

la **R**evista

DOMINGO
9 DE ENERO DE 2005

Suplemento dominical de **Diario de Ávila**



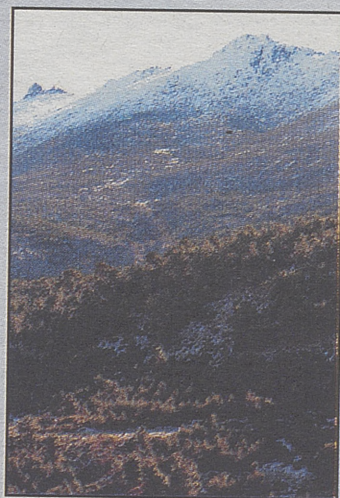
El abuelo de Ávila

Tener salud para llegar a los 110 años es el deseo que pide Sidonio Niño, el abuelo de la provincia, con 107 años, para el año que acabamos de empezar.

6 y 7

VIAJE INVERNAL POR LA PARAMERA

Historia y naturaleza se unen en esta sierra abulense. 'La Revista' propone una ruta por estos parajes de la mano de Jesús Abad, técnico del Ayuntamiento de Solosancho. **10 y 11**



«CADA VEZ SOMOS MENOS DUEÑOS DE NUESTRA PROPIA VIDA»

Entrevista a María Luisa Valderrama, psicóloga, representante del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León. **3**

CUANDO ÁVILA 'TOCÓ FONDO'

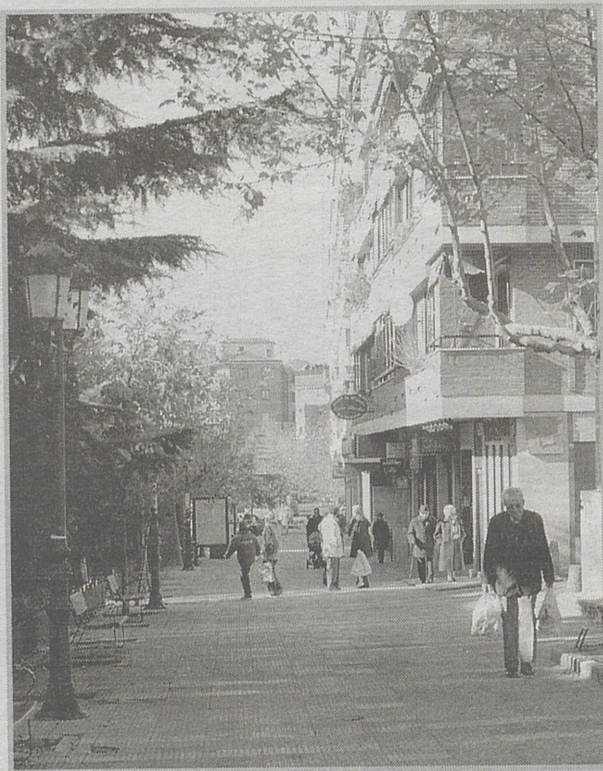
El paso del siglo XVIII al XIX fue difícil para Ávila, que vio reducida drásticamente su población. En el año 1793 el censo no superaba los 6.000 vecinos. **4 y 5**

LA REVISTA Y ADEMÁS...

Entrevista. María Luisa Valderrama, representante del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León en Ávila aclara a 'La Revista' las diferencias entre psicólogo y psiquiatra; entre terapia farmacológica y psicoterapia; o entre fobias y obsesiones: un mundo lleno de complejidad. Pag. 3.

Paisajes invernales. De Solosancho a Villaviciosa, pasando por el Castro de Ulaca o el yacimiento visigodo de Cabeza de Navasangil: marcos incomparables que acogen enebros piornos, aguilas imperiales, buitres leonados y un paisaje final con las mejores panorámicas de la Paramera y el Pico Zapatero. Pags. 4 y 5.

Crónica Gráfica. El Paseo de San Roque se remodelará por primera vez en 35 años; la pista de hielo se convierte en uno de los grandes aciertos de la Navidad avulense; aparecen pinturas rupestres en Muñopepe. Pags. 8 y 9.



Seguridad vial. La Escuela leonesa en Técnicas de Conducción de Seguridad enseña como actuar en casos de frenada de emergencias, derrapes, virajes o pérdidas de adherencia, todo por poner coto a algunas de las causas de los accidentes de tráfico en España. Pags. 12 y 13.

Libros. Los jardines más curiosos y con más encanto de España, en una guía que incluye uno de la capital avulense; «Una rosa para cada día» o los consejos de Rosa Natalia Poveda para cada uno de los días del año. Pags. 14 y 15.

Ppt. Las viñetas más reflexivas del colaborador de DIARIO DE ÁVILA.

Foto de Portada: ANTONIO BARTOLOMÉ

Medalla de Oro de la Provincia
Fundado en 1888 con la cabecera de EL ECO DE LA VERDAD.
El 24 de noviembre de 1898 pasó a llamarse EL DIARIO DE ÁVILA

EDITA: DIARIO DE ÁVILA, S.A

Editor y Presidente:
Antonio M. Méndez Pozo.

Director:
Carlos F. Aganzo.

Redactores Jefes: Francisco Javier Martínez (Información)
y Juan Carlos Huerta Abargues (Suplementos).

Jefes de Sección: David Casillas Abejón (Cultura) y José Luis Robledo (Local). Redacción: Juan Antonio Ruiz Ayúcar, Francisco Javier Rodríguez de Antonio, Luis Carlos Santamaría, José Manuel Maiz, Eduardo Cantalapiedra, Arancha Cuéllar, Marta Martín Gil, Javier Jiménez Encinar, Isabel Camarero, Isabel Martín y Beatriz Mas. Fotografías: Enrique Luis y David Castro.

Delegaciones: Ávila: Beatriz García.
Arenas de San Pedro: Irene Sanz.

Gerente: Alfredo Blasco Nuín.

Jefe de Informática y Sistemas: Vicente García García.
Jefe de Publicidad: Alberto Herrero Moro.
Distribución: José Antonio de Miguel.

promecal
PROMOTORA DE MEDIOS DE CASTILLA Y LEÓN

Consejero Delegado:
Gregorio Méndez Ordóñez.

Direcciones Generales: Jesús Ángel Bueno Ordóñez (Adjunto Consejero Delegado),
Javier Gutiérrez Glez, M. Ángel Arnaiz Lozares y Rafael Monje Alonso.
Subdirecciones Generales: Lorenzo Matías Rodríguez y J. Manuel Sáenz de Cabezón.
Directores Departamento: Luis Santos Sánchez, Álvaro Miguel Orense y Daniel Méndez Primo.



Sinfonía para un hombre solo

Serafín Sánchez González

PARA él las navidades son el nombre de un pueblo que todavía existe, pero que ya no es el que él conoció, la imagen todavía reciente y nunca olvidada de unas calles solitarias, empedradas y estrechas, por donde caminaba antaño con la cartera de plástico a cuestas, llena de libros y cuadernos, al regresar de la escuela. Son el invierno y la nieve. El humo de las casas y las mujeres de luto que lo miraban al pasar y se dirigían a él con monólogos refunfuñadores y palabras cáusticas. El hombre que recuerda ahora, muchos años después, cuando pasea con las manos metidas en los bolsillos, solo y tranquilo, por el Paseo de los Plátanos, cubierto de hojas caídas, la bufanda rodeando y calentando su cuello, los pies fríos, el vaho de su aliento fluyendo igual que el hálito insomne de las tulipas de vapor de sodio en las noches despobladas y helantes.

Él es uno de aquellos niños de Los Chiripitífaluticos, niños de los sesenta. Quizá sepa que la infancia es la verdadera patria de la persona. Un aserto que se suele repetir como vindicación de ese territorio donde la memoria levanta un bastión irreductible, preservado de las exco-riaciones del tiempo e inalterablemente iluminado por un sol que suaviza los perfiles y difumina las sombras.

Fue niño que soñó con veleros surcando un mar imposible y bandadas de gaviotas que se peleaban en el aire, ale- teando y chillando. Un mar que no conoció hasta mucho más tarde de verlo en las imágenes en blanco y negro de una televisión marca Vanguard.

No sabe que el dulce mordisco de la nostalgia no sólo le alcanza a él, pues hay, existe toda una generación de hombres que se refugian en la misma ensoñación que a él le asalta sin poderlo evitar. Abre el baúl de los recuerdos de su memoria y orea ante sus ojos lánguidos el dibujo conmovedor de una época en que la vida dejó definitivamente de ser en blanco y negro, para tomar una nueva dimensión a través de la ventana abierta al mundo de los televisores en Pall Color. Porque la televisión es, de hecho, el más poderoso de los motores que animan esta mirada hacia atrás sin ira, en la que Los Chiripitífaluticos (Locomotoro, Valentina, el capitán Tan y el tío Aquiles) figuran como enseña incontestable de aquel tiempo tan feliz (como cantarían Manrique).

Exhumar la memoria de una generación que vivió la auténtica *transición* en pantalón corto y rebecca azul mientras veía «Un globo, dos globos, tres globos», entre anuncios de niños blancos y aseados que salían en la pantalla abombada jugando con *madelmans* o *nancys*, niños que fueron los últimos en bailar en guateques (*Black is Black*, Los Bravos) y los primeros en llenar las discotecas. El clima

No se le escapa que fue ese **niño que nació para no saberlo ni gozarlo, sino para descubrirlo ahora**

inhóspito de entonces: un páramo de la cultura. El tiempo de silencio y destrucción de Luis Martín Santos.

Los años sesenta: cuando, sin embargo, por primera vez se dejan sentir las tendencias más cosmopolitas, dejando a un lado las más autárquicas...

El hombre que camina solo, arrecido y casi a punto de llorar en silencio, mira a las luces de colores, a los dibujos que cuelgan del aire, atravesando y cruzando las calles de una pared a otra, de una rama a otra. Sabe que está helando y que las ráfagas que arrecian, huelen a nieve y a desolación y lo golpean el rostro y le revuelven el pelo. Los párpados caídos de la tarde se han abierto al luto de la noche. Se acuerda de su pueblo, de la soterrada y muda depresión colectiva que sufría el país entero del cual formaba parte, esa soledad inmóvil y enferma en la que no se podía hablar de nada porque todos tenían algo que esconder.

De pronto es como si estuviera paseando por las mismas calles fantasmales de otrora y mirara a los faroles de las esquinas donde se posaban los pájaros para silbarlo o llamarlo, como si todo regresara y fuera igual de repente, y él volviera de jugar de las eras con los niños, un poco tarde, de noche, y sintiera en su piel erizada, al subir la cuesta, el estremecimiento del largo eco de los aullidos que se acercaban hacia los límites del pueblo. Sin darse cuenta, ha apretado el paso y ya no ve ni mira nada, tan sólo trata de huir de un aliento tibio que jadea pisándole los talones. No es un trago, ni camuñas, tampoco su imaginación o el miedo que a sí mismo se infunde, es una cosa larga y estropajosa que avanza con sigilo hacia él, los ojos rojos y encendidos que lo miran fijamente y la boca vafosa que se abre para enseñarle terribles y afilados dientes que gotean una saliva espumajosa. Lo ve, le parece estar viéndolo tan claro como si de nuevo le estuviera sucediendo. Antes, en el pueblo. Pero no pasó nada. No porque Dios no quiso, sino porque el Diablo no pudo: una figura baja le esperaba apostada junto a la cuneta, al resguardo de un montón de pacas de paja, con un formón de arado en las manos y los dientes apretados, el ceño fruncido bajo la boina mugrienta, no para zurrarle la badana a él, sino al lobo que lo venía siguiendo.

Ha vuelto a la realidad. Es navidad. Y la ciudad comienza a bullir, entre risas y sarcasmos. Comienza a llenarse; sus calles, plazas, locales... Y él sigue caminando

y recordando. Descubre que los últimos años de 1960 y los primeros de 1970 fueron el tiempo de una edad torturada por las preguntas del destino. Memorable, a pesar de todo. Se dice que es curioso, que aunque jamás supiera quiénes fueron los próceres del régimen, sí sabe, empero, que su dominio férreo condujo a la suspensión de un proceso crítico y a la cerrazón en lo ideal e imaginario.

Y ahora el hombre decide salir de debajo de la indiscreta claridad multicolor y se adentra en las sombras, sin dejar de escuchar ni un momento el murmullo de una sinfonía de lo perdido que resuena en sus oídos y retumba en su mente. No se le escapa que fue ese niño que nació para no saberlo ni gozarlo, sino para descubrirlo ahora, cuando ya es tarde y no hay remedio si quiere volver a revivirse en lo que fue, volver a sentirse despojado del peso de los años y los recuerdos rancios e insistentes. Ligerero, con la cartera de plástico a cuestas, culebreando entre las estrechas y empedradas calles del pueblo que olía a humo y a hojarasca, que sabía a pan caliente y a leche ahumada.

Se aleja con su música a otra parte. Solo. Silencioso. Solapado. Perdido. Hurraño. Como un *flanêur* noctámbulo, un *homeless*, un vagabundo, un mendigo en su miseria de presente y su opulencia de pasado. Se va para rendirse. Deja sola a la sociedad que se divierte, justo cuando comienzan a escucharse otras músicas distintas y se abren los casinos y las salas de fiesta. Y se queda tan olvidado como la estatua que aún preside la plaza de S. J. de la Cruz en Nuevos Ministerios de Madrid. Alguien que lo fue y lo tuvo todo, para llegar a ser el gran repudiado de la historia. Dejarse ir, yéndose, ante la inevitabilidad del destino, con toda la educación sentimental a cuestas igual que una cartera de plástico no demasiado pesada, por una calle oscura y sin nadie, la mirada vacía o socarrona y torcida y la actitud abstraída, dejando atrás los gritos y las risas, las luces, el bullicio, a solas con su triste sinfonía laudatoria, con el miedo a la soledad y a tanto silencio que le espera, hombre hecho y derecho, sin posibilidad, sin alternativa, en cambio, para ser niño, sin poder desechar los recuerdos, bajo un cielo que escupe gruesos y livianos copos de nieve, arrojado por su abrigo y su bufanda, con los ojos llorosos y los dedos de los pies casi congelados. Hombre que comprende al fin que es un adulto, que, en su secreta despedida, en su estado de ánimo sombrío, ha dicho adiós a la infancia irrecuperable. Y no sabe, resignado, nulo, inexistente, invisible, no sabrá nunca, qué le deparará mañana en la ciudad muerta. ¿Más noche? ¿Humo? ¿Nada tal vez?

MARÍA LUISA VALDERRAMA • Psicóloga, representante del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León



María Luisa Valderrama, psicóloga, representante del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León en Ávila, en el Centro Asistencial Santa Teresa, de Arévalo. / BEATRIZ GARCÍA

«Cada vez somos menos dueños de nuestra propia vida»

JUAN CARLOS HUERTA

MÉDICO psiquiatra y licenciada en Filosofía y Letras con la especialidad de Psicología Clínica, ha ejercido como médico y psicólogo. Se llama María Luisa Valderrama y representa en Ávila al Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León, que integra a 41 profesionales, de los cuales el 90% ejercen en la capital. A María Luisa Valderrama podría preguntársele por el sentido de la vida, no en vano es presidenta de la Asociación Española de Análisis Existencial, pero en plena Navidad (la entrevista se realizó a caballo del Año Nuevo) reflexionar sobre el sentido de la vida es mucho reflexionar.

-A ver si me aclaro: ¿en qué se diferencia un psicólogo de un psiquiatra?

-Un psiquiatra es un médico; un médico que después de licenciarse en Medicina se especializa en Salud Mental. Un psicólogo es un licenciado en Psicología, que posteriormente puede especializarse, entre otras materias, en Salud Mental; ese es el psicólogo clínico.

-¿Cómo se refieren ustedes a sus clientes: como pacientes, enfermos...?

-Depende del contexto y de la demanda de servicios. En el centro hospitalario donde trabajo, me refiero a ellos como pacientes y enfermos. En centros asistenciales, más como usuarios. En una consulta, sin embargo, los motivos por los que acude una persona a ella pueden ser muy diferentes: la búsqueda de una orientación, de un consejo, la fijación de un perfil de personalidad o la solicitud de ha-

bilidades para distintas necesidades, como el estudio, la lucha contra el tabaco... Sin descartar la visita de alguien que muestra una clara patología. Las demandas de consultas son muy variadas y por ello la denominación de lo que usted denomina "cliente", necesariamente también.

-¿En qué momento dejan de ser útiles las terapias y comienzan a ser las pastillas?

-Todo tratamiento se denomina terapia. La terapia farmacológica es la empleada, según la legislación española, por el médico; sería lo que denomina usted como pastillas y cuya meta es curativa. Las psicoterapias son los tratamientos no farmacológicos. Dependiendo del problema a tratar, del enfoque que dé el terapeuta o de la escuela o campo que domine, se aplica la psicoterapia, teniendo en cuenta que el objetivo de la terapia es el cambio, en vez de la curación, y los usuarios son los responsables de efectuar cambios en sus vidas. Dicho esto, siempre se precisa una psicoterapia. La más básica, la psicoterapia de apoyo, es necesaria, aun cuando se trate de fármacos. La combinación de ambas es muy ventajosa para muchos trastornos mentales, pero también hay trastornos que con simples y sencillas psicoterapias mejoran sin precisar fármacos, dependiendo del proceso.

-¿La ansiedad es un fenómeno contemporáneo o es que hasta ahora no se le había llegado a poner nombre?

-La ansiedad es un conjunto de reacciones como resultado de la percepción de una amenaza ante un peligro. Cuando el peligro es identificado, estamos ante el miedo; pero cuando el peligro es vivenciado como indeterminado, carente de objeto, se produce la ansiedad, el estrés... y, en la máxima expresión, la angustia. Todos estamos viviendo en un mundo donde la impotencia del hombre ante amenazas a peligros es constante, sin que podamos actuar. Cada vez somos menos dueños de nuestra propia vida y de nuestro destino, mas difícilmente controlable de forma individual. Por todo ello, la ansiedad es un fenómeno contemporáneo y nunca como hasta ahora ha estado tan presente.

-¿Un secreto para acabar con ella?

-Sacar ventaja de otros recursos. El hombre los tiene de sobra; hay que saber integrarlos. Estos recursos son la familia, los amigos, el sistema de creencias... Una de las labores del psicoterapeuta es explorar y revelar los recursos de su cliente.

-¿Y con las fobias y las obsesiones?

-Las fobias son el miedo intenso y desproporcionado respecto a un estímulo aparente, junto a un temor inexplicable e irracional que implica la evitación; y las obsesiones son los pensamientos impuestos o rumiaciones. Se completan con los rituales, que son las acciones que se llevan a cabo.

-¿Qué se esconde detrás de una obsesión? ¿Acabada una fobia concreta o una

obsesión se acabó el problema?

-Frecuentemente, detrás de estos problemas se esconden ideas erróneas de uno mismo. El psicoterapeuta realiza una labor de descubrimiento de uno mismo en busca de las ideas irracionales o distorsiones que tenemos de nosotros mismos, eso sí, aceptando las realidades de la vida y enseñando a afrontarlas por muy difíciles que sean. Es una ayuda a los clientes a tomar conciencia de por qué eligen funcionar como lo hacen. Se acaba el problema cuando se tienen en cuenta todos estos matices psicoterapéuticos. Si sólo atendemos a erradicar la fobia concreta, mantenemos el riesgo de que el paciente pase a otra, es decir que la mute o cambie.

-¿Cree que el psicoanálisis tiene algo de moda?

-El psicoanálisis es una psicoterapia más. Un psicoanalista formado puede hacer una buena labor con su cliente en terapias específicas. El psicoanalista es un terapeuta muy especial, dado que dicha técnica requiere largos años de aprendizaje.

-¿Un consejo para afrontar el nuevo año que se nos ha echado encima?

-Un consejo muy psicoterapéutico: crearse un programa para incrementar la felicidad, con propósito de metas, su selección y la terminación de las mismas.

-¿Y para recuperarse de la resaca navideña?

-Ser creativo y evitar el "mas de lo mismo".



Jesús Abad, frente a la sierra de la Paramera cubierta de nieve, observa el paisaje con sus prismáticos. / DAVID CASTRO

Historia y naturaleza se unen en esta senda que transcurre entre berrocales, piornos, arroyos y pinares, y que cuenta con la mirada atenta de la sierra de la Paramera, cubierta de nieve en estas fechas

Paisaje de invierno

ANA AGUSTÍN

UNA vez retomado el ritmo habitual tras las vacaciones navideñas, 'La Revista' propone una ruta ambiental que recorremos de la mano de Jesús Abad Soria, técnico en el Ayuntamiento de Solosancho de Nuevos Yacimientos de Empleo, centrado en Turismo Rural, que con verdadero entusiasmo nos ha ayudado a descubrir un paraje inigualable, una senda sencilla que puede hacerse a pie y que comienza una vez abandonada la N-502 en su kilómetro 20, a la altura del municipio de Solosancho. Desde aquí tomaremos el desvío que nos conduce por la carretera provincial AV-P 410 a la localidad de Villaviciosa, punto de partida de este itinerario. Antes de comenzar el recorrido, podemos contemplar su bello castillo, fortaleza levantada en el siglo XIV, junto al cual se encuentra uno de los característicos verracos que aparecen distribuidos por la geografía abulense. Su origen es vetón y tenían una finalidad mágica y protectora, aunque también señalizaban vías trashumantes y delimitaban territorios. Estaban realizados sobre granito representando toros debido a la amplia presencia ganadera de la zona.

Desde Villaviciosa y una vez finalizado el asfalto, tomamos el camino que continúa y que durante 600 metros nos conduce hasta la

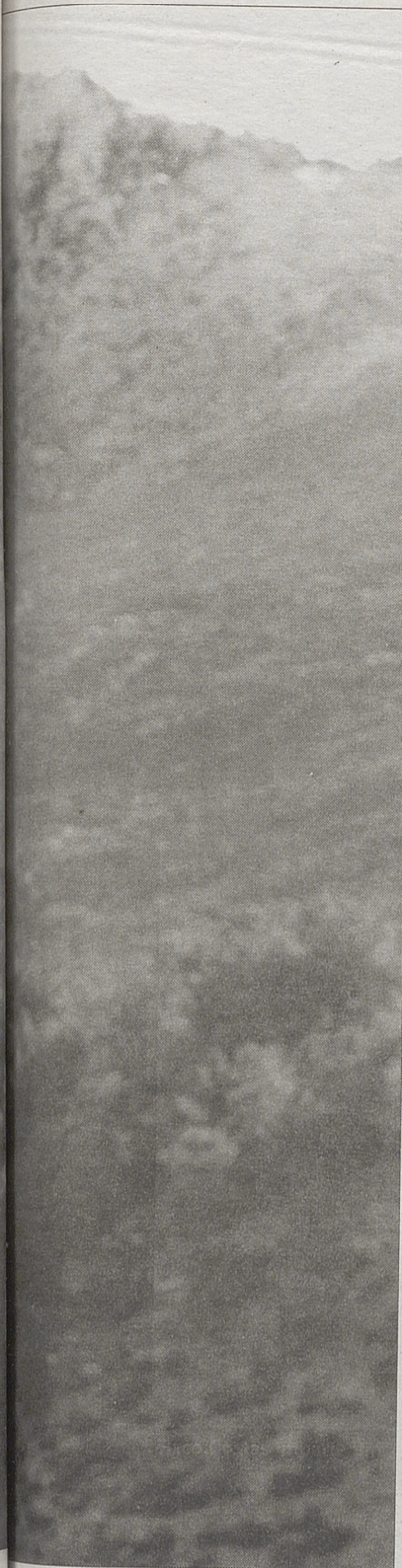
puerta de entrada al castro vetón de Ulaca, el mayor de Europa Occidental. Del siglo IV a.C tiene una superficie de 70 hectáreas y en él pudieron llegar a vivir más de 1.000 personas. Una vez dejado atrás el acceso a Ulaca, asentamiento que recomendamos visitar con más tranquilidad otra ocasión, continuaremos el mismo camino ascendente repleto de enebro rastrero y piorno serrano, especies a las que se asocian pequeñas aves como el escribano montesino y la tarabilla común. Una vez recorridos algo más de dos kilómetros desde el inicio, llegamos al yacimiento visigodo de la Cabeza de Navasangil tras atravesar una puerta metálica que nos anuncia la presencia de ganado vacuno y equino suelto. Se encuentra situado próximo al cristiano arroyo de los Potrillos, sobre un promontorio rocoso a 1.375 metros de altitud, de fácil defensa, reforzado adicionalmente con una línea de muralla allí donde era necesaria.

Lo más destacado del yacimiento lo constituyen sus estructuras domésticas, recientemente restauradas. El mayor inconveniente es el que puede encontrarse el excursionista es que para acceder al mismo hay que pedir permiso al Ayuntamiento de Solosancho, pues como veremos se encuentra vallado para evitar su deterioro y el expolio de al-

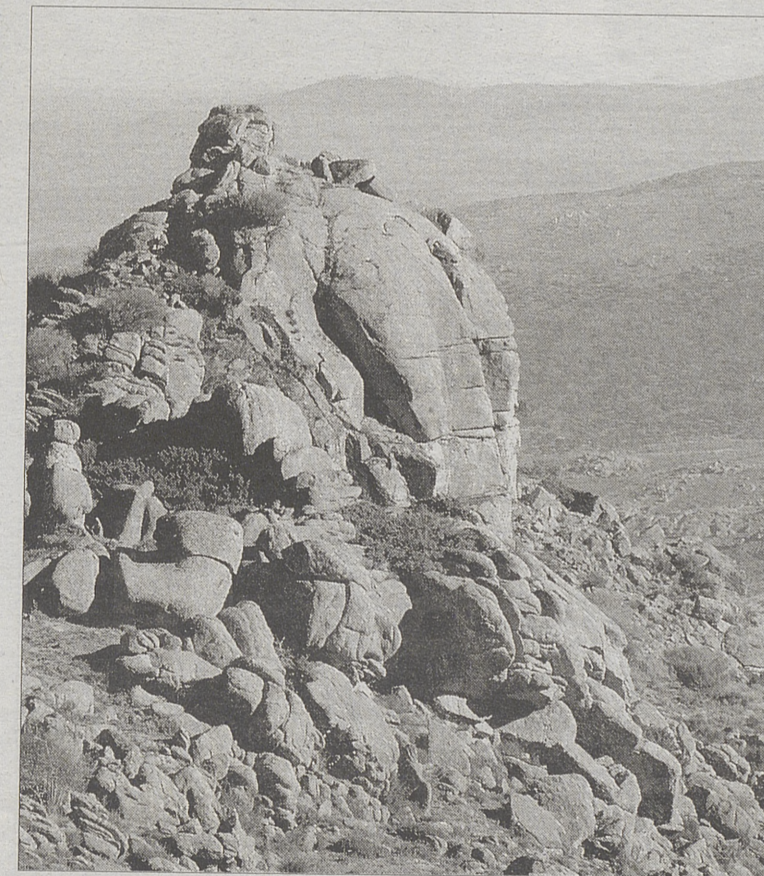
guno de los materiales que en él se van encontrando.

Desde el yacimiento podemos contemplar los inmensos berrocales que circundan todas estas montañas, alguno de los cuales sirve de oteadero a aves rapaces aquí presentes como el águila culebrera o el buitre leonado. Bordeando el montaraz arroyo de los Potrillos que a esta altura presenta una vegetación de ribera no muy tupida de pequeños sauces o bardagueros en los que juguetean aves como el petirrojo, las lavanderas blancas y boyeras u otras más raras como el mirlo acuático, continúa la senda. Al ir ganando altura y siempre acompañados de piornos y enebros llegaremos a un gran bolo granítico situado junto al camino. Denominado 'canto de los responsos', la tradición popular le ha dotado de una simbólica importancia ya que es común entre los lugareños que pasan por él formular un deseo y a continuación, para que se cumpla, arrojar sobre su cima una piedra sin que caiga y rezar una oración. Este punto es un buen lugar, una vez efectuado el rito, para observar al norte toda la inmensidad del valle Amblés con la Sierra de Ávila al fondo.

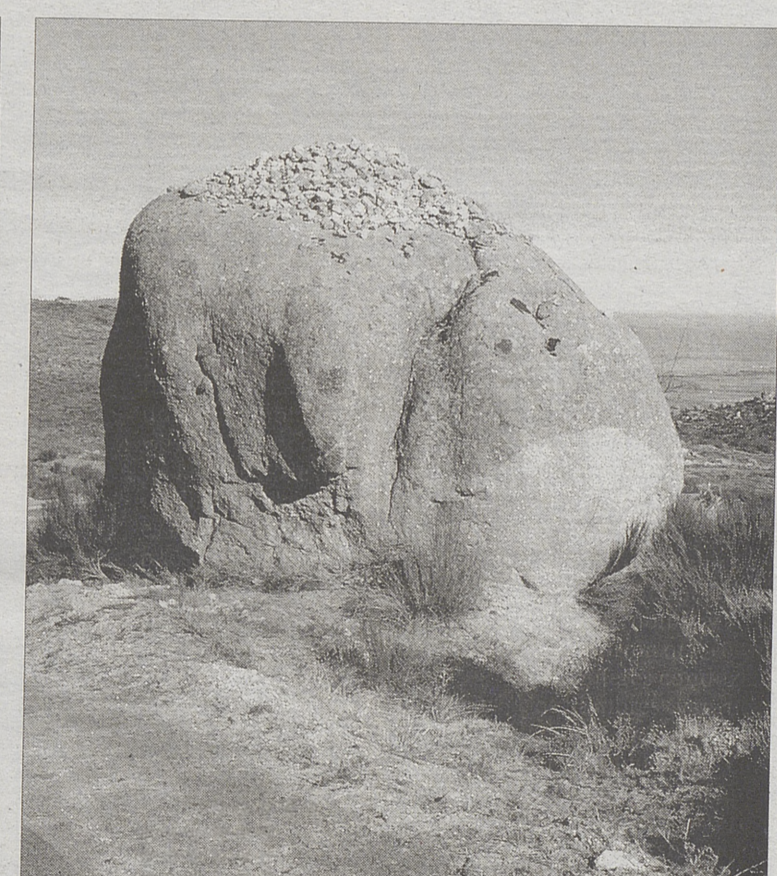
Si siguiendo por el camino y a poco más de un kilómetro y medio de Navasangil giraremos hacia la iz-



Un caballo pasta libremente en uno de los parajes por los que transita la ruta. / DAVID CASTRO



Las pedreras, con caprichosas formas, acompañan al viajero durante toda la ruta. A la derecha, imagen del 'canto de los Responsos'. / DAVID CASTRO



quierda por una pista que cruza el arroyo de los Potrillos. Desde ella podremos ver como poco a poco la nieve se va acercando, pues al llegar a un pequeño collado, que sirve de excelente mirador y punto final de nuestra ruta, se muestran al sur las cumbres de la sierra de la Paramera con el majestuoso Pico Zapatero de 2.146 metros de altitud y la Serradilla (2.137 metros) a nuestros pies. Desde este punto también podemos contemplar la pequeña garganta que labra en su recorrido el río Piquezo, itinerario también de otras

rutas, y el pinar de repoblación que cubre la ladera del Monte de Utilidad Pública Sin Consorcio perteneciente al municipio de Sotalvo. Además, si el día es claro, y pertrechados de unos buenos prismáticos, podremos ver al fondo, hacia el este, las cumbres madrileñas y segovianas de la Sierra de Guadarrama coronadas por el pico de Peñalara de 2.430 metros. Antes de efectuar el camino de vuelta conviene contemplar como junto a la vegetación ya comentada en la que se entremezclan flores vistosas como el narciso o la peonía,

nos aparece otra dominada por pastizales y cervunales de *Nardus stricta* o *Festuca indigesta* a la que se asocian la verónica o el junco. En estas altitudes con un poco de suerte podremos contemplar aves como el acenor común y el alpino, el águila real y a dos verdaderas joyas orníticas como son el pechiazul y la agachadiza común. Además de aves, mamíferos como el zorro y el jabalí, anfibios como el sapo común o la rana patilarga y reptiles como la lagartija serrana son fáciles de ver por estos parajes. Junto a Jesús Abad, el

agente medioambiental Francisco Hernández nos ha acompañado durante todo el recorrido y ha contribuido a que disfrutemos de estos parajes cercanos a la capital.

Esta diversidad biogeográfica, geomorfológica y paisajística han hecho merecedor al territorio descrito en esta ruta de su inclusión en dos espacios naturales protegidos, el Lugar de Interés Comunitario (LIC) de las Sierras de la Paramera y La Serrata, de ámbito europeo, y el Paisaje Protegido del mismo nombre a nivel autonómico.

Un Niño con 107 años de edad

Tener salud para llegar a los 110 años de edad es el deseo que pide Sidonio Niño, el abuelo de la provincia, al nuevo año 2005 que acabamos de estrenar. «El médico me ha dicho que puedo llegar, y también el señor cura me da ánimos. Yo me encuentro bien. Pero, no sé... Ya son muchos años», apostilla el centenario.

F. J. RODRÍGUEZ

VOZ apagada, aunque lisongera; manos reumáticas, moldeadas por el duro trabajo en el campo y unos ojos azules cargados de años, son las señas de identidad de un hombre que hace tiempo que pasó la frontera de los cien años. Es Sidonio Niño, natural de Cantiveros. Con sus 107 años -camino de los 108, que cumplirá el próximo mes de agosto- se ha convertido en el abuelo de la provincia y uno de los mayores de toda la Región. No es la persona de mayor edad de Ávila, puesto que este honor lo ostenta una mujer, Demetria Enríquez Gallego, que vive en Tiñosillos. Una enfermedad acabó hace unos años con su autonomía y le obliga a permanecer postrada en una cama desde entonces. Sidonio Niño nació en Cantiveros en el año 1897. Ha pasado prácticamente toda su vida en este pueblo. Aunque en los últimos años su tiempo y su vida se reparte entre Cantiveros y Cisla, pueblos vecinos que se encuentran en plena Moraña, donde viven dos de sus hijas, Rosario e Hilaria. En estos meses vive en Cisla, en casa de su hija Hilaria, donde lo pudimos visitar.

Ha abandonada esta zona en contadas ocasiones. Una de ellas, cuando acudió a Málaga a hacer la mili. «Estuve en Málaga», recordaba Sidonio junto a otros detalles difíciles de entrelazar y entender. Su hija Hilaria salía al paso aclarando la circunstancia. «Hizo la Mili en Madrid, aunque después estuvo también en Málaga como estudiante de medicina. Este puesto lo consiguió por enchufe gracias a un teniente que estaba en casa de una tía mía que vivía en Madrid». Después aclaró el comentario que previamente había hecho su padre, cuando se refirió a otro amigo suyo del pueblo, que intentó que le cogieran también en Sanidad para hacer la Mili. Al final no pudo, «al no disponer del enchufe que tenía mi padre», apuntó Hilaria. «Sí echó el papel al cuartel, pero no le valió de nada», añadió con cierto orgullo Sidonio.

Recordaba también con nostalgia que le gustaba venir a Ávila el día de La Santa -15 de octubre-. «Cinco años estuve a ver a La Santa a Ávila. También iba al Cristo de los Pinares, en Nava de Arévalo». «Mi padre siempre estaba dispuesto a salir de casa, no así mi madre que le gustaba más no moverse del pueblo», interviene nuevamente Hilaria, su hija. En Ávila, sostiene el centenario, siempre acudía a comer los sabrosos callos que preparaban en El Rincón, que hoy todavía existe en la ciudad. «Siempre me daban callos. Estaban muy buenos». Sidonio ha trabajado en el campo toda su vi-



Sidonio nació en Cantiveros un mes de agosto de 1897. / ANTONIO BARTOLOME

● Cuatro novias ●

Cuando se le pregunta por sus novias a Sidonio se le encienden sus ojos azules -adulterados por la telilla que dejan las membranas de las cataratas- y se le ilumina una sonrisa en su cara. «No hable de esas cosas, Padre» -le recrimina con cierta resignación su hija Hilaria-. «Sí, cuatro he tenido: Una de Cantiveros, otra de El Ajo, otra de Mamblas y mi mujer, que era de Cabizuela». Se casó con Ángela Martín Carrero, cuando él tenía 30 años y ella 20. Juntos han vivido hasta que falleció Ángela, hace 20 años (tenía su mujer 77 y él 87). El matrimonio tuvo 4 hijos, 10 nietos y 12 biznietos. Sidonio se lleva muy bien con sus biznietos, aunque reconoce a regañadientes que solamente le besan cuando «les doy la propina». Les da cincuenta centimos de euro a cada uno de ellos. Él dice que les entrega cien pesetas, porque no ha llegado a entender el cambio de moneda y se quedó anclado en el sistema monetario anterior al actual europeo.



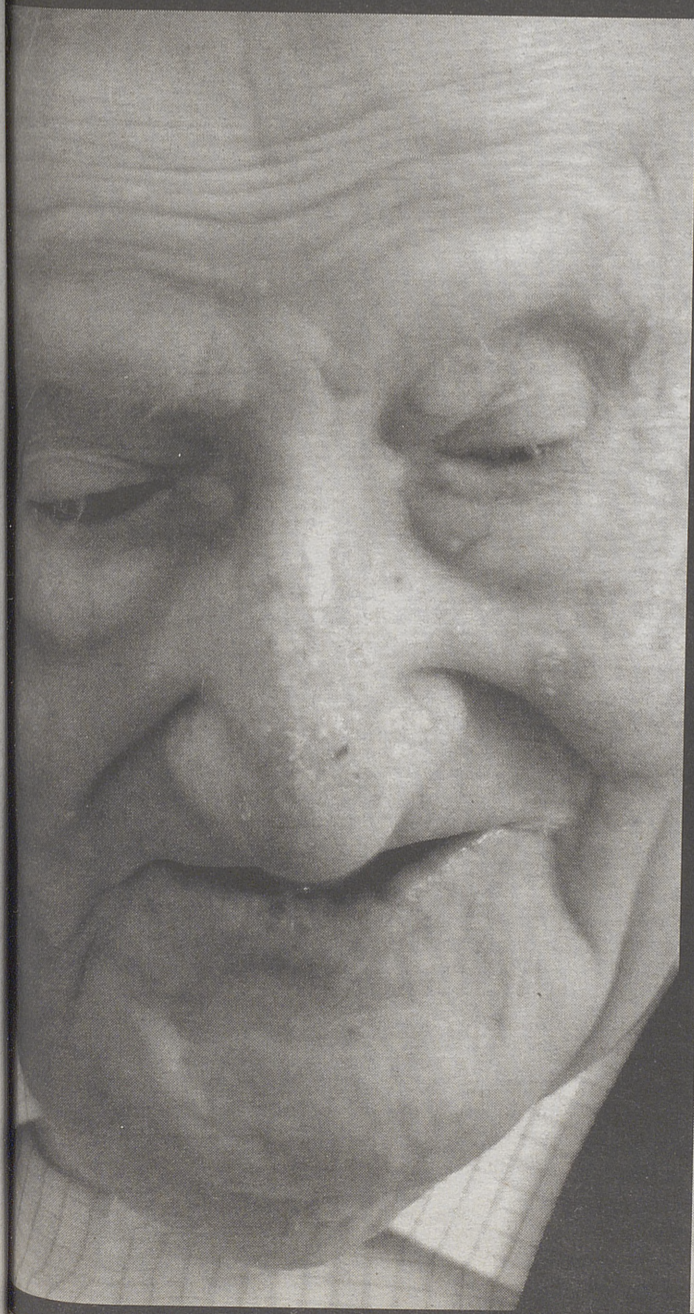
Fiesta familiar en el 107 cumpleaños de Sidonio.

da, pero a los 65 años se jubiló y ya no volvió a la labor, insistió Hilaria. Quiere decir con ello que lleva media vida -un total de 42 años- jubilado. Tiene buenos recuerdos de su trabajo en sus tierras. Aunque reconoce, con un cierto sarcasmo, que le hubiera gustado vivir ahora para poder trabajar en el campo con los medios que hoy se dispone. «Hoy no se trabaja, le suele decir a mi hijo, su nieto», recuerda también Hilaria, a lo que el centenario apostilla:

«Antes se trabajaba mucho, ahora no». «Me gustaba mucho el campo -prosigue afirmando Sidonio-. Iba a trabajar con el criado. Para recoger la cosecha tenía segadores. Me gustaba poco trillar porque me quedaba dormido enseguida y salían las mulas de la parva. Me gustaba más hacer las haces y cargar».

Tiene más recuerdos de sus años de mili en Málaga que de los años de la guerra. De esta época recuerda un episodio que le ocurrió en

Fontiveros y en el que debió de pasarlo mal. En plena guerra se desplazó a Fontiveros, donde fue capturado por un grupo de personas que no lo querían soltar al tener ideas políticas distintas. Pasó miedo, pues como reconoce, «sacaban a bastantes y luego los mataban en el pinar que hay según se va a Arévalo». Sidonio le pide al nuevo año poder llegar a vivir unos años más. «El médico me ha dicho que puedo llegar por lo menos hasta los 110 años. Van a ser muchos. No ve usted... Ya me tenía que haber ido... Yo estoy bien. El señor cura me ha dicho que también tengo que llegar...» Pero lo cierto es que en los últimos años su desgaste físico ha sido impresionante. Sus piernas no aguantan ya su peso y tiene que permanecer en silla de ruedas si quiere desplazarse de un lugar a otro de la casa y cuando hace buen tiempo le sacan a la puerta de cada, donde conversa con los vecinos. Pero en invierno la rutina diaria se hace más pesada: de la cama al asiento y viceversa, pues no puede leer ni ver la televisión. Una rutina que para las hijas que le cuidan se hace cada vez también más pesada, porque no pueden dejarle solo. A pesar de todo no ha perdido el apetito. «Aunque todo se lo tengo que pasar por la turmis», apostilla la hija. «A ver...», apostilla el anciano.



1. Sidonio aparece en esta fotografía con buena parte de su familia en la celebración de su 106 cumpleaños **2.** Una imagen de Sidonio, en cuyo rostro se hace visible el paso de los 107 años. Ahora permanece en un sillón la mayor parte de las horas del día. Las piernas ya no le responden y debe desplazarse en una silla de ruedas, ya que no puede caminar. **3.** Con su hija Hilaria en la casa de ésta en la localidad morańska de Císla, su otro pueblo, junto a Cantiveros, donde nació y donde ha vivido la mayor parte de su larga vida. Sobre la mesa se aprecian distintas publicaciones en la que ha aparecido su fotografía en los últimos cumpleaños que ha celebrado. Entre ellos, diversos números de *Diario de Ávila*, en la celebración de sus dos últimos cumpleaños. / ANTONIO BARTOLOMÉ

CRÓNICA

gráfica



**JUEVES
30**

Vuelta a casa. El verraco de Villanueva del Campillo volvió el jueves a la localidad donde fue encontrado. El toro, que pesa 8.500 kilos, fue colocado en una peana de la plaza para que, según el alcalde de este municipio, José María Martín Serrano, «pueda ser visto por todo el pueblo». Los miembros de la plataforma para la protección del Verraco de Villanueva habían protestado por esta ubicación, mientras que el regidor matizó que ésta será provisional, aunque es la mejor para el turismo. La decisión última se tomará en un futuro teniendo en cuenta sobre todo los deseos de los habitantes del pueblo. El toro vetón había estado expuesto con anterioridad en la Diputación de Ávila y el jueves, tras más de tres horas de montaje, regresó a la localidad de la que procede. /A. B.

SÁBADO

1

Año Nuevo. Miles de abulenses recibieron el año 2005 disfrutando de una larga Nochevieja que transcurrió con mucha alegría y sin incidentes importantes en las calles de la ciudad. Un total de 62 establecimientos -14 discotecas y 48 pubs, cafés y bares- recibieron para esta noche el permiso para celebrar los famosos cotillones en los que se pudo dar cabida a 13.026 personas. La niebla, como en los últimos días de diciembre, hizo su aparición en la última noche, el único obstáculo reseñable para que los quince minutos de fuegos artificiales no se vieran con la nitidez esperada y que tuvieron su punto de salida en la Plaza de Santa Teresa, un lugar al que se acercaron numerosos abulenses. /A. B.



DOMINGO

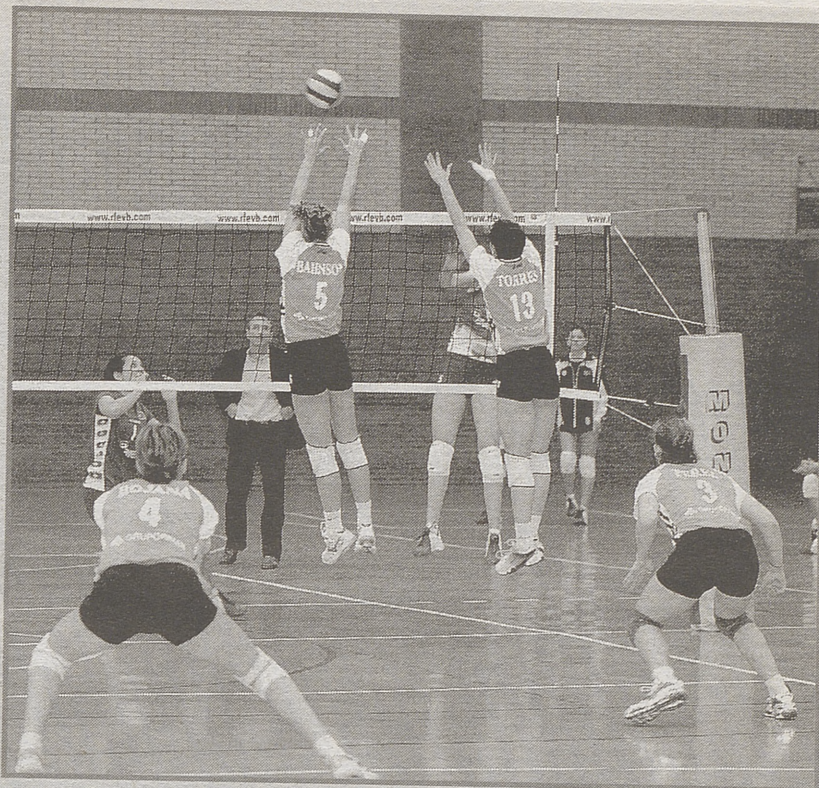
2

Remodelación. La remodelación del Paseo de San Roque será la actuación más importante que acometa el Área de Obras y Servicios Municipales del Ayuntamiento de Ávila en 2005. Las obras, para las que cuentan con una partida de 400.000 euros afectarán tanto al paseo como a la calle. De este modo, se ampliarán las aceras, se colocarán farolas y alcorques con árboles y también se procederá a realizar un cambio en el pavimento y a remodelar el talud que salva el desnivel existente en la calle. Esta actuación en el céntrico paseo es la primera que se realiza en 35 años. /A. BARTOLOMÉ

LUNES 3

Fiesta en el hielo.

La instalación de una pista de patinaje de 400 metros cuadrados en el Mercado Grande ha sido la principal novedad de la Navidad abulense y ha resultado ser un gran acierto del organizador, es decir, de Ávila Centro. En la jornada del domingo, en la que la entrada fue gratuita gracias al patrocinio del Ayuntamiento de la ciudad, la afluencia de patinadores fue ligeramente superior a los días previos. Además, las actividades se completaron con un cuento en la Casa de las Carnicerías y el concierto de la Banda de Música de Ávila. / ANTONIO BARTOLOMÉ



MARTES

4

Cambio de manos. Después de trece años en la Casa Social Católica, el equipo abulense de la Superliga Femenina saldrá de esta entidad para ser acogido por el Club Ávila Voley. Y es que tanto la Casa Social como el club citado han alcanzado ya un acuerdo para el traspaso del equipo. Ya en septiembre la Casa Social anunció que se desprendería del equipo antes de que finalizara la temporada puesto que no podía hacer frente a la importante deuda que había contraído y que estuvo a punto de impedir que el equipo saliera a competir. / DAVID CASTRO



MIÉRCOLES

5

Pinturas rupestres. La Dirección General de Patrimonio de la Junta de Castilla y León llevará a cabo las acciones necesarias para conservar las pinturas rupestres aparecidas la semana pasada en Muñopepe sin intervenir sobre ellas, aunque sí se colocarán paneles informativos. Estas manifestaciones artísticas fueron encontradas en un paraje denominado Canto del Cuervo y en una zona conocida como La Atalaya. / VÍCTOR JIMÉNEZ

JUEVES

6

Noche de Reyes. Pese a las bajas temperaturas registradas en los termómetros de la capital, miles de ciudadanos abulenses se echaron a la calle en la tarde de Reyes para disfrutar de la cabalgata, que formaban más de treinta carrozas y 250 figurantes, y que concluyó en la plaza del Mercado Chico con el tradicional mensaje navideño de Melchor, Gaspar y Baltasar desde el balcón del Consistorio. / D. C.

DISLUZ

diseño y luz

su gran tienda de iluminación

C/. Ntra. Sra. de Sonsoles, 32
Teléfono 920 35 27 80
e-mail: disluzavila@inicia.es
05002 Ávila

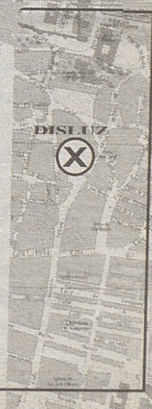
C/. Rancho, 7
Tel. y Fax 921 44 48 60
e-mail: disluz@inicia.es
40005 Segovia

Grandes
Ofertas
mes de
diciembre

10 15 20 y 25%
dto.

Busque su estrella y
anticípe a las rebajas

Solo existencias





Fachada del antiguo Seminario Conciliar, que fue reformado por el obispo Julián Gascueña a finales del siglo XVIII. / SONIA G.D.

Aquellos años en los que Ávila 'tocó fondo'

El paso del siglo XVIII al XIX fue convulso en una España que había perdido el rumbo y sus dirigentes daban bandazos hacia las grandes potencias y rivales que eran Francia e Inglaterra, sin perder el temor a los amenazadores movimientos revolucionarios. La sociedad abulense prácticamente tocó fondo y sus calles se despoblaron.

JUAN RUIZ-AYÚCAR

La muerte de Carlos III en 1788 y el acceso al trono de su hijo Carlos IV supuso el inicio de uno de los períodos más deprimentes de la historia de España, con el constante temor a las revoluciones populares, inspiradas en Francia, las interminables guerras en distintos bandos, la Hacienda pública sumida en una crisis absoluta y la población en claro retroceso y desfallecida. En tan desolador panorama social, necesitó para pleitos la sala de Hijosdalgos de la Real Chancillería de Valladolid comunicar el 14 de agosto de 1792 a Pedro Maroto y Mur, corregidor por designación real de Ávila y su jurisdicción, se proceda a la formación del padrón general y vecindario que demanda hacer, lo que sería remitido al órgano judicial solicitante ya entrado 1793. De su análisis, y sumando uno a uno, se constata que la ciudad de Ávila sólo tenía entonces

Ávila llegó a tener a mediados del XVIII **4.000 habitantes**, y tardó más de un siglo en recuperarse

1.446 vecinos, considerados como tales los *pater familiae*, cabezas de cada unidad familiar que representaban a una población que, en consecuencia, difícilmente superaría los 6.000 habitantes.

La nobleza con residencia en Ávila quedó reducida a una veintena de familias, en su mayor parte ajenas a los linajes que durante siglos dieron impulso a la ciudad. Sus descendientes conservaban a finales del siglo XVIII los palacios renacentistas intramuros, pero su sitio habitual estaba en la Corte, donde se ponían en juego sus in-

tereses. En la práctica, ningún propietario de los numerosos palacios que hoy son reclamo turístico de la ciudad residía en Ávila por aquellos años, ni estaba empadronado en ella. Técnicamente, no existían. Sus casas y sus tierras, sí.

No ocurría lo mismo con el clero regular y secular durante ese turbulento reinado entre Carlos IV y Fernando VII, ya que la relación de sus miembros incluidos en el padrón encargado por la Real Chancillería de Valladolid era mucho mayor que la resultante del recuento nobiliario. El resto de los habitantes de la ciudad estaba formado por pecheros, supervivientes a duras penas que se repartían por las seis cuadrillas de San Juan, San Pedro, La Trinidad, San Nicolás, San Esteban y San Andrés.

Como siempre había ocurrido, en la Cuadrilla de San Juan habitaba la mayor parte de los nobles

El estamento nobiliario desertaba de la ciudad y el clero se asentaba entre el pueblo llano

abulenses, empadronados o no en la ciudad. Entre los primeros, residía en la calle Caballeros Joaquín Collado y Berdugo, con 15 pecheros a su servicio. Ilustre vecino suyo era el corregidor de la ciudad Pedro Broto y Mur, y el Intendente por Su Majestad, Josef Pérez Quintana, además de otras veinte familias.

Junto a esta vía principal de la ciudad, en la llamada plazuela del Marqués (luego conocida como de Pedro Dávila o de la Fruta), la nobleza estaba representada por Santiago Agüero y por Joaquín Mi-

guel Agüero, éste último teniente de alférez mayor del Ayuntamiento de la ciudad. También en la plazuela del Marqués residía Manuel Galán y Campeche, con dignidad de Arcediano de Olmedo y canónigo de la Catedral de Ávila, que compartía sus aposentos con dos presbíteros y diez pecheros. Otras veinte familias completaban la vecindad en ese estratégico lugar.

En la calle del Carmen (hoy, Ramón y Cajal), que subía a la Rúa (Vallespín), tenía su casa Manuel Francisco de Llano, regidor perpetuo del Ayuntamiento abulense y vecino de una de las muchas viudas de abolengo que no salían habitualmente de Ávila. Tal era el caso de María de la Soledad Tello y Arce, viuda de Josef Mathías de Bullón, regidor perpetuo que fue de Ávila. Su esposa mantenía el ilustre solar familiar de la calle de la Rúa, conocido a nivel coloquial

como *Casa de la Bullona*. No lejos de allí, en la calle Andrín, (Reyes Católicos), habitaba Josefa de Valencia, vecina de los también nobles Gerónimo González de Muñana, Gaspar Dueñas y María Nicolasa de Dueñas.

Otra viuda aristócrata de esos difíciles años era Josefa Eugenia Marquartu, que tenía su casa en la calle de las Campanas (Sancho Dávila), mientras Domingo Marquartu lo hacía en la calle del Mortero, junto a la parroquia de San Pedro. Lejos de la ciudad amurallada vivía, en la ya inexistente ca-

María de la Soledad Tello dio nombre a la **Casa de la Bullona**, demolida para hacer los Juzgados

lle de Santa Ana, la noble viuda María Medinilla.

De vuelta a la ciudad histórica, encontramos a la nobleza asentada en una casa de la calle Pescadería (Tomás Luis de Victoria), donde pasaba sus días Josef Basabe y Azpegorta, y unos metros más abajo, en el mismo Mercado Chico, hacía lo propio Gertrudis de Azpegorta, viuda de Joaquín de Areche y Aguirre, rama esta última que ha mantenido sus rancias heredades en la misma plaza y en la calle Bracamonte hasta bien entrado el siglo XX. Al mismo tiempo, Francisco de Aguirre tenía su residencia familiar en la plazuela de San Gerónimo, junto a otros seis vecinos.

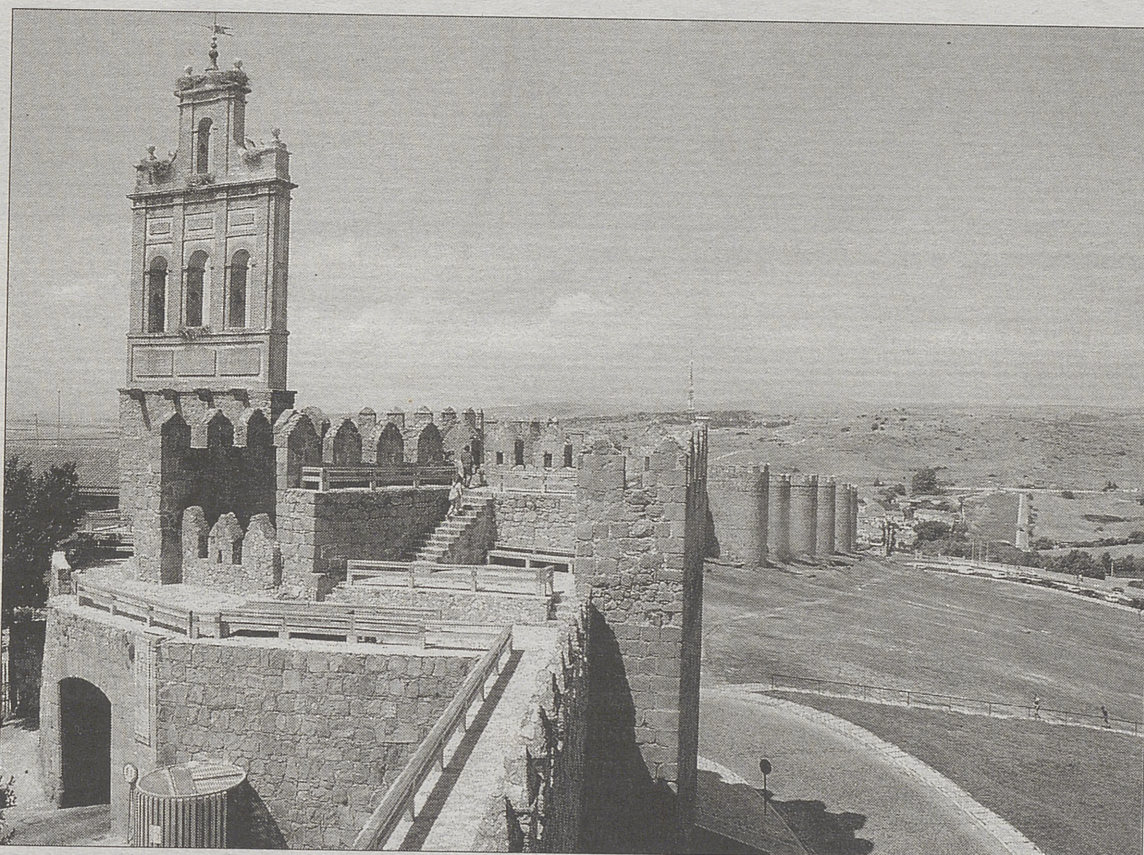
En torno a la iglesia de San Pedro, derivaban la calle del Pozo Amarillo, la Cuesta de los Azotados (hacia Santo Tomás), la plazuela a un costado de la parroquia de San Pedro, y la calle del Mortero, vía ésta donde tenían sus respectivas casas solariegas José de la Viñuela y el citado Domingo Marquartu. A dos pasos, recorriendo la calle Estrada, que reunía no más de diez vecinos, estaba la llamada Fuente Esquina, donde vivía el noble Antonio Lázaro de Izábal, y la plazuela de la iglesia parroquia que fue de Santo Tomé el Real, lugar de residencia de 25 familias, además de los aristócratas Nicolás Blázquez y Antonio Serrano de Rebenga, quienes bien conocían en la trasera calle de San Segundo al conde y notario Francisco de Requena y Ruiz Gomez.

En contra de lo que pudiera suponerse, no todos los miembros de la nobleza residían en el castillo roquero, también los había en la Cuadrilla de San Nicolás. Concretamente, en la calle Toledana tenía su casa Juan Francisco de la Serna, vía en la que se sucedían las viviendas de otros 27 vecinos, a los que se sumaban los 33 de la plaza del Rollo y los 87 de la calle Sexmo de San Pedro, una de las más pobladas de Ávila. En esta última, residían los nobles Juan Francisco Caprio Trespacios y el caballero de la Orden de Carlos III, Juan Francisco de Cossío Gomollón, antes de llegar a la plazuela de San Nicolás, circundada por las casas de 28 vecinos, y por los 36 que lo hacían en la calle Empedrada, que sube al recinto amurallado.

En el palacio de Blasco Núñez Vela, de la plazuela del convento de Santa Teresa, moraban los in-



La plazuela del Marqués. Conocida con el paso de los años como plazuela de la Fruta o de Pedro Dávila, la plazuela del Marqués siempre ha sido un lugar muy activo en la ciudad, presidido por el magnífico palacio de los Dávila, formado por tres edificios de diferentes épocas, pero perfectamente armónicos entre ellos, y éstos con el resto del lugar. Otras calles de la ciudad de antaño han perdido sus peculiares topónimos, como son ejemplos las calles de la Pena Gorda (en el barrio de las Vacas), Hancha de San Francisco, "la que baja de la Trinidad a Santo Tomás", la calle del Madero (en Santa Ana), "la que sube a los caños del Mercado Chico", "Detrás de la Capilla" y la del Medio Celemin, entre otras.



Espadaña del Carmen, levantada sobre las Murallas.

La calle del Puente era la más poblada de Ávila, con 147 familias, seguida del **Sexmo de San Pedro**, con 87

gleses Juan Berri y Carlos Milne (en documento muy posterior al padrón, conservado en el Archivo de Simancas, se habla de Jhon Berri y Tomás Milne), *directores de las Fábricas Reales de Algodones de la ciudad*, ubicadas junto al río Adaja. Otras cuatro vecinos estaban a su servicio en el mismo edificio.

El clero secular habitaba por regla general en el centro de la ciu-

dad, siempre cerca de la Catedral. El ya citado Arcediano de Olmedo, que vivía en la plazuela del Marqués, tenía como vecinos a los hermanos Antonio y Gerónimo de la Cuesta y Torre, arcediano el primero y canónigo penitenciario, el segundo, que compartían su casa en la calle de la Cuchillería, donde tenían como vecinas a otras 18 familias. A dos pasos de ellos, residía en el Palacio Episcopal el obispo Julián de Gascuña, que tantos disgustos y enfrentamientos tuvo con los hermanos de la Cuesta, destacados miembros del movimiento liberal emergente en la España de la ilustración a finales del siglo XVIII, al primero de los cuales se vio obligado a denunciar an-

te la Real Chancillería de Valladolid, originando una cadena de ruidosos pleitos con resultados diversos. Gascuña habitaba el palacio con su secretario y sobrino del mismo nombre y apellido, el mayordomo Victoriano de las Barcas y nueve personas a su servicio. Veinte vecinos tenían su vivienda en torno al recinto palaciego.

En la plazuela *enfrente de la Catedral* residían Josef Vicente de la Madrid, canónigo doctoral de ella, e Ignacio de la Madrid, racionero catedralicio, junto a 9 vecinos; mientras, en el cercano Palacio Viejo lo hacían otras seis familias.

El clero regular era muy numeroso, sobre todo el femenino, su-

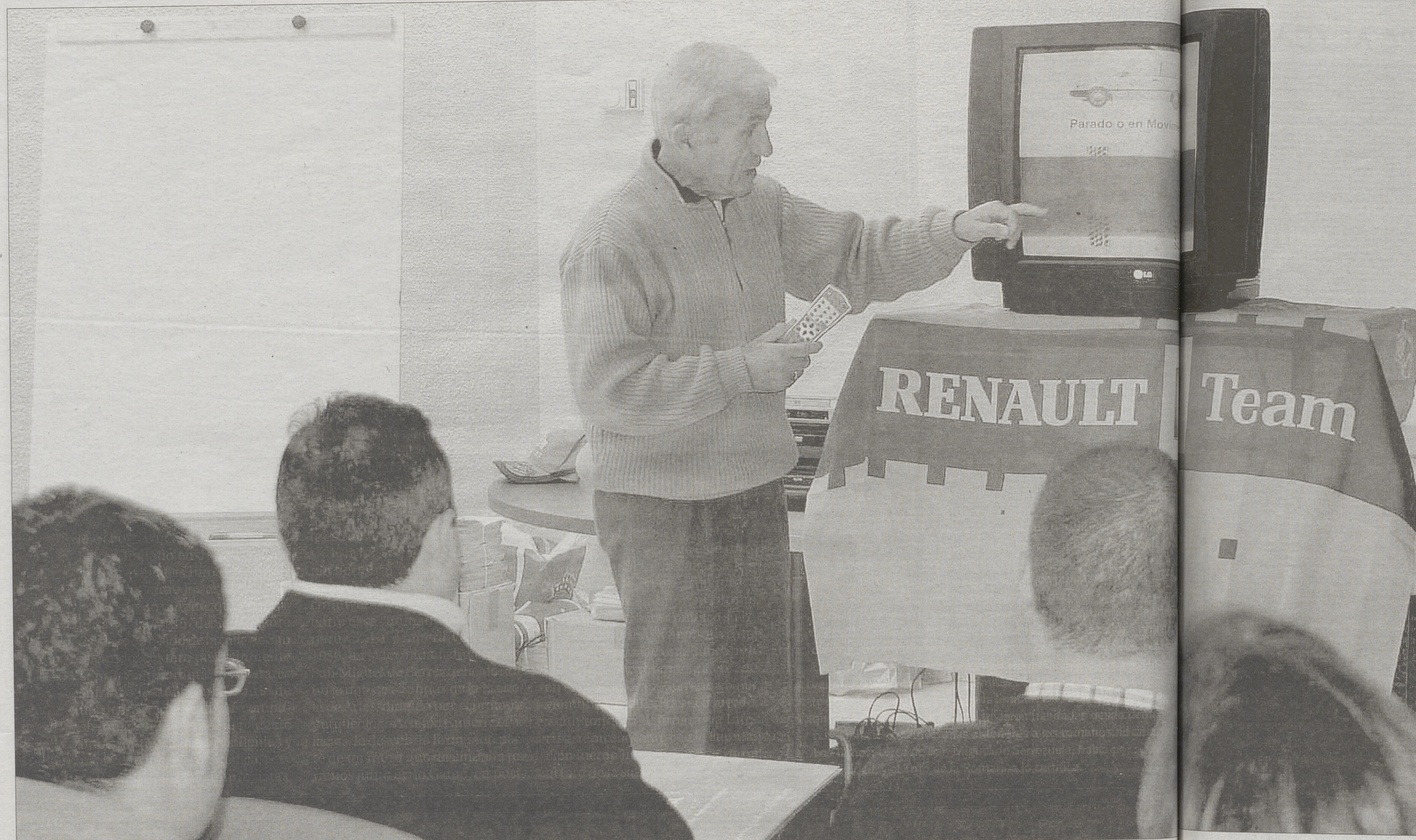
casi medio millar en los distintos conventos de la ciudad. En la plazuela del Convento se encontraban los carmelitas descalzos, aunque la entrada se hacía por la calle del Cazo, justo detrás, donde se recogían 36 religiosos de misa y cuatro legos. El resto de los edificios de la plazuela estaban habitados por diez vecinos.

En el convento del Carmen Calzado eran 18 los religiosos de misa, tres legos y un donado, mientras en la capilla de Mosén Rubí había cinco donados y siete donadas. El Colegio de San Jerónimo lo ocupaban 22 religiosos de misa, y en La Antigua tan sólo tres.

El monasterio de Santo Tomás era el más numeroso entre los abulenses; en él había 38 frailes, cinco legos y cuatro donados sin profesar, al tiempo que en el vecino convento de Sancti Spiritus, los religiosos de misa eran siete, además de once colegiales.

Los dos conventos de frailes que completaban la relación eran los franciscanos de San Francisco de Asís, que sumaban 31 religiosos, cuatro novicios y nueve legos, siendo 29 los religiosos de San Antonio de Padua, más cinco legos y tres donados.

El clero regular femenino tenía amplia representación en Ávila, donde existían siete conventos: Santa Ana tenía 30 monjas y nueve criadas; en Las Gordillas eran 30 monjas, pero con cuatro criadas menos; en La Encarnación, eran 24 las monjas y cuatro las criadas; en La Concepción, 18 monjas y tres criadas. Mejor atendidas estaban las 14 monjas de Santa Catalina, que tenían una criada para cada una. Distintos a los citados eran los conventos de Nuestra Señora de Gracia y de San José, donde había respectivamente 25 y 18 monjas, pero sin criadas que interrumpieran sus oraciones.



Paco Costas imparte una clase de perfeccionamiento de la conducción en León. / PEIO GARCÍA

Conducir con la cabeza

Abre sus puertas en León la Escuela de Conducción TCS Noroeste, el primer centro de la región destinado a mejorar los conocimientos y la capacidad de reacción de los conductores ante situaciones de riesgo o imprevistas

ELENA FERNÁNDEZ (ICAL)

El área deportiva del barrio de Puente Castro de la capital leonesa es el espacio elegido para desarrollar la actividad de la Escuela TCS (Técnicas de Conducción de Seguridad) Noroeste, el primer centro de la región destinado a mejorar los conocimientos y la capacidad de reacción de los conductores ante situaciones de riesgo o imprevistas.

Para sacar adelante esta iniciativa los promotores cuentan con la amplia trayectoria profesional que aporta el especialista en conducción especial, José María Infante Moratilla, y con la veterania y experiencia de Paco Costas, el hombre que —entre otras muchas aportaciones y facetas en este terreno— enseñó a miles de conductores españoles cómo mejorar su manejo del vehículo en el programa televisivo *La segunda oportunidad*. La Escuela TCS, con el apoyo del Ayuntamiento de la capital y de Renault, ofrece cursos intensivos de un día de duración en los que se combinan las clases teóricas a cargo de Paco Costas con prácticas en pista dirigidas por José María Infante. Ambos conside-

ran que las nociones que se ofrecen son recomendables para conductores de cualquier edad que quieran aprender.

A través de un completo programa que va desde el conocimiento de los elementos de nuevas tecnologías que llevan incorporados los vehículos hasta el estudio de los frenos y la estabilización del coche, el alumno descubre información que reconoce como útil o imprescindible para conducir adecuadamente.

«He comprobado que todos ponen mucho interés, incluso los

que saben porque de repente ven cosas que no podían concebir anteriormente como que no manejan bien el volante o no se sientan bien, o que las técnicas de frenado han cambiado», explica Paco Costas. «Hay cosas que han oído y a las que no le han dado mucho crédito y se dan cuenta de que no es teoría», afirma y reconoce, después de superados los 70 años de existencia, que «uno vive acumulando conocimientos casi a diario en el automóvil y en la actitud de las personas».

José María Infante cree que lo más importante que se enseña en los cursos es «aprender a respetarse a sí mismo porque todos sabemos conducir pero nos damos cuenta de que tenemos que respetarnos más y también al coche». Una conclusión que invita a la reflexión y que complementa las enseñanzas menos filosóficas sobre frenadas de emergencia, virajes, derrapes o pérdidas de adherencia, responsables éstas últimas de la cuarta parte de los accidentes que se producen, según las estadísticas.

«La gente toma conciencia, se da cuenta, sabe que ha aprendido algo, es más consciente», afirma Paco Costas cuando se refiere a las conclusiones de los alumnos al margen de las técnicas aprendidas y los consejos escuchados. «Antes confiaban en su habilidad o en las condiciones del vehículo

y luego se dan cuenta, por ejemplo, de que las ruedas no tienen dibujo. La gente sale más imbuida de su responsabilidad», matiza.

MUJERES AL VOLANTE. Paco Costas da por sentado que el interés de los hombres por los coches es algo prácticamente genético porque «una niña pequeña no le preocupa cómo funciona una locomotora y a un chaval sí», pero afirma que «es mentira que las mujeres conduzcan peor que los hombres» y recuerda que está comprobado que «va uno más seguro conduciendo con una mujer al volante porque no se va a poner a echar carreras». Además destaca que son menos agresivas. «En los cursos empiezan de forma más prudente, son más eclécticas, eligen, comienzan despacio y acaban yendo más deprisa y haciéndolo mejor que los hombres» comenta.

La opinión de Infante no se aleja de la de su compañero. «La mujer es más noble en la conducción y lo que quiere es aprender a conducir mientras el hombre va haciendo un credo», apunta. Considera en definitiva que el género masculino plantea frente a la conducción «un afán de demostrar a los demás que eres algo y que por el contrario las mujeres quieren disfrutar de lo que tienen y sacarle partido».

Una de las manías o defectos de los conductores —principalmente los hombres, según Costas— que son un poco «echados para delante». Los accidentes de tráfico que José María Infante define como «la mayor plaga de muertos que existe en el planeta» arrojan escalofriantes cifras de víctimas. Para acabar con ellos «habría que cambiar el género humano porque somos los responsables», según Paco Costas quien aboga por aumentar la vigilancia y el castigo. «Primero informar y enseñar pero una vez superado eso si la gente no respeta a los demás, el castigo, porque está comprobado que donde más severa es la Ley hay menos accidentes», apunta con rotundidad.

La palabra clave a la hora de ponerse al volante es tanto para Infante como para Costas la concentración. «Conducir es una cosa muy seria, si no vas muy atento te juegas la vida», recuerda Costas y su compañero añade: «Si quieres conducir, olvídate de lo demás, sólo conduce, no hagas tres cosas a la vez».

Por eso consideran peligrosos tanto el teléfono móvil como otros accesorios que se incluyen en algunos automóviles en los que hasta puedes ver la televisión. Hacer uso de elementos que supongan una inevitable distracción, algo que también provocan las conversaciones con los acom-



José María Infante y Salvador Navarro imparten clases prácticas de perfeccionamiento de la conducción en León. / P. G.



Los accidentes de tráfico se cobraron el pasado año en la región la vida de 374 personas. / VICENTE

pañantes, les parece un «auténtico disparate».

Respecto a la implantación del carné de conducir por puntos en España considera que «si se hace bien la gente se va a poner las pilas» pero no oculta sus reticencias al respecto. «La idea es buena pero no va a controlar en la carretera». Costas se muestra partidario de que se enseñe Educación vial en las escuelas y de que cada ocho o diez años los conductores se reciclen. Sobre la forma de conducir en función de la edad señala

que las personas más maduras asumen menos riesgos y los conductores recientes son más prudentes. Los jóvenes sobrevaloran sus habilidades y asumen riesgos. Una realidad que tiene un dramático reflejo en las estadísticas ya que 2.500 jóvenes de entre 18 y 25 años pierden la vida en nuestro país a causa de accidentes de tráfico. «Es la muerte más estúpida que puede uno concebir, hay que pensárselo un poco jovencita», concluye.

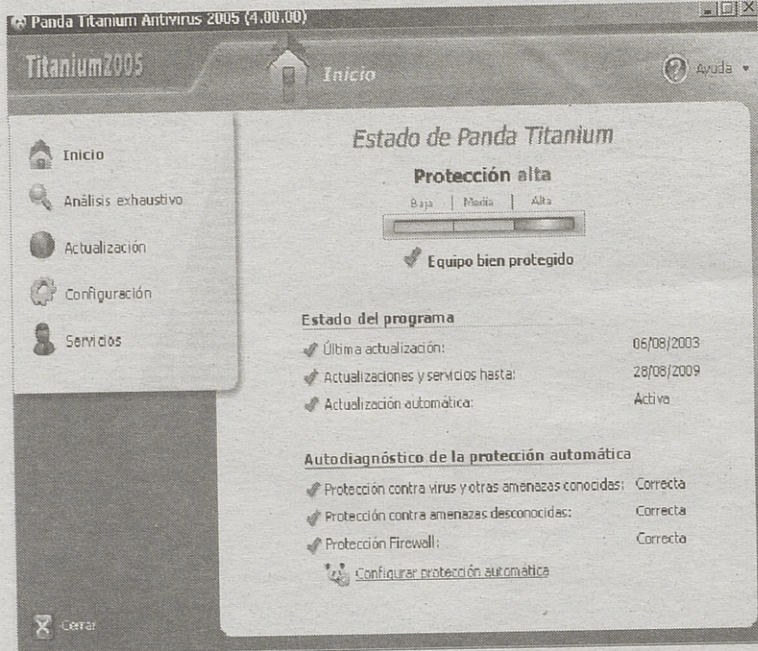
que las personas más maduras asumen menos riesgos y los conductores recientes son más prudentes. Los jóvenes sobrevaloran sus habilidades y asumen riesgos. Una realidad que tiene un dramático reflejo en las estadísticas ya que 2.500 jóvenes de entre 18 y 25 años pierden la vida en nuestro país a causa de accidentes de tráfico. «Es la muerte más estúpida que puede uno concebir, hay que pensárselo un poco jovencita», concluye.

•Mortalidad•

Las carreteras de Castilla y León se cobraron la vida de 374 personas durante el año pasado en 313 accidentes mortales, según las estadísticas facilitadas hoy por la Dirección General de Tráfico. Estos datos suponen una reducción del 9,7 por ciento en la cifra de fallecimientos y de un 11,1 en el número de siniestros en comparación con 2003, cuando fueron 414 muertes en 352 accidentes. A pesar de esta disminución, las cifras son inferiores a las nacionales, ya que el número de muertos se redujo un 12,7 por ciento y el de accidentes un 11,8 por ciento. En total, en el conjunto de comunidades autónomas se registraron el año pasado un total de 3.038 siniestros mortales, en los que se contabilizaron 3.516 fallecimientos y 1.619 heridos graves. Son las cifras más bajas desde al menos 1.980. Entre los accidentes de tráfico más graves registrados en la región durante el año pasado se encuentra el ocurrido en Martín de Yeltes (Salamanca). Seis jóvenes de entre 17 y 21 años fallecieron al arrollar un tren el turismo en el que viajaban. El suceso ocurrió en torno a las 7.30 horas del 9 de abril. También jóvenes, menores de 25 años, eran los cuatro fallecidos de un accidente ocurrido en Galende (Zamora), al incendiarse un turismo tras volcar.

Protegiendo el Pc con Titanium 2005

Panda ofrece máxima eficacia contra todo tipo de ataques



El nuevo Panda Titanium Antivirus 2005 ofrece a los usuarios una mayor protección contra todo tipo de ataques. En esta versión incorpora también la tecnología TruPrevent. En los antivirus convencionales, los virus que se localizan deben estar en la base de datos del propio antivirus para poder «ficharlos»; esta es una de las razones de que los antivirus necesiten estar actualizándose constantemente. Sin embargo, desde que surge un virus hasta que la «vacuna» contra el mismo está disponible tienen que pasar varias horas. El problema surge cuando muchos de los virus de última gene-

ración como Sasser, Netsky o MyDoom se propagan de forma masiva y casi instantáneamente infectando a miles de ordenadores aunque tengan antivirus ya que no son detectados al no estar en su base de datos. Gracias a las nuevas tecnologías TruPrevent de Panda, los virus desconocidos son bloqueados automáticamente.

Tanto en este como en otros de los nuevos productos de esta compañía antivirus española, también las intrusiones de piratas informáticos pueden ser bloqueadas gracias a la tecnología firewall. En el caso de Titanium Antivirus 2005 lo mismo ocurre con otras amenazas

como el spyware (programas que espían el comportamiento en Internet para después enviar publicidad de forma masiva, e incluso robar la información confidencial).

Titanium 2005 se actualiza automáticamente sin necesidad de estar pendientes de ello, mientras se está conectado a internet. También los recursos del sistema han sido optimizados para facilitar su uso sin interferir apenas en el rendimiento, así como el entorno, con diseño amigable e intuitivo, actualizaciones automáticas, informes

muy claros sobre los análisis realizados y las acciones tomadas, etc. También es posible estar informado constantemente sobre los nuevos virus y amenazas

que aparecen en Internet, ya que con Titanium 2005 la información se muestra directamente en el escritorio del Pc, con todos los detalles necesarios para estar siempre al día y bien

protegido. El antivirus mencionado incluye, sin coste adicional, soporte técnico 24 horas vía e-mail y web, durante un año.

www.pandasoftware.es

TruPrevent

Emplea tecnología punta para detener ataques de virus y hackers



KOF 2000 y 2001

Juego de lucha, disponible para Play Station2 y Xbox

VIRGIN Play distribuye este juego. Diseñado con la base del anterior King of fighters'99, ahora ofrece una mejor jugabilidad junto con la introducción de los personajes *Active Striker*, añadiendo así una dimensión más activa y una estrategia extra. Este título es

también la suma de todos los juegos SNK con la aparición de varios favoritos de títulos anteriores como los personajes *Another Striker*. La historia se argumenta en que ha pasado ya tiempo desde que la existencia de un misterioso sindicato secreto NESTS fuese sacado a

la luz. Sin embargo, desde entonces, su presencia continúa siendo un misterio y mantienen sus actividades bajo secreto.

Mientras tanto, en contraste de la aparente falta de acción de NESTS, un incremento de actividades terroristas acontecen en el mundo. Heidern y su banda de mercenarios están descubriendo quiénes son los causantes y comienzan rápidamente su búsqueda, pero cuando están dedicados a ello les envían las invitaciones para el último torneo de KOF, que no podrán rechazar.

En el KOF 2001 se permite crear equipos novedosos gracias al sistema Táctico 4-4, e introduce un nuevo sistema de ataque extra... Durante KOF 2000 una ciudad entera fue sacada de la tierra utilizando un arma satélite, el cañón cero. Curiosamente, el comienzo del torneo coincide siempre con algún tipo de accidente catastrófico; ahora por fin, este torneo acabará...

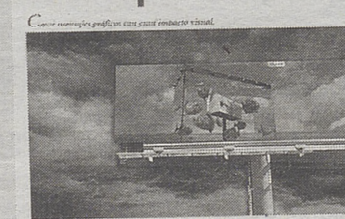


EL LIBRO DE LA SEMANA

El diseño en la publicidad

Edita: Anaya Multimedia
Págs.: 320. Tema: Diseño Gráfico
Usuario: Medio - avanzado
www.AnayaMultimedia.es

El diseño en la publicidad



ANAYA
DISEÑO Y CREATIVIDAD

LA publicidad es un espejo en el que se reflejan las tendencias del mundo real. Encontrar las soluciones efectivas para transmitir una idea y establecer la comunicación visual con futuros clientes es el sueño de todo publicista. Este libro de Robin Landa, y presentado por

Anaya, es una brillante introducción al proceso existente tras la publicidad. En él el lector encontrará algunas de las bases del diseño y de la historia de la publicidad. Puede ser usado como una útil herramienta y analizando las imágenes se podrá ir más allá de las opciones de diseño más elementales y encontrar una excelente idea final.

Este volumen realizado a todo color, muestra una excelente visión de la creación de anuncios, mostrando cientos de imágenes, y ofrece una selección del desarrollo de anuncios de éxito para diferentes medios como prensa, televisión e internet. Además incluye entrevistas a reconocidos directores de publicidad. Entre los temas principales que podemos encontrar: Breve historia de la publicidad, estructura, estrategia y proyecto creativo, bases del pensamiento crítico, tipos de anuncios, impacto gráfico, tipografía expresiva...

PC ACTUAL

Edita: vnu business publications
Páginas: 224
Contiene dos cds con programas, demos y especial sobre seguridad



La fotografía digital destaca en la primera portada del 2005 de Pc Actual. En el interior se analizan 18 modelos de cámaras digitales de 4 megapíxeles y ofrecen los mejores consejos para realizar una buena compra y crear instantáneas correctas.

En el apartado de Actualidad, la venta de la división de Pcs de IBM a Lenovo, o la seguridad en los móviles, entre otros temas. El laboratorio de PCA chequea 20 nuevos productos de todo tipo; además tablas comparativas de 10 placas bases con los últimos chips, 10 portátiles ultraligeros, 15 pantallas planas, así como 15 reproductores multimedia. En Pc Práctico, trucos y microconsultas, segunda parte del curso de linux, solucionar problemas con el P2P o crear una videoteca en DVD.

También el ocio digital tiene un buen apartado en la revista de este mes; entre otras muchas cosas: Reproductores DVD con disco duro, informe sobre La Batalla por la Tierra Media, Metroid Prime 2: Echoes, Eye, Toy Play 2, etc. También Agenda, club Pc Actual y zona de descargas.

Los 2 Cds que adjuntan este mes, repletos de programas completos, otros de evaluación, y 50 utilidades imprescindibles para el 2005.

MUNDO CURIOSO, DESCONOCIDO, Y MISTERIOSO

POR VICENTE GARCÍA GARCÍA

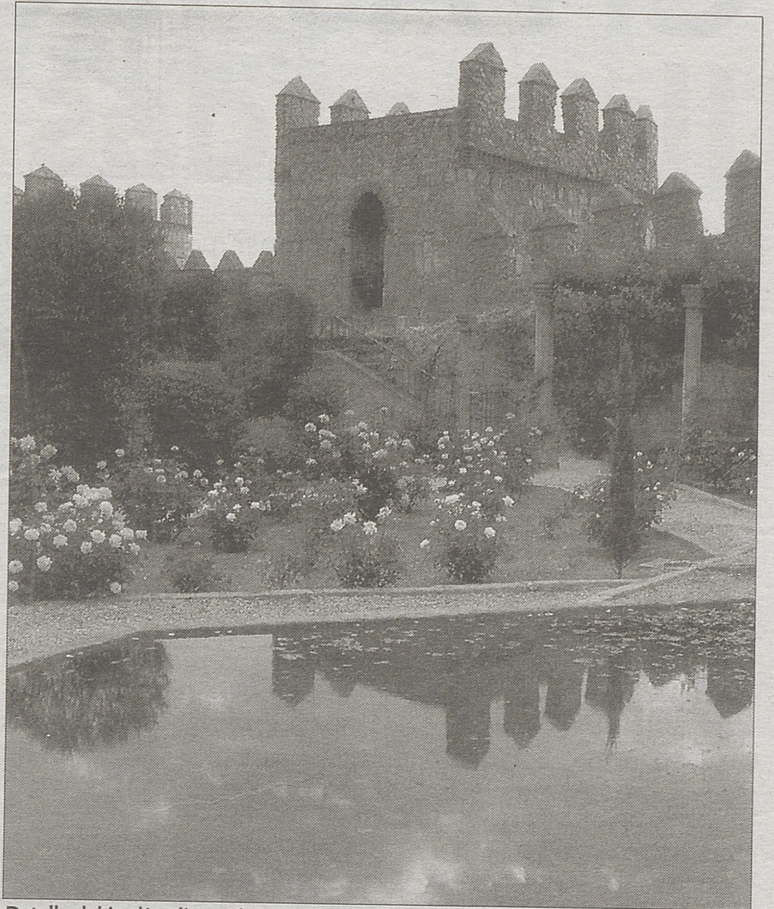
Los jardines secretos de España

Ávila, presente en este interesante monográfico de Blume



Eduardo Mencos, paisajista y fotógrafo, nos ofrece los jardines secretos más interesantes de España: reclusos rincones de famosos jardines como La Alhambra, o jardines privados anteriormente mostrados sólo a unos pocos privilegiados...

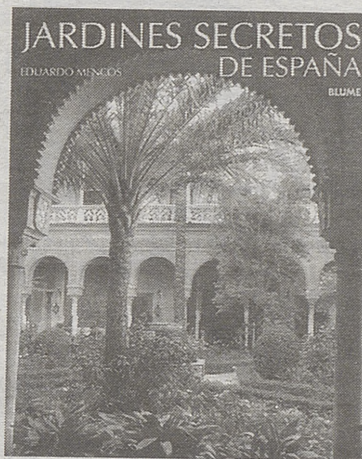
Utilizando como base las conversaciones mantenidas con los propietarios y diseñadores, el autor describe en este volumen diversos jardines de la península y sus islas, abarcando desde las suaves y lluviosas colinas de Galicia con sus tonalidades verdes, hasta la negra tierra volcánica del Archipiélago Canario. A través de estas páginas podremos encontrar jardines históricos y contemporáneos, grandes y pequeños, un parterre formal del siglo XIX en plena Rioja, un oasis verde en Barcelo-



Detalle del jardín, diseñado por Winthuysen. Fotos: EDUARDO MENCOS

LOS jardines, en ocasiones, son mucho más que simples espacios estéticos donde los vegetales son meros protagonistas. En nuestro país existen lugares privilegiados, rincones que encierran algo más profundo que un simple diseño más o menos atractivo, o un entramado de ramas, árboles y arbustos que son tan sólo elementos decorativos. Muchos de estos lugares esconden en su interior

verdaderos misterios y rincones que ocultan algo mágico en sus entrañas. Esculturas misteriosas, diseños sugerentes del pasado, presente, y a veces futuristas, que transmiten al observador sensaciones difíciles de describir. Muchos de estos jardines son privados y vetados a la observación del turista o visitante ocasional; ahora con esta edición de Blume, a través de sus páginas, el autor



na, o un jardín mágico en pleno casco histórico de Ávila, nuestra ciudad amurallada. El detallado y esmerado análisis, ilustrado con 250 fotografías del propio autor, proporciona una exquisita guía reflejo de la belleza y diversidad de los jardines españoles, además de constituir un estudio ricamente informativo sobre un tema fascinante y poco explorado hasta ahora. Eduardo Mencos es, además de director de cine y escritor,

un fogógrafo de reconocido talento y diseñador de jardines. La pasión que siente por estos lugares se remonta a los primeros años de su infancia, cuando su abuela, la marquesa de Casa Valdés, quien escribió un libro clásico sobre el tema, le introdujo en los grandes jardines españoles.

► También Ávila

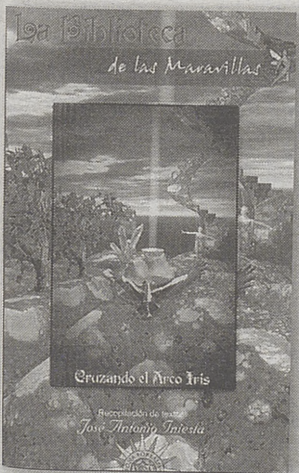
El jardín de San Segundo, de propiedad particular, nos muestra su misterio y encanto.

Autor de dos libros de fotografías, sus imágenes también han ilustrado conocidas revistas de varios países.

■ PUBLICACIONES RELACIONADAS CON CURIOSIDADES, MISTERIOS, ENIGMAS, AVENTURAS...

Cruzando el arco iris

La biblioteca de las maravillas



cer libro de «La biblioteca de las maravillas», se transforma en un puente para pasar al otro lado de este arco iris de nuestros sueños, de nuestros anhelos más profundos, de todo aquello que el ser humano ha buscado comprender desde siempre.

La palabra cuya esencia es luz y espiritualidad, proveniente de distintos lugares del mundo, surge de estas páginas, donde los lectores pueden acceder al conocimiento ancestral, a las creencias de diferentes culturas, a los profundos secretos guardados por antiguas escuelas iniciáticas. Esta recopilación de textos ha sido realizada por José Antonio Iniesta, viajero infatigable, que ha dedicado gran parte de su vida a recorrer distintos países en busca de las míticas ciudades de luz, centros sagrados y lugares de poder.

EDITA: CORONA BOREALIS.

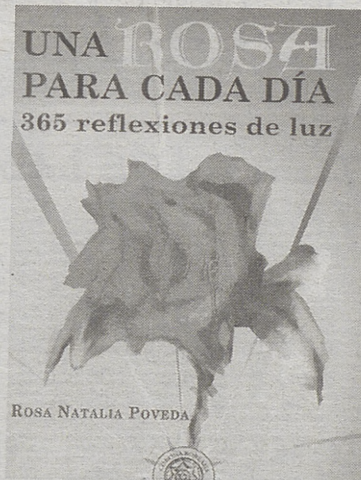
365 reflexiones de luz

Una rosa para cada día

ROSALIA Natalia Poveda nació en Madrid. es acupuntora, terapeuta en regresiones y astróloga kármica. Su gran ocupación ha sido siempre descubrir y trabajar las diferentes técnicas que puedan ayudar a sanar y unificar las partes escindidas de cada alma, de tal forma que aprendan a amarse y aceptarse por el simple hecho de ser como son.

Desde hace diez años dedica gran parte de su vida a transmitir la esperanza de que no estamos solos en el Universo...

Con este libro nos invita a leer cada una de sus reflexiones diarias, siempre cargadas de luz y sabiduría, para que nos contagiemos de su energía y su alegría de vivir. Haciendo un juego de palabras con su nombre, nos propone recoger una «rosa» para cada día, tanto para los días excelentes como para los deprimen-



tes, los eufóricos, los plumizos, los nefastos, los festivos, los joviales y hasta para los del cumpleaños.

Para todos hay una frase oportuna, una especie de ventanilla que nos hace respirar aire puro. Todos hay que vivirlos como

si cada uno fuera una fiesta de cumpleaños, o mejor aún, como nos propone Alicia en el País de las Maravillas, cada día debería ser un «no cumpleaños» que debemos celebrar también.

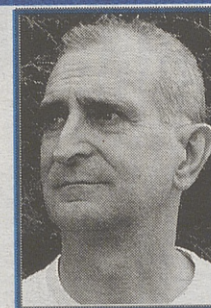
Día a día, comenzando por el uno de enero, en el que el espíritu es el protagonista de sus pensamientos: párrafos sobre la vida, la preocupación, la sintonía, nuevas oportunidades, circunstancias, la vida es bella, soledad, palabras, apariencias, el juego de la vida, actitudes, alejamiento, magia, amanecer... Palabras sugerentes y frases y pensamientos profundos. Cada capítulo de este libro es una afirmación para mejorar nuestra vida. Su lectura sosegada nos invita a reflexionar sobre nuestra existencia, sobre esta experiencia única y maravillosa que llamamos vivir.

EDITA: CORONA BOREALIS.

UNA mítica leyenda de cuento de hadas nos indica que al pie del arco iris se encuentra una jolla de oro. El arco iris se convierte, por su inaccesibilidad, en un símbolo de lo inalcanzable, como lo es el tesoro que guarda en su seno. «Cruzando el arco iris», ter-

CITAS ILUSTRES

Ilustradas



Texto: José Luis Serna
Dibujo: PPT

Pero entonces, ¿hay Dios, o no hay Dios?, preguntó uno de los veinticinco mocosos de primer curso a su profesor de religión, el padre Teófilo. Los mocosos son un grupo de chavales que navegan en el agitado mar de los once y doce años, que estudian en un colegio privado de confesión católica y que asisten a la clase de religión, una de las asignaturas que consideran fáciles de aprobar con poco esfuerzo, junto a la Educación Física.

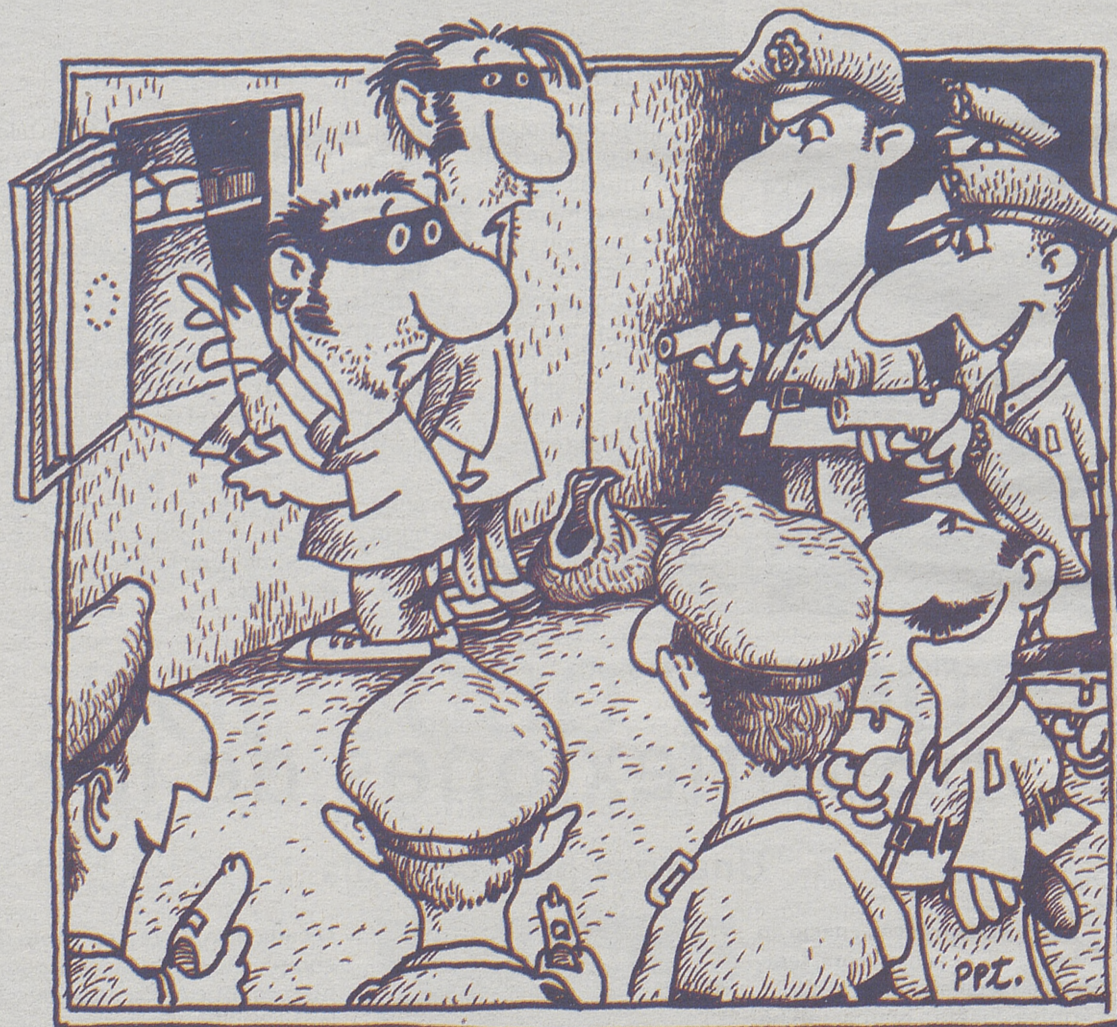
El padre Teófilo es un hombre de treinta y pocos años al que le hubiera gustado estar en cualquier parte del mundo, siempre que estuviera alejada de España, ocupándose en atender a personas marginadas, a pobres, a enfermos, a niños hambrientos de cultura y no a mozalbetes de clase alta, hijos de papá, que obtendrán, con poco esfuerzo, el título de niños buenos en un colegio elitista. Teófilo es

un hombre comprometido en su alma con los lejanos desfavorecidos pero que, poco después de consagrarse al sacerdocio tuvo que comprometerse con su presencia, al ser único hijo, a cuidar de una desfavorecida muy cercana, su madre, afectada por el mal de Alzheimer. Sus superiores creyeron conveniente que simultaneara las tareas de hijo responsable con las de profesor de filosofía y religión en el colegio que la congregación a la que pertenece tiene en la localidad de residencia de su madre. Y así lo hizo hasta que unos años más tarde la enferma murió, entonces solicitó ser trasladado a Colombia donde podría realizar sus sueños solidarios, pero fue denegada la petición fundamentándola en la mayor necesidad que allí tenían de un sacerdote joven como él, algo completamente cierto debido a la escasez de vocaciones que en los últimos años reina en

los seminarios españoles. Allí, en la opulencia del colegio sus carnes se iban ablandando y su mente retorciendo. No veía en su labor docente ni eficacia, ni sentido, no comprendía por qué desaprovechaban su conocimientos y su empuje en alumnos que todo lo tenían, no entendía por qué le mandaban echar agua al río con la falta que hacía en las tierras secas.

La verdad es que el concepto de Dios es difícil explicarlo, hijo mío, sobre todo a personas como vosotros, dijo el padre Teófilo con un gesto entre trascendente y cansado. Si Dios existe, desde luego que no es una persona anciana de grandes barbas blancas dedicada a premiar a unos y castigar a otros, eso es una tontería. Si Dios existe, no está para decir que el sexo es malo y determinadas guerras buenas, para eso ya están los políticos de Estados Unidos. Si Dios existe no está al final del camino para abrazar a todos aquellos que han seguido las normas de la Iglesia y repudiar a los que las han trasguedado. Si Dios existe está en la belleza de las cosas, en la sinfonía del viento, en la tibia luz del sol de una mañana helada, en la armonía de las estrellas, en el misterio del funcionamiento de un cuerpo vivo, en la caricia a un viejo solitario, en el lugar donde se guarda la bondad de los humanos, si Dios existe está cerca de la música de Bach.

Los alumnos no entendieron nada y salieron de la clase un tanto asustados exclamando que «el de reli» había dicho que Dios no existía. Los padres de los mocosos elevaron sus protestas a la dirección y el padre Teófilo, tras largas deliberaciones, fue apartado de la docencia directa y enviado como párroco a tres pueblos semidesiertos en el corazón del frío castellano. El pobre Teófilo no fue castigado por pensar de una forma tan alejada de la norma reglamentaria, sino por expresar su pensamiento en el lugar inadecuado. El pobre padre Teófilo nunca conoció Colombia.



LA LEY NO CASTIGA A LOS LADRONES MÁS QUE CUANDO ROBAN MAL. (BALZAC)

Honoré de Balzac (1799-1850)

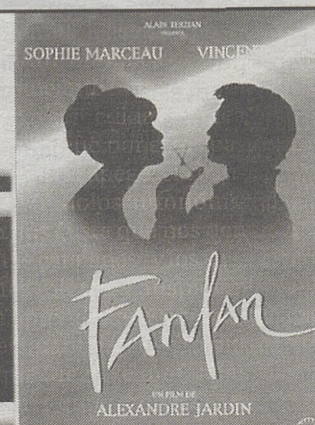
Cursó estudios de derecho en París trabajó de pasante de notario, aunque lo abandonó para dedicarse a la literatura. Entre 1822 y 1825 publicó una serie de novelas que firmó con el seudónimo la heredera de Birague, Jean Luis. Hasta 1829 no apareció su primera novela, El último Chuán, esta obra y Fisiología del matrimonio, marcan el inicio de la popularidad de Balzac. Desde este momento hasta su muerte escribió incesantemente hasta crear un monumental panorama histórico social de la Francia de su tiempo, al que dio el título global de La comedia Humana. Rasgos característicos de Balzac son una extraordinaria originalidad, una visión patética y a veces trágica de la existencia humana y un sentido realista y lúcido.

FANFAN

SOPHIE MARCEAU VINCENT PEREZ

COMEDIA

A los 25 años Alexandre conoce a Fanfan, y la atracción entre ambos es mutua. Por miedo a romper su estable relación con su novia Laure, él decide no alimentar el deseo que Fanfan le inspira. Ella, sin embargo, está dispuesta a arriesgarlo todo para conseguir el amor de Alexandre.



HOY a las
22:00 horas
en

