitó largas y tediosas discusiones entre los políticos que pese a que había sido el unificador de Italia no lo querían ni ver allí. Tuvieron que ser los arquitectos, historiadores y hombres de letras los que lo salvaron del exilio y aún cuando se inauguró, no estaban todos conformes.

Con su aire de vieja fortaleza palaciega, el elegantísimo "cortile", la planta noble que se abre en ventanales de ajimez y la torre almenada, el Palazzo di Venezia constituye una de las joyas arquitectónicas del Renacimiento italiano, que el Papa Pablo II mandó construir cuando todavía era Cardenal en el siglo XV y Pío IV concedió como residencia a los embajadores venecianos que aquí mantuvieron su sede hasta finales del siglo XVIII.



Casa de las Vestales

Las dos caras de un imperio

En el siglo II después de Cristo, un gran imperio se extendía desde Britania hasta el Eúfrates. Cien millones de habitantes poblaban una extensión territorial de 4.300 kilómetros de este a oeste y 3.200 kilómetros de norte a sur. Roma se encontraba en el cénit de su poder, que no caería en su último palmo de terreno hasta la toma de Constantinopla por parte de los turcos. Pero para ello habría que esperar nada menos que hasta 1453.

Para llegar a ese estado de cosas, los romanos hubieron de crear un sistema de imperialismo militar, económico y político sobre la base de una ideología forjada por sus clases dominantes. Buscando su enriquecimiento sojuzgaron pueblos y redujeron a la esclavitud a millones de seres humanos, asesinaron en masa a poblaciones enteras y arrebataron la riqueza a amplias regiones merced a una imbatible máquina de matar: la legión. Pero Roma también ideó un sistema jurídico estable para Occidente, impulsó obras públicas perdurables y exaltó la política como debate público -principalmente en la época republicana-, por no hablar de su corpus literario inagotable en todos los géneros dentro, por supuesto, de un impresionante vehículo de cultura: la lengua latina a través de un alfabeto tomado de los griegos por intermedio de los etruscos.

Aunque al final nunca ha traído nada bueno, todos los pueblos han creado una sólida mitología -algunas, milenarias- para explicar sus orígenes. Roma, también.

Sus principios legendarios se remontan a Eneas, héroe huido de la guerra de Troya que fundó un nuevo linaje

real en la legendaria Alba Longa. Numítor, uno de sus descendientes, fue removido del trono por su hermano Amulio, que ordenó arrojar al río Tíber a Rómulo y Remo, nietos del pobre monarca depuesto. La fortuna quiso que se salvaran de la tragedia y fueran amamantados por una loba, convirtiéndose, de paso, en la imagen más tópica de la Roma antigua. El caso es que los hermanos repusieron en el trono a su abuelo, pero la historia no acabó con los dos comiendo perdices, pues Rómulo mató a su hermano por una disputa fratricida. Como diría Gila, se quedó sin hermano, pero se lo pasó... y más cuando ha pasado a la posteridad como el fundador de Roma justamente en el monte donde él y su hermano se habían salvado de la muerte.

Que la historia no es creíble tanto da, sobre todo cuando más tarde comprobaremos que Virgilio, uno de los aduladores oficiales de Octavio Augusto, eso sí, maestro universal de las letras e individuo de gran preparación intelectual. Nada que ver con Jaime Peñafiel.

Esto, muy sintéticamente, es lo que ha quedado en la mitología, aunque los datos arqueológicos hablan de una ciudad nacida a mediados del siglo VIII a.c. -ya Varrón colocó el nacimiento legendario en el 753 a.c.- en el marco de una liga latina de poblados agrícolas y pastoriles, sin que falten los que atribuyen a los etruscos, pueblo al norte de Roma, la fundación de la futura urbs. Sea como fuere, la inhumación de los muertos ya había sustituido a la incineración, y la monarquía era el sistema político predominante hasta su caída en el siglo VI a.c. En cualquier caso, Roma tuvo que esperar hasta el 396 a.c. para sacudirse el dominio etrusco en el definitivo enfrentamiento de Vejes.

Geográficamente, Roma ocupaba -y ocupa- una posición al noroeste del Lacio, con el río Tíber como frontera con Etruria. Esos primeros pobladores ya habitaron el conjunto de las siete colinas frente a la isla Tiberina, a saber: el Palatino, la colina central, rodeada por el Capi-

tolio, Quirinal, Viminal, Esquilino, Celio y Aventino. La superficie pantanosa de la llanura hizo que la población se concentrara en las alturas, y la preeminente colina palatina hizo que en torno al siglo VIII a.c. se construyera el primer sistema defensivo aprovechando su orografía.

Sistema republicano

La República fue el modelo adoptado por Roma hasta el siglo I a.c. El poder, en manos de la élite económica del patriciado que lo basaba en la posesión de la tierra, se congregaba en el **Senado**, un órgano compuesto por trescientos miembros -posteriormente llegaron a ser 600- de apellidos ilustres, mientras, a grandes rasgos, los asuntos cotidianos se delegaban en los **magistrados**, que eran elegidos anualmente. Como su propio nombre indica, los senadores conformaban originariamente un consejo de ancianos con jefes de los grupos gentilicios, un órgano supremo asesor de los magistrados pero en cuya base subyacía el brazo político de los patricios. Con las revueltas de finales del siglo VI a.c., se consiguió admitir a algunos elementos plebeyos, aunque acabó siendo una asamblea de exmagistrados cuyo nombramiento correspondía a la magistratura superior dependiendo, por supuesto, de la posición social. En fin, un sistema electivo popular en teoría indirecto pero en la práctica dedocrático, con evidentes ventajas ya que era un cargo de carácter vitalicio.

A todos, al menos cuando nuestro sistema educativo todavía no había enterrado la Historia Antigua o las lenguas clásicas, nos suenan todavía los cargos republicanos más importantes como los **cónsules** (dos anuales, cabeza del estado, con poder supremo para declarar la guerra y para tomar decisiones judiciales civiles y criminales, y con capacidad de veto mutuo), los **cuestores** (cuatro, se ocupaban de asuntos financieros), los **ediles** (tenían encomendada la administración de la ciudad y la organización de los juegos públicos), los **pretores** (funciones judiciales) y los **censores** (encargados de los registros civiles y, por tanto, con mucho poder por su incidencia en los comicios). También tenían gran relevancia los **tribunos de la plebe** (instrumento plebeyo contra la aristocracia patricia, de carácter inviolable y con derecho de veto) y los **dictadores**, magistrados de carácter extraordinario que concentraban gran poder en circunstancias especialmente difíciles. Desgraciadamente, eso de las "circunstancias difíciles" ha sido ampliamente interpretado por algunos militares chusqueros hasta nuestros días.

Entre éstos y algunos más, hasta la llegada del Principado, gobernaban lo que llegó a ser un gran Imperio sin necesidad de tanto secretario, subsecretario, director general, ayudantes de todos los anteriores, asesores de los ayudantes y asesores de los asesores de los ayudantes. Total, antes existían epidemias y ahora también, aunque, eso sí, con todo un inútil y evolucionado aparato burocrático.

Estábamos inmersos, recordemos, en el proceso de conquista de Italia, que ya en el siglo VI a.c. Roma había iniciado su expansión por ciudades alejadas de la ciudad que, tras ser sometidas, se convertían en colonias para apuntalar la autoridad del ocupante y extender la ciudadanía romana. A las de distinta cultura se les otorgaba el rango de municipal, adquiriendo derechos económicos y matrimoniales pero sin derecho a voto en las asambleas. Mucho más, pensarán los actuales inmigrantes, que la legislación española.

En cualquier caso, en el 290 a.c. los romanos ya habían sometido a los samnitas, etruscos y umbros, y dieciocho años después completaron la ocupación de colonias griegas, cuyas riquezas fruto del botín sirvieron para construir edificios públicos, a la par que consiguieron esclavos para refor-



Roma sojuzgó y asesinó a pueblos enteros e hizo uso de la esclavitud, pero también ideó un sistema jurídico para Occidente, impulsó obras públicas, exaltó el debate político y legó un corpus literario inagotable

zar el ejército de aliados y servir a los terratenientes. Precedentes, en fin, de los actuales mercenarios de ejércitos a los que sirven -se dice- en nombre de la libertad.

Finalmente subyugada Italia, Roma se encontró mano a mano con la entonces primera potencia del Mediterráneo, **Cartago**, con la que sostuvo tres guerras durante algo más de un siglo. Esta antigua capital fenicia controlaba el comercio marítimo, en el que no tenía competidora. Vemos, pues, que todas las guerras tienen una raíz económica, digan lo que digan algunos.

Ante tal inferioridad por mar, los romanos hubieron de ingeniárselas para plantar cara a su rival, lo que consiguió ideando nuevos sistemas de abordaje con que equilibrar en algo el retraso de su armada. El caso es que, después de tres guerras y decenas de años de lucha que llevó al general **Aníbal** a las mismas puertas de Roma, los hijos de Rómulo derrotaron a los púnicos en las batallas decisivas de las islas Egates (241 a.c.), de **Zama** sobre el mismísimo Aníbal (202 a.c.) y, finalmente, en la propia **Cartago**, que fue arrasada en 146 a.c. por **Escipión Emiliano "el Joven"**, alentado, entre otros, por Catón, un "halcón" romano que, al grito de aquél *Delenda est Cartago* ("Hay que destruir Cartago"), haría palidecer a los actuales ideólogos del Pentágono.

Tras no dejar de su enemigo ni los clavos, a Roma se le abrieron de par en par las puertas del Mediterráneo y, por tanto, del mundo conocido.



Aníbal cruzando los Alpes, según un fresco de Jacobo Ripanda



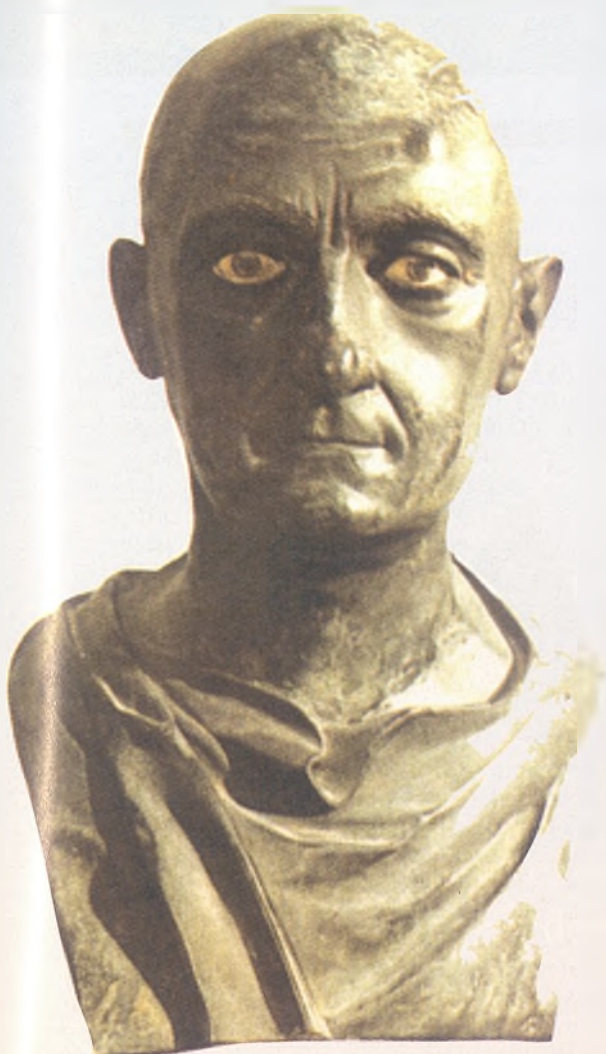
El Rapto de las Sabinas

Según cuenta la leyenda, Roma se encontró con un importante problema demográfico al faltar mujeres para perpetuarse. La verdad es que lo que se intentó explicar fue la integración de los sabinos en los latinos, lo que dio lugar al nacimiento de Roma como ciudad expansiva. Así explica **Tito Livio** (Historia de Roma desde su fundación) la leyenda del Rapto de las Sabinas. Rómulo invita a las poblaciones vecinas a los Juegos en honor de Neptuno Ecuestre, acabando la fiesta de mala manera. Una treta, en fin, por la que quedó resuelto el problema romano de la descendencia:

... De los sabinos acudió la población en masa, mujeres e hijos incluidos. Fueron acogidos como huéspedes en las casas particulares, y al ver el emplazamiento, las murallas y la cantidad de viviendas de la ciudad, se asombran del desarrollo de Roma en tan poco tiempo. Cuando llegó la hora del espectáculo y estaban concentradas en él las miradas y la atención, se puso en marcha según lo previsto el golpe de fuerza: a una señal dada, los jóvenes romanos se lanzan a raptar a las doncellas. La mayoría de ellas fueron cogidas al azar por el primero que las tuvo a mano; algunas, especialmente hermosas, reservadas a los senadores más importantes, eran llevadas a casa de éstos por los plebeyos a los que se les había encomendado esta misión. Una, que resaltaba notablemente entre las demás por su atractivo y belleza, fue raptada por los hombres de un tal Talasio, según dicen, y como muchos preguntaban a quién se la llevaban, gritaban a cada paso, para evitar que fuese objeto de violencia, que se le llavaban "a Talasio"; de ahí pasó este grito a las bodas.

Desbaratado el espectáculo por el pánico, los padres de las doncellas escapan entristecidos, quejándose de la violación de las leyes de la hospitalidad e invocando al dios a cuya fiesta y juegos habían acudido engañados por la apariencia del respaldo de las leyes de la religión y la humanidad. En cuanto a las víctimas del rapto, no abrigan esperanzas más halagüeñas sobre sus personas, ni es menor su indignación..

(Ab urbe condita, I, 9).



Publio Cornelio Escipión "Africano", vencedor de Cartago



EL PAN

Un alimento esencial

TRIBUNA DOMINICAL - FOTOS: JORDI MORERA Y DAVID LEVIN

La dieta mediterránea está considerada en todo el mundo como una de las más beneficiosas para la salud. Cuenta con una destacada presencia de pan, cereales, arroz, pasta y tubérculos. También son importantes las frutas y verduras, así como la leche y sus derivados, como los yogures y los quesos.

La alimentación de los españoles se aproxima mucho a esta dieta, pero le falta pan. Mientras la OMS recomienda un consumo de 250 gramos por día, un estudio realizado por el Gremio de Panaderos de Barcelona publicado en mayo del 2000, señala que su consumo medio en nuestro país, es de 157 gramos diarios.

España es al país europeo donde menos pan se consume. Frente a nuestros 58 kilogramos por habitante, nuestros vecinos mediterráneos nos llevan una gran ventaja con 75 kg. por persona en Italia y 70 kg. en Francia. Entre todos, nuestro país es el que más lejos está de los 90 kg. de pan al año recomendados por la OMS.

En nuestro país el consumo de este alimento básico haya decrecido de forma considerable. Para encontrar cifras próximas a las recomendadas, nos hemos de remontar a 1976, cuando el consumo por persona era de 82 kilogramos al año. En sólo dos años bajó 7'5 kg. el consumo, hasta los 74'5 kg. por

persona y año. Durante los ochenta, siguió bajando hasta tocar fondo en 1992 con tan sólo 55 kg. En la actualidad, oscila entre los 57 y los 58 kilos al año. Es paradójico que, precisamente en la cuna de la dieta mediterránea, su base cuente con este bajo consumo.

Es de sobra conocido que el pan tiene un alto valor nutritivo y que es muy fácil de digerir. Para tomarlo de manera adecuada, se recomienda comerlo en pequeñas cantidades y repartirlo durante todo el día.

Como acompañamiento de otros alimentos o en bocadillo, hace que la comida sea más equilibrada, ya que a las propiedades del pan, se le añaden las de las verduras, la carne, el pescado, o, por ejemplo, el queso y los embutidos, en los bocadillos. Además, al tomar el pan

junto con otros alimentos, se reduce su velocidad de absorción y con ella la tendencia a la obesidad y a la diabetes de tipo 2.

El pan tiene una gran importancia para la salud. Muchos son sus efectos beneficiosos. Comer un trozo de pan mejora el malestar que causa el estómago vacío. Por otro lado, el pan rico en fibras ayuda a mantener la dieta, pues las fibras dan sensación de saciedad. Pero comer pan tiene más ventajas. El integral interviene en la regulación de la motilidad del intestino, mejorando la evacuación. Por esto está indicado en casos de estreñimiento.





Capítulo 7

Orientación

Buscando el Norte

La orientación, una modalidad deportiva surgida en los países escandinavos, permite al marchador, con la única ayuda de un mapa y una brújula, poner en práctica sus conocimientos, su intuición y su capacidad aventurera. Nació como un modo diferente de hacer excursionismo y hoy en día es uno de los deportes de aventura más practicados en los países del norte de Europa.

Orientación

Origen e historia

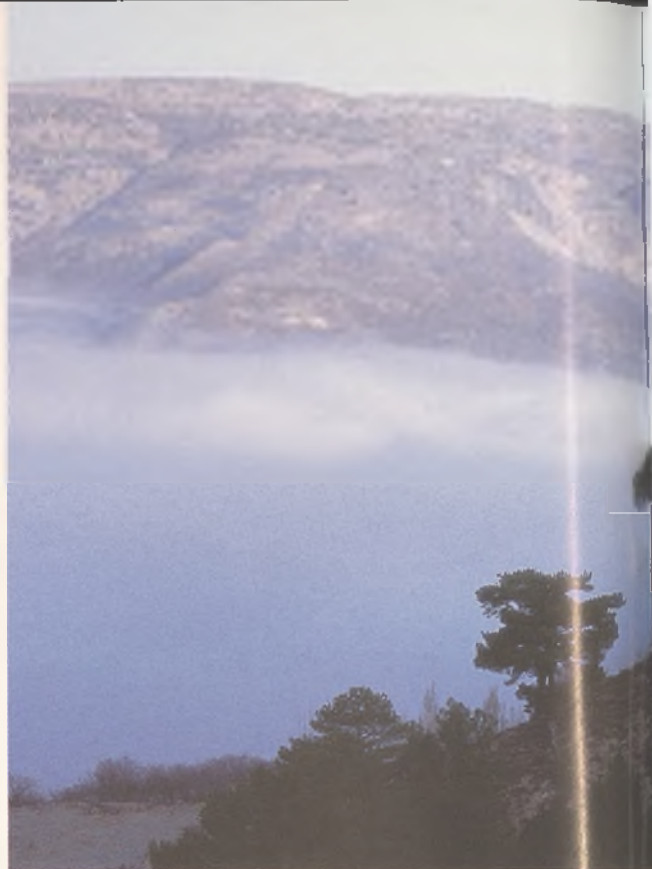
Las pruebas de orientación constituyen una modalidad del excursionismo, que consiste fundamentalmente en trasladarse por el campo de un lugar a otro empleando una brújula y un mapa. Como bien dice su nombre, orientarse es hallar la dirección correcta para llegar al sitio previsto.

Aquellos que participan en una prueba de orientación eligen libremente el recorrido que van a realizar y pasan por ciertos puntos de control señalados en el bosque por banderas (denominadas marcadores) y en el mapa mediante pequeños círculos.

El recorrido se define por un lugar de salida, cierto número de puntos de control (denominados simplemente controles) y una meta de llegada. El trayecto puede realizarse andando o corriendo, y en invierno también cabe la posibilidad de llevarlo a cabo esquiando.

La orientación proviene del excursionismo, una actividad deportiva no competitiva que consiste en realizar caminatas por el campo o la montaña, tanto por rutas conocidas como desconocidas. El excursionismo comenzó a tener adeptos como consecuencia de la industrialización iniciada en la segunda mitad del siglo XIX, cuando la población de las ciudades comenzó a sentir la necesidad de huir de los núcleos urbanos. Por esta razón, pronto empezaron a crearse clubes alpinos y de excursionismo que aglutinaron a un mayor número de aficionados.

Los pioneros del excursionismo publicaron numerosas obras en las que narraban sus experiencias vividas en la montaña y describían, a veces incluso con una notable calidad literaria, los paisajes contemplados. Sin embargo, estos hermosos libros solían ser de escasa utilidad para quienes querían seguir sus pasos.



Con el fin de paliar la insuficiente información sobre las montañas, pronto aparecieron las guías excursionistas con descripciones de los recorridos. Tras estudiar una región en todos sus aspectos (físicos, etnográficos, demográficos, económicos, históricos o políticos), las guías trazan itinerarios en los que se indica un detallado horario en cada cruce de camino, riachuelo, casa de labor o cabaña.

Estos datos van acompañados de una minuciosa explicación del camino o dirección que hay que seguir y también de datos sobre los pormenores físicos del paisaje que va a observar el excursionista, a la vez que da información sobre los hechos históricos relevantes que han sucedido en ese lugar. Si el itinerario cruza un pueblo o pasa cerca de un castillo, una iglesia u otros monumentos destacados, la guía ofrece también una descripción.

Los complementos del texto son un mapa general de la región y croquis parciales de itinerarios de ascensión o de escalada. También se incorporan planos de los monumentos importantes de la zona descrita.

Lectura e interpretación de mapas

Para una correcta orientación en montaña hay que valerse de los mapas y de la brújula. De las diferentes clases de mapas (de carreteras, turísticos, físico-políticos, meteorológicos, etc.) el excursionista utiliza el de crestas o los de curvas de nivel.

Mapa de crestas

En los mapas de crestas están esquemáticamente representadas las líneas de los valles (ríos) y las de las sierras (crestas). Los cursos de agua se indi-



“La orientación es una práctica sosegada pero apasionante. En definitiva, se trata de saber leer en la Naturaleza. Verla, escucharla e interpretarla sabiamente para alcanzar nuestra meta.”

*Carmen Charco.
Albacete*



La cartografía

“**L**a orientación, además de ser una modalidad deportiva, ha servido como punto de apoyo a la cartografía. Esta disciplina es una ciencia que, a través de una serie de técnicas y procesos, sirve para la confección y realización de mapas.

El procesamiento cartográfico comprende una serie de pasos iniciales: toma de fotografías aéreas, apoyo topográfico y definición de coordenadas geodésicas. A continuación tiene lugar la etapa de procesamiento de gabinete, que consiste en extraer información de las fotografías aéreas (curvas de nivel, red hidrográfica, accidentes geográficos, contornos de ciudades o construcciones, red viaria, etc.). Al mismo tiempo se procede al control de terreno, lo cual permite verificar diversas mediciones efectuadas sobre la fotografía, identificar topónimos y accidentes y determinar cotas. Después se realiza la confección de hojas preliminares o de base, que revisa el corrector de levantamiento, que además les sobrepone la red de coordenadas geomagnéticas y unifica escalas.

Luego se lleva a cabo una preparación para el grabado, cuyas principales fases son: delineado de la red hidrográfica, dibujo de la línea de costa, representación por medio de colores básicos de las zonas hipsométricas y boceto de rotulado.

Por último se llega al grabado de las matrices (películas), que pasan a la imprenta, donde se realizan diversas pruebas de colores (separación y contraste) y la impresión conjunta del mapa definitivo.

La doble naturaleza metodológica y técnica de la cartografía hace de ésta una herramienta científica o utilitaria muy costosa. Levantar, preparar, imprimir y difundir un mapa crea una cantidad de problemas económicos que la edición privada o pública intentan resolver a costos óptimos. Por ello se han aplicado al trabajo en cadena y a la amortización de un material muy especializado las enseñanzas de la investigación operacional: es lo que se denomina la “producción control”, que se puede traducir por “cartografía integrada”.

Por otro lado, la Asociación Cartográfica Internacional se ha preocupado de la formación que hay que dar a los técnicos y especialistas que deben estar en las diferentes etapas de esta producción particular. Es una cuestión delicada dado que la cartografía se encuentra en una época de transición entre la artesanía, económicamente condenada, y la automatización, todavía insuficiente. Aquí, como en otras partes, las relaciones entre la cibernética y el factor humano no están bien delimitadas.

can en color azul; las crestas, con rayas de trazo más grueso de color negro, en marrón. Estas rayas se cortan por pequeños círculos o triángulos cuando es necesario indicar una cumbre, y por dos rayitas más delgadas cuando se trata de un collado. Caminos y carreteras se marcan en color rojo, y líneas de ferrocarril y poblaciones, en negro. Finalmente está la toponimia: los nombres de ríos, lagos y fuentes son de color azul; los de poblaciones, sierras, picos o collados suelen ser de color negro. Si el pico o el collado son importantes, se señala la altura junto al nombre.

Estos mapas, muy claros si se trata de representar



EL EXCURSIONISTA UTILIZA EL MAPA DE CRESTAS O LOS DE CURVAS DE NIVEL.

PARA UNA CORRECTA ORIENTACIÓN EN MONTAÑA HAY QUE VALERSE DE LOS MAPAS Y DE LA BRÚJULA.



grandes montañas, tienen el inconveniente de no precisar las características de las vertientes o del sector de terreno comprendido entre los ríos y las crestas. No informan sobre la inclinación de las pendientes, ni sobre la altura de un punto determinado de los valles.

Mapas de curvas de nivel

Las curvas de nivel (*isohipsas*) son líneas de igual cota que se representan en el mapa en proyección horizontal, para indicar las irregularidades del terreno. Se marcan en color marrón o sepia, que sugiere mejor el color del terreno. Todos los puntos de una curva de nivel están a la misma altura.

En sentido vertical, las curvas son equidistantes. Hay también curvas de nivel trazadas a intervalos regulares, más gruesas que las anteriores, acompañadas de cifras que indican la altura. Se llaman curvas maestras de nivel.

Cuando las curvas de nivel están muy separadas unas de otras, el terreno representado es muy llano. Por el contrario, cuanto más cerca están, el desnivel del terreno es más acusado. Si llegan a juntarse dos o más

curvas, el terreno representado es completamente vertical (puede tratarse, por poner un ejemplo, de un despeñadero).

La reproducción cartográfica da una imagen exacta de todas las irregularidades del terreno. Permite deducir fácilmente la altura de un determinado lugar con un mínimo error, así como efectuar toda clase de cálculos sobre los itinerarios que hay que seguir. Por lo tanto, aportan mucha más información que los mapas de crestas y son más empleados.

Escala

Todos los mapas indican la escala en que han sido confeccionados. Un mapa sin indicación de escala no es útil. Cuando está expresada en forma de cociente, se denomina escala numérica. Si está indicada por un segmento graduado que representa las distancias reales del terreno representado, se llama escala gráfica.

Se define como la relación existente entre una medida cualquiera expresada en el mapa y el terreno representado. Por ejemplo, en un mapa a escala 1: 25.000, un centímetro corresponde a 25.000 centímetros en el terreno. Una vez entendido esto, calcular distancias es una operación sencilla. Sólo hay que multiplicar la medida tomada sobre el mapa por el denominador de



la escala, y con la sencilla operación de correr una coma se obtiene la unidad de la medida deseada, en metros, kilómetros, etc.

Por ejemplo, en un mapa a escala 1: 25.000 vamos a medir una distancia de 65 milímetros. Multiplicando esta distancia por el denominador de la escala ($65 \text{ mm} \times 25.000 = 1.625.000 \text{ mm}$) y suprimiendo los tres ceros, el resultado será 1.625 metros. Si estos 65 milímetros los situamos sobre la escala gráfica, se puede comprobar que cubren un kilómetro y 625 metros.

Las escalas más comunes en los mapas para excursionistas son las de 1: 25.000 y 1: 40.000, aunque también los hay a escala 1: 10.000.

Se ha de prestar atención a la orientación dada al mapa. La mayoría de ellos han sido confeccionados con relación a los meridianos y paralelos terrestres, de forma que tienen el norte en la parte superior. No obstante, hay algunos que no han sido elaborados de esta manera y

UN SILBATO PUEDE SER UN BUEN ALIADO EN EL CASO DE PERDERSE EN PLENA MONTAÑA Y NO ENCONTRAR EL ITINERARIO CORRECTO.



"PODRÍA PARECER SENCILLO, PERO NO LO ES TANTO. UNO TIENE QUE MIRAR SU MAPA E IMAGINAR CÓMO ES CADA MONTAÑA, CADA VALLE, RÍO O CAMINO QUE EN EL PAPEL SÓLO SON LÍNEAS. IMAGINAR COMO SERÁ CADA UNA DE ESAS LÍNEAS ES ESENCIAL PARA ELEGIR EL CAMINO ADECUADO."

Carlos Mari. Valencia.

casos puede tolerarse hasta un 20% de coincidencia.

- La parte de itinerario por carretera no puede ser superior en un 10% al kilometraje total.

- Si el itinerario es de una jornada, no puede exceder las seis horas y media de marcha. Si es de dos jornadas, el conjunto no debe superar las once horas. Cuando se trate de itinerarios de tres días, no podrán sobrepasar 16 horas, pero en ninguna jornada la marcha durará más de seis horas y media.

- Si la suma de todas las subidas del itinerario supera los 900 metros de desnivel, el tiempo máximo tolerado en cada jornada será reducido en 15 minutos por cada 100 metros de más. Si se trata de itinerarios de varios días, el cálculo de cada jornada se efectúa por separado. Cuando la marcha tiene una duración máxima de seis horas y media, los puntos de salida y llegada ni pueden estar a más de 30 minutos (sumados los dos) de los centros de comunicación o pernoctación. En caso de que la marcha no llegue al tiempo máximo, entonces los puntos de salida y llegada podrán estar a 45 minutos.

- Durante la marcha queda excluido cualquier tramo de escalada. Si hay sectores peligrosos, su paso ha de ser neutralizado y controlado por la organización. Es más, la entidad organizadora ha de tomar las medidas necesarias (colocación de cuerdas, pitones, etc.) para garantizar la seguridad de los participantes.

- No está permitido el paso de la marcha por el interior de las poblaciones. Solamente si se trata de un recorrido corto pueden establecerse controles a la entrada y salida de aquéllas.

- Los caminos se marcan exclusivamente en

presentan una señal o flecha con la letra N, que indica la dirección del norte geográfico. Para orientarse hay que hacer coincidir el norte del mapa con el Norte geográfico que marca la brújula, descontando la declinación magnética que todas las brújulas suelen indicar.

Sobre el terreno, y una vez situado correctamente el mapa de acuerdo con los datos que da la brújula, se pueden identificar con facilidad los accidentes topográficos.

Evidentemente lo que interesa a todo excursionista es hacer una lectura correcta de los mapas, entenderlos y tener una noción del relieve con un simple vistazo. Mientras no se domine esta técnica a fondo no se podrá proyectar ningún itinerario, ni será fácil tomar decisiones para resolver posibles problemas que surjan en la montaña.

Marchas por montaña

Las marchas por montaña tratan de probar los conocimientos de los excursionistas en las distintas facetas de la orientación. Las más simples de organización y desarrollo constan de un itinerario en el que se señalan puntos de paso concretos y un tiempo de recorrido máximo y mínimo. A los marchadores se les entrega un mapa de crestas o de curvas de nivel para su orientación, y se clasifican aquellos que finalizan la excursión dentro del tiempo marcado siempre que hayan pasado por los controles de paso indicados.

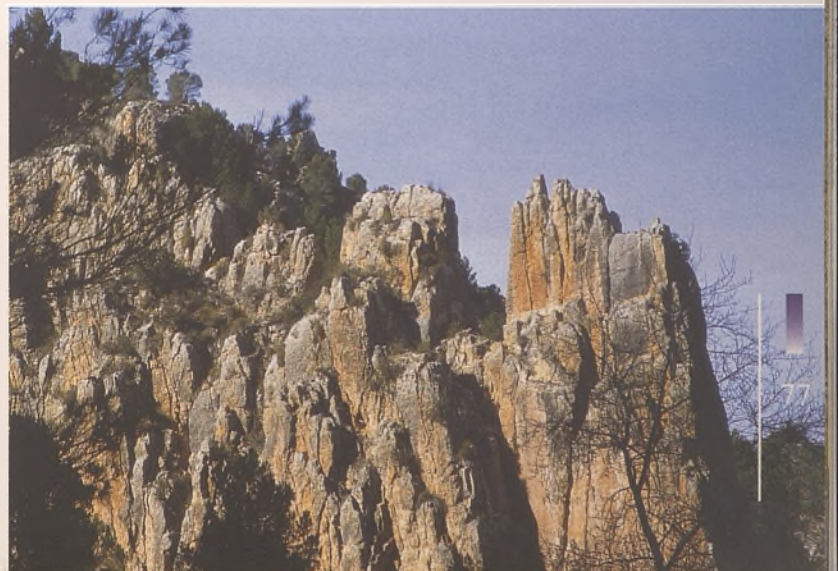
Las marchas de regularidad

Las marchas de regularidad son, quizás, las de organización más completa. Deben reunir las siguientes condiciones:

- El itinerario ha de ser inédito, de modo que un 10% del recorrido no debe coincidir con itinerarios de marchas anteriores. En determinados



LAS PRENDAS HAN DE SER LIGERAS Y CONFORTABLES Y SU FUNCIÓN HA DE SER PRESERVAR TANTO DEL FRÍO COMO DEL CALOR.





“LAS PRUEBAS DE ORIENTACIÓN SON APASIONANTES. EN 1999 PARTICIPAMOS EN UNA CELEBRADA EN FRANCIA. DURANTE DOS HORAS NOS LLEVARON EN UN VEHÍCULO CERRADO HASTA UN PARAJE QUE NINGUNO CONOCIAMOS. UN MAPA Y UNA BRÚJULA ERAN NUESTRAS ÚNICAS ARMAS. HABÍA QUE VOLVER AL CAMPAMENTO BASE. PARECÍA FÁCIL PERO NO LO ERA TANTO. EL CAMINO MÁS CORTO, SI LO ACERTABAS, SUPONÍA, AL MENOS, DIEZ HORAS DE SUBIR Y BAJAR MONTAÑAS.”

Lola Alcayde. Oviedo.

los siguientes casos: cuando transcurren por lugares de posible confusión, cuando hay numerosas bifurcaciones de caminos, o en el caso de que el tránsito por lugares habitados dificulte su indicación precisa en el mapa.

- Si un sector de la marcha no pasa por ningún camino, este tramo también ha de quedar debidamente señalado sobre el terreno e indicado en el mapa.

- Es imprescindible calcular que la marcha empiece y acabe con luz de día.

- Cuando el lugar de llegada y salida de un control de neutralización estén separados, el tiempo de marcha entre uno y otro se contabiliza para que quede incluido en el máximo total.

Los mapas de las marchas de regularidad habrán de aportar una información específica y cumplir los siguientes requisitos:

A) Ofrecer una orientación perfecta.

B) Indicar los diferentes caminos por donde transcurre el itinerario, detallando todas las bifurcaciones y cruces.

C) Permitir una clara lectura cartográfica.

D) Indicar los edificios, ruinas, instalaciones eléctricas u otras construcciones visibles desde el camino y alejadas en línea recta unos 30 metros del itinerario que hay que seguir.

E) Representar el terreno con todos los accidentes geográficos (fuentes, ríos, torrentes, vías de comunicación, lagos, etc.) para que permitan una mejor orientación.

F) El mapa debe estar a escala, para que se corresponda con las distancias reales.

G) El trazado del itinerario debe estar dibujado con la máxima exactitud, y el sistema de representación ha de ser el de curvas de nivel a



una equidistancia que no supere los 25 metros y la escala máxima 1: 40.000.

H) Como mínimo, la impresión del mapa tiene que ser de tres tintas, y las altitudes de los lugares de paso se han de verificar y situar correctamente sobre las curvas de nivel.

El itinerario de la marcha se divide por sectores, según sus desniveles. Los promedios de marcha por sector se establecen considerando que la velocidad máxima será de 5 kilómetros por hora por camino llano y terreno sin obstáculos. Esta velocidad disminuye proporcionalmente con el desnivel y las dificultades del camino. Los organizadores han de comprobar en fechas anteriores a la celebración de la prueba y sobre el terreno si los promedios calculados son correctos.

Independientemente de que los organizadores calculen escrupulosamente cada cambio de promedio, éstos han de estar señalados en el mapa y sobre el terreno, y debe procurarse que no coincidan con ningún control. El horario oficial de la prueba se mantiene en absoluto secreto hasta que la totalidad de los equipos participantes haya cubierto el recorrido de la marcha.

Aparte de los controles de salida y llegada, se emplazan otros de neutralización y descanso, cuya situación se indica en el mapa. También hay controles secretos para comprobar la regularidad de la marcha de los participantes. Estos controles marcan la hora de paso por minuto

LAS MARCHAS POR MONTAÑA TRATAN DE PROBAR LOS CONOCIMIENTOS DE LOS EXCURSIONISTAS EN LAS DISTINTAS FACETAS DE LA ORIENTACIÓN.



AQUELLOS QUE PARTICIPAN EN UNA PRUEBA DE ORIENTACIÓN ELIGEN LIBREMENTE EL RECORRIDO QUE VAN A REALIZAR Y PASAN POR CIERTOS PUNTOS DE CONTROL SEÑALADOS EN EL BOSQUE POR BANDERAS.





LA ORIENTACIÓN PROVIENE DEL EXCURSIONISMO, UNA ACTIVIDAD DEPORTIVA NO COMPETITIVA QUE CONSISTE EN REALIZAR CAMINATAS POR EL CAMPO O LA MONTAÑA, TANTO POR RUTAS CONOCIDAS COMO DESCONOCIDAS. EL EXCURSIONISMO COMENZÓ A TENER ADEPTOS COMO CONSECUENCIA DE LA INDUSTRIALIZACIÓN INICIADA EN LA SEGUNDA MITAD DEL SIGLO XIX, CUANDO LA POBLACIÓN DE LAS CIUDADES COMENZÓ A SENTIR LA NECESIDAD DE HUIR DE LOS NÚCLEOS URBANOS.

vencido en la hoja de ruta de cada equipo. Estos tiempos sirven para estimar la regularidad de los equipos una vez finalizada la marcha.

Por cada hora de marcha debe efectuarse un descanso de quince minutos. Los descansos para tomar el almuerzo y la comida tienen una duración de 30 y 90 minutos, respectivamente.

Marchas por descripción

Se trata de marchas sin mapa. A los participantes se les entrega un texto de características parecidas a las descripciones de las guías excursionistas, un poco más completo quizás, en el que no se especifican horarios pero sí se da un promedio total de marcha. De vez en cuando se señala el itinerario con marcas (nunca en el inicio de los caminos), para que los marchadores



tengan constancia de que están siguiendo el itinerario correcto.

Los controles y las demás características de la organización son los mismos que en las marchas de regularidad.

Marchas por coordenadas

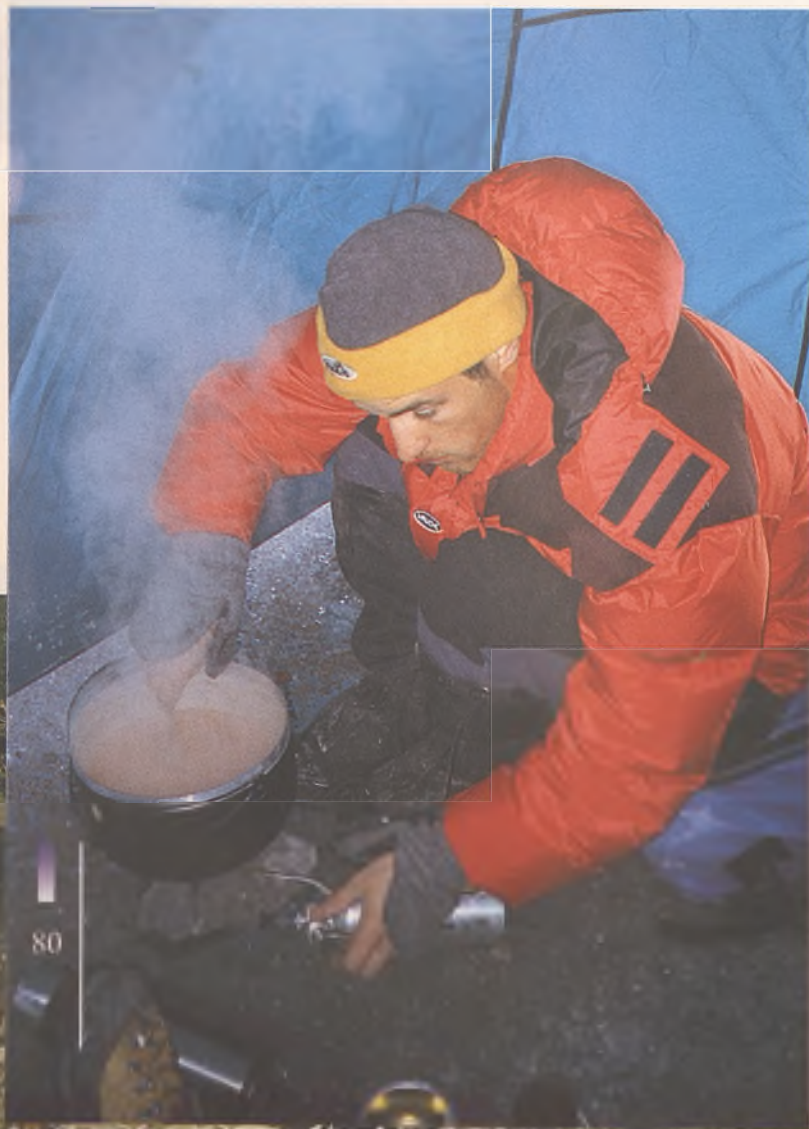
En esta modalidad se proporciona a los participantes un mapa, sin indicación de caminos. Mediante las coordenadas que se les facilitan en cada control, los excursionistas han de situar sobre su mapa el emplazamiento del siguiente y deben encontrar el camino más idóneo para llegar a su destino.

La organización de la prueba facilita unos esquemas del tipo de camino que se debe seguir, su longitud en metros y sus desniveles. De la apreciación de este gráfico y de una dirección acertada depende la corrección del recorrido. Los controles de paso y de regularidad se emplazan en lugares desconocidos por los excursionistas.

Marchas de orientación y regularidad por montaña

Partiendo de la base de que los mapas que pueden conseguirse en el mercado no siempre indican todos los caminos y muchas veces están dibujados de manera incorrecta, la organización de la prueba señala la ubicación de controles de paso y de neutralización en el mapa. Aparentemente no hay camino marcado en el mapa para acceder a esos controles, pero sí existe sobre el terreno. El marchador ha de buscar la ruta correcta y pasar los controles en el orden que han sido situados y numerados por los organizadores. Por tanto, en esta modalidad el participante ha de hallar, por ejemplo, el camino que lleva a una ermita, a un pico o a un pueblo señalado en el mapa, donde no figura ningún camino.

Una vez finalizada la prueba, se entrega a los





"TE SIENTES COMO AQUELLOS EXPLORADORES DEL SIGLO XIX QUE CARTOGRAFIARON TODO EL MUNDO ANDANDO SUS CAMINOS. ES LA MAGIA DE NO SABER QUÉ HAY DELANTE E IR DESCUBRIÉNDOLO A MEDIDA QUE TUS PASOS TE LLEVAN HASTA ALLÍ"

Teresa Campos. Bilbao.

magnético.

A partir de ese momento, el camino a seguir se convierte en la línea recta del itinerario. El gráfico de este tipo de marcha ha de estar muy bien confeccionado, pues el olvido de un cruce o un error en los grados respecto al Norte magnético puede provocar la desbandada de los equipos por terrenos desconocidos. Por eso es muy conveniente indicar en el gráfico el nombre de las casas de labor, para que el marchador pueda tener alguna referencia en caso de que se extravíe. También conviene suministrar a los participantes un mapa de curvas de nivel de la región por la que transcurra el itinerario.

participantes un mapa fiel de la zona, haciendo llegar a los editores del mapa que ha servido de guía unos ejemplares para su corrección. Esta modalidad se convierte en una contribución del excursionista a la cartografía.

Marchas por acimutes

En estas pruebas se entrega a cada participante un mapa rectificado, con todos los caminos indicados correctamente. Los equipos deben situar en el mapa la ubicación del control mediante los siguientes datos: acimut, altura y distancia del punto de partida en línea recta. Una vez localizado, hay que escoger el recorrido más corto sobre el mapa para llegar a él. Se establecen controles de paso y de regularidad para comprobar el paso por el camino correcto, así como de la regularidad de marcha.

Marchas nocturnas de orientación y regularidad

Tienen las mismas características que las marchas por acimutes, pero la diferencia es que se realizan de noche. Las pruebas empiezan a las 21 horas y finalizan antes del amanecer. Los equipos, formados por tres marchadores, van provistos de linternas. Las marcas en el itinerario están pintadas de color blanco, y todos los controles deben tener la luz encendida sin interrupción.

Marchas sistema Dufour

Se trata de señalar en una línea recta todas las sinuosidades del itinerario. Cada bifurcación a derecha o izquierda se señala mediante una flecha formada por las líneas características del signo topográfico del camino descrito. Cuando se cambia de ruta y se toma una bifurcación, la flecha está coronada por los grados del ángulo que forma la dirección del camino con el Norte

Un deporte típico de los países del norte de Europa



En los países nórdicos la orientación, como modalidad deportiva, surgió hace unos 80 años. La orientación se inició en Suecia, Noruega y Finlandia en forma de pequeñas competiciones de unos treinta o cuarenta participantes.

Hay que recordar que los mapas y las brújulas que había en los años veinte eran muy poco precisas. En aquellas tempranas épocas, la buena suerte desempeñaba un papel fundamental a la hora de hallar los controles.



"EN EL FONDO CREO QUE TODOS LLEVAMOS A UN EXPLORADOR DENTRO. CREO QUE EL SER HUMANO TIENE EN SUS GENES GRABADA LA TENTACIÓN DE IR MÁS ALLÁ, DE DESCUBRIR LO NO CONOCIDO. PARA AQUELLOS QUE DESCUBREN EN SU ALMA ESAS SENSACIONES, LA ORIENTACIÓN ES UNA PRÁCTICA DEPORTIVA MUY ADICTIVA."

Juan Bosch. Madrid.

En la década de los años treinta la orientación fue reconocida como nuevo deporte de competición. Se organizaron los primeros campeonatos nacionales y el deporte fue ganando poco a poco mayor popularidad. Hacia finales de esta década tuvieron lugar las primeras pruebas entre los equipos nacionales de Suecia y Finlandia.

Este deporte experimentó una regresión durante la Segunda Guerra Mundial, en la que se vieron envueltos tres de los países escandinavos. A finales de los años cuarenta y principio de los cincuenta experimentó un rápido desarrollo. De hecho, este período es el más importante en la historia de la orientación en los países nórdicos. Durante estos años no sólo se desarrolló el deporte en sí mismo (técnicas de planificación del recorrido, equipo, métodos de entrenamiento), sino que además la cartografía experimentó una mejora sustancial. Al trazar nuevos mapas se tuvieron en cuenta las opiniones de estos deportistas y las autoridades cartográficas realizaron los primeros mapas con curvas de nivel detalladas.

Pasaron tres lustros antes de que los propios deportistas empezaran a mejorar la cartografía y trazaran los mapas especiales de competición que en la actualidad se emplean en todas las



pruebas importantes. Tales mapas son obras maestras de exactitud y de facilidad de lectura.

A finales de los años cincuenta la orientación se extendió desde los países nórdicos hasta el resto del continente europeo, donde Suiza se colocó en una posición destacada.

En 1961 se consideró que había llegado el momento oportuno para fundar una organización internacional, la Federación Internacional de Orientación (FIO), que en la actualidad cuenta con una treintena de países miembros de todas las partes del mundo.

EN LA DÉCADA DE LOS AÑOS TREINTA LA ORIENTACIÓN FUE RECONOCIDA COMO NUEVO DEPORTE DE COMPETICIÓN. SE ORGANIZARON LOS PRIMEROS CAMPEONATOS NACIONALES Y EL DEPORTE FUE GANANDO POCO A POCO MAYOR POPULARIDAD.



Indumentaria

El marchador ha de vestir en función de las condiciones meteorológicas. Las prendas han de ser ligeras y confortables y su función ha de ser preservar tanto del frío como del calor. El ejercicio hace transpirar y, en tiempo frío, las prendas deben conservar el calor necesario. Por eso, las aberturas de las prendas suelen ser de lazo, con preferencia a las mangas, bajos del pantalón y cuello, lo que permite abrirlas o cerrarlas con rapidez.

Es conveniente evitar el uso de fibras sintéticas que impiden la transpiración. Por el contrario, la lana protege contra el frío y absorbe el sudor. También el algodón es preferible a los tejidos sintéticos. Las prendas de color blanco protegen de los rayos solares, pero los colores vivos son muy utilizados en la montaña ya que facilitan una rápida localización.

Las botas son el elemento más importante para la marcha. Lo mejor es seleccionarlas entre las de caña no muy alta, para que el roce no dañe la parte posterior del tobillo. La suela ha de ser lo suficientemente dura para evitar el choque del pie contra las piedras. Deben ser de cuero y cerradas con cordones largos, que faciliten un anudado perfecto. El cosido entre la bota y la suela debe ser estanco a la penetración del agua e impermeable de la humedad.



83

En los años sesenta y setenta, este deporte se consolidó simultáneamente en dos direcciones principales. Una es el deporte de competición para élites (atletas entrenados específicamente), y la otra, una forma de diversión para masas.

En las competiciones importantes pueden combinarse muy bien ambas formas. La élite (hombres, mujeres y juveniles) realiza sus difíciles recorridos, mientras que las personas menos preparadas, de ambos sexos y de todas las edades realizan recorridos de dificultad variable y mayor o menor longitud, de acuerdo con su forma física y habilidad.

En las pruebas destacadas se pueden encontrar hasta cuarenta categorías. Las características de estas pruebas, como emplazamiento, salida, meta y muchos de los controles, son idénticas para todas las categorías. En los niveles superiores la orientación es un deporte duro. El objetivo de quienes planean el recorrido es poner a prueba la resistencia física y la capacidad de orientación del corredor. De hecho, estos dos factores deben estar siempre equilibrados. Por ello, los deportistas de las categorías superiores han de

ser resistentes para recorrer largas distancias y deben tener una notable capacidad para leer los mapas con rapidez y recordar todos los detalles.

En los cuatro países nórdicos en que se practica (Islandia carece de terrenos adecuados), la orientación se ha convertido en un movimiento nacional y el número de participantes es realmente espectacular. Nunca se ha establecido una definición oficial del aficionado a este deporte, pero el criterio seguido en muchos casos es la participación, por lo menos, en tres competiciones durante un año.

La orientación está considerada también como uno de los deportes más sanos, por lo que ha recibido gran-

des ayudas, tanto materiales como morales, por parte de las Administraciones estatales. Este punto es de gran importancia, ya que a causa de su carácter, la orientación no suele obtener contribuciones de espectadores.





Jóvenes escritores

TRIBUNA DOMINICAL

Bajo los auspicios de la Cátedra "José María Franco Delgado", se ha convocado una nueva edición, en este caso la XXVII, del Certamen Literario Nacional para Jóvenes Escritores, en versión de relato y con tema libre.

Se valorará con mérito el que se resalten los valores humanos en los trabajos, y el premio está dotado con cien mil pesetas y una placa conmemorativa.

Las bases pueden ser pedidas al apartado 115, 11100 de San Fernando (Cádiz), y también se puede tener acceso a ellas a través de Internet: www.santafaz-web.com/

Podrán participar todos los españoles residentes en territorio nacional que hayan cumplido los 18 años de edad y no rebasen los 35 años, al cerrarse el plazo de admisión de los trabajos, que será el 31 de marzo. No podrán participar los jóvenes premiados en los años 96, 97, 98, 99 y 2000.

Los trabajos serán inéditos, entendiéndose como tales aquellos originales que no hayan sido premiados en otros certámenes ni publicados por ningún medio de impresión. Este requisito se acreditará mediante declaración jurada del autor.

La extensión será de cuatro folios como mínimo y ocho como máximo, mecanografiados en 30 líneas de 65 caracteres, por una sola cara.

Cada concursante sólo podrá enviar un trabajo, por cuádruplicado ejemplar, a la dirección anteriormente indicada de San Fernando, estableciéndose la identificación por el sistema de plica.

Para acreditar la edad del concursante, deberá incluir una copia del Documento Nacional de Identidad, y los que no cumplan con exactitud las bases, serán incluidos del certamen.

La convocatoria de este Certamen Literario cuenta con

el Patrocinio de entidades como la Fundación Municipal de Cultura y la Obra Social y Cultural de Cajasur.

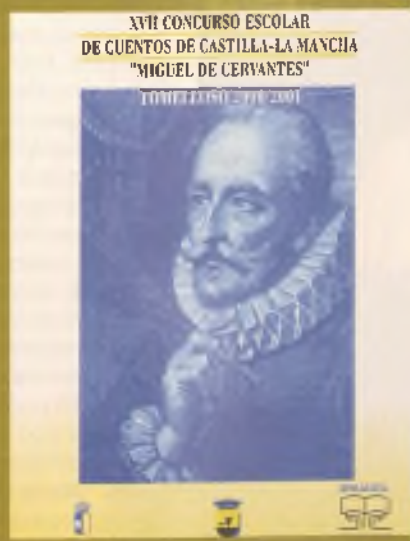


Concurso escolar de cuentos

El colegio público 'Miguel de Cervantes' de Tomelloso ha organizado el XVII Concurso Escolar de Cuentos de Castilla-La Mancha, que cuenta con el apoyo de la Junta de Comunidades y el Ayuntamiento de Tomelloso.

Los trabajos serán cuentos inéditos y originales, con una extensión máxima de cinco folios a una sola cara y a doble espacio, y pueden participar los alumnos/as de 6º de Educación Primaria y 1º y 2º de primer ciclo de la ESO de las cinco provincias de la región.

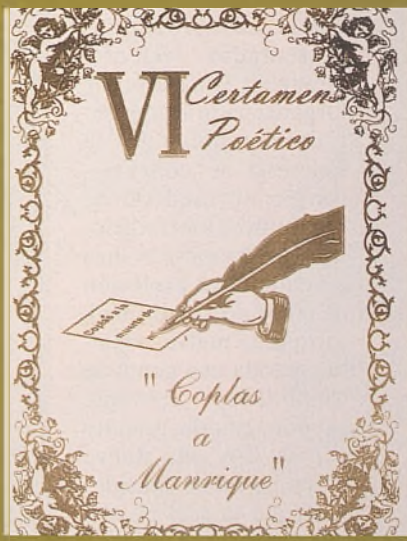
Los trabajos deberán tener entrada en el colegio organizador antes del 1 de marzo.



Certamen 'Coplas a Manrique'

Ya se ha convocado la VI edición del Certamen Poético 'Coplas a Manrique', al que puede concurrir cualquier escritor español en lengua castellana en la modalidad de poesía, con obras originales e inéditas.

Se presentarán uno o más poemas sobre el poeta Jorge Manrique o "El Triángulo Manriqueño" (Castillo de Garcimuñoz, Santa María del Campo Rus y Uclés), y cada poema no superará los 60 versos. La admisión finaliza el 8 de abril, y se remitirán los trabajos al Centro de Estudios Manriqueños, Plaza Primo de Rivera 1, 16621 Santa María del Campo Rus (Cuenca).



La peletería sigue en alza

Explosión de color y diseño en piel

M^o ANGELES BURGUERA

Superadas ya las reticencias ecologistas de los años ochenta, la piel parece ir recobrando poco a poco sus fueros perdidos. Si hace un año asomaba tímidamente en adornos, remates y cuellos, todo parece indicar que el próximo invierno la industria y el diseño peletero consolidará la nueva época dorada que vive desde hace dos años.

El consumo interior de peletería ha relanzado un sector con 27.500 profesionales —desde criadores a detallistas— y más de 2.800 puntos de venta. La buena situación de la economía propició durante 1999 un incremento de las ventas al detalle: la producción destinada a mercados extranjeros descendió un 23 por ciento, al absorberse en el mercado nacional, y, junto a eso, se adquirieron casi un millón más de prendas confeccionadas, para poder cubrir toda la demanda interior.

En esta mejora de las cifras del sector ha contribuido de manera innegable la apuesta por la creatividad y el diseño. Las colecciones de alta costura y prêt-à-porter de Jean Paul Gaultier, Versace, Givenchy, Jesús del Pozo, Roberto Verino, Modesto Lomba... han impulsado la presencia de la peletería en revistas y programas de moda. Sólo en la franja de alta peletería —visón, zorros, marmotas y oposum, entre otras— las ventas alcanzaron 16.500 millones de pesetas en 1999. Los productos derivados del cordero —ante, napa, pekari, doble faz— sumaron otros 20.000 millones.

El retorno de la piel se atribuye en parte a una imagen renovada, más cercana y actual, y sobre todo envuelta en color. Las propuestas presentadas recientemente en Madrid por la Organización Empresarial Española de la Peletería se convirtieron en un estallido de luz. Junto a los tradicionales marrones, avanza una auténtica explosión de colorido: verde, azul, turquesa, malva, violeta... y toda una gama de tonalidades naranja, salmón, guinda, granate y rosa. En esta nueva etapa, ya nadie considerará que la piel es una



indumentaria seria y formal.

También el diseño favorece las ventas, al ofrecer prendas de gran creatividad. La elegancia se confunde con lo sport y las formas se adaptan a todos los estilos. En la próxima temporada competirán los cortes clásicos y entallados, con los abrigos largos, de influencia hippy. También vuelven las grandes solapas y los cinturones, y las combinaciones de piel con tejidos gabardina, lanas cocidas, punto e incluso adornos realizados con encaje de bolillos.

En esta ocasión, la colaboración de la compañía nórdica Saga Furs y de la Semana Internacional de la Moda (Ifema) ha permitido mostrar todo tipo de acabados y materiales novedosos: napa, doble faz, visón, marta cibelina, cordero, orylag, conejo, zorro, astrakán,

El consumo interior de peletería ha relanzado un sector con 27.500 profesionales -desde criadores a detallistas- y más de 2.800 puntos de venta. Esta mejora del sector ha contribuido de manera innegable la apuesta por la creatividad y el diseño

tejón... La combinación de rasados y diferentes tipos de pelo, con un matiz de imaginación, también multiplica los efectos visuales.

Y si el bolsillo no permite acceder a los fantásticos abrigos y chaquetones, no hay que despreciar la posibilidad de mantener un look de moda recurriendo a otras prendas más asequibles, como chalecos y jerséis de piel, o bien con el pequeño toque chic que incorpora una bufanda, un cuello, una estola o un gorro hecho de piel. Sólo en 1999 las importaciones de complementos y pequeños artículos de peletería alcanzaron un valor de 5.300 millones de pesetas, frente a los



New Yorker sigue su plan de expansión

New Yorker, una de las empresas líder en la venta de productos textiles para gente joven, ha apostado por el crecimiento en España, donde abrió sus puertas en 2000,

contando en la actualidad con 12 tiendas en nuestro país, ubicadas en Palma de Mallorca, Madrid (Fuenlabrada y Alcobendas), Málaga, Bilbao, Asturias (Aviles y Gijón), Marbella (Puerto Banús), Valencia y Zaragoza.

La cadena ofrece una colección actual donde reina el "pop-culture" con varios estilos de ropa para vestir a un público joven, tanto a chicos como a chicas entre 14 y 29 años. Las nuevas tendencias deben reflejarse en el entorno de la compra.

Por estos motivos, New Yorker seguirá

con sus planes de crecimiento y expansión por toda España con una previsión de un mínimo de 5 inauguraciones durante este año 2001.



El estilo

AURORA GIMÉNEZ BACHS - MERCEDES MEDINA PARRA

El secreto del éxito en la decoración de interiores radica básicamente en el equilibrio perfecto entre el estilo y los aspectos funcionales, entre moda y comodidad. Vivimos en una época preocupada por el estilo y se dispone de una gama muy amplia de opciones según las necesidades de los dueños o los gustos de los mismos. Exponemos, así, unas reglas básicas sobre los diferentes estilos, aunque no son universales y sí muy flexibles. El estilo no sólo es cuestión de clasificaciones, también es algo muy personal. Tiene influencia dentro de este tema, el color, mobiliario, acabados y complementos.

ESTILO RÚSTICO

Con tendencias tradicionales y, al tiempo, atemporal; los interiores rústicos han evolucionado influenciados por tecnologías y materiales nuevos. Este estilo sigue en alza, aunque ajustándose a un espacio más reducido.

Es propio de viviendas rurales; pero encaja perfectamente en cualquier vivienda urbana.

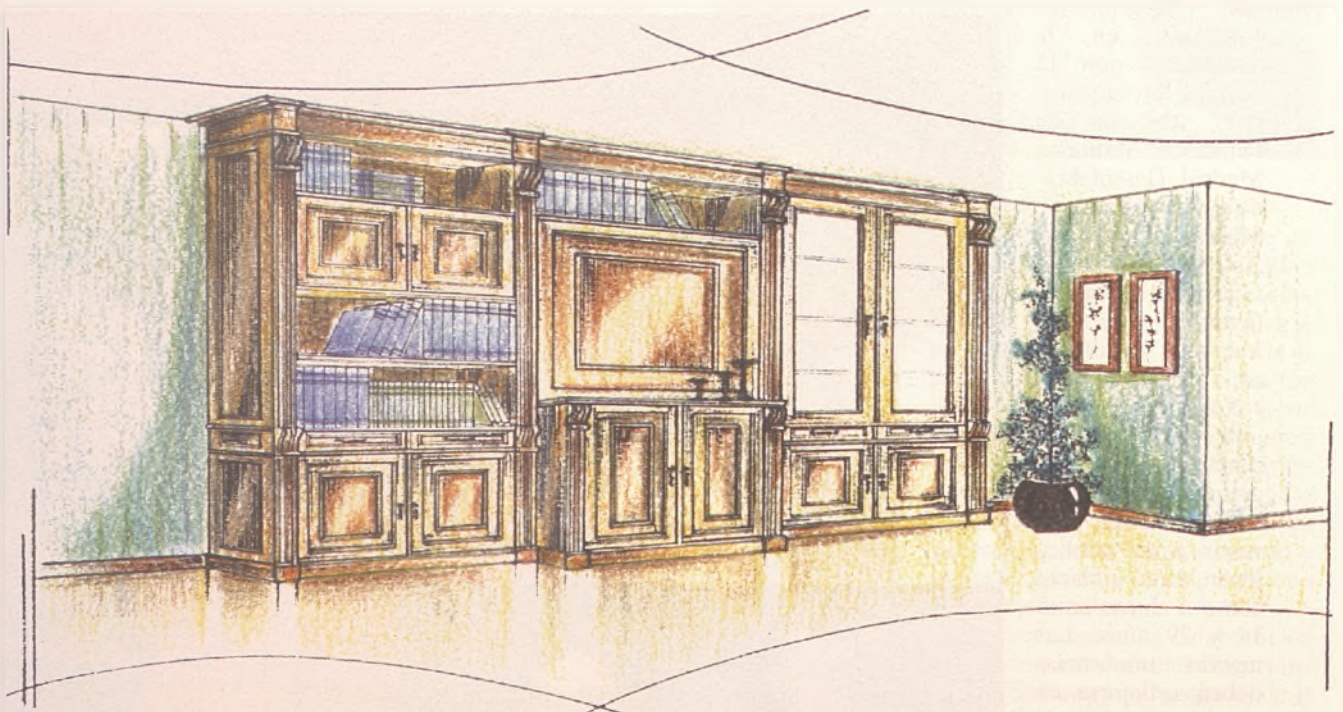
Los suelos son resistentes y sufridos, especialmente el barro (existiendo una amplia y variada gama en el mercado).

Los colores, pasteles (azules pálidos, grises, marrones amarillentos...) aunque nunca abusando, deben ser, frescos y matizados. Los papeles pintados y telas, pueden tener un uso acertado.

El mobiliario consistirá en antigüedades tradicionales, aunque pueden mezclarse con un mueble moderno de características adecuadas.

ESTILO TECNOLÓGICO

En este estilo se imponen modas pasajeras, que



exhiben la elegancia del diseño industrial. Se utilizan las formas geométricas sencillas e intenta integrar los elementos heterogéneos, para convertirlos en una sola unidad escultórica.

Es austero y carente de adornos, espacios sin recargar.

Aunque parezca apropiado para edificios nuevos y modernos, puede encajar perfectamente en casas antiguas o locales de uso industrial remodelados.

Los suelos, muy pulidos (mármoles blancos, porcelanatos...). En baños y cocinas, azulejos blancos y gres del mismo color.

En el mobiliario, se utiliza mucho los metales como el acero cromado, mientras que las texturas blandas son en cuero negro o similares. Pureza en sus líneas, simplicidad y ausencia de ornamentación, es el tipo de mobiliario de este estilo.

Las paredes blancas y lisas. en este estilo no encajan muy bien los colores.

Los elementos decorativos, se reducen a lo mínimo e imprescindible; así adquieren mayor importancia en su entorno.

URBANO TRADICIONAL

Una de las bases de este estilo es el tono clásico que requieren sus materiales naturales y cálidos que logran un ambiente de época.

Dicho estilo sugiere una vida cómoda y relajada, donde la innovación es casi innecesaria y la nueva tecnología queda integrada en el conjunto.

Inspirado en casas señoriales, se embellecen empleando antiguas técnicas, al recuperar objetos también de antaño.

Como norma general de este estilo, se deben evitar grandes espacios abiertos, para dar sensación de intimidad y conseguir un lugar muy acogedor.

Las paredes estarcidas, decoradas a mano o con plantillas, más efectivo que los de papeles pintados.

Los colores fuertes, podrán aplicarse dentro del marco adecuado y se logrará resaltar los objetos y mobiliario.

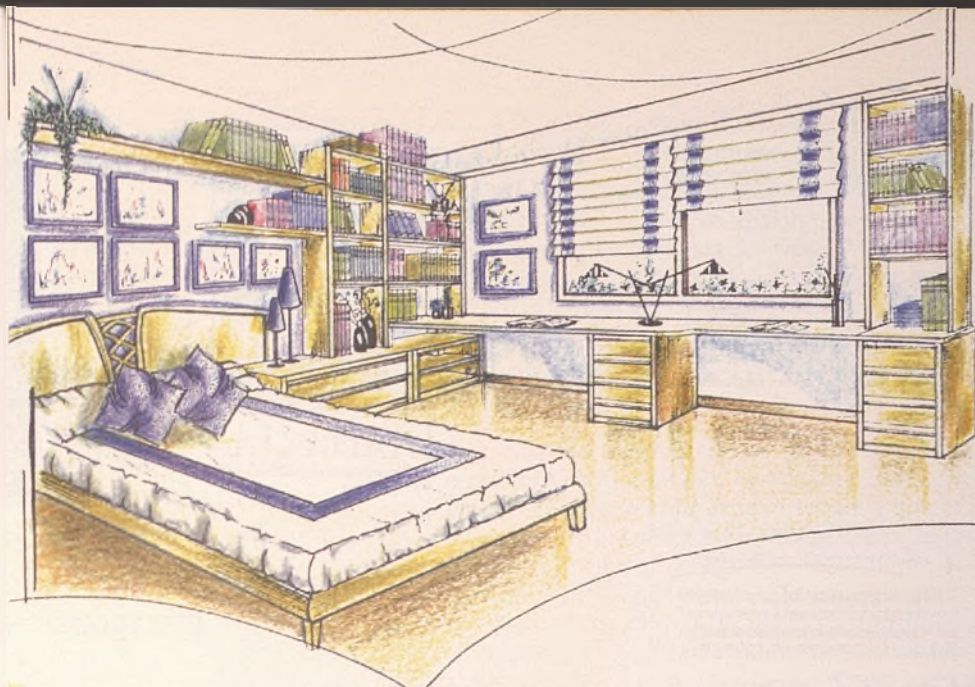
Los suelos, serían los tradicionales como tarima, parquet, moqueta; en sí, suelos que darán calidez.

El mobiliario, tradicional y con una distribución de rigurosa simetría. Los motivos exóticos aportan y ambientan este estilo (plantas, objetos de otras culturas...).

ESTILO POSMODERNO

La combinación entre las líneas puras y la serenidad de los detalles clásicos identifica fielmente al posmodernismo. Se propone ser complicado y a la vez ambiguo.

Intenta evitar los grandes espacios abiertos tratando de crear una serie de niveles unidos entre sí.



La nostalgia juega un papel importante y se usan elementos de época para recrear una imagen concreta; aunque se pueden aportar a su vez objetos actuales.

La gama cromática será amplia y aquí están permitidos todos los colores: atrevidos, infantiles....

Suelos muy variados, maderas, corchos, moquetas, mármoles, gres cerámico..., todo está permitido.

El mobiliario muy actual puede mezclarse con motivos arquitectónicos clásicos o elementos decorativos del mismo carácter.

ESTILO ECLÉCTICO

La nostalgia de un pasado indeterminado, el coleccionismo y la variedad de artículos es la característica de este estilo.

Es susceptible de cambios en la decoración y acepta siempre ideas nuevas.

El sentido del color, buen ojo para las antigüedades y audacia, son los pasos a seguir para llegar al eclecticismo.

El coleccionismo, no necesariamente tiene que marcar época, sino más bien una moda (tocadiscos, vidricras, máquinas tragaperras, tazas de porcelana china, todo es válido).

La elección del color es muy importante, serán frívolos y teatrales para causar un quebrantamiento de lo establecido. Cualquier color sirve e incluso se pueden alternar con otros más atrevidos.

El mobiliario adquirido en antigüedades baratas, con una mano de pintura en colores primarios o en cualquier color. Es el reciclaje con un toque personal.

Los acabados, que imitan a otros materiales son propios en el eclecticismo (reproducciones de mármol, imitaciones de piel de cebra...).

No es un estilo para perfeccionistas se trata de convertir "el pecado en virtud".



Diseñadoras de interiores

¿Necesitas ideas para tus proyectos?

649 417 001
606 399 984



Personajes populares

ANGEL CARMELO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ DE LAMA

Es ya clásica en nuestra filatelia española la serie "Personajes Populares". Desde muchos años, dentro de esta serie, han desfilado personajes ilustres en todas las actividades humanas: poetas como Jacinto Verdaguer o Manuel Machado, pensadores como Gregorio Marañón, músicos como Pablo Sarasate, toreros como Manolete, artistas como Camarón de la isla o Lola Flores...

El pasado 27 de octubre, dentro de esta serie, Correos ha dedicado un sello de 70 pesetas (o, 42 euros), en huecograbado y tirada de 1, 5 millones de ejemplares, al tenor español ALFREDO KRAUS, figura

mundialmente reconocida, continuador de nuestros grandes tenores españoles, Gayerre, Valero, Viñas, Fagoaga, Fleta, Lázaro..

Alfredo Kraus

Alfredo Kraus, hijo de padre austríaco, periodista vienes afincado en la capital grancanaria, destacó desde muy joven por su excepcional voz, pero se dedicó tardíamente al canto, luego de obtener su título como graduado en ingeniería industrial para satisfacer a su

Durante los últimos años Alfredo Kraus, que debido a sus innumerables éxitos en los principales teatros del mundo ha obtenido gran cantidad de premios, se dedicó a la enseñanza y ha dejado una estela de grandes voces. Queda para nosotros, los amantes de la buena música, su obra en su amplia discografía

padre, estudiando en Valencia, Barcelona y Milán, donde recibió clases de la soprano Mercedes Llopart. Ganó el primer premio del Concurso de Canto de Cinebra en 1956 y ello le permitió obtener el papel de Duque de Mantua en el Rigoletto de Verdi con el que debutó ese año en la Ópera Real de El Cairo.

Ese mismo año fue invitado a participar en la reinauguración del teatro de la Zarzuela en Madrid, cantando, bajo la dirección de José Tamayo y Odón Alonso, el papel protagonista de Doña Francisquita, la zarzuela más conocida del compositor español Amadeo Vives. (De la figura de Amadeo Vives - Collbató 1871 - Madrid 1871 - poseemos los coleccionistas un sello emitido el año 1971. EDIFIL, nº. 2027.)

Tras varias actuaciones en Madrid y Sevilla, alcanzó Kraus su consagración internacional en 1958 cantando el Alfredo de La Traviata de Verdi, al lado de la mítica soprano, gran diva de la ópera, María Callas en el Teatro San Carlos de Lisboa.

A partir de esta actuación, se convirtió en el más internacional de los cantantes españoles de ópera, recorriendo la totalidad de los escenarios líricos de Europa y América, siendo invitado a los más importantes festivales. En 1961 debutó en La Scala de Milán con Falstaff de Verdi; dos años después actuó en la Ópera Lírica de Chicago con Il Barbiere di Siviglia de Rossini y Don Pasquale de Donizetti; en los años siguientes, pisó escenarios como El Metropolitan de Nueva York con el Rigoletto de Verdi, La Ópera de San Francisco con I Puritani de Bellini, el Colón de Buenos Aires con La Favorita de Verdi o El Festival de Salzburgo en un inolvidable Don Juan de Mozart, dirigido por Herbert von Karajan.

En La Ópera de Roma, El Liceu de Barcelona, el Coven Garden de Londres, La Ópera House de Nueva York pudieron disfrutar los amantes de la ópera de la voz inconfundible del excepcional belcantista Alfredo Kraus que siempre destacó por su extraordinaria técnica, sobre todo en la interpretación de sus obras preferidas Manon y Werther del compositor francés Jules Massenet.

Debido a sus innumerables éxitos en los principales teatros del mundo, Kraus ha obtenido gran cantidad de premios: el Enrico Caruso de Florencia, el Tito Schipa, el Kammersänger de la Ópera de Viena, en 1991 el Magno Sello de Oro de la Universidad de Bolonia y el Premio Príncipe de Asturias de las Artes; está considerado un aristócrata del canto por la per-

fección de su técnica, el claro timbre de su voz y su dominio de los más variados estilos.

Durante los últimos años se dedicó a la enseñanza y ha dejado una estela de grandes voces. Queda para nosotros, los amantes de la buena música, su obra en su amplia discografía.

La ópera, espectáculo total

La ópera, como representación teatral de un texto total o parcialmente cantado, resulta un espectáculo total, de una grandiosa complejidad creativa que exige una perfecta combinación entre música, texto, voces y decorados en un marco de grandes teatros-

La filatelia mundial nos ofrece el hermoso mundo de la ópera dedicando sellos a grandes compositores, a famosas orquestas y coros, a reconocidos directores, a destacados teatros y a cantantes famosos como el emitido en España en homenaje a nuestro Alfredo Kraus.

Recorriendo mis colecciones selecciono :

Dos sellos de Italia, dedicados a La Scala de Milán y al director Arturo Toscanini.

El sello de 1978, con valor de 170 liras nos presenta la fachada de La Scala de Milán, uno de los teatros de más esplendorosa historia artística en el que las óperas de los más célebre compositores italianos (Bellini, Puccini, Donizetti, Rossini, Verdi) y del mundo (Wagner, Merimée, Mozart, Gluck, Musorgki) se han estrenado o representado.

El director de orquesta italiano Toscanini (Parma 1867- Nueva York 1957), considerado como uno de los mejores del siglo XX, está inmortalizado en el sello de 40 liras, emitido en 1967.

Toscanini, a los 19 años, durante una gira por Brasil, hizo su debut en la dirección orquestal presentando la ópera Aida de Verdi. A los 31 años, es invitado a ser director artístico de La Scala de Milán y la inaugura con Die Meistersingen von Nürnberg el 26 de diciembre del año 1898; estuvo ligado a la dirección de este teatro en tres períodos: 1898- 1903, 1906 - 1908, 1921 - 1929.

Toscanini abandonó Italia en 1928 tras negarse a dirigir la canción fascista " Giovinezza " y fue nombrado director de la Orquesta Filarmónica de Nueva York.

En sus numerosas giras recorrió Europa y América; poseedor de una prodigiosa memoria musical podía dirigir una obra después de haberla leído una sola vez y ha pasado a la posteridad como una de las más grandes figuras de la dirección de orquesta de todos los tiempos.

Orquestas, coro y compositores también están presentes en la filatelia de muchos países :

Nuestra "Joven Orquesta Nacional" está homenajeada en un sello español del año 1985 (EDIFIL 2789) ; otro sello de 1992 (EDIFIL 3225) está dedicado al I Centenario del Orfeón Pamplonés.

Alemania ha dedicado en 1968 un sello a la ópera " Die Meistersinger von Nürnberg " (Los Maestros Cantores de Nuremberg) estrenada en Munich ese mismo año, obra de Richard Wagner (Leipzig 1813 - Venecia 1883), el gran compositor alemán de óperas tan conocidas como Tánhäuser, Lohengrin, Tristán e Isolda, la gran Tétralogía, El Anillo de los Nibelungos, Parsifal.....

¡Feliz idea por parte del Servicio de Correos de ofrecernos en un sello la egregia figura de Alfredo Kraus, gigante belcantista por su magnífica voz en cuyo recuerdo van dirigidas estas líneas!

El Renacimiento

El Museo Thyssen exhibe 93 obras significativas, realizadas entre 1390 y 1500, que ejemplifican el intercambio de ideas entre España, Francia e Italia

JORGE GARCÍA VELAYOS

Puede reducirse la idea del Renacimiento a un país o a un ámbito determinado? El Museo Thyssen Bornemisza de Madrid responde a esta complicada pregunta con una exposición que, a través de 93 obras emblemáticas (entre pinturas

sobre tabla, esculturas, miniaturas, textiles y otros objetos de uso religioso) realizadas desde el año 1390 al 1500, se pretende acabar con el mito de la preponderancia y con el dominio de determinadas naciones sobre movimientos claves. La muestra viajará en breve a Valencia.

La muestra 'El Renacimiento Mediterráneo. Viajes de artistas e itinerarios de obras en Italia, Francia, España', es como su título indica una propuesta rupturista que propone la idea de un Renacimiento mezcla de los intercambios de bienes económicos, ideas, hombres y artistas que tuvieron como escenario la costa meridional de Europa y que con ello dieron lugar a un Mediterráneo entendido como nación cultural.

La imagen del Renacimiento cambia continuamente. Hasta ahora se había atribuido a focos de personalidades separadas en Italia e incluso a escuelas regionales dentro de cada lugar, pero esa visión puede cambiar profundamente si se aborda con un carácter de hibridez, de contaminación cultural, de influencias de procedencias diversas.

La exposición, con préstamos de importantes piezas de medio mundo como del Louvre, la National Gallery de Londres, los Uffizi, el Metropolitan de Nueva York o la Biblioteca Nacional de Francia, estará abierta en el museo madrileño hasta el próximo 6

de mayo y después podrá verse del 18 de mayo al 2 de septiembre en el Museo de Bellas Artes de Valencia.

Para afianzar sus sorprendentes conclusiones la muestra ha dividido su espacio en tres apartados que clarifican cada uno de los pasos dados hacia la configuración del estilo renacentista del siglo XV, y que se ejemplifica en la labor de nombres esenciales como los de Jan Van Eyck, Roger Van der Weyden, Pedro Berruguete, Juan de Flandes, Antonello da Messina y muchos otros maestros anónimos de escuelas flamencas, españolas o italianas.

El capítulo que abre el recorrido, a finales del Trecento, es el del llamado gótico internacional, que desde Avignon y mediante las miniaturas invade completamente Europa al importarse un nuevo modelo de producción que da gran importancia a la línea y a la elegancia, y que es un lenguaje nuevo sin identidades regionales que sirve de base común.

A continuación, la entrada del Quattrocento supone un momento crucial en el que se fundan las principales potencias con características comunes. Quiere

mediterráneo



nes adoptan este modelo figurativo y lo transforman para dar su visión particular del mundo en su expansiva política de promoción cultural como la encabezada por Alfonso V de Aragón desde Baleares a Italia. Eclipsan el anterior esquema tras adoptarlo conscientemente para reunir en una superficie de pequeñas dimensiones toda la variedad del mundo creado y para describir minuciosamente la naturaleza. Esto sucede con la ayuda de las tablas de Van Eyck o Van der Weyden, que son conocidos con rapi-

dez en el sur de Europa a través de sus viajes como embajadores.

El punto final de la visita es la llegada del Cinquecento, antes de la aparición en este marco de Durero, y cuando la tendencia anterior presenta una nueva derivación hacia una inspiración clasicista, naturalista, con referencias a la antigüedad romana y a la cultura antiquizante. Uno de sus impulsores decisivos fue el Papa Borgia, Alejandro VI, que además era español y promovió la intercomunicación de artistas.

Arte tibetano en Murcia

Ciento cincuenta piezas budistas del Tíbet de gran valor procedentes de colecciones europeas y americanas y con 700 años de historia de este país asiático podrán verse hasta el próximo 18 de marzo en el Palacio Almuñé de Murcia.

La exposición, titulada "Monasterio y lamas del Tíbet", reúne múltiples estatuillas, objetos rituales y litúrgicos de la vida monástica.

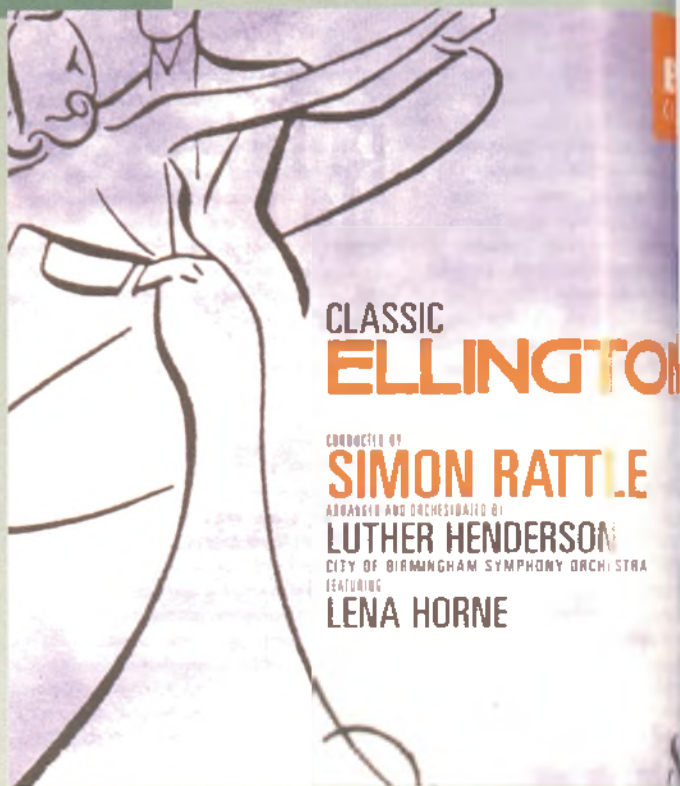
Esta exposición itinerante se inició en noviembre en Madrid con cien piezas más, donde estuvo hasta el pasado día 23 de enero, por lo que Murcia es la segunda ciudad española donde podrá verse la muestra, trasladándose a finales de marzo a La Laguna (Tenerife) y, posteriormente, a La Coruña, Vitoria, Córdoba y Tarragona, así como posiblemente a Nueva York y Londres, ciudades que han solicitado la muestra a la Fundación La Caixa, organizadora del evento.

Los responsables de la exposición han comparado la vida en el Tíbet con la Edad Media

Europea, ya que los lamas fueron campesinos que al mismo tiempo ejercían una tradición oral como maestros espirituales.

En España no existen obras en ninguna colección pública de este arte tibetano, ya que esta cultura no tenía entre su vocabulario la palabra arte. Ello se explica porque los objetos que se exponen tienen un valor funcional en un contexto religioso y su valor estético se empezó a apreciar sólo a partir del siglo XX.





Homenaje al jazz aristocrático de Ellington

ANTONIO SORIA

A ferrado a una cultura africana de la que se alimenta en sus concepciones y orientaciones, el jazz es el reflejo directo de los latidos del corazón y de los sonidos originales de la naturaleza. Es una forma de expresión comunitaria que brota de un compositor o un líder. El jazz surge

del arte popular y Duke Ellington encarna la quintaesencia del compositor de jazz. En estos términos introduce Luther Henderson (arreglista y orquestador de los temas que completan el disco) su concepción del jazz como género y la figura de un clásico cuyo nombre no desmerece de su posición como jazzman, el Duke: Ellington.

Entendiendo el hecho de componer como la forma de recrear un fluido continuo de creatividad musical original, en el caso del jazz, organizar y orientar esta continuidad a través de la interpretación revela tanto de la composición en sí como definir los componentes rítmicos, melódicos y armónicos de un tema. El intérpre-

te forma parte integrante de la composición original, recreando lo que en un principio fue concebido como una muestra de ánimo particular y transformándose, a través de una traducción ajena al origen creativo, en un hecho comunitario.

Henderson se considera reconocido heredero de la

obra transmitida a la vez por George Gershwin y Duke Ellington. Gershwin, más que ningún otro, hizo lo que Dvorák pensaba que debía hacer cualquier compositor americano, "someter la música indígena del país a las extraordinarias posibilidades que ofrecen las formas más elevadas de la música". No hubo parangón en su generación de compositores que aplicara mejor las tradiciones europeas a la música popular afroamericana con la que tanto se identifica el gusto estadounidense. Rendir homenaje a su música pasa por hacer referencia a las palabras que él mismo dejó escritas y que hemos entrecorrido.

Rendir homenaje a Duke Ellington, de la misma forma, sobreentendiendo igualmente la necesidad de reencontrar el espíritu sin el que las notas de la experiencia evocada no hubieran podido ver la luz del día. El carácter único de su genio como compositor tiende a la manera con la que supo hacer suyas -sin llegar nunca a repudiarlas- las formas de expresión, las orientaciones y las convenciones de su propia herencia afroamericana, impregnándolas de las tradiciones en los lugares mismos y las estructuras de la cultura americano-europea en el seno de quienes compartían su vida y su trabajo.

Para celebrar el espíritu de Ellington, Luther Henderson ha realizado sus arreglos con la intención de que Sir Simon Rattle y la Orquesta Sinfónica de la Ciudad de Birmingham, Lena Horne y quienes pueden considerarse los más grandes colegas del mundo del jazz, dejen buen testimonio de ello en este sabroso registro.

You're the One

Con una veintena de temas de rabiosa actualidad se nutre este atractivo disco, compuestos entre los años 1932 y 1999 por plumas como Billy Strayhorn, Luther Henderson y el propio Duke Ellington, bajo títulos tan conocidos como Take the "A" Train, You're the One, Sophisticated Lady, Harlem, Isfahan o Ad Lib on Nippon, serie magnífica que cierra la adaptación de It Don't Mean a Thing If It Ain't Got That Swing de Duke Ellington e Irving Millis, firmada por Henderson bajo el título de That Doo-wah Thing en 1999 con forma de dueto y fuga, contando con Clark Terry a la trompeta, Bobby Watson (saxo alto), Joshua Redman y Joe Lovano (saxos tenores), Regina Carter (violín), Geri Allen (piano), Lewis Nash (batería) y Peter Washington (contrabajo).

Un álbum de EMI, con referencia 7243 5 57014 2 8, divertido y variado, que hará las delicias de los amigos del jazz sin ningún tipo de duda.



El carácter único de su genio como compositor tiende a la manera con la que supo hacer suyas las formas de expresión, las orientaciones y las convenciones de su propia herencia afroamericana, impregnándolas de las tradiciones en los lugares mismos y las estructuras de la cultura americano-europea en el seno de quienes compartían su vida y su trabajo

Luther Henderson

Compositor, arreglista, director de orquesta e intérprete, Luther Henderson hizo sus estudios en New York y trabajó, ejerciendo diferentes funciones, en una veintena de producciones de Broadway. Entre ellas Lena Horne: The lady and Her Music, en la que fue consejero musical y realizó varios arreglos. Fue nominado en los Tony Awards por su orquestación de Play On!. Henderson es muy solicitado como arreglista y orquestador de músicas de danza así como para Three Black Kings de Duke Ellington, encargo del Dance Theater de Harlem. Entre las muestras que han podido contemplarse en la televisión de sus obras, puede destacarse la emisión especial titulada Ain't Misbehaving producida por NBC-TV's y Columbia Pictures, que le valió la prestigiosa nominación de los Emmy Awards.

Entre sus notables registros, podemos citar los realizados con la Canadian Brass, I Got a Right to Sing the Blues de Eileen Farrell, así como diversos álbums con las orquestas de Duke Ellington y Andre Kostelanetz e incluso la Royal Philharmonic. Luther Henderson considera sus colaboraciones con Duke Ellington, Lena Horne y en esta ocasión con Sir Simon Rattle como algunos de los acontecimientos más significativos de su carrera musical.



El Yunque

Flamenco

químicamente puro

JUAN R. BRAVO MUÑOZ

La tertulia flamenca El Altozano de Albacete acaba de realizar otro recital en el Ateneo Albacetense que ha resultado un completo éxito. El cantaor madrileño El Yunque y su sobrino, el guitarrista Felipe Maya, fueron los encargados de ofrecer a los socios y amigos de este colectivo una sesión magistral de arte flamenco. El Yunque -que posee un envidiable historial artístico, cuajado de premios de gran prestigio como el Premio Nacional de Arte Flamenco de Córdoba (1983), Premio Soleá Onda Cero Radio, Madrid (1990), Trofeo Casa de Andalucía, París (1991), entre otros muchos- demostró que el cante flamenco químicamente puro aún es posible, a pesar de la gran adulteración que de este arte vienen haciendo varios grupos que no es necesario mencionar ya que están en la mente de todo buen aficionado.

Comenzó El Yunque cantando por soleá, haciendo un repaso profundo y soberbio por este fundamental palo básico del flamenco. Las letras de sus coplas responden a una temática muy amplia, desde lo intrascendente a lo trágico, pero siempre con rebosante humanidad, destacando sus alusiones a la vida, el amor y la muerte. Después interpretó alegrías y cantiñas, tientos, tangos y dos malagueñas, la de Diego el Perote y la de la Trini.

En la segunda parte, El Yunque ilustró didácti-

camente todos y cada uno de los cantes que interpretó. Cantó siguiriyas, bulerías, fandangos y fandangos de Huelva; fue en este último estilo (que, por cierto, los artistas que nos visitan no se prodigan mucho en él) donde el cantaor madrileño dio una demostración de dominio del compás y de los tonos más complicados.

Su sobrino, el guitarrista Felipe Maya, le puso la cejilla a la guitarra en el segundo traste, y desde ese tono recorrieron, cantaor y guitarrista, al menos ocho estilos diferentes de Huelva. Felipe Maya llegó también a comentar, en uno de los giros que hacía su tío: "Es un cantaor que descubre a los guitarristas". Con ello pretendía decir que había que estar muy atento porque tan pronto El Yunque cantaba por arriba (tonalidad de Mi Mayor) como por el medio (tonalidad de La Mayor), cosa que si no se es muy hábil despista a los guitarristas.

Ambos fueron despedidos con una gran ovación y el público puesto en pie.

El mismo día que El Yunque y Felipe Maya actuaron en Albacete apareció en una revista de ámbito nacional una entrevista al cantaor en la que destacaba, entre otras cosas, la gran admiración que le profesa al ya desaparecido Antonio Chacón, calificándolo de 'Beethoven del flamenco', a pesar de que era payo.



ELECTRA o el mito universal de la venganza

TRIBUNA DOMINICAL

El mito griego de Electra es el mito universal de la venganza que está y estará siempre presente en la naturaleza humana, y ha sido presentada en Madrid por el grupo Atalaya. El espectáculo, creado hace seis años con textos escogidos y traducidos por Carlos Iniesta de las obras dedicadas a Electra por Esquilo, Sófocles, Hofmannstahl y H.Müller, ha recorrido más de noventa ciudades del mundo y cuarenta y una provincias españolas y se representa en el Círculo de Bellas Artes de Madrid hasta este fin de semana.

El mito se remonta a hace tres mil años, hasta Homero, pero fue recogido después por los tres grandes dramaturgos griegos, Esquilo, Sófocles y Eurípides quienes, a través de este personaje, cuentan la venganza que asola la casa de Agamenón, el héroe de Troya, que mata su hija a la vuelta de la guerra y es después asesinado por su esposa Clitemnestra.

Electra, otra de sus hijas, urde y plantea la venganza hacia su madre ayudada por su hermano Egisto, de modo que la obra se centra en la venganza y en este sentido entronca con cualquier situación actual y cualquier lugar del mundo en el que se producen asesinatos incluso con el moderno tema del terrorismo de estado.

Esta obra es el primer montaje que el grupo sevillano Atalaya pone en marcha sobre una obra clásica, pero no

para recrear un texto único, sino mediante aportaciones de muchos de los autores, incluidos los modernos, que se han acercado al personaje.

En el montaje juegan un importante papel de referencia los movimientos de unas bañeras, ya que en una de ellas fue asesinado Agamenón. Por otra parte, el coro, en el que participan todos los actores menos la protagonista, recita a veces los textos de griego antiguo de Esquilo en un intento de rescatar la fuerza de su métrica y la musicalidad del verso griego, que se pierde al traducirlo. Se trata de plantear interrogantes y emocionar al espectador, que en todas las representaciones acaba por aplaudir puesto en pie, provocando en él una catarsis.

Atalaya, que acaba de venir de Argentina y próximamente acudirá al festival de teatro de Austria, ha efectuado después de Electra otros dos montajes más, "Divinas palabras" y "Exiliadas", pero sigue representando la obra griega intentando despertarla.

Participan en esta obra los actores habituales de este grupo teatral, entre ellos Aurora Casado, Jerónimo Arenal, Marga Reyes, Joaquín Galán y Charo Sojo. Pedro G. Romero se ha hecho cargo de la escenografía.



EL

La so la ter

JUAN RAMÓN LÓPEZ

La película que obtuvo el Premio Especial de la Sección Zabaltegi en el pasado Festival de San Sebastián, "El Bola" de Achero Mañas, se ha erigido en la película sorpresa de la temporada tras convertir-

se en la gran ganadora de la XV edición de los premios Goya. Consiguió cuatro de los cinco Goyas a los que aspiraba en los apartados de mejor película, guión original, dirección novel y actor revelación para el niño Juan José Ballesta.

El actor Achero Mañas, que ya había ganado un Goya por "Cazadores", uno de sus cortometrajes, debuta como director en el largo, con la historia de un niño de 12 años marcado por el odio, la falta de amor y la violencia doméstica que le rodea. Una de las sorpresas más gratas de la temporada cinematográfica, donde Achero Mañas pone un nudo en la garganta del espectador, con una historia de ficción sobre el maltrato infantil. De hecho, esta cinta pequeña, humilde, pero tan redonda como el amuleto que da nombre al pequeño protagonista, está dedicada "a todos los niños que han sufrido o sufren malos tratos". Por eso, las interpretaciones de los niños Juan José Ballesta y Pablo Galán, y los adultos Alberto Jiménez y Manuel Morón no se borrarán de nuestra

memoria.

El argumento se centra en la atmósfera violenta y sórdida que vive ese chico llamado "El Bola". Su situación familiar, que oculta avergonzado, le incapacita para relacionarse y comunicarse con otros chavales. Es un chico tímido que arrastra el secreto de un padre que le maltrata escondido bajo la apariencia de un hombre de clase media y apariencia respetable. Pero la llegada de un nuevo compañero al colegio, con quien descubre la amistad y una realidad familiar totalmente distinta, le dará fuerzas para ser capaz de enfrentarse a la suya.

Aunque la cuestión de los malos tratos a menores es una parte fundamental del argumento, el realizador Achero Mañas, con el que tuve la oportunidad de charlar en San Sebastián, reveló otros aspectos en los que centra su película: "Realmente quería tocar el tema de la amis-



Bola

sorpresa de
 temporada



dad de dos chavales de 12 años. Lo que me interesaba reflejar era el aspecto humano de cómo una familia reacciona ante eso, el silencio de la gente, sobre todo, ante un hecho como ese y la dificultad a la hora de denunciarlo. Sin embargo, donde he querido hacer mas hincapié es en el aspecto de cómo un niño maltratado tiene una vitalidad y unas ganas de descubrir las cosas, una capacidad de superación en situaciones adversas que es impresionante. También tuve dudas a la hora de escribir el guión sobre la dureza de algunas de las escenas del filme. Porque el descubrimiento de la violencia por el espectador es paralelo al descubrimiento de la otra familia. Paralelismo que también se establece en la relación que tienen los dos amigos con

sus respectivos padres. Un padre es capaz de marcar a su hijo para toda la vida con una paliza y otro lo hace a través de un tatuaje".

En definitiva, estamos ante una película que pretende y consigue ser honesta, real y dura como la vida misma. Porque aunque Achero Mañas tenga algunas referencias que van del neorealismo italiano al cine de denuncia social de Ken Loach, esta historia surgió como una cuestión personal, por las cosas que le apetecía contar.

Al fin y al cabo, Mañas se crió en el madrileño barrio de Carabanchel, donde se ha rodado la mayor parte de la película, y transmite con la cámara su pasión por lo narrado.



Lapesa



Ha sido uno de los grandes intelectuales del siglo XX, y quizá por ello sus opiniones se hayan tenido menos en cuenta que las de cientos de políticos y estrellas mediáticas con menos chicha en su cerebro que el tobillo de un colorín.

Rafael Lapesa no sólo fue un alumno aventajado de Ramón Menéndez Pidal; ha sido, ni más ni menos, que el constructor de las bases científicas en el estudio del

Era el paradigma de la curiosidad por las cosas, de la búsqueda rigurosa, del humanista convencido

castellano, formador de miles y miles de filólogos e historiadores que han pretendido amar su lengua conociéndola con el cálamo en una mano y la 'Historia de la Lengua Española' en la otra. Ha sido, en

fin, una de las grandes personalidades de este país en los últimos cien años, con permiso de los defensores oficiales de nuestro idioma del calado, pongamos, de Ramoncín. Lapesa tuvo claro desde el principio que la historia era la mejor manera de enfocar el conocimiento de la lengua y, por tanto, supo de ella más que nadie. Siempre dijo que todas ellas -y con ellas la configuración mental de los pueblos- se influyen, se contaminan unas a otras, en un proceso de relaciones que echa por tierra, desde el conocimiento profundo del que sabe de lo que habla, todas estas teorías postfascistas de los políticos nacionalistas de uno u otro bando que pretenden poner fronteras a la comunicación que intentan, con decretos, órdenes o reglamentos, enjaular a los hablantes en los campos de concentración de la lengua una, es decir, en ese otro Pensamiento Único que se sustenta en la incomprensión y en la barbarie. Por ello, lejos queda el día en que en las escuelas castellanas se estudie el gallego, el catalán y el vascuence como lenguas peninsulares, o que en los liceos catalanes o en las ikastolas no se acabe de agredir indeciblemente ese don llamado bilingüismo, por mucho que

unos y otros obtengan succulentos réditos electorales a cambio de sembrar la barbarie. Luego, nos extrañamos de que los yugoslavos hablen tan bien nuestro idioma. Claro, porque uno niño de diez años ya habla, mejor que peor, serbo-croata, búlgaro y ruso. Nada hay de milagroso, mucho de un sistema educativo como Dios manda.

Lapesa, esa letra 'k' que ya no volverá, fue un humanista convencido, lo que no encaja demasiado bien en lo que las autoridades educativas han convertido a la escuela pública de este país. Nos mostró las maravillas del Marqués de Santillana, de Garcilaso, abordó con rigor el provenzal y las lenguas prerrománicas, pero también explicó como nadie el uso de la letra 'k' desde las glosas de San Millán a su uso como protesta gráfica de determinados grupos marginados en nuestra sociedad.

Cuentan que Lapesa, una de las mentes más preclaras de los últimos decenios, prefirió quedarse en el país que amaba a pesar de los años oscuros, y también dicen los que convivieron con él que era preciso, que preparaba sus clases impecablemente y que corregía sus exámenes con extraordinaria exactitud con comentarios incluidos; nada parecido a lo que algún que otro catedrático universitario -que no faltan a las tertulias radiofónicas- acostumbra a hacer, o mejor, a no hacer, porque a no todo el mundo se le puede pedir que ame su trabajo.

Lapesa era, quizá, un paradigma de la curiosidad por las cosas, de la búsqueda rigurosa de la verdad a través de una investigación que siempre ha estado mal vista cuando se trata de conocer a cambio de nada. Por eso, aunque él prefirió quedarse, muchos otros emigran huyendo de la penuria y del desprecio que nos envuelve, mientras los soporíferos besugos que aspiran a ganar elecciones en diferentes trincheras se enzarzan en increíbles monólogos por saber si un niño, al que quieren convertir en un impresentable intransigente, ha de pensar en castellano, en catalán, en gallego, en vascuence o en panocho. Poniendo alambradas, en fin, al pensamiento y, de paso, asesinando la convivencia si no algo más preocupante.



Cristóbal Guzmán

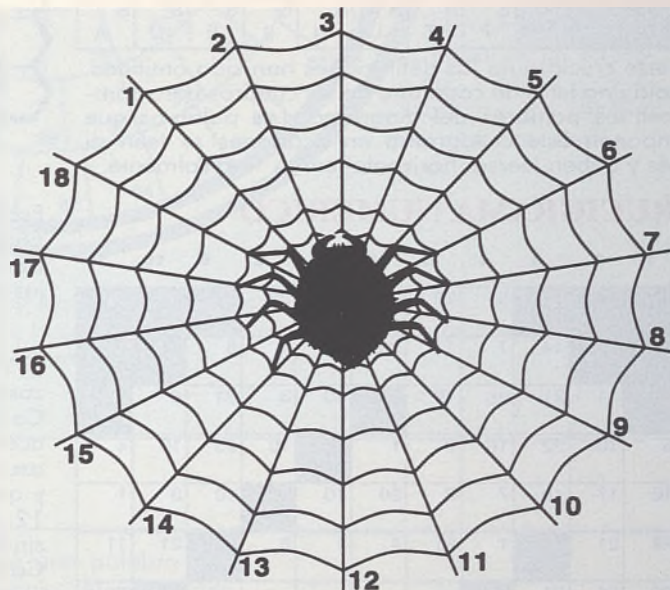
SOPA DE LETRAS

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

Buscar 20 nombres de mujer

GRAN TELA DE ARAÑA

Deberá buscar en primer lugar las soluciones que corresponden a cada definición que viene dada desde las letras A hasta la Q. Cada una de estas soluciones se compone siempre de 4 letras. Una vez resueltas y combinando las cuatro letras resultantes y añadiendo a las mismas una última letra, que será siempre la A, obtendrá las soluciones correspondientes a las definiciones que del 1 al 18 le vienen dadas. Una vez finalizado y, leídas del 1 al 18 las letras por que comienzan cada solución, se formará el nombre de uu dramaturgo español



PROBLEMA NUMERICO

Las letras de la P a la Z representan los números del 0 al 9, aunque no necesariamente en dicho orden. Sumando los números que representan las letras de cada columna horizontal y verticalmente, habrán de obtenerse las sumas que aparecen al final de las mismas. Para orientación del lector se dan los valores atribuidos a dos de las letras

$$\begin{aligned} T V U T U &= 21 \\ P Y X Z V &= 28 \\ S S R V Y &= 25 \\ U P T X Z &= 19 \\ X R S P P &= 23 \\ \hline 21 \ 27 \ 22 \ 25 \ 21 &= 116 \end{aligned}$$

Y
9
C
L
A
V
E
3

A: Chupetee.- B: Fondeadero.- C: Caballa, bonita.- D: Personaje de la Biblia.- E: Determina la masa de una cosa.- F: Fregate.- G: Malvada.- H: Arroje.- I: Sustancia de la leche.- J: Prueba, saborea.- K: Manifestará.- L: Nombre de letra.- M: Mezclas, enlaces.- N: Sustancia segregada por las abejas.- Ñ: Natural de Portugal (Fem).- O: Lanza o pica.- P: Planta crucifera comestible.- Q: Lastimada

1: Red.- 2: Vaticina.- 3: Sustente.- 4: Singular en su especie (Fem).- 5: Atisba, acecha.- 6: Gusano, oruga.- 7: Flama.- 8: Reitera.- 9: Marino.- 10: Amojona.- 11: Produzca.- 12: Normativo.- 13: Baño de calor seco.- 14: Vigorosa.- 15: Visionaria.- 16: Dilatada, grandiosa.- 17: Paga.- 18: Parte del zapato

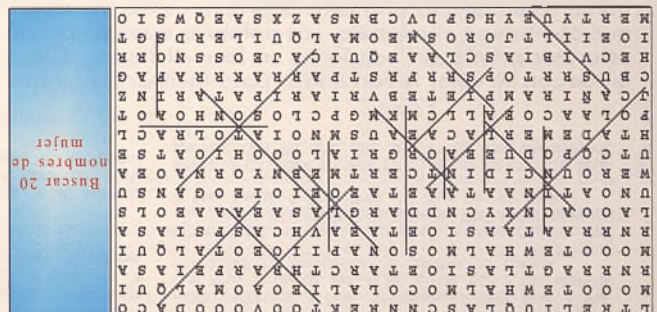
MANUEL LINARES RIVAS

1: Malla.- 2: Agora.- 3: Malla.- 4: Única.- 5: Espira.- 6: Lanza.- 7: Llama.- 8: Ilera.- 9: Nauta.- 10: Acota.- 11: Rinda.- 12: Elica.- 13: Sauna.- 14: Rocio.- 15: Iusa.- 16: Vasta.- 17: Paga.- 18: Sujela

GRAN TELA DE ARAÑA:

10, 25, 30, 48, 58, 67, 77, 83, 93

PROBLEMA NUMERICO



SOPA DE LETRAS

CRUCIGRAMA PICKER

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11						
1	R	O	M	S	A	C	O	R	S								
	S	E	N	S	E	D	I	A	S								
2	U		S	R	E	S	U	R	A	S	D						
	L			A	S	G	U	R	R	O							
3	M	A		R	R	E	N		Z	P	A	Z	H				
	T	E		T	E												
4	E	M	A		A	V	O	S		L	T	I	O	N	A		
	E	R	E														
5	R	E	S	U	U	I	D	E		D	P	I	D				
	F	R	A	G	M	A	S	A									
6	I	A	E	R	S		E	P	S	I	S	T	R	A	I		
	G	T	B	O	A												
7	O	O	N	E		S	A	C	O	L	S	O	A	P			
	L	R	M	A		H	I	J									
8	S	I	T	E	I	O		A	L	U	S	P	E	F	G	O	A
	A	S	E	A	R												
9		C	R	A	M	O		A	L	S	G	E	S	O			
		T	I	D	R	A											
10		A	R	O	N	E	I	L	A	S		A	T	N	A	L	A
11				S	A	R	L	A	O	S	S	S	A				
				P	E	L	N	J	E	O							

En este crucigrama las definiciones han sido omitidas. Escoja una letra de cada uno de los cuadros para componer las palabras del diagrama. Las palabras que componen este crucigrama en ocasiones se leen al revés y deben leerse horizontal como verticalmente.

CRUCIGRAMA NUMERICO

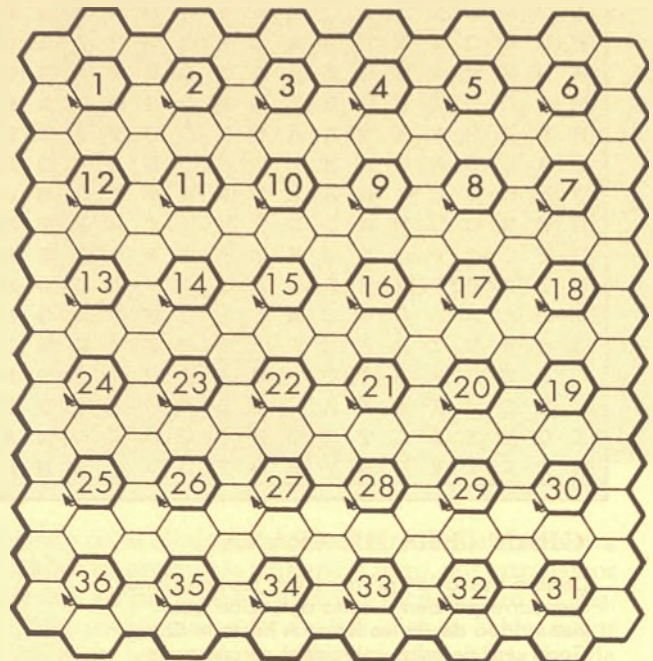
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1				5	22	20	21	22			
2			14	7	1	26	26	1	6		
3		11	21	26	19		10	3	21	6	
4	5	10	22	16	7	1		10	25	10	4
5	10	17	10	7	3	20	10		10	3	1
6	22	21		1	21	4	1	6		21	11
7	20	24	21		S	I	R	A	P		20
8	6	21	26	20		14	21	26	20	24	21
9		6	10	4	10		19	20	4	10	
10			6	1	4	17	20	24	21		
11				6	10	14	21	10			

En este crucigrama las definiciones han sido omitidas. Las letras que componen cada una de las palabras del diagrama están representadas por números. Cada número representa una letra diferente de las veintisiete que componen el alfabeto. Las palabras que componen este crucigrama en ocasiones se leen al revés. Cinco letras con su valor le son dadas para facilitarle su labor.

HORIZONTALES: 1: Proca. 2: Muebles. 3: dob. 4: Apos. 5: Atajua. 6: Rd. 7: Id. 8: Sotf. 9: Sana. 10: Senda. 11: Sarnca.
VERTICALES: 1: Pars. 2: Caridos. 3: Mora. 4: Puj. que nes. 5: Rebulas. 6: Il. 7: Oia. 8: Reaia. 9: Sola. 10: Sajo. 11: Nacio.
NUMEROS: 1: 19. 2: 24. 3: 11. 4: 17. 5: 10. 6: 21. 7: 20. 8: 26. 9: 10. 10: 25. 11: 6. 12: 1. 13: 21. 14: 10. 15: 21. 16: 19. 17: 10. 18: 7. 19: 3. 20: 1. 21: 4. 22: 21. 23: 10. 24: 26. 25: 20. 26: 26. 27: 1. 28: 21. 29: 10. 30: 21. 31: 6. 32: 10. 33: 21. 34: 10. 35: 22. 36: 5.

CRUCIGRAMA NUMERICO

GRAN PANAL ENIGMATICO



Escribir cada palabra en círculo, según las definiciones, partiendo de la casilla indicada con la flecha y de izquierda a derecha, es decir, en el sentido de las agujas del reloj.

- Vive.-
- Renuncié a un empleo o cargo.-
- Vergonzoso.-
- Concluya, componga una controversia.-
- Carta.-
- Fue a ver a uno a su casa por cortesía.-
- Se acerca a alguno para proponerle o tratar con él un asunto.-
- Encomiar.-
- Res vacuna de más de un año y que no pasa de dos (Pl) -
- Cariños.-
- Almas.-
- Afliges.-
- Aplícate al que deja obrar a los otros, sin hacer por sí cosa alguna.-
- Parte de la gorra.-
- Compendió.-
- Sucesión de sonidos modulados para recrear el oído.-
- Cierto espectáculo (Pl).- 18: Puesta del Sol o de otro astro (Pl).- 19: Estén apartadas una cosa de otra.- 20: Parte de una iglesia.- 21: Terminar.- 22: Moral (Pl).- 23: Derriban, echan por tierra.- 24: Demostrar.- 25: Camino angosto.- 26: No concedió lo que se pidió.- 27: Conjunto de hechos memorables (Pl).- 28: Harto, como con exceso.- 29: Veniros abajo.- 30: Ornamentación.- 31: La partícula de un cuerpo simple más pequeña (Pl).- 32: Repetir la súplica o petición, insistir en ella.- 33: Falta de tono y vigor.- 34: Toscas.- 35: Cantaba la rana.- 36: Ciñe, rodea, comprende.

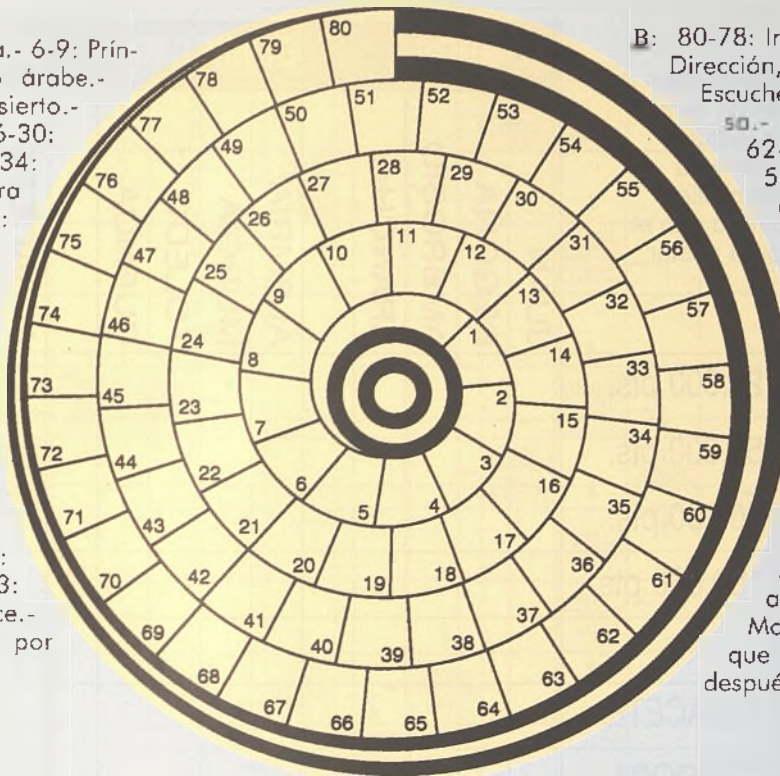
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
				P	S				A					
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27			
				I		R								

CRUCIGRAMA PICKER

GRAN PANAL ENIGMATICO

DOBLE CARACOL

A: 1-5: Modorra.- 6-9: Príncipe o caudillo árabe.- 10-18: Desierto.- 19-25: Herir.- 26-30: Fragancia.- 31-34: Cama para niños.- 35-38: Mantilla.- 39-42: Mamífero o carnívoros.- 43-48: Confín.- 49-53: Hechicería.- 54-57: Signo numeral sin valor propio.- 58-61: Tosca.- 62-66: Hito.- 67-73: Desgaste, roce.- 74-80: Pásalo por alto.



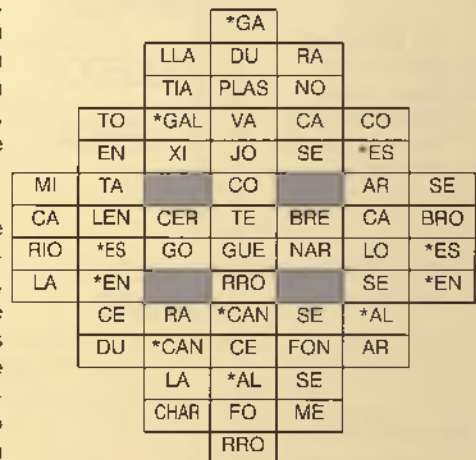
B: 80-78: Interjección.- 77-73: Dirección, gobierno.- 72-71: Escuché.- 70-68: Religiosa.- 67-63: Enfado.- 62-57: En sazón.- 56-50: Vuelva a caer.- 49-46: Introduce.- 45-43: Número.- 42-38: Donativo.- 37-34: Reclutamiento.- 33-30: Parte alta de la cerviz.- 29-25: Residir.- 24-22: Labre.- 21-20: Interjección.- 19-15: Río de Francia.- 14-10: Arbol de las tiliáceas (Pi).- 9-4: Montón.- 3-1: Prefijo que significa detrás o después de.

Partiendo de la casilla número 1 del centro, escribir las palabras correspondientes a las definiciones A, hasta llegar al número 80. Después, partiendo de la casilla 80, escribir hacia atrás las palabras correspondientes a las definiciones B, hasta llegar al número 1.

RECORRIDO SILABICO

De cada casilla señalada con un asterisco parte una palabra que corresponde a una de las definiciones dadas abajo. Al responder, vaya marcando las sílabas para no repetir las, moviéndose de una casilla a la siguiente, horizontal, vertical o diagonalmente, hacia delante o hacia atrás, pero sin saltarse ninguna. Al acabar la última definición, quedarán varias casillas con sus sílabas correspondientes, pero que usted no habrá marcado, y que leídas adecuadamente darán el nombre de CIERTO PAÍS AMERICANO

1.- Espantar a las gallinas del corral.- 2: Burlarse de otro en tono de chanza.- 3: Cancelación.- 4: Rector de la Universidad.- 5: Vivir completamente retirado y casi escondido.- 6: Obscurecer.- 7: Resentirse, picarse o exasperarse.- 8: Arbol de América central, corpulento, de madera compacia.- 9: enfermedad que sufren los animales en los pies y en las manos, por no limpiarles de las humedades.- 10: Arte de sobreponer a cualquier cuerpo sólido una capa de un metal disuelto en un líquido, valiéndose de corrientes eléctricas.- 11: Pinta como de sangre menor que una lenteja, que se halla en ocasiones en la yema del huevo puesto por la gallina



MEXICO
 1: Alfarochara.- 2: Alfonsarrese.- 3: Cancaadadura.- 4: Caravelano.- 5: Engorronar.- 6: Entidogreguer.- 7: Escar.- 8: Escalpocte.- 9: Escalpocte.- 10: Galvanoplas.- 11: Galadura.
 A: 1-5: Sopora.- 6-9: Emir.- 10-18: Solitana.- 19-25: Lacer.- 26-30: Aroma.- 31-34: Cuna.- 35-38: Volo.- 39-42: Lobo.- 43-48: Limite.- 49-53: Magia.- 54-57: Cejo.- 58-61: Ruda.- 62-66: Mijon.- 67-73: Erosion.- 74-80: Om.
 B: 80-78: Obolo.- 77-73: Timon.- 72-71: D.- 70-68: Soc.- 67-63: Enfo.- 62-57: Maduro.- 56-50: Recarga.- 49-46: Lora.- 14-10: Tios.- 9-4: Rimero.- 3-1: Pos.

RECORRIDO SILABICO

DOBLE CARACOL

PROBLEMA DE LOGICA

Cuatro personas deciden pasar el fin de semana fuera de su localidad. Determine a dónde se marchan, su domicilio habitual y el dinero con el que cuentan para gastar.

1.- A Ambrosio le esperan en Santander unos amigos.

2.- El que va a ir a Córdoba vive en Toledo.

3.- El que irá a Granada no tiene previsto gastar 50.000 ptas.

4.- Arancha es la que tiene menos presupuesto para ir a Albacete.

5.- El que es de Cuenca tiene presupuestado gastar más que los demás.

6.- Juan vive en Almería.

		NOMBRE				DOMICILIO				DESTINO			
		JUAN	BEGOÑA	AMBROSIO	ARANCHA	ALEMRIA	MURCIA	TOLEDO	CUENCA	ALBACETE	CORDOBA	SANTANDER	GRANADA
PRESUPUESTO	25.000 pts.												
	50.000 pts.												
	75.000 pts.												
	100.000 pts.												
DESTINO	ALBACETE												
	CORDOBA												
	SANTANDER												
	GRANADA												
DOMICILIO	ALMERIA												
	MURCIA												
	TOLEDO												
	CUENCA												

NOMBRE	DOMICILIO	DESTINO	PRESUPUESTO

Arancha / Murcia / Albacete / 25.000 pts
Begoña / Toledo / Córdoba / 50.000 pts
Juan / Almería / Granada / 75.000 pts
Ambrosio / Cuenca / Santander / 100.000 pts

PROBLEMA DE LOGICA

Horóscopo para la semana del 18 al 24



ARIES

Riesgo de accidente o lesión debido a tus actos impulsivos; aunque tu salud es muy resistente, no tientes a la suerte. En lo relacionado con el corazón deberías mostrarte cauto y prudente. Su moral alta y su confianza en sí mismo le permitirán convencer a sus amigos de lo que se proponga. Semana afortunada en el plano económico, ya que podrías encontrarte con ganancias repentinas e inesperadas. Tus proyectos se harán realidad sin demasiado esfuerzo.



CANCER

En el hogar, la vida transcurrirá plácida y tu pareja no creará problemas adicionales, sino que hará cuanto esté en su mano por ayudarte y por allanarte el camino. En el terreno de la salud, tampoco tendrás motivos de preocupación, aunque procura dormir suficientes horas y relaja tus músculos. Un poco de deporte te haría mucho bien. No hagas demasiado caso de las críticas adversas y obra de acuerdo con lo que tu corazón y tu mente te dicten.



TAURO

Olvidate por unos días de tus asuntos y trata de ser más humano y abierto con cuantos te rodean. Intenta ser generoso con tu familia y tus amigos y abandona el ritmo frenético al que has estado sometido últimamente. Relájate y piensa que en la vida no sólo lo material tiene importancia; atiende un poco a tus caprichos y cultiva tu espíritu. Mima un poco a tu pareja y olvidate del rigor y la disciplina.



LEO

La semana comenzará de forma espléndida, pero una infección leve te dará la lata a mediados de ella. Nada serio, pero deberías cuidarte un poco y poner orden en tu vida. Posible irritación con una persona de tu entorno. Trata de no crearte enemistades innecesarias. Vigila atentamente tus finanzas y no cometas imprudencias. La semilla que plantes ahora será decisiva para tu futuro profesional.



GEMINIS

Tu tendencia hacia lo sentimental te impide muchas veces darte cuenta plena de la realidad. Y entonces puedes caer en las redes de alguna persona maquinadora y con pocos escrúpulos. Por eso, intenta abrir bien los ojos y, no pongas en peligro tu seguridad económica ni la de tus familias por unos ridículos sentimientos de nostalgia y pesadumbre. Olvidate del pasado y mira siempre al frente de cara al futuro.



VIRGO

Tu carácter innovador y tu agresividad no te permiten nunca sentirte totalmente satisfecho con lo que tienes y, siempre te esfuerzas por ascender nuevos peldaños en el plano profesional. No aceptes de forma apresurada ninguna nueva oportunidad y analiza cuidadosamente cualquier oferta que te hagan. No empieces a hacer mil composiciones de lugar sobre lo que te ofrecen y trata de ser práctico.

de Febrero

LIBRA



Cualquier reajuste en tu empresa o en tu lugar de trabajo no te afectará a ti de forma directa. Y si lo hace, siempre encontrarás recursos para salir airoso del trance y para hallar nuevos horizontes. Con tu realismo y tu habilidad para salir de las situaciones difíciles o apuradas no tienes nada que temer. Una mentalidad optimista y positiva es el arma más eficaz con la que una persona puede contar para abrirse camino en la vida.

CAPRICORNIO



El mundo de la informática te tiene obsesionado. Te das cuenta de que no puedes prescindir del ordenador, pero a la vez éste te abruma y se te apodera. En cualquier caso piensa que eso es algo que le ocurre a todas las personas cuando empiezan y que pronto superan. Sigue intentándolo sin desanimarte y no creas que estás perdiendo un tiempo precioso y, que lo único que estás consiguiendo es que se te acumule el trabajo.

ESCORPIO



Deja de lamentarte tanto y piensa que te ofrece muchas satisfacciones; por ejemplo, en amor, las cosas te sonríen y no tienes motivo de queja. Además, se vislumbran buenas perspectivas y los temores de los últimos tiempos comienzan a disiparse, lo que te permitirá poner en práctica tus planes. No te fíes demasiado de las coronadas ni de las promesas de personas aparentemente afectuosas y benévolas.

ACUARIO



La semana te resultará un tanto monótona y tediosa. El tipo de trabajo que desarrollas en la actualidad no se aviene con tu carácter inquieto y dinámico. Te cuesta permanecer sentado durante horas en el mismo sitio y realizar una tarea rutinaria, pero piensa que no eres el único que está en tu caso y que poca gente puede escoger el tipo de actividad que realmente le llena.

SAGITARIO



Procura controlarte y, sobre todo, no intentes defender tus puntos de vista a ultranza. Cede un poco para que reine la armonía; es una lástima que dos personas enamoradas, que se quieren de veras, no puedan vivir juntas y discutan por cosas sin la menor trascendencia. Tu temperamento activo e independiente hace difícil la convivencia con tu pareja. Ambos sois personas posesivas y competentes, por lo que la menor diferencia de opinión puede acabar en una seria disputa.

PISCIS



No seas temerariamente impulsivo y reflexiona bien antes de actuar. No pienses que estás obligado a dar siempre el primer paso en todo; piensa que hacerlo puede resultar a veces peligroso. Y en esta ocasión lo es especialmente, ya que hay mucho dinero en juego. Olvídate de la imagen que produces en los demás y trata de ser práctico.

PASATIEMPOS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
1																											
2																											
3																											
4																											
5																											
6																											
7																											
8																											
9																											
10																											
11																											
12																											
13																											
14																											
15																											
16																											
17																											
18																											
19																											
20																											
21																											
22																											
23																											
24																											
25																											

HORIZONTALES - 1: País europeo. Ara. Ciudad italiana.- 2: Ninguna persona. Tiempo muy crudo de lluvias o nieve (Pl). Río gallego. El que cuida los elefantes y los adiestra. Instrumento utilizado por los cirujanos.- 3: Baile regional español. Apócope. Corroí. Nombre de consonante.- 4: Nombre del watio en la nomenclatura internacional. Rezase Tropezón, porrazo. Al revés, vincúlalo.- 5: Voz de la gallina cluaca. Provei. Al revés, meli prisa. Cierta tejido. Al revés, arrancan los cabellos o las barbas.- 6: Al revés, primera luz del día. Al revés, solicitud. Aropa. Ondule.- 7: Emperador de los turcos. Variedad del toro común. Apócope de tanto. Al revés, humedecela. Ligar.- 8: Antigua región de Turquía. Molestaros, importuneros. Carro. Al revés, deidad.- 9: Al revés, letra griega. Al revés, planeta. Impar.- 10: Al revés, suceso. Al revés, cierto mueble. Cala pequeña. Al revés, mástico.- 11: Dicese de las enfermedades habituales en un país o región (Masculino y Pl). Dios del vino. Pérdida de electrones experimentada por un elemento en beneficio de otro.- 12: Al revés, otorga. Al revés, cúlala. Vocal repetida. Cuantas, recibos. Al revés, preposición.- 13: Entrañas, bote (Pl). Al revés, prefijo. Al revés, tonto. Nota musical. Al revés, amplio, extenso.- 14: Terminación verbal. Agorásemos. Pronombre personal. Accidente geográfico.- 15: País de Centroamérica. Al revés, se aproveche, se propase. Ciudad de Alaska.- 16: Municipio de Burgos. Al revés, practicaré cierto deporte. Al revés, doblar en ángulo recto. Me atreveré.- 17: Tela fuerte de algodón o cáñamo. Reflexivo. Símbolo químico. Provincia española.- 18: Político chino. Al revés, aportación, contribución. Al revés, piensan. Antiguo enclave portugués en la India. Curva parecida a la elipse.- 19: Letras de "bilis". Araña. Nombre de mujer. Al revés, tulle. Nombre de mujer (Pl).- 20: Gran lago de Asia. Al revés, prenda de vestir masculina. Pujanza. Denotar alegría.- 21: Mata de las papilionáceas. Al revés, se carcajeen. Al revés, percibis. Final. Piedra llana y poco gruesa.- 22: Al revés, hardad. Al revés, alterna. Emparejales. Arriesgaos.- 23: Nueva. Símbolo químico. Al revés, pasta de arcilla utilizada en alfarería. Otorgar.- 24: Lienzo litúrgico. Al revés, medida de peso (Pl). Asedio, sitio. Al revés, nivel. Al revés, harte.- 25: Pronosticadores. Camino, deambulo. En la mitología griega, deidades vengadoras.

VERTICALES - 1: Ciudad inglesa. Pájaro. Región de Italia.- 2: Nota musical. Contingencia o azar. Consentí, transigí. Nombre

de consonante. Ventila. Repetido, madre.- 3: Acudid. Hoy en la tierra o escondite del ramaje donde se ocultan los cazadores. Consonante repetida. Al revés, calles. Al revés, italiano. Terminación verbal.- 4: Conjunción. Anuda. Al revés, señalada. Al revés, material de construcción. Pronombre personal.- 5: Adverbio de lugar. Lisonjeale. Dicese de la vestidura que llega a los talones. Extremidad del cuerpo humano (Pl).- 6: Al revés, bóvido salvaje. Nueva. Río de Francia. Terminación del aumentativo. Hornee.- 7: Sentir. Pía, protesta. Adverbio comparativo. Adverbio de modo.- 8: Radical (Fem). Anades. Poema épico de Alonso de Ercilla. Antigua lengua de Provenza.- 9: Vocales diferentes. Al revés, intervienga. Cierta número. Onda. Prueban. Pronombre personal.- 10: Exclamación de asco. Letras de "cebo". Carta de la baraja. Magnetita. Al revés, estuario, desembocadura. Al revés, nota musical.- 11: Convenir, acordar. Al revés, enojo. Ciudad austriaca.- 12: Al revés, sebo. Al revés, incitaba, seducía. Al revés, mordisquea. Pronombre personal.- 13: Al revés, contribuyeron, dieron. Guisáselos de cierta manera. Negación.- 14: Nombre de consonante. Matrícula de coche española. Al revés, embarcación ligera. Al revés, contestó. Remases hacia atrás.- 15: Al revés, parte de la embarcación. Al revés, burra. Al revés, dicese del que tiene más grueso el labio inferior. Símbolo químico. Actúa, ejecute.- 16: Al revés, energía, fuerza. Al revés, símbolo químico. Al revés, natural de cierta antigua ciudad y país al norte de Siria (Fem). Porción de curva.- 17: País de centroamérica. Voz de la gallina cluaca. Ciudad de Alemania.- 18: Nota musical. Al revés, allano, pulo. Personaje de la Biblia. Al revés, entregas. Percibirle.- 19: Símbolo químico. Arbol de las yuglandáceas. Al revés, disloque. Negación. Al revés, caudillo de los Hunos. Adjetivo posesivo.- 20: Al revés, letra griega. Desluzca, marchite. Arroja. Consonante repetida. Al revés, jaleo. Al revés, repetido, madre.- 21: Asta de madera. Decorada. Aureolas. Prospero.- 22: Onda. Político chino. Tuéstelo. Cierta fruta. Constelación.- 23: Limpias, puras. Al revés, preposición. Abolir. Denoté alegría.- 24: Vasija griega y romana (Pl). Cierta número. Devastarlo. Acudid.- 25: Vocal repetida. Lienzo litúrgico. Al revés, complacencia (Pl). De cierta consistencia (Pl). Nombre de consonante.- 26: Partícula inseparable privativa o negativa. Me desplamé. Al revés, símbolo químico. Al revés, denotar alegría. Canción canaria. El primero.- 27: Ciudad holandesa. Oficial del ejército turco. Archipiélago del Egeo

SOLUCION

HORIZONTALES - 1: Francia. Pájaro. Región de Italia.- 2: Nota musical. Contingencia o azar. Consentí, transigí. Nombre de consonante. Ventila. Repetido, madre.- 3: Acudid. Hoy en la tierra o escondite del ramaje donde se ocultan los cazadores. Consonante repetida. Al revés, calles. Al revés, italiano. Terminación verbal.- 4: Conjunción. Anuda. Al revés, señalada. Al revés, material de construcción. Pronombre personal.- 5: Adverbio de lugar. Lisonjeale. Dicese de la vestidura que llega a los talones. Extremidad del cuerpo humano (Pl).- 6: Al revés, bóvido salvaje. Nueva. Río de Francia. Terminación del aumentativo. Hornee.- 7: Sentir. Pía, protesta. Adverbio comparativo. Adverbio de modo.- 8: Radical (Fem). Anades. Poema épico de Alonso de Ercilla. Antigua lengua de Provenza.- 9: Vocales diferentes. Al revés, intervienga. Cierta número. Onda. Prueban. Pronombre personal.- 10: Exclamación de asco. Letras de "cebo". Carta de la baraja. Magnetita. Al revés, estuario, desembocadura. Al revés, nota musical.- 11: Convenir, acordar. Al revés, enojo. Ciudad austriaca.- 12: Al revés, sebo. Al revés, incitaba, seducía. Al revés, mordisquea. Pronombre personal.- 13: Al revés, contribuyeron, dieron. Guisáselos de cierta manera. Negación.- 14: Nombre de consonante. Matrícula de coche española. Al revés, embarcación ligera. Al revés, contestó. Remases hacia atrás.- 15: Al revés, parte de la embarcación. Al revés, burra. Al revés, dicese del que tiene más grueso el labio inferior. Símbolo químico. Actúa, ejecute.- 16: Al revés, energía, fuerza. Al revés, símbolo químico. Al revés, natural de cierta antigua ciudad y país al norte de Siria (Fem). Porción de curva.- 17: País de centroamérica. Voz de la gallina cluaca. Ciudad de Alemania.- 18: Nota musical. Al revés, allano, pulo. Personaje de la Biblia. Al revés, entregas. Percibirle.- 19: Símbolo químico. Arbol de las yuglandáceas. Al revés, disloque. Negación. Al revés, caudillo de los Hunos. Adjetivo posesivo.- 20: Al revés, letra griega. Desluzca, marchite. Arroja. Consonante repetida. Al revés, jaleo. Al revés, repetido, madre.- 21: Asta de madera. Decorada. Aureolas. Prospero.- 22: Onda. Político chino. Tuéstelo. Cierta fruta. Constelación.- 23: Limpias, puras. Al revés, preposición. Abolir. Denoté alegría.- 24: Vasija griega y romana (Pl). Cierta número. Devastarlo. Acudid.- 25: Vocal repetida. Lienzo litúrgico. Al revés, complacencia (Pl). De cierta consistencia (Pl). Nombre de consonante.- 26: Partícula inseparable privativa o negativa. Me desplamé. Al revés, símbolo químico. Al revés, denotar alegría. Canción canaria. El primero.- 27: Ciudad holandesa. Oficial del ejército turco. Archipiélago del Egeo

La Tribuna de Albacete

La opción más amplia 300 kilómetros incesantes de nueva vida

Abono gratis de media temporada del Alba



El Alba sacó un punto valioso en el Vicente Calderón (0-0)

Ahora puedes ver el fútbol en directo, y si te has perdido algo lo leerás en:

La Tribuna
de Albacete

Suscríbete a **La Tribuna de Albacete** por un año o renueva tu suscripción por el mismo periodo y conseguirás, **gratis**, un abono del Alba para la segunda vuelta de esta temporada. (Esta promoción también es válida para las nuevas suscripciones y renovaciones trimestrales y semestrales)

Walleres Ruber

SEAT



Suscríbese a

La Tribuna de Albacete

Si desea recibir diariamente en su domicilio el periódico de Albacete, rellene el cupón adjunto y envíelo a La Tribuna de Albacete, apartado de correos 369, 02080 Albacete, o llame al Teléfono: **967 19 10 00**

Boletín de Suscripción

FORMA DE PAGO

Nombre:

.....

Dirección:

.....

Población:

.....

DNI/CIF:

- | | | |
|---|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> Cobrador
(Sólo Albacete capital,
Hellín y Almansa) | <input type="checkbox"/> Recibo mensual | 5.000 ptas. |
| | <input type="checkbox"/> Recibo trimestral | 14.850 ptas. |
| | <input type="checkbox"/> Recibo semestral | 29.600 ptas. |
| | <input type="checkbox"/> Recibo anual | 55.700 ptas. |

- | | | |
|---|--|--------------|
| <input type="checkbox"/> Domiciliación bancaria | <input type="checkbox"/> Recibo mensual | 4.825 ptas. |
| Entidad | <input type="checkbox"/> Recibo trimestral | 14.150 ptas. |
| Oficina | <input type="checkbox"/> Recibo semestral | 28.100 ptas. |
| D.C. | <input type="checkbox"/> Recibo anual | 52.900 ptas. |
| Nº cuenta | | |

ACEPTO EL CARGO EN MI CUENTA, FIRMA:

PROGRAMACIÓN
INAUGURAL DE
LA SOCIEDAD DE
CONCIERTOS DE ALBACETE
(avance)

FEBRERO:

- Concierto inaugural extraordinario:

Día 1 (jueves). JORDI SAVALL (basse de viole), MONTSERRAT FIGUERAS (soprano), XAVIER DIAZ (teorba y guitarra barroca). Programa: Arie, Lamenti & Variacione instrumentali.

MARZO:

- Día 14 (miércoles). Solistes Orquesta de les Arts. Programa "La historia del soldado". Igor Stravinsky.



CICLO PAPER DE MÚSICA

- Día 22 (jueves). Trio Valentia: Benjamin Scherer (violín), Javier Gómez (violoncelo) y Jesús Gómez (piano). Obras de: Schubert y Turina.
- Día 28 (miércoles). Alex Ramírez, piano. Obras de Mozart, Beethoven, Chopin y Albéniz.

ABRIL:

- Día 5 (jueves): The Seven Saints (coro de cámara). Uno de los mejores y el más antiguo conjunto coral mixto de Bulgaria. 19 cantantes. director: Dimitar Grigorov. Música sacra occidental y cantos de la Pascua ortodoxa.
- Día 28 (sábado): Recital de arpa. M^o Rosa Calvo Manzano.

ARIE, LAMENTI & VARIACIONE INSTRUMENTALI

MONTSERRAT FIGUERAS (soprano)

XAVIER DÍAZ (teorba y guitarra barroca)

JORDI SAVALL (basse de viole)

El más importante concertista español de música renacentista y barroca en todo el mundo

La Tribuna
de Albacete

CONCIERTO INAUGURAL

Jueves, 1 de Febrero de 2001 • 20.30 horas

AUDITORIO MUNICIPAL DE ALBACETE

Precio: 3.000 ptas*. Taquilla 30, 31 enero y 1 febrero (de 17h. a 20'30h.)

50% DESCUENTO HASTA 25 AÑOS CON CARNET DE ESTUDIANTE



Próximo concierto

Solistes Orquesta de les Arts. Dir. Josep Vicent.
Obras de Igor Stravinsky. "La historia del soldado", etc.

MARZO Día 14 (miércoles) Auditorio Municipal 20.30 h.



SAN ANTONIO

