

AQUÍ en València área metropolitana

Periódico de información local, mensual y gratuito - Síguenos a diario en www.aquienvalencia.com

«Odio la guerra, ya que sólo un soldado que la ha vivido es el único que ha visto su brutalidad, su inutilidad, su estupidez» Dwight D. Eisenhower (presidente de los EE.UU.)



Pasión por la profesión

Pág. 29

Historia



De almacén de grano a explanada de ocio. Pág. 2

Literatura



El escritor Andreu Sevilla está afincado en Alcàsser y es profesor en Picassent. Pág. 3

Salud



Descubrimos una ciencia que tiene tanto adeptos como detractores, así como sus beneficios. Pág. 31

TODO
LO QUE
NECESITAS
PARA TU EMPRESA

»»»»»» @ f »»»»»»

- IMPRESIÓN OFFSET
- IMPRESIÓN DIGITAL
- ENCUADERNACIÓN
- PACKAGING
- MARKETING Y DISEÑO

966 65 15 12

info@juarez.es
www.juarezimpresores.com

GRUPO JUÁREZ
IMPRESIÓN CREATIVA



De almacén de grano a explanada de ocio

Los Silos de Burjassot poseen una hermosa historia que se remonta al uso agrícola en el Renacimiento y se corona como espacio lúdico en el siglo XXI

ALEJANDRO PLA

Quién iba a decir que la enorme explanada en la que se congregaron miles de espectadores para ver a Manu Chao cinco siglos antes había sido depósito de grano importado. Es la historia de buena parte de los escenarios de nuestra ciudad y área metropolitana. El ayuntamiento de València ha cedido a Burjassot la enorme explanada de Los Silos, cuya historia es sorprendente.

El Patio de los Silos, uno de los enclaves más conocidos del término de Burjassot, se ha convertido en punto de encuentro de familias, citas gastronómicas y espectáculos visuales de gran éxito. Pero en el pasado su función era muy distinta. Recientemente, las fuertes lluvias malograron parte de su estructura que ha tenido que ser rehabilitada. Ahora, de nuevo, el poderoso patio luce orgulloso.

Cuando Burjassot da sus pasos

Al final de la Edad Media Burjassot, como se lee en las hemerotecas, "era un lugarejo insignificante en medio de un pinar que comenzaba en estos collados a la vista de Valencia, y se extendía mucho hacia el interior". Tenía un antiguo castillo en medio de una frondosa dehesa aprovechado por beatos y literatos para el retiro y la contemplación.

Ese entorno de flora y fauna ha dejado paso a uno de los municipios con mayor densidad de población de València (ronda los 40.000 habitantes). Pero no todo ha cambiado. Así, el Patio de los Silos se conserva en pie con su estructura más o menos idéntica a la erigida en el siglo XVI.

La gestión municipal

Este municipio de ininterrumpido gobierno socialista desde las elecciones de 1979 luce con orgullo este conjunto monumental gestado en pleno Renacimiento, con el objetivo de almacenar el trigo sobrante de València. Los Silos de Burjassot consiste en 47 depósitos subte-

El maestro cantero Sancho Camino, conocido como 'mestre de fer sitjes', fue el encargado del proyecto



Vista panorámica de la explanada de Los Silos con las tapas a la vista.

rráneos, 41 de los cuales conservan su tapadera.

En noviembre de 2019 el Ayuntamiento de València propuso a Burjassot que se encargara de su uso, gestión y mantenimiento por un periodo de medio siglo. En 2018 las inclemencias meteorológicas determinaron su vida durante los años recientes. El muro del Patio de Los Silos cedió a mediados de septiembre de 2018 por las fuertes lluvias que a final de verano tradicionalmente azotan la Comunitat.

Un esfuerzo a tres bandas

Finalmente, en la primavera del año pasado la explanada del Patio de los Silos, tras cuatro años cerrada al público por las obras de restauración tras el derrumbe de parte del muro perimetral en 2018, y luego la pandemia, reabrió sus puertas.

En enero de 2020, el Ayuntamiento de Burjassot iniciaba ya las obras de emergencia sobre la ampliación de la obra en el muro noreste tras el derrumbe de septiembre de 2018. En un esfuerzo a tres bandas entre el Ayunta-

miento de València, el Ayuntamiento de Burjassot y la Generalitat se llevaron a cabo las obras de emergencia y consolidación de esta joya arquitectónica.

Espacio lúdico y familiar

El Patio de los Silos supone un punto de referencia para todos los habitantes de este municipio de l'Horta Nord. Muy cerca de los hermosos jardines de Burjassot, tanto las familias como las parejas escogen este enclave para dar prolongados paseos y disfrutar del solaz y las vistas, pese a que el sol del mediodía azota fuerte el lugar.

Es habitual que el consistorio programe o autorice la celebración de mercadillos en los aleda-

Consiste en 47 depósitos subterráneos, 41 de los cuales conservan su tapadera original

ños del Patio de los Silos. Así, no es de extrañar que puestos de artesanía y ayudas a refugios de animales se den cita los fines de semana en su entorno.

Grandes conciertos se han programado en el mismo Patio de los Silos. Así, Manu Chao congregó a miles de asistentes sobre esta enorme explanada. También el español Álex Ubago, en pleno esplendor de su carrera, reunió a cientos de fans en las noches musicales que allí se daban cita en aquellos grandes conciertos de inicios de siglo.

Estabilidad social y económica

En el siglo XVI València padecía prolongados periodos de hambruna. A esta demanda de víveres se añadía la desestabilizadora fluctuación del precio del trigo y el aumento demográfico en la ciudad. El trigo nacional era insuficiente y se multiplicó la importación de trigo siciliano por vía marítima. Los almacenes habilitados como el Almudín eran insuficientes o inadecuados. La solución: construir unos silos en Burjassot.

El maestro cantero Sancho Camino, conocido como 'mestre de fer sitjes', fue el encargado de un proyecto que involucró a diversidad de gremios, desde maestros de obra ('sobrees-tants') hasta constructores de tapia ('tapiadors'). Las obras arrancaron en 1573 y finalizaron en 1788.

Esta magnífica obra arquitectónica serviría para garantizar el abastecimiento sostenido de València y toda su área metropolitana hasta el periodo de la Ilustración. Esta consecución permitiría, además, disponer de un mayor control de los precios, que redundaría en una mayor estabilidad social y económica.

Manu Chao y Álex Ubago han sido algunos de los artistas que han actuado en la explanada

ENTREVISTA > Andreu Sevilla / Escritor (Casas de Benítez, Cuenca, 15-noviembre-1963)

«Me encanta escribir con distracciones»

Natural de un pequeño pueblo de Cuenca, de joven se afincó en Alcàsser, ejerciendo ahora de profesor en Picassent

FERNANDO TORRECILLA

Andreu Sevilla es un escritor singular, que llegó a la literatura a una edad tardía, tras muchos años en la docencia. Sus peculiaridades ya le vienen de nacimiento, lejos de su Alcàsser de adopción. “Nací en una pequeña aldea llamada La Losa, dependiente de Casas de Benítez, pero pocos saben que soy de fuera”, dice con una sonrisa.

Entre sus obras sobresalen ‘La penombra de la coloma’, una novela histórica sobre el Tirant lo Blanc, y ‘Els inútils’, que relata alguno de los momentos más sombríos del franquismo. Ahora está centrado en su labor como profesor y en la escritura de poesía y cuentos cortos.

También nos describe las dificultades que hallan los autores noveles para publicar y cómo ha tenido que autopublicarse, ya que, como “nadie confió en mí, no pude entrar en el circuito editorial”, una declaración que da mucho que pensar.

¿Cómo fue tu infancia?

Tras nacer en una pequeña localidad conquense, a los cinco años nos trasladamos a Alcàsser, en uno de los múltiples éxodos rurales de los años sesenta. Me considero plenamente valenciano, aunque viajo mucho a mi pueblo natal.

Alcàsser era igualmente entonces una localidad pequeña, monolingüe, y mi adaptación fue sencilla.

Con el tiempo te convertiste en profesor.

Sí, estudié literatura española, pero me hice profesor de valenciano después de aprobar unas oposiciones. El valenciano, no obstante, no lo comencé a estudiar hasta la universidad.

Profesor o escritor, ¿cómo te defines mejor?

Ambas facetas me apasionan por igual. Sí es cierto que



empecé a publicar tarde, a los treinta y ocho años, mientras que desde los veintiséis soy profesor. Por cuestiones personales me agrada mucho mi trabajo como profesor y por eso no voy a jubilarme ahora, sino dentro de dos años mínimo.

No me encuentro cómodo al decir que solo soy escritor, porque me falta la parte de la enseñanza; y viceversa, tampoco soy solo profesor.

¿Por qué empiezas tan tarde?

Siempre quise escribir, pero era muy autocrítico conmigo mismo. Tampoco sé por qué, ya que nadie esperaba de mis primeras novelas unas obras maestras.

Aprendí poco a poco que no todo lo que escribiera debía ser desde la primera línea una genialidad. El método es ir buscando, ir encontrando hacia dónde va la historia o el poema. Al cambiar de pensamiento fue como quitarme un peso que tenía encima y todo fue fluyendo.

¿Cuáles eran tus referentes literarios?

En un principio quería ser poeta y mis gustos poéticos

siempre fueron los mismos, los grandes. La poesía, sin embargo, me costó mucho más, doce años más que la narrativa, hasta que encontré la manera de poder expresar un sentimiento.

En novela también mis referentes son los grandes clásicos, Miguel de Cervantes o Marcel Proust, por ejemplo; o novela catalana, como la de Mercè Rodoreda.

Igualmente hay miles de libros que lees y, aparentemente, los olvidas pronto, pero que germinan y aparecen en algún momento determinado.

¿Dónde te sientes más cómodo, haciendo poesía o narrativa?

Ahora mismo, por circunstancias personales, haciendo poesía, debido a que la narrativa te

exige escribir mínimo dos o tres horas cada día. En la actualidad no tengo el tiempo suficiente que demanda una novela.

Poesía no puedes escribir siempre que quieras, porque depende de encontrar las primeras palabras sobre una experiencia que quieres comunicar. Es la sensación del poema, que viene cuando menos te lo esperas.

Escribo, de hecho, poesía en las notas del móvil, y me siento muy cómodo escribiéndola en cualquier parte: en el parque, acostado...

¿Eres de escribir por las mañanas?

En absoluto, soy escritor de tardes, entre las cuatro y las siete son mis horas más productivas. Necesito luz para escribir y me encanta hacerlo con distracciones medioambientales.

En 2010 publicaste ‘La penombra de la coloma’. ¿Qué querías expresar?

La tenía en mi mente desde hacía mucho tiempo. Versa sobre la hipotética pérdida del único manuscrito del Tirant lo

Blanc, de Joanot Martorell. Eso me permitió investigar cómo era la València de esa época, llena de luces y sombras.

Se trata de una novela de género histórico, que presenta a los personajes con sus vivencias, frustraciones, amores...

¿Y en ‘Els inútils’, premio Lletraferit?

Encontré la historia en un diario, que contaba que Franco había ideado, para la inauguración del Valle de los Caídos, que fuera un monumento a la reconciliación nacional.

Me parecía cruel imaginarse los restos de personas que llevaban allí, de ambos bandos. Es la historia de un padre y un hijo que poseen un camión y ven las posibilidades de un nuevo trabajo en esa orden del caudillo.

«La sensación del poema es que viene cuando menos te lo esperas»

«No me siento cómodo al decir que solo soy escritor, porque me falta mi faceta como profesor»

«Lees miles de libros, los olvidas... pero germinan y aparecen en algún momento determinado»

ENTREVISTA > Inma Cordón / Joyera (Baena, Córdoba, 4-julio-1959)

«El cliente de antes creía más en tus consejos»

Inma Cordón es propietaria de dos joyerías en Torrent, su municipio de adopción

FERNANDO TORRECILLA

Cordobesa de nacimiento, Inma Cordón ha dedicado su vida a la joyería, su gran pasión y vocación. Aprendió el oficio desde bien pequeña, iniciándose a los ocho años, y tras un breve periodo como enfermera, cuenta ahora con dos tiendas en su localidad de adopción, Torrent.

“Lo dejé para seguir mi instinto, el ser joyera”, nos dice orgullosa. De hecho, confiesa que disfruta especialmente tratando con el cliente, indicándole como experta qué joya es la más adecuada a su estilo. “Es lo mejor de mi trabajo, me llevo enormes alegrías”, matiza con una sonrisa.

Ella misma dirige una de las tiendas, junto a su hija Cristina, mientras en la segunda están sus otros dos hijos. Queremos que nos cuente cómo han superado los malos momentos que provocó la pandemia -las joyerías, producto de lujo, fue de los gremios más afectados- y si han sido víctimas de algún atraco, lamentablemente tan habitual en estos establecimientos.

También cuáles son las tendencias actuales, si han variado en las últimas décadas, y el valor que los clientes le otorgan al oro, producto que no para de subir, “en ocasiones de un modo fuerte el mismo día”.

¿Qué representa para ti ser joyera?

Todo, siempre fue la ilusión de mi vida, por encima de cualquier profesión; si bien es cierto que me hubiera conformado con una joyería, pero tengo dos. La segunda la gestionan ahora mis hijos, Daniel y Carla, mientras que en la que estoy yo me acompaña mi otra hija, Cristina.

¿Cuándo fundas tu primera joyería?

En 1992, y dos años después, tras separarme de un socio, abrí la otra joyería, dirigida en un primer momento por mi marido, Cristóbal Cabrera.

Los primeros años fueron de mucho esfuerzo, yendo a numerosas ferias, algunas de ellas internacionales (Italia) y en ciertas ocasiones incluso estando embarazada. Fueron tiempos complicados.

¿También diseñas?

Sí, he diseñado muchas joyas, en compañía del maestro joyero. Normalmente la idea es



«Los primeros años fueron complicados, yendo a muchas ferias en ocasiones incluso embarazada»

«Me agrada especialmente descubrir qué pieza le puede satisfacer a un cliente y que la lleve a gusto»

mía, mientras él la pone en práctica; formamos un buen dúo. Anteriormente me formé en la extinta Escuela de Joyeros de Abastos de València.

¿Cuál es la parte más complicada de tu trabajo?

Disfruto tanto que, para mí, nada es complicado. Obviamente tienes que pensar cómo quieres hacer la pieza y de qué modo puede salir factible.

¿En qué te inspiras?

Primeramente, todo está inventado. Seguidamente debes tener mucho gusto y saber qué puede satisfacer, tanto a la hora de diseñar como en la posterior posible venta.

El material, por supuesto, tiene que ser siempre de primerísima calidad y no obsoleto, antiguo.

Describenos vuestro estilo.

Neoclásico. Siempre tenemos presente que al crear una pieza no se va a vender de un modo inmediato, por lo tanto, tiene que perdurar ese estilo en el tiempo.

En mis tiendas contamos con piezas que es difícil que se encuentren en otro establecimiento.

¿Cuáles son las tendencias actuales?

Se centran en piezas pequeñas y de poco peso, con más venta en oro blanco y amarillo. Las tendencias, no obstante, apenas han variado en las últimas dos décadas.

El cliente comprará lo que quiera, pero nosotros como profesionales le tenemos que agradar y asesorar en todo momento.

¿El oro sigue subiendo?

Constantemente, en ocasiones sube incluso el mismo día, es una barbaridad. También en los brillantes puede variar el precio.

¿Cómo ha cambiado este segmento en los últimos años?

En la cuestión de aleación de metales, notablemente a mejor, con un mayor control, algo que gusta al consumidor.

Tiempo atrás se vendía oro de catorce o dieciocho quilates. Ahora jamás vendo de catorce, sino de dieciocho o plata de primera ley, además de joyería.

¿Y el trato con el cliente?

Antes era más afable, se creía más lo que le decías, tus consejos y recomendaciones, mientras el actual está más negativo.

Si confía en mí, compra. Si no, va a mirar a otras joyerías. Sin embargo, tengo una clientela muy fiel desde que abrí la joyería.

Fuisteis uno de los segmentos más afectados por la pandemia.

Nos afectó muchísimo, con numerosas pérdidas. Las joyas no dejan de ser un lujo y lo pasamos muy mal, porque tampoco teníamos nuestros productos a la venta en internet.

Apenas recibimos ayudas, pero pudimos resistir.

¿Habéis sufrido algún atraco importante?

En la otra joyería sufrimos uno hace unos meses, pese a los controles de seguridad con los que disponemos. Los joyeros estamos en peligro siempre.

«Apenas han variado las tendencias en las últimas décadas; joyas pequeñas y menos pesadas»

Mediterráneo
EN VIVO

Conoce esta realidad en:
Tancat Albufera
39°22'20.39" N 0°20'40.32" O

OLORES Y SABORES

NO DISPONIBLES EN STREAMING





ÁNGEL FERNÁNDEZ

Director de AQUÍ

Diputados 'en tránsito'

El Congreso de los Diputados está sin actividad parlamentaria. ¿Y qué están haciendo entonces los 350 diputados? Pues de momento lo que es seguro es cobrar la nómina a final de mes, ahora, en los que respecta al Estado...

No es normal que hayan pasado más de tres meses desde las elecciones y que hayan sido tres las ocasiones contadas en las que se ha convocado a los diputados. Un gobierno en funciones sigue siendo un gobierno, y sigue teniendo que dar explicaciones porque continúa tomando decisiones en nombre de todos.

Ciencia ficción

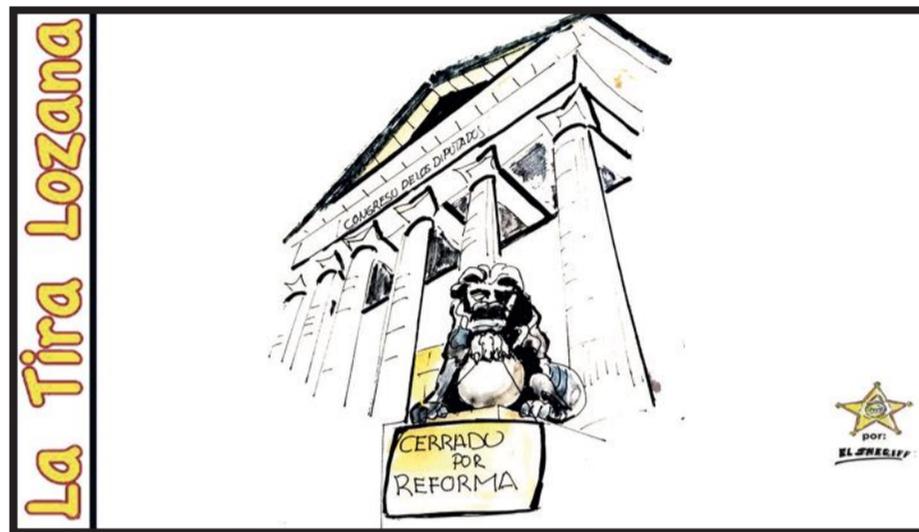
Pero la realidad es que estamos asistiendo a una 'película' que no se podría asignar al género de intriga, porque hay poca; ni de terror, que a veces lo da. Ni siquiera de suspense, ya que para eso debería mantener la tensión de la trama. Yo diría que estamos en lo que sería ciencia ficción. Nos movemos mirando a un futuro, pero obviando la realidad del presente.

Es difícil entender como desde las elecciones a día de hoy no hay ya o un presidente o convocatoria de elecciones, y que, en ese caso, con todas las cartas ya descubiertas de uno y otro lado, seamos los ciudadanos quienes decidamos.

Prisas si, prisas no

Por un lado se presentó Feijóo, que evidentemente estaba en su derecho como partido más votado, pero que sabía de antemano que difícilmente iba a poder ser elegido presidente. En esos momentos Pedro Sánchez tachaba todo ello de pantomima y de hacer perder el tiempo a los españoles en unos momentos decisivos, y en plena presidencia de la Unión Europea.

Todo parecía indicar que tras el fallido intento de Núñez Feijóo la investidura de Sánchez sería inminente. Pero no, llevamos desde entonces más de un mes y ni siquiera hay fecha de convocatoria para di-



cha sesión. Quizás esas cartas descubiertas, asegurando el apoyo de todos y que iba a renovarse su presidencia, no haya sido la mejor manera de negociar.

Hasta han tenido que hacer el show del desencuentro entre Pedro Sánchez y Yolanda Díaz, con unas 'duras' negociaciones, para ir dando material durante esta espera que ya se alarga mucho más de lo previsible.

Pregunta 'trampa'

Ahora, más de un mes después, de repente surge una nueva forma de seguir dando largas. Se va a plantear a los afiliados la pregunta sobre si quieren que se negocie para que Sánchez sea presidente. ¿Y por qué no se ha planteado antes? Si fuera que en la pregunta van detallados los acuerdos para ese apoyo a la investidura hasta podría ser comprensible, pero tan solo se pregunta si quieres que tu partido gobierne...

No obstante, y aunque sé que en esto me encuentro bastante solo, puesto que la mayor parte de la gente da por hecho la investidura de Pedro Sánchez, insisto en que realmente a los independentistas de Junts no les interesa acordar. De hecho a ERC ya

le pasó factura entre sus votantes llegar a acuerdos con el gobierno de España. Ellos viven y venden mejor el desencuentro, el victimismo, y seguir recibiendo por unas negociaciones imposibles y eternas.

¿La forma ante un candidato dispuesto a dar todo por llegar a un acuerdo? Pedir y pedir hasta que a alguna cosa se le tenga que decir que no. Y puede incluso que algo de eso ya esté ocurriendo. ¿Sería entonces este un intento de que los afiliados voten no, sabedores de que detrás de la pregunta está la Amnistía, etc., y así justificar como que se deja de negociar a petición de éstos?

Eso blanquearía una ruptura de negociaciones y no dejaría mal aquella rotunda afirmación el mismo día de las elecciones de "vamos a seguir gobernando".

Tiempo de descuento

En cualquier caso, poco más podemos hacer que dejar pasar el tiempo hasta como máximo ese 22 de noviembre, fecha en la que se debería celebrar la primera sesión de investidura para que tengamos presidente antes del día 27 o se disuelvan las Cortes.

Mientras, y dada la nula actividad, esperemos que si hay que hacer alguna re-

forma (de obra) en el Congreso de los Diputados, se haya realizado, así al menos alguien habrá aprovechado este tiempo.

Crímenes de guerra

Donde sí hay actividad, miserable y repugnante, es en las distintas guerras. En este caso me voy a referir a la que Israel ha declarado a Palestina. Es cierto que un grupo terrorista como es Hamás hizo una matanza por la que tiene que ser juzgado y a quien hay que exterminar.

¿Pero alguien entendería que cuando la banda terrorista ETA mataba indiscriminadamente se hubiera bombardeado Euzkadi matando a civiles inocentes, incluido niños?

Hasta la guerra tiene límites. Lo que está haciendo Israel no es defender a los suyos y luchar contra una banda criminal, es realizar crímenes de guerra matando y mutilando indiscriminadamente a la población civil; niños, mujeres y hombres cuyo único delito es haber nacido en Palestina.

Y crímenes de guerra también es obligar a desplazarse, bajo amenazas de muerte, a cientos de miles de personas abandonándolo todo. Y no dejar ni siquiera que pase ayuda humanitaria para poder ofrecer algo tan básico como agua. Y dejar a los hospitales sin poder atender a los heridos...

Tanto, ¿para qué?

Al final hay muchas organizaciones, cientos de miles de personas trabajando con dinero público para velar por un mundo más justo, pero ni cuando matan a los suyos, como ha pasado con los delegados de la ONU, pueden frenar esta salvajada.

Si solo es para los tiempos de paz, no necesitamos a nadie, en esos momentos ya nos protegemos solos.

Desde AQUÍ grupo de comunicación condenamos los ataques terroristas y los que se hacen en nombre de un estado, porque al final lo único que separan a unos de los otros es la legalidad.

MCV

Medios de Comunicación Valencianos

EDITA: Edición de Medios de Comunicación Impresos y Digitales del Levante S.L. B-09892258
Calle En Sanz, 5, 1ª planta. 46001 - València.
Teléfono: 966369900 | info@mediosdecomunicacionvalencianos.com

AQUÍ

grupo de comunicación

Publicación auditada por



Edición provincia de València

D.L. AQUÍ en València: V-1068-2022

D.L. AQUÍ en València área metropolitana: V-1069-2022

D.L. AQUÍ en Alfafar: V-1596-2022

AQUÍ en València

capital

AQUÍ en València

área metropolitana

AQUÍ en Alfafar

www.aquienvalecia.com • Facebook: /aquienvaleciaprovincia



Ángel Fernández
DIRECTOR



Fernando Jaén
DIRECTOR ADJUNTO



Adrián Cedillo
VALENCIA



Alejandro Carrilero
VALENCIA



Alejandro Pla
VALENCIA



Carmen San José
AGENDA CULTURA Y ADMINISTRACIÓN



David Rubio
POLÍTICA



Carlos Guinea
CULTURA



Jonathan Manzano
SOCIAL Y DEPORTE



María Teresa Durán
JUSTICIA



Fernando Abad
HISTORIA



Nicolás Van Looy
REDACCIÓN WEB



Alba Berenguer
CORRECCIÓN DE TEXTOS



José Pastor
DIRECTOR COMERCIAL



Fede Romero
MAQUETACIÓN



Pedro Mateo
CREATIVIDAD



Miguel Asensio
DIBUJANTE

Protegeix-te el doble

VACUNA'T CONTRA LA COVID-19 I LA GRIP



Majors de
60 anys



Dones
embarassades



Professionals
sanitaris



Persones
amb patologies
de risc



GENERALITAT
VALENCIANA



Més informació



ENTREVISTA > Isabel Tomás / Fisioterapeuta (València, 17-septiembre-1992)

«El crossfit está provocando muchas lesiones»

Opina que muchas de ellas, lumbares o cervicales, son producto del estrés y la ansiedad

FERNANDO TORRECILLA

En muchas ocasiones no cuidamos de nuestro cuerpo, o al menos no cómo se merece. Además, algunos de los deportes que están más de moda -pádel, fútbol o la práctica del crossfit- provocan numerosas lesiones, de todo tipo.

Es el momento, por lo tanto, de conocer la experta opinión de Isabel Tomás, fisioterapeuta, quien nos explicará por qué se sufren estos daños. "He hecho judo casi toda mi vida y siempre he sabido los beneficios de acudir a un fisio", matiza.

Se siente muy orgullosa de la empatía que logra con los pacientes, en ocasiones personas que venían con miedos, recelosos. "Llegan a veces sin poder andar y se van por su propio pie; eso es lo máximo".

¿Tienes pasión absoluta por tu trabajo?

Sin duda, no sé si es una de las mejores profesiones, pero sí de las que más te pueden llenar de satisfacciones. El trabajo con personas es muy enriquecedor: empatizas con las personas, sabes qué les pasa y les cuidas. ¡Es increíble!

¿Cuándo te diste cuenta de que con tus manos hacías cosas diferentes?

Aprecié, ya desde pequeña, que haciéndole masajes a mi madre en los pies le aliviaba; me decía que tenía muy buenas manos. En ese momento estaba estudiando Educación Física y, tras hacer un máster, pensé que me podía quitar la espinita de ser fisio. Decidí entonces estudiarlo, y fue de las mejores decisiones de mi vida.

¿Dónde te formaste?

Estudí en la Universidad de València y fue curioso, porque estuve nueve años seguidos en el mismo edificio: la primera carrera, el mencionado máster y fisioterapia.

¿En qué campo estás especializada?

Aunque es cierto que soy un poco todoterreno, me centro principalmente en personas mayores, por encima de sesenta y cinco años, con patologías musculoesqueléticas -dolores varios del día a día-, y lesiones.

¿Qué tipos de lesiones son las más comunes?



Suelen ser patologías de dolor lumbar, cervical, en los hombros, esguinces o daños articulares varios. Muchas de ellas son producto del estrés, cansancio o ansiedad. La mayor parte de las lesiones proceden de personas que no hacen ejercicio de un modo regular, con trabajos muy forzosos o sedentarios.

«Soy un poco todoterreno, pero estoy especializada en el tratamiento de personas mayores»

¿Cuáles son los deportes que más lesiones provocan?

Está muy de moda el crossfit y en la mayoría de los casos se practica mal, levantando pesos desproporcionados. Se trata de un deporte en el que es muy fácil ver pronto mejoras, pero si no hay una preparación previa -o una buena educación en el movimiento-, puede ser bastante lesivo.

«Otros deportes que provocan muchas lesiones son el fútbol, el balonmano y el pádel»

Otro deporte por excelencia que causa muchas lesiones es el fútbol, junto al balonmano, en el que se tiene un contacto muy fuerte.

¿Y el pádel, tan de moda ahora?

También, debido a que tiene mucho impacto, con movimientos muy rápidos y bruscos, en los que una mala pisada, arranque o giro con la rodilla bloqueada puede ser perjudicial. Ves cómo se ponen a jugar a pádel, al igual que el crossfit, de un modo muy acelerado. Hay, por lo tanto, muchos codos de tenista -lesión habitual en ese deporte-, hombros maltrechos...

¿Qué técnicas empleas?

Suelo trabajar con terapia manual, con movilizaciones y

trabajos articulares. Realizo asimismo masajes, punción seca, empleo una serie de herramientas que me ayudan, como martillos percutores -alivian la tensión-, e introduzco mucho lo que es el ejercicio físico.

De hecho, este último es uno de los pilares en la recuperación de mis pacientes.

¿Cómo es una sesión contigo?

Dura unos cincuenta minutos, en los que primero hago una valoración del paciente: me cuenta qué le pasa, cómo se encuentra, qué tipo de dolor tiene y cuándo lo sufre. A partir de ahí realizo un test para evaluar sus sensaciones: nos acercamos a su dolor y, seguidamente, empezamos el tratamiento.

En algunas ocasiones revaloramos la sesión, para comprobar si está mejorando el dolor, y por último le marco unas pautas de ejercicio. Le veo unas dos semanas después, aunque el tiempo está condicionado por cómo sea el paciente.

Cuéntanos los avances tecnológicos que han llegado en los últimos años

Han sido muchos, especialmente en la fisioterapia neurológica; con la realidad virtual, los exoesqueletos o los elementos que permiten colocar de pie a un paciente que no podía.

Ya en fisioterapia deportiva se aprecian numerosos softwares y otros programas para mejorar el rendimiento, muy parecidos a los avances en preparación física.

¿Cuál es la parte más gratificante de tu trabajo?

La gratitud que me brindan los pacientes. Muchos llegan con algo de temor, y poco a poco se van soltando, relajando en la sesión. Conocen de este modo la fisioterapia, una especialidad en la que no hacemos un daño terrible para mejorar.

«Muchos de mis pacientes llegan con algo de temor, pero se van soltando durante la sesión»

ENTREVISTA > José Gallego / Artista constructor de fallas y hogueras (Gandía, 21-febrero-1980)

«Es uno de los oficios más bonitos que existen»

El creador de monumentos de arte efímero, José Gallego, reflexiona en esta entrevista sobre su oficio y el futuro de la fiesta en general

FERNANDO ABAD

Ante todo artista constructor de fallas y hogueras, clásico ya, pese a su juventud, de comisiones falleras valencianas como Convento Jerusalén-Matemático Marzal (en infantil) o Na Jornada; alicantinas como Sèneca Autobusos, y con monumentos de arte festero efímero para Alzira, Dénia, Elda, Gandía o Silla, José Gallego nos habla de sus otros artes y oficios, su apasionada labor, sus referentes, echándole al asunto esa pasión que derrocha en sus creaciones.

En el 2007 ingresas en el gremio de artistas falleros, y en el 2009 comienzas a colaborar con las Fogueres de Sant Joan, ¿qué sería José Gallego si no existiera la fiesta?

No sería yo, desde luego. Creo que la fiesta me ha dado todo lo que soy, lo que hago. Es mi forma de vida, desde que a los ocho años me planteé que quería dedicarme a esto.

¿No te dedicarías a alguna otra forma de arte?

Hombre, puede, pero es que creo que esto ya es una forma de arte. Que se puede combinar el arte efímero con otros. Además, pienso que el mundo de las fallas y las hogueras tiene que estar abierto al arte en general, y al mismo tiempo el general tiene que estarlo a nosotros, a considerarnos como lo que somos, también un arte de primera categoría.

Yo estoy en medio, equidistante, entre ambos conceptos del arte. Haga lo que haga, soy un artista que hace una obra de arte.

Porque también trabajas decorados; pintas, como en tu exposición 'El tiempo acurrucado' (2021) o el mural para el hotel

«Haga lo que haga, soy un artista que hace arte»



Benidorm Plaza, al año siguiente. ¿Hay que ser polifacético?

Sí, por supuesto. Por ejemplo, el Ayuntamiento de Gandía me pedía unos decorados para un nacimiento. Son varios los trabajos. La verdad es que durante la pandemia los artistas de fallas y hogueras sí que hemos abarcado más campos. Pero es que además nuestro oficio requiere de muchos otros. Engloba diseño, guion, escultura, pintura. La verdad es que es de los más variados en eso.

Hay mucho clasicismo en tus obras, tanto en la pintura como en lo escultórico que tienen fallas y hogueras, pero no prima un aspecto severo, distanciado, sino todo lo contrario; resultan amables, elegantes.

Pues la verdad es que creo que, cuando empecé, mi estética

era más diferente, más rompedora. Ni me considero un clásico ni un moderno. Piensa que siempre lo polarizamos todo. Me gustaría definirme como un artista que mira atrás en lo clásico y al mismo tiempo al futuro, que busca el equilibrio.

¿Cuál fue tu formación artística?

Sinceramente, aprendí por oficio. Mi primera falla fue a los dieciocho años. Estudié Formación Profesional (FP), pero no Bellas Artes, ni Artes y Oficios. También es cierto que no había entonces el

«Nuestro oficio requiere, además, de muchos otros»

grado superior. La FP no era como ahora. No es que sea autodidacta, no hay autodidactas; pero al final, supongo que tenía tantas ganas de trabajar en esto, que acabé aprendiendo el oficio en el taller.

Estudiar te facilita el aprendizaje, te da más herramientas, pero también existe el camino de aprender el oficio a pie de obra. Aunque, eso sí, siempre me he considerado una persona inquieta y artística, que me gusta ver y aprender.

Y tus referentes, ¿a quiénes admira José Gallego en el mundo de la creación de fallas y hogueras?

Son tantos que me salen muchísimos. En fallas, podría citarte, así de pronto, a Julio Monterrubio, Alfredo Ruiz, Miguel Santaaulalia... Hay tantos... Lo mismo que me

pasa con los artistas de hogueras, pero ahí te digo que tengo una especial admiración por Pedro Soriano y su obra. Me parece un artista al primer nivel. Si estuviera en el mundo del arte en general, estaríamos, no sé, ante un Ripollés.

En su día rompió esquemas, fue una transformación estética. Creo que Pedro Soriano se merecería una exposición retrospectiva que repasara sus obras en una buena sala de Alicante, eso sería ponerlo en el sitio que se merece, un artista en general de primer orden, de los mejores que ha parido Alicante.

Trabajaste, profesionalmente y desde una gran amistad, con Manuel Algarrá (1963-2022). Ahora colaboras con Toni Pérez. ¿Qué consideras que te aportan o aportaron estas colaboraciones? ¿Y qué le dirías tú a quienes empiezan?

Pues mira, sin Manolo, por ejemplo, no hubiera estado en Alicante, hubiera sido diferente. Con él, la conjunción fue perfecta, entre la veteranía y el saber hacer, y el artista de obra joven con ganas de hacer cosas. Personalmente, acabó siendo como de mi familia. Muchas veces hago cosas y pienso "¿qué le parecería esto a Manolo?, ¿qué me diría?".

Por otro lado, con Toni ha ocurrido que congeniamos mucho los dos profesionalmente. Es un artista excelente, supercumplidor. Me aporta mucho y ha acabado por darse esa relación familiar. ¿Y qué le diría a quienes empiezan? Que este es uno de los oficios más bonitos que puedan existir, a pesar de sus dificultades, como el que ser artista hoy es siempre ser empresario. Pero es que es un oficio donde vas a trabajar con muchos otros.

«Las cosas nunca pueden ser como eran»

Los inevitables cambios

Me comentabas desde estas páginas, el pasado año, lo siguiente: "creo que la fiesta seguirá, con más o menos fuelle, pero seguirá, aunque puede que algún día no se parezca nada a lo que es hoy". ¿Sigues pensando igual?

Sigo pensando lo mismo, creo que todo cambia. Si los fundadores de las fiestas vieran ahora en qué se han convertido, seguro que dirían "esto no es mi fiesta, esto es otra cosa". Es inevitable, aunque exista ese toque de tradición, las cosas nunca pueden ser como eran. Nosotros, seguramente, dentro de muchos años, veremos la fiesta y pensaremos lo mismo que los fundadores: "esto es otra cosa".

ENTREVISTA > José Miguel Sáez / Preparador físico (Anna, 7-enero-1984)

«Mis clientes me piden que les lleve más allá»

Experto en nutrición, considera que no debemos obsesionarnos con el físico ni la alimentación

FERNANDO TORRECILLA

¿Recuerdan la película 'La chaqueta metálica' (1987) de Stanley Kubrick? Las sensaciones que tenían los reclusos tras los duros entrenamientos deben ser muy similares a las de los clientes de nuestro protagonista, el preparador físico José Miguel Sáez, quien les lleva siempre "a otro nivel".

Chuster para los amigos, confiesa que entró a una sala de musculación por primera vez a los doce años. Hoy en día el deporte se ha convertido en un hábito más de su vida, parecido al comer y "si no lo hago, es como si me faltara algo".

Experto nutricionista, sabe perfectamente qué se debe comer, aunque apunta que no debemos obsesionarnos con el físico y la alimentación. "No peso lo que como, porque sería vivir con una báscula. Sí les pido que coman con coherencia".

¿Cuál es tu formación?

Procede de varios ámbitos: primero dos años en una academia, como entrenador personal. Me gustó tanto que dejé mi trabajo -era conductor de camiones- y la empresa, que era de mi propiedad, para dedicarme al entrenamiento en mi propio centro, en Enguera.

Hice seguidamente un curso de Psiconeuroinmunología clínica (PNI), que aborda las patologías desde otra perspectiva. Mi vida cambió radicalmente, formándome igualmente en movimientos naturales del cuerpo y, sobre todo, en nutrición.

¿En qué estás especializado?

Me gusta que los clientes trabajen un poco de todo, desarrollando cualquier capacidad, desde resistencia, pliometría, coordinación, fuerza...

En definitiva, todos los campos que podemos tocar -basándose en un estímulo diferente



«También me agrada empatizar con el cliente, ayudarlo a salir del bache que tiene un día en concreto»

para el cuerpo- son buenos, porque nuestros genes están configurados para unos patrones y conductas de movimiento. Si no los varías, el cuerpo se amolda.

Pero también puedes perder habilidades.

Exacto, sobre todo cuando empiezas con movimiento natural y de tu propio peso corporal. Pero con el tiempo mejoras en todos los aspectos.

Ahora busco que el cuerpo sea funcional y capaz de gestionar todo lo que se plantee en este tipo de entrenamiento. ¿De qué me sirve que sean un diez en coordinación si luego son nulos en resistencia?

¿Qué tipo de entrenamiento realizas?

Me gusta combinarlo constantemente, también con mis clientes. Trabajo la misma semana, por ejemplo, ejercicios de calistenia y de resistencia con tu propio peso corporal, sin necesidad de coger un disco o una barra.

Tengo comprobado que somos máquinas de adaptación: si

haces un entrenamiento durante dos meses, el cuerpo es tan listo y se adapta a ese estímulo que se guarda hasta las calorías que sabe que vas a necesitar. Entonces lo que debemos hacer al cuerpo es sorprenderle, mediante estímulos nuevos y capacidades distintas.

¿Hasta qué punto lo aplicas en los clientes?

Depende de cada uno, porque tengo clientes que vienen uno o dos días a la semana, mientras que otros cinco.

Igualmente soy muy cambiante: ahora trabajan la resistencia

«El cuerpo es muy listo y se adapta a todo tipo de estímulos, guardándose las calorías que va a necesitar»

combinada con fuerza. Hacen, por ejemplo, remo o corren a una velocidad moderada y luego, casi inmediatamente, un ejercicio de fuerza, que pueden ser básicos o multiarticulares.

¿Les exiges el máximo?

Sí, también porque el cliente busca eso. Si ellos pudieran hacer por sí mismos este tipo de entrenamiento, no acudirían a mí.

Están conmigo porque les llevo más allá de donde ellos mismos podrían llegar. Conmigo notan una presión y luego ven los resultados en su propio cuerpo.

¿Cuáles son los beneficios de tener un entrenador personal?

Aparte de la disciplina que les exijo, la ejecución y la técnica de trabajo en cada ejercicio. Siempre les remarco que quiero calidad, no cantidad. Prefiero seis dominadas de calidad a quince que sean mediocres.

En ocasiones tienes incluso que hacer de psicólogo.

Sin duda, porque no todos los días vienen con las mismas

ganas de entrenar, pueden haber tenido un mal día, discutido con la mujer o les afectan miles de cosas. Vivimos con estrés, especialmente en momentos como los actuales, y cuando la cabeza te dice que no, por mucho que el cuerpo quiera...

Me agrada también empatizar con el cliente, ayudarlo a salir del bache que tiene ese día.

¿Por qué está tan de moda el crossfit?

Primero, porque se trata de un entrenamiento bastante completo, en el que se trabajan muchas capacidades en una misma sesión. Sabes, además, que vas a acabar exhausto, porque juegan también con los tiempos.

¿Es como estar jugando mientras haces ejercicio?

Sí, como una competición sana con el resto de tus compañeros, en el que se 'pican' unos con otros. Sin embargo, a veces, la ejecución de los movimientos no es correcta, en parte por la rapidez a la que se hace.

«Me gusta que trabajen de todo desarrollando cualquier capacidad, desde resistencia a fuerza»

ENTREVISTA > Mireia Cabañes / Deportista (València, 7-febrero-1987)

«Tengo esta fuerza mental gracias al cáncer que sufrí de pequeña»

Ha participado en 'El conquistador del mundo' con un destacado papel en el equipo Atabey

FERNANDO TORRECILLA

El programa 'El conquistador del mundo', herencia del que se emitió durante dos décadas en la televisión vasca, está siendo la sensación de la parrilla otoñal -con notables niveles de audiencia- gracias a sus pruebas extremas, de gran impacto visual para el telespectador.

Una de las concursantes más destacadas ha sido Mireia Cabañes, del equipo Atabey (compuesto únicamente por chicas), todo un ejemplo de superación al tener una discapacidad física -amputación de parte de su pierna- tras sufrir un cáncer con siete años.

Surf adaptado

Licenciada en periodismo, descubrió hace un par de años el surf adaptado y ya ha sido campeona de España y Europa, además de subcampeona mundial. Reclama, en ese sentido, que más personas en su situación se atrevan con este deporte tan apasionante.

Queremos saber cómo ha sido su vida, las dificultades que ha tenido que pasar, de las que se siente enormemente orgullosa -ahora hace charlas motivacionales-, y su paso por 'El Conquistador', si se sintió decepcionada o no con su grupo y cómo son sus presentadores, Julian Iantzi y Raquel Sánchez Silva, "ambos encantadores".

¿Qué te pasó para perder la pierna?

Fue un cáncer que sufrí de pequeña, con siete años, concretamente un sarcoma en el fémur izquierdo. Pero igual que la enfermedad me quitó cosas, también me dio mucho, porque si tengo esta personalidad y fuerza mental es gracias a esta.

Por lo tanto, jamás veré el cáncer como algo negativo.

«Desde pequeña he tenido que madurar rápido: me dijeron que tenía muchas posibilidades de morir»



Fue una operación muy complicada.

Sí, porque en este tipo de tumores, al afectar al hueso, se debe eliminar toda la zona afectada, es decir, amputar.

El sarcoma estaba localizado en la parte alta del fémur y había dos opciones: cortar la pierna por completo o hacer la complicada rotoplastia de Van Ness, es decir, amputación completa, desechando el fémur y colocándome el resto de la pierna, pero al revés. De esta forma la rodilla hace la función de cadera mientras el pie (del revés), la de rodilla.

¿Todo esto te ha hecho mucho más fuerte?

Sin duda, desde los siete años he tenido que madurar a una gran velocidad, porque en ese momento te dicen que hay un ochenta por ciento de posibilidades de morir. Ya salvada, tienes que luchar por aprender a andar y a llevar el mismo ritmo que el resto de la sociedad, cuando en muchas ocasiones es imposible.

Tienes entonces que aprender a sacarte las castañas del fuego y a hacer las cosas de un

modo diferente. Crecer teniendo que demostrar más que los demás.

E incluso que te miren mal.

Especialmente cuando voy a la playa, aunque reconozco que mi tipo de cirugía llama la atención. Por la calle me siguen mirando, pero me da bastante igual. En ocasiones les hago el payaso o les digo "¿tienes alguna duda?".

Hablemos de 'El conquistador'. ¿Estás orgullosa de tu paso por el programa?

Muchísimo, primero por haber superado todas las pruebas del casting, especialmente las de fuerza y resistencia. Me hubiera gustado llegar más lejos, siendo consciente de todas las

«Estoy muy orgullosa de mi paso por el programa, aunque me hubiera gustado llegar más lejos»

circunstancias, en el primer capítulo ya se lesionaron tres miembros del equipo. Todo ello hizo que las Atabey no pudiéramos resistir mucho tiempo más.

No obstante, estoy muy orgullosa hasta dónde llegué, también porque iba sin expectativas y sabiendo que podía ser eliminada en la primera prueba.

¿No estaban un poco descompensados los equipos?

Pienso que no, aunque muchos son de esa opinión. Los Yocahu (solo hombres) al principio no ganaban casi ninguna prueba, porque además de fortaleza física es necesaria la mental y mucha estrategia.

Sí hay pruebas, como el 'Tronkoala', en la que es fundamental la fuerza.

¿Tu equipo supo valorarte del todo?

En la convivencia fue todo perfecto, pero en las pruebas al no estar acostumbradas a vivir con una discapacidad, sí me veían la más débil. Es verdad que mi pierna me limitaba en algunos aspectos, pero podía ser mejor en otros, como en los equilibrios sobre agua, mis puntos fuertes.

¿Te sentiste decepcionada?

Sí y no. Lo comprendí en todo momento, sabía que el blanco fácil era yo. Por otro lado, era entendible: estábamos desgastadas y para nada me molestó que me nominaran, sabía que no podría ganar el concurso.

Pero me llevo muchos amigos del programa, sobre todo las Atabey, pero también de otros equipos, como las Andreas (Azkune y Llorca), Nai, Gorka, los gemelos...

¿Las pruebas eran tan duras como parecen?

Mucho más. Mi desafío, por ejemplo, duró cerca de dos horas, sin parar. Era una prueba en la que se necesitaban las dos piernas y hubo un momento en el que casi me desmayo.

«Es cierto que mi pierna me limitaba en ciertas pruebas, pero en otras demostré mis capacidades»

ENTREVISTA > Isma Fayos / Entrenador de fútbol (Canals, 12-julio-1988)

«El problema del fútbol en Canadá se llama invierno»

Es uno de los entrenadores de la academia College Bourget de Montreal, vinculada al València

FERNANDO TORRECILLA

“El fútbol une al mundo”, decía aquel spot de Lionel Messi y Cristiano Ronaldo, entre otros; y esa, sin duda, es una de las primeras conclusiones que extraemos de nuestra charla con Isma Fayos, entrenador nacido en Canals, que lleva algo más de dos años inmerso en una apasionante aventura deportiva en Canadá.

Concretamente es uno de los preparadores de la academia College Bourget de soccer, que cuenta con excelentes instalaciones y alrededor de dos mil alumnos. La escuela está vinculada al València CF dentro de un programa global que anhela expandir una metodología de entrenamiento más europea.

Fayos, vinculado al deporte desde pequeño, nos explicará las diferencias entre la forma de preparar a estos jóvenes talentos -de diez a dieciocho años-, sus singularidades y cómo es vivir en un ambiente con inviernos extremadamente duros, que condicionan la vida en todos los sentidos.

También si hay ilusión en el país por ser uno de los organizadores del Mundial 2026 -junto a Estados Unidos y México-, si en su pensamiento está regresar pronto a la ‘terreta’ y alguna anécdota que le haya pasado en Quebec.

¿Cómo te va por Canadá?

Disfrutando muchísimo la experiencia en Montreal; mi vida ha cambiado radicalmente en todos los sentidos, personal y laboralmente. Llegué a Canadá en agosto de 2021 y realmente fue un acierto; no siempre agradable, porque el invierno es muy duro y apenas tienes vida social.

¿Por qué razón te marchaste de València?

Llevaba ocho años de profesor de educación física en un colegio, pero dentro de mí tenía la necesidad de conocer un país extranjero.

«Mi vida ha cambiado radicalmente, con un gran crecimiento personal»



«La forma de ser de los canadienses es singular, al principio les cuesta abrirse»

ro, de vivir fuera de España. Ya en quinto de carrera no pude hacer el Erasmus en Italia y me quedé con las ganas.

Además, necesitaba mejorar el inglés, y cuando surgió la opción de entrenar en Canadá, no lo dudé.

También te está formando como persona.

Muchísimo. Ahora comparo piso con mi compañero Paco Juarros, pero estuve seis meses viviendo solo, y el crecimiento personal fue exponencial. Fueron unos meses comenzando desde cero, solo, en un país completamente diferente, nuevas experiencias, miles de anécdotas...

¿Cómo es la gente canadiense?

Muy diferente a la que estoy acostumbrado en València, donde abren la puerta al nuevo y le integran en la sociedad. Aquí no; les cuesta mucho abrirse, sobre todo al principio. Luego son muy buena gente.

Sí es cierto que donde estoy, a media hora de Montreal, la vida es más pareja a la europea, muy

diferente de la que te puedes encontrar en Toronto (Ontario), más ‘yankee’.

¿Y el nivel futbolístico?

Talento hay en todos lados, teniendo en cuenta que en la academia tenemos también chicos sudamericanos, africanos y europeos.

El problema de Canadá es el invierno, que además de ser muy largo -de octubre a abril, prácticamente-, los días son muy cortos y a las tres de la tarde ya se hace de noche. Eso dificulta mucho, porque las horas de entrenamiento bajan muchísimo.

¿Cuáles son las diferencias que encuentras con la forma de entrenar de España?

Pronto me di cuenta de que los menores practican muchos deportes en Canadá, siendo el hockey sobre hielo el principal. El fútbol es, copiándolo, muy directo, siempre al ataque; lo tienen muy arraigado.

También que el deporte es un espectáculo y buscan cambiar continuamente de club, con la

idea de encontrar la mejor versión y jugar con otros de mayor edad. Son sobre todo atletas, olvidándose más de la técnica.

¿Es más anárquico?

No entienden de transiciones, buscando constantemente la portería contraria. No crean unas ventajas a través del juego de posición, sino que es más un ataque constante.

¿Qué les intentáis aportar?

Nuestro reto es enseñarles a mejorar, sabiendo su proceso de adaptación y aprendizaje, qué puedes pedirles en cada edad. En eso nos ayuda mucho el València CF, que nos marca qué debe aprender un chico en cada etapa.

«Tienen arraigado el soccer como un espectáculo, con ataques constantes»

Psicológicamente intentamos entenderlos también, porque no se le puede pedir lo mismo a uno de diez que a uno de dieciocho. Somos muy exigentes con ellos a nivel de actitud, de implicación.

¿Notas ilusión por la celebración del Mundial 2026?

Especialmente a nivel empresarial; tienen claro que es un negocio y la gente empieza a pensar en abrir establecimientos o tiendas de cara a ese momento.

¿Vas a quedarte mucho más tiempo en América?

Echo mucho de menos mi tierra, Canals, a mis amigos o la comida, pero profesionalmente las condiciones de aquí son inmejorables.

Te habrán pasado miles de anécdotas...

Sí, recuerdo la primera nevada fuerte. Al sacar la nieve, sin querer, se la tiraba a mi vecino, hasta que me dijo “what are you doing, man? (¿qué estás haciendo, hombre?)” (ríe).

A golpe de remo

Este deporte está en auge en la costa valenciana, promoviendo no solo la forma física sino también la amistad y el trabajo en equipo

ALEJANDRO PLA

Hay quien dice que el remo es un deporte muy 'british', como el tenis, el golf o el rugby. Que la gente de clase acomodada ha sido la que tradicionalmente ha practicado esos deportes. Como los que, en general, practican deportes acuáticos.

Puede que este rasgo social no se cumpla en España. O se cumple de igual modo. El caso es que el remo comienza a ponerse de moda en el litoral valenciano. Basta darse un paseo por la dársena de la Marina del 'cap i casal' para ver entrenando varios grupos de remeros. Es un hecho en el puerto de València.

Trabajo corporal

¿Y por qué la gente está acudiendo al remo? Por un lado, se trata de una cuestión de físico. El remo trabaja muchos músculos del cuerpo; el más conocido es la espalda. Para ejercitar las dorsales, el remo resulta muy beneficioso. Tanto es así que en muchos gimnasios existen máquinas que replican este deporte. Los hay que deciden comprar una máquina de remo e instalarla en casa.

Tal es el caso de Alberto Higuera. Aunque practica el remo, ha hecho un esfuerzo económico para tener una en su domicilio, ya que "como no puedo ir todos los días que quisiera a entrenar al mar por cuestión laboral, he comprado una que no fuera excesivamente cara, porque los hay de todos los precios, y así entreno en casa".

Alberto forma parte de esos amantes del deporte que han hallado en el remo un deporte casi total, pues "además de la espalda, también te permite trabajar muchas otras partes del cuerpo, como el abdomen, las piernas, los brazos y un largo etcétera. Además es cardiovascular, con lo cual te permite quemar calorías", indica.

Más allá del tono físico

Junto a la multitud de beneficios que aporta en la cuestión física la práctica del remo, son



Un grupo de amantes del remo en el Náutico de València.

otras aportaciones las que muchos buscan y también descubren. En algunos casos se trata de practicar un deporte al aire libre. En otros, el hacerlo en pleno mar Mediterráneo. Pero también los hay que quieren socializar y hacer nuevos amigos.

El remo se presenta como un deporte tradicionalmente de equipo. Quien lo practique no sólo debe entenderse con los demás, sino que debe coordinarse de un modo muy superior al de otros deportes de equipo.

Cualquier edad es buena para gozar del remo, por lo que el deportista rompe con su burbuja social generacional. Como cualquier otro deporte, mientras se practica, se liberan endorfinas que calman el estado de ánimo. Además, mientras se ejercita, uno puede ordenar su mente y resolver ciertas dudas atrancadas en su espíritu.

La embarcación autóctona

Tal y como apuntan desde la Federación Valenciana de Remo, el 'falucho' o 'llaüt valencià' es

la embarcación tradicional de nuestro mar. El origen de las regatas del banco fijo del Mediterráneo es el mismo que el de la trainera cantábrica: "la competencia entre los distintos barcos de pesca para llegar los primeros a puerto y así obtener un mejor precio de sus capturas".

A día de hoy en la Comunitat conviven el 'falucho' ('llaüt valencià') y el 'llaüt mediterráneo', realizándose la mitad de la liga en cada una de las dos embarcaciones. La apuesta firme de la Federación de Remo de la Comunitat pasa por seguir apostando por la embarcación autóctona: el 'falucho' o 'llaüt valencià'.

El 'falucho' o 'llaüt valencià' se mantiene como la embarcación tradicional del Mediterráneo

¿Dónde lo practico?

En València existen varios clubes y asociaciones que permiten practicar este deporte, bien sea de manera profesional o bien como un mero amateur que decía adentrarse progresivamente en el mundo del remo. Por un lado se encuentra la citada Escuela Federación de Remo de la Comunitat Valenciana (en la Dársena Norte de la Marina Real).

Por otro, y sin abandonar la misma Marina Real Juan Carlos I, se ubica el Club Remo Valencia (Pantalán P.), muy bien valorado también por sus usuarios. En el Real Club Náutico de València, algo más al sur, aparece el club Remo_RCNV (Camino Canal, 91), otras de las ofertas deportivas para practicar el remo.

Banco móvil o fijo

El remo de banco móvil se caracteriza por tener un asiento sobre ruedas que permite utilizar las piernas en la propulsión de la embarcación. Así, estos clubes suelen disponer de diferentes embarcaciones de este estilo.

El 'skiff' o 'single' es el bote individual. El doble 'scull' o doble es un bote con dos tripulantes cada uno con dos remos. El cuatro 'scull' o cuádruple es el bote de 'couple' de cuatro remeros y el timonel.

En el de banco fijo, por su parte, el deportista está sentado sobre un asiento fijo y la propulsión se realiza con el torso y con los brazos. Se trata de embarcaciones de ocho remeros con un remo cada uno más el timonel, los antes citados 'llaüt mediterrani' y el 'falucho'. En ambas modalidades el deportista se sienta mirando a popa, de espaldas a la dirección del movimiento.

Un vistoso cuatro 'scull' o cuádruple es el bote de 'couple' de cuatro remeros y el timonel

En la modalidad de interior muchos gimnasios apuestan ya por tener una máquina de remo

Cuando golpean los oleajes de la historia

El Cid y Jaime I eligieron la población de El Puig de Santa María como escenario para batallas que sirvieron de puente a la toma de València



El monasterio de Santa María del Puig asienta sobre el escenario de una importante batalla.

FERNANDO ABAD

Hay lugares impregnados de historia, otros son ellos mismos pura Historia, con mayúsculas. El Puig de Santa María, en l'Horta Nord, plena área metropolitana de València ciudad, no solo vio pasar a personajes como Rodrigo Díaz de Vivar (El Cid Campeador, 1048-1099) o Jaime I (1208-1276), sino que incluso fue escenario de acontecimientos varios para los respectivos cachos de Historia a ellos asociados.

Estos hechos de los que lustran e ilustran enciclopedias generaron también monumentos. Como el monasterio de Santa María del Puig o el Real Monasterio de los Padres Mercedarios del Puig de Santa María, levantado frente al ánima de la fortaleza, que también sirvió de teatro de operaciones para otra batalla con el mismo planteamiento de antesala a la conquista de Balansiya (València).

Flujos y reflujos

Añadamos antes de qué va esto de Conquista, Reconquista y tal. Una especie de vodevil si no fuera porque en este caso no hubo risas, sino gritos, mandobles y tentetiesos por doquier. Si vamos a la concepción clásica, la Reconquista arrancaría, allá por la asturiana Cangas de Onís, con la batalla de Covadonga (el 718 o el 722, según crónica), muy poco después de

que comenzase, en el 711, la invasión islámica de la península.

El finiquito de la España musulme gozaría de fecha más clara: el 2 de enero de 1492, al tomar Granada. Verdaderamente, todos esos ciclos conformaron una especie de flujo y reflujo, olas de mar que traían sucesivamente conquista, pérdida, reconquista. El Cid y Jaime I suponen, en esta película histórica, dos de los actores principales, al margen de la campaña final de los Reyes Católicos.

Relatos heroicos

Comencemos con Rodrigo Díaz. El cantar de gesta (narración épica de gran extensión, generalmente en verso), 'El Cantar del Mío Cid', contribuyó a su mitificación. De autor desconocido, aunque se hayan sugerido varios nombres: el responsable de la copia conservada, de 1207, Per Abbat (Pedro Abad, de biografía ignota), o un jurista árabe llamado Abū 'l Qāsim, o, lo más probable, algún juglar a sueldo para crear un relato heroico.

Había que dar fe del poderío cristiano, y qué mejor que esta bien hilada narración edificante (y a ratos tremendista): calidad y heroicidades. La jugada, a propósito de esta figura histórica, se repetirá en pleno franquismo al apoyar la superproducción hollywoodense de Samuel

Bronston (1908 -1994) 'El Cid' (1961), dirigida por Anthony Mann (1906-1967, a la sazón casado con Sara Montiel, 1928-2013), reivindicada hoy por su calidad cinematográfica.

Soldado de fortuna

Pero es que Rodrigo Díaz fue realmente un soldado de fortuna, con su propio ejército, eso sí. Mercenario al servicio indistinto de señores cristianos y musulmanes, para cuando toca batalla en El Puig de Santa María, prácticamente guerra por su cuenta. En la península ibérica, el caudillaje musulme se encuentra dividido, tras la caída del califato de Córdoba (929-1036), en diversas taifas ('bandos' o 'facciones'), en ocasiones peleadas entre sí.

La ejecución por otra facción sarracena de Al-Cádir, el 28 de octubre de 1092, rey de Balansiya desde 1085 y amigo o protegido de El Cid, cabrea a este. Lo que sigue a continuación es una feroz batalla en el castillo de Enesa, también conocido como de la Patá o de

Cebolla (las ruinas pueden visitarse en una de las colinas de la población, con el monasterio bien visible allá abajo a mano derecha desde las escaleras).

La villa amurallada

Rodrigo Díaz lo tomó, reconstruyéndolo y creando la villa amurallada, que generó la población de 8.792 habitantes censados en 2022, y desde allí preparó el asalto del futuro 'cap i casal', en 1094. Pero València, en este oleaje histórico, volverá a manos musulmanas, dos años después de morir El Cid. Sucieron más reflujos, pero el de 1238 se considera fundacional, con la entrada triunfal de Jaime I.

Hubo batalla previa... en el Puig de Santa María. Esta vez la parte principal de la contienda se desarrolló sobre todo en una pequeña colina, más bien suave elevación, justo donde desde 1240 se erigiría el imponente monasterio, por orden del propio monarca (la visitable, menos los lunes, obra actual se fecha en los siglos XIV, XVI y XVII).

El choque de ejércitos acontecía en 1237.

Cabecera de puente

En el fondo, lo que patentiza esta obra que combina neoclasicismo, gótico, renacimiento o románico, es cómo ambos guerreros acabaron por utilizar la población como cabecera de puente para la toma de la capitalina València. Pero en medio fueron trufando el lugar de obra arquitectónica con solera. Este complejo, por ejemplo, regido por la orden de los Padres Mercedarios, de 1218, fue declarado Monumento Histórico-Artístico Nacional en 1969.

Desde el monasterio, la devoción a la Virgen del Puig (monte o colina, precisamente), propiciada por el creyente Jaime I, se iba a propagar por la hoy Comunitat Valenciana, cobrando especial importancia en el 'cap i casal' al ser nombrada patrona de la ciudad en 1667, aunque el 21 de abril de 1885 recogió tal honor la Mare de Déu dels Desemparats. Cosas de la Historia.

Rodrigo Díaz de Vivar fue realmente un soldado de fortuna

Construyó la villa amurallada, origen de la población actual

La Virgen del Puig fue nombrada patrona capitalina en 1667

Un puente desde la mítica Karakórum

València se convirtió en un importante puerto europeo dentro de la red de redes comercial y vital que supuso la llamada Ruta de la Seda

FERNANDO ÁBAD

Las casas nobles, las mesas ricas, las paredes y vitrinas más lujosas, las telas exóticas. Gracias a Oriente degustábamos buen té, lucíamos piedras preciosas, plantábamos arroz, nos perfumábamos como nunca o teníamos acceso a fármacos hasta entonces desconocidos por estos pagos. Aunque también comenzamos a emplear la pólvora en nuestras guerras, que no dejaron de ser sangrientas, sino que aumentaron su potencial destructor, de hacer daño.

La conocida como Ruta de la Seda, que así fue bautizada aproximadamente desde el siglo XIX, devino fundamental para el desarrollo de Occidente y Oriente, prácticamente desde sus prolegómenos, por lo que conllevaba el intercambio no sólo de elementos físicos, sino también de filosofías y conocimientos. Y una parada importante para esta ruta fue la ciudad de València, especialmente durante su llamado Siglo de Oro (en realidad, entre el XIV y el XV).

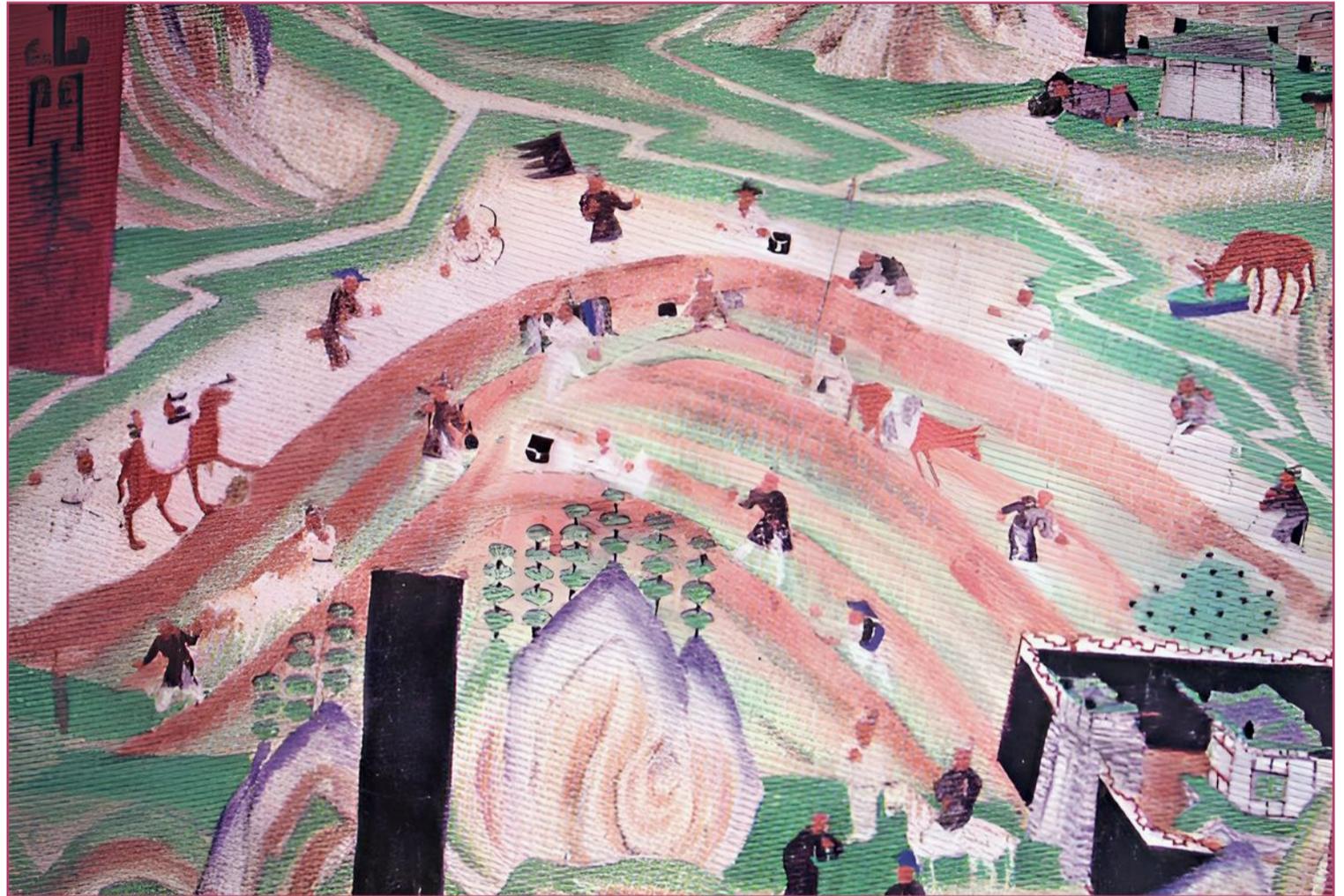
Ramilletes de caminos

Pero, ¿qué era la Ruta de la Seda? Los nombres a veces engañan: el Transiberiano no era un tren, sino un conjunto de ellos, y la Ruta de la Seda en realidad fue un racimo de ellas. O quizá, más propiamente, varios ramilletes. Los historiadores las agrupan generalmente en tres de ellos. El primero para las que procedían desde Asia, extendidas desde el siglo I a.C. y hasta el XVII.

El segundo ramillete comprendería las vías abiertas hacia Asia, sobre todo desde el XIII, gracias a viajeros como los evangelizadores de la orden franciscana, fundada en 1209 por el luego santo italiano Francisco de Asís (1181-1226), o por el veneciano Marco Polo (1254-1324). Se desarrolló especialmente, arrastrada por los relatos de los anteriores aventureros, en la Baja Edad Media (siglos XIV al XV).

Desde enseñadas europeas

Eso sí, los cronistas e intérpretes del pasado nos suelen incluir también un tercer racimo, abierto ya con el segundo: conectaba a China con el norte, sobre todo con



Estos mercaderes, en una obra de la época, circulan por una de las muchas rutas que componían la 'gran ruta'.

Siberia, y floreció, según las dataciones históricas, entre el XVI y XX, lo que no es poco tiempo. No obstante, no es esta la que nos sirve aquí, sino la segunda. La fecha de 1226 viene muy al punto.

Es el año en que el perusino (de Perugia o, castellanizado, Perusia, en la región italiana de Umbría) Juan de Piano Carpini (Giovanni da Pian del Carpine, 1182-1252), monje franciscano, llegaba, aseguran muchos reportajes, hasta la cordillera del Karakórum, entre China, India y Pakistán. En realidad, Piano Carpini arribaba a la ciudad del mismo nombre, que fue capital del imperio mongol, desde el XIII al XV.

En pleno emporio

La Karakórum ciudad, cuyas museabilizadas ruinas y reconstrucciones pueden visitarse ahora precisamente en la

actual Mongolia, nación ubicada entre China y Rusia, se convirtió en el centro neurálgico, el emporio, de una superpotencia que para la época extendía su gobierno, además de por China, también por Asia Central (Kazajistán, Kirguistán, Tayikistán), Persia (por el actual Irán) y en el fondo la mayor parte de Oriente.

El imperio comenzó a ver como una necesidad el conectarse comercial y hasta políticamente con Europa, y esta se encontraba deseosa por abrir fronteras en estos campos. En aquel momento, uno de los, llamémosles, intraestados fuertes europeos era la Corona de Aragón (1164-1707), que abarcó, además de diversos señoríos occitanos, los reinos de Cerdeña, Córcega, Mallorca,

Nápoles, Sicilia y València, los ducados de Atenas y Neopatria (la griega Tesalia), y el condado de Barcelona.

Un muelle favorito

Jaume o Jaime I (1208-1276), el gran aglutinador de este conglomerado, tendrá en la ciudad de València, que conquistó de manos musulimes, una de sus plazas hasta cierto punto más queridas. Esto hizo que la Balànsiya sarracena se convirtiera en otro emporio, donde florecieron las artes, además de, claro, el comercio, en un toma y daca que aquí trajo todo tipo de productos.

Acabó por insertarse en esta suerte de red de redes que se solapó a otras como el camino de Santiago (registrado al menos desde 1140, pero impulsado definitivamente por el

cardenal benejamense Miguel Payá y Rico, 1811-1891) y anticipó una aún en activo, la Internet (1969). Dejó huellas en el 'cap i casal', como el barrio de Velluters (terciopeleros o sederos, en todo caso alguien que trabajaba con 'vellut', un tejido de fibra o pelo natural).

Huellas del pasado

Justo allí, en plena Ciutat Vella, tenemos más muestras de unas artes que nacieron gracias a la Ruta de la Seda. Así, el Col·legi de l'Art Major de la Seda (Colegio del Arte Mayor de la Seda), que fue sede desde 1494 del gremio de 'velluters', establecido en 1479, y que desde 2016 alberga en su edificio barroco (por las reformas del XVIII) el Museo de la Seda.

O la Lonja de la Seda (1470-1483), Patrimonio de la Humanidad desde 1996, construida mirando a la Real Parroquia de los Santos Juanes o Sant Joan del Mercat (XIV-XVI), junto al Mercado Central (1928). Son los testigos, para nada mudos, de una época en la que aquí llegaron los aromas, saberes y sabores del hoy más exótico Oriente.

No fue en realidad una, sino varios racimos de rutas

El camino desde Europa lo abrieron los franciscanos y Marco Polo

La ciudad, favorita de Jaume I, se convirtió en importante dársena

AQUÍ[®]

grupo de comunicación

¡La información más cercana!

Imparables desde nuestra primera edición en junio de 2010

A PRINCIPIO DE CADA MES
NUESTRAS EDICIONES
IMPRESAS

*Contenido inédito y local
elaborado por nuestro
equipo de redacción.*

Consulte el plano de los puntos de reparto de nuestras ediciones impresas en www.aquiplano.com (provincia de Alicante) y www.aquienvalencia.com



Y la actualidad del día a día en nuestros 23 diarios digitales o en

www.aquigrupo.com 



Y a mediados de cada mes la revista impresa y gratuita más completa de ocio, cultura, turismo y bienestar de las provincias de Alicante y València. Un contenido inédito con información, entrevistas, reportajes... y una agenda única para poder disfrutar de cientos de eventos.



Resérvela ya en los puntos de distribución habitual de nuestros periódicos.

También toda la información cultural en nuestra web

salirporaqui.com 

¡No te la pierdas!

20
23

NOVIEMBRE

agenda cultural

Carmen San José

L = lunes
M = martes
X = miércoles
J = jueves
V = viernes
S = sábado
D = domingo

Toda la agenda completa a mediados de cada mes en nuestra publicación *Salir por Aquí*

Hasta 19 noviembre

PAM!22 PAM!23

El conjunto de proyectos expuestos presenta una amplia diversidad de lenguajes, algo común en las últimas manifestaciones artísticas. De esta forma encontramos pintura, escultura, instalaciones interactivas, vídeos, fotografía y performance.

Astillero (pza. Joan Antoni Benlliure)

EXPOSICIONES | VALÈNCIA
M a S: 10 a 14 y 15 a 19 h y
D: 10 a 14 h

Hasta 30 noviembre

DE LA FESTA, LA VESPRA

DE LA FESTA, LA VESPRA

Selección de doce carteles destacados que han servido para anunciar la fiesta del Corpus desde 1981 hasta 2022. Una muestra sencilla pero muy representativa de los estilos, artistas y tendencias que han marcado la cartelería específica del Corpus, que pretende presentar la imagen gráfica de una fiesta tradicional con recursos técnicos y estilísticos propios del cartel moderno.

Museo del Corpus (c/ Rotos, 8).

EXPOSICIONES | VALÈNCIA
M a S: 10 a 14 y 15 a 19 h, D: 10 a 14 h

Hasta 31 diciembre

LA CORONACIÓN DE LA VIRGEN
DE LOS DESAMPARADOS

Muestra que recoge una treintena de fotografías de los distintos actos que se celebraron hace cien años, y abarca todos los eventos como: batalla de flores, congresos, visitas a diferentes entidades, una cabalgata histórico-religiosa y el acto central de la Coronación.

Museo Palacio de Cervelló (pza. Tetúan, 3).

EXPOSICIONES | VALÈNCIA
M a S: 10 a 14 y 15 a 19 h, D: 10 a 14 h

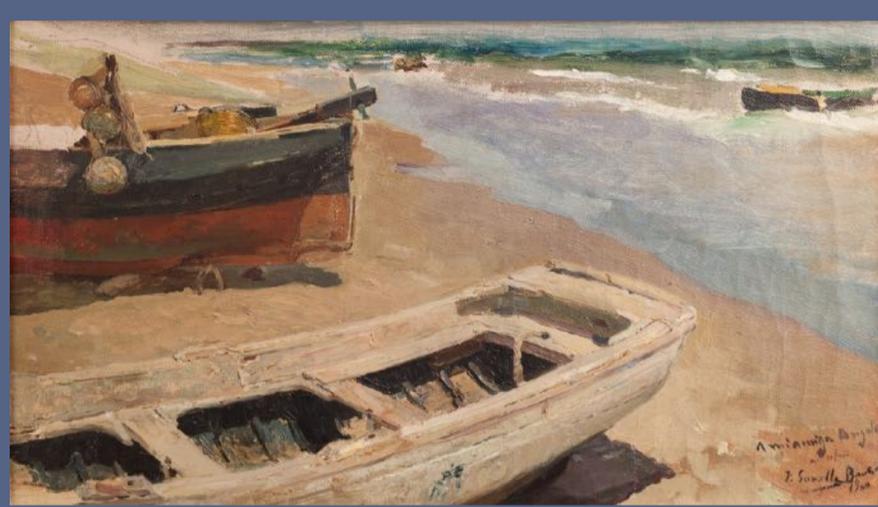
2 al 15 de noviembre

LLEGIM?

Exposición formada por 16 paneles enrollables con ilustraciones y textos de varios profesionales de la escritura y la ilustración valencianos. Contaremos con 25 ejemplares de Llegim? Revista 'devo-ra llibres' con viñetas, juegos, propues-

HASTA
31
DICIEMBRE

LA CIUDAD DE LOS ARTISTAS. JOAQUÍN
SOROLLA Y EL PALACIO DE LAS ARTES Y
LAS INDUSTRIAS DE VALENCIA



140 obras de artistas de la misma época de Sorolla, y que son una muestra de la efervescencia cultural valenciana a finales del siglo XIX y principios del siglo XX.

Museo de la Ciudad.
EXPOSICIONES | VALÈNCIA
M a S: 10 a 19 h y D: 10 a 14 h

tas y actividades dirigidas a niñas y niños entre 7 y 10 años.

Biblioteca Pública Municipal (c/ del Mar, 1)

EXPOSICIONES | ALBORAIA
L a V: 9 a 21 h

3 al 18 de noviembre

MODELISMO

La Asociación de Modelistas Valencianos muestran las mejores piezas de modelismo que disponen, para intercambiar experiencias con otros aficionados y con el público interesado.

Teatro L'Agrícola (c/ Cervantes, 3)

EXPOSICIONES | ALBORAIA
L a V: 9 a 21 h

8 al 19 de noviembre

CARMINA BURANA



A través de impactantes escenas, efectos especiales e incluso fragancias primaverales, el espectador se sumerge de lleno en el universo de La Fura dels Baus. Sobre el escenario un gran cilindro de diez metros de diámetro envuelve literalmente la Orquesta, mientras unas imágenes proyectadas sobre él, ilustran toda la obra de principio a fin. Una Luna gigante, el deshielo, cascadas de agua,

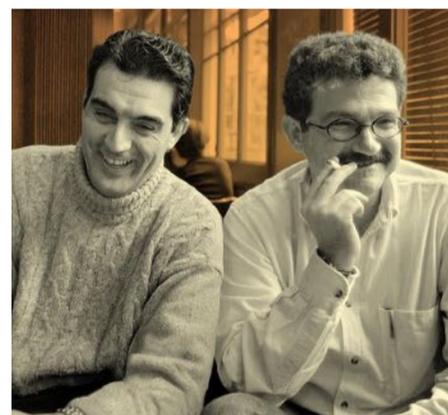
un éxtasis floral, una vendimia en directo, vino, agua y fuego...

Teatro Olympia (c/ San Vicente Mártir, 44)
Entradas: 48 a 64 €

TEATRO | VALÈNCIA
M, X, J y V: 20 h; S y D: 17 y 20 h

8 al 26 de noviembre

EL ÚLTIMO BAILE



Dos cómicos, dos viejas glorias del teatro valenciano, el uno retirado y jubilado, el otro encara en activo y malviviendo como puede, reciben la oferta de trabajar juntos en un homenaje a un compañero muerto. Hace diez años que no trabajan juntos. Hace diez años que no se hablan. Aquel podría ser su último baile.

Teatro Talía.
Entradas: 10 a 18 €

TEATRO | VALÈNCIA
X, J y V: 20 h; S: 18 y 20:30 h; D: 19 h

10 de noviembre

ORQUESTA DE VALENCIA

Julia Kleiter (soprano), Werner Güra (tenor), Ludwig Mitterhammer (baríto-

no), Chor des Bayerischen Rundfunks y Alexander Liebreich (director).

Palau de la Música.
Entradas: 12 a 25 €

MÚSICA | VALÈNCIA
V: 19:30 h

LA GUERRA DE NUESTROS
ANTEPASADOS



Un grito contra la violencia de las guerras es la línea maestra de la novela de Miguel Delibes 'Las guerras de nuestros antepasados', publicada en 1975. Desde el nombre del protagonista, 'Pacífico', hasta el final terrible de la obra, el autor vallisoletano defendió a lo largo de sus páginas la paz frente a la guerra y la no violencia como camino de vida.

Gran Teatro Antonio Ferrandis.
Entradas: 10,50 a 15 €

TEATRO | PATERNA
V: 20 h

10 y 11 de noviembre

DAVID SUÁREZ (monólogos)



David Suárez te ofrece una hora de humor no apto para todo el mundo. El cómico gallego nos propone un viaje por sus pensamientos más oscuros. Un espectáculo en el que nos habla de sus polémicas, de sexo, de juicios, y de envejecer. La reflexión y lo incómodo son las claves de su stand up.

Teatro Olympia.
Entradas: 18 €

HUMOR | VALÈNCIA
V y S: 23 h

CORTA EL CABLE ROJO

Tres cómicos geniales, Rubén Tejerina, Mai Boncompte y Manu Pradas, actúan acompañados de música en directo y osadas proyecciones.

Teatro Talía.
Entradas: 20 €

HUMOR | VALÈNCIA
V: 22:30 h; S: 23 h

10 al 19 de noviembre

EL LECTOR POR HORAS

Un hombre de negocios (Celso), cuya hija (Lorena) ha perdido la visión, contrata a un lector por horas (Ismael), para que le lea en voz alta textos del repertorio literario universal. El encargo requiere la máxima neutralidad enunciativa por parte del lector, pero la fuerza poética de los textos escogidos y la situación misma, llevan a los tres personajes a un laberinto emocional incontrolable.

Teatro Rialto (pza. del Ayuntamiento, 17)
Entradas: 16 €

TEATRO | VALÈNCIA
J: 19 h; V y S: 20 h; D: 19 h

10 al 26 de noviembre

**39 ESCALONES,
UNA COMEDIA DE MUERTE**

Richard Hannay es un soltero canadiense de 39 años que se ve involucrado en una trama de espionaje a raíz de un asesinato que se comete en su apartamento, en el Londres de 1935. A partir de este momento empieza una trepidante comedia de persecución en la que Hannay intentará demostrar su inocencia y desbaratar un plan secreto que podría provocar una nueva Guerra Mundial.

Teatro Flumen.
Entradas: 24 €

TEATRO | VALÈNCIA
V y S: 20 h; D: 19:30 h

11 de noviembre

**UNA TIENDA EN PARÍS
(musical)**



En el destino de Teresa nada se había movido hacía mucho tiempo. Y así habían pasado los años, paralizada ante el proyecto de su vida... hasta que la casualidad y un viejo cartel de una tienda en París que encontró en un anticuario de Madrid, que un día perteneció a una tal Alice Humbert, despertó su irreprimible necesidad de volar. El empujón que Teresa necesitaba para volver a empezar.

Auditorio.
Entradas: 5 a 20 €

TEATRO | CATARROJA
S: 20 h

MARTÍN BOSSI (monólogos)

Teatro La Plazeta.
Entradas: 18 a 20 €

HUMOR | VALÈNCIA
S: 21 h

9 al 12

NOVIEMBRE

SEXPIERTOS



El periodista con parálisis cerebral y la vendedora de caramelos que anda sumida en contradicciones, explicarán sin complejo alguno sus vivencias afectivo-sexuales para demostrar que, cada uno de nosotros, con su parálisis particular, tenemos diferentes miedos, sueños e ilusiones. Una historia

de dos amigos, una historia de crecimiento personal teñida de humor y dolor a partes iguales.

Sala Russafa.
Entradas: 14 €

TEATRO | VALÈNCIA
J, V y S: 20 h; D: 19 h

QUÉ FAREM?



En este espectáculo las historias se crean durante cada función y son producto del momento y de la creatividad de la audiencia. Están salpicadas de ironía y sarcasmo, humor absurdo y humor crítico con la situación actual.

Auditorio.
Entrada libre hasta completar aforo.

HUMOR | CATARROJA
S: 23 h

HENKO

Por la Film Symphony Orchestra. Esta nueva gira nace de las melodías más emblemáticas de películas como: 007: Skyfall, Mulán, Indiana Jones y el templo maldito, La Roca, Star Wars: Obi-Wan Kenobi, Super Mario Bros, Desayuno con diamantes, El Padrino, Pocahontas, Harry Potter y el cáliz de fuego... ¡y muchas más! Una original aventura musical. Una experiencia conmovedora. Un homenaje al cambio interior.

Palacio de Congresos (avda. de les Corts Valencianes, 60)
Entradas: 38 a 54 €

MÚSICA | VALÈNCIA
S: 17 y 21 h

DÚO VAROCH-FERNÁNDEZ

L'Almodí.
Entradas: 10 €

MÚSICA | VALÈNCIA
S: 19:30 h

**LA MARÍA NO TÉ POR
(títeres en valenciano)**

Sala Russafa.
Entradas: 10 €

NIÑ@S Y MÁS | VALÈNCIA
S: 17 h

**VII NOCHE
DEL CIRCO VALENCIANO**

Esta Noche se celebra por dar visibilidad a artistas y compañías circenses valencianas, a la vez que para contribuir a la divulgación del circo como arte escénico singular.

Teatro Principal (c/ de les Barques, 15)
Entradas: 10 €

OTROS | VALÈNCIA
S: 20 h

11 al 26 de noviembre

LA SIRENITA, EL MUSICAL



Ariel, una joven sirena que sueña con salir del mar, vivirá una gran aventura junto a todos sus amigos: Flandi, Sebas, El Profesor Marino y Mari La Calamari, entre otros.

Teatro Flumen (c/ de Gregori Gea, 15)
Entradas: 12 €

NIÑ@S Y MÁS | VALÈNCIA
S: 17 h; D: 12:30 h

12 de noviembre

**EL CAU DEL TABALET
(teatro en valenciano)**

Un pequeño conejo se queda solo en su madriguera porque su madre ha salido a buscar comida. Durante la espera van pasando animales que, desde fuera, quieren jugar con él, pero nunca se decide. Hasta que escucha un ruido desconocido que lo atrae hasta el punto de no poder resistir las ganas de salir. El ruido es el silbido de una serpiente que ataca al pequeño. Entonces llega la madre y echa a la serpiente.

Teatro L'Agrícola.
Entrada: 3 a 4 €

NIÑ@S Y MÁS | ALBORAIA
D: 18 h

CORTA EL CABLE ROJO

(Ver día 10 y 11 de noviembre – mismo argumento)

Auditorio.
Entrada: 5 a 18 €

HUMOR | CATARROJA
D: 19 h

TERAPIA



Psiquiatra y paciente nos sumergen en un cúmulo de situaciones desconcertantes y divertidas, con un desenlace que nos deja un buen sabor de boca.

Auditorio.
Entradas: 7 €

TEATRO | TORRENT
D: 19 h

14 de noviembre

ANTONIO REYES

Teatro Talía (c/ Caballeros, 31)
Entradas: 18 a 23 €

MÚSICA | VALÈNCIA
M: 20 h

15 de noviembre

CARTAS VIVAS

Las cartas entre Elena Fortún y Carmen Laforet cobran vida sobre un escenario. Su escritura, sus ideas, su pensamiento y sus vidas se entrelazan como las melodías de una pieza musical en esta propuesta escénica.

Auditorio.
Entradas: 10 a 15 €

TEATRO | TORRENT
X: 20 h

ENTREVISTA > Olga Blanco / Soprano (València, 3-marzo-1975)

«Los artistas estamos destinados a un bien humano superior»

La soprano valenciana analiza la actualidad lírica de la Comunitat, aportando una visión cosmopolita de las artes

ALEJANDRO PLA

Olga Blanco es una soprano que pronto sintió la llamada de la lírica. El arte corre por sus venas desde muy niña y por el canto se ha formado, disciplinado y viajado allá donde fuera preciso, desde València a Barcelona y luego a Viena, a fin de poder estar cerca de los mejores.

Sensible como pocas y valiente como aún menos, la artista valenciana charla con AQUÍ Medios de Comunicación en una entrevista que no dejará al lector indiferente.

Te voy a confesar una cosa. La primera vez que fui a la ópera me tuve que salir en el segundo acto. Era 'Madame Butterfly', en el Principal de València. Luego vi una adaptación de 'Così fan tutte' en Moma Teatre y fue una auténtica delicia. ¿Fue un error aproximarme a la ópera 'a lo grande'?

Siento muchísimo que tu primer contacto con la ópera fuera tan poco positivo. Quiero pensar que fue probablemente debido a una puesta en escena histriónica o a una interpretación a lo mejor sobreactuada.

Considero que no es un error, sino que es indispensable comenzar a escuchar y ver ópera en su estado más puro y en un teatro destinado a tal finalidad. Iniciarse con una ópera clasicista como Mozart sería lo indicado; o también con una comedia belcantística como 'La Cenerentola' (Rossini), 'Il barbiere di Siviglia' (Rossini) o 'L'elisir d'amore' (Donizetti).

¿Es amplio el circuito de ópera en València? ¿Y en la Comunitat en general?

La Comunitat Valenciana no es sólo bandas de música, jolgorio, fallas y fiesta, también es un lugar en el que siempre han nacido y se han desarrolla-



Olga Blanco posa delante de un grafiti.

do grandes voces privilegiadas de la lírica, así como artistas de gran importancia internacional.

El problema es que para poder hacerse un nombre, en la mayoría de las ocasiones tienes que salir al extranjero. Es muy triste, porque al no invertir en las voces de ópera valencianas, ni en su formación de calidad, ni en su difusión y permanencia, estamos desamparados por todos los gobiernos.

También, a menudo, muchos de los políticos de estos lares tratan de politizar a los artistas. Los cantantes líricos somos activistas de las emociones humanas, nos debemos a la honorabilidad del arte y no a sus campañas políticas. Estamos destinados a un bien humano superior.

Da la impresión de que el público de ópera es fijo, que cuesta hacerlo crecer. ¿Esto es así?

Aquí no se invierte en abrir el mundo de la lírica a todo el público en general. Es entonces difícil que se expandan campos o que se tiendan puentes a un nuevo público. Son malos tiempos para la lírica, no en su calidad ni en su importancia, sino en su difusión.

La pandemia favoreció también el desastre a nivel cultural. Se cerraron festivales de verano, teatros... Muchos artistas líricos perdieron su vida. Pero el verdadero 'quid' de la cuestión es que la ópera y los cantantes líricos no son promocionados.

Estudiamos la mayoría a conciencia historia del arte y de la música, lenguas, solfeo,

armonía, estética musical, física referente a la hidráulica de fluidos y a la acústica, así como anatomía y fisiología de la voz, del oído y del lenguaje y técnica vocal, y por supuesto todo el repertorio.

¿Y qué me dices del tópico de que para vivirlo en directo es una "afición para ricos"?

El nacimiento de la ópera y su difusión en los teatros jamás fue para un público rico. Había ricos, pero también personas que no lo eran, que iban continuamente al teatro y disfrutaban de su mensaje.

Los zafios sin escrúpulos, que confunden la cultura del vano entretenimiento con el arte y que sólo son capaces de entender el arte como negocio, han hecho de la lírica un espejismo; un Fata Morgana de mundo exclusivo, rancio, superior y elitista, que como artista y nieta de sindicalista, comprenderás que no comparto en absoluto.

¿El éxito de público se basa en la programación, las fechas, el repertorio, los precios...?

El éxito del público se basa en poner en escena obras de calidad, con escenografías acor-

des, que emocionen, que inspiren, con cantantes que den lo mejor de sí. Asimismo, sería muy interesante traer y rescatar obras de magnitud casi olvidadas y ponerlas en la programación.

También apostando por compositores actuales, incluso noveles. Muchas obras y compositores se han quedado en el olvido y al final los teatros programan siempre lo mismo. El público se sorprendería y amaría las maravillas que se han desechado simplemente por costumbre, no por belleza ni por prestigio.

Tú has trabajado en muchos países. ¿Qué fórmulas para atraer al público le parecen exportables?

Hay una fórmula que no existe en España, que es la más típica en Centroeuropa: el 'Stehplatz' (o llamado billete de pie). Ofrece la posibilidad de escuchar y ver una ópera apoyado de pie, de manera asequible, por una entrada que oscila entre los nueve y los veinte euros.

La Ópera de Viena cuenta con 435 entradas así. No existe motivo por el que no accedan a la cultura. Es muy emocionante

«El 'Stehplatz' (billete de pie) permite asistir a la ópera por un precio inferior a veinte euros»

«De mi estancia en Viena aprendí disciplina, seriedad, puntualidad y a fluir como músico»

«He escrito 'New York, 1 East 66th Street', obra dramático-musical basada en hechos reales»

ver que casi los 365 días del año la ópera está abierta y hay función, a las personas que van con sus hijos pequeños; incluso hay familias numerosas o personas con salarios reducidos.

València es tierra de artistas, de músicos. ¿Crees que se potencia lo suficiente en la base?

No potencia lo suficiente a sus talentos. El problema está latente, es un problema de cambio a mejor de mentalidad. Comenzar a esperar lo positivo y excepcional de todos nosotros y de los demás, motivar y potenciar nuestras cualidades como sociedad.

Por desgracia, en todos los campos se deja de lado a los verdaderos talentos: en la investigación, en los grandes pensadores, los genios y también en el mundo del arte y de la cultura.

Centrémonos en ti. ¿Te resultó duro compaginar tus estudios escolares con las clases de canto? Son muchas horas y tú ibas al Liceo Francés, un colegio muy exigente académicamente. ¿Cómo recuerdas tu adolescencia?

Esa época era exigente, porque si buscas lograr objetivos más allá de cumplir, si tu ideal interior es intentar tratar de acercarte algo a la excelencia, es un camino muy duro, a veces frustrante y difícil.

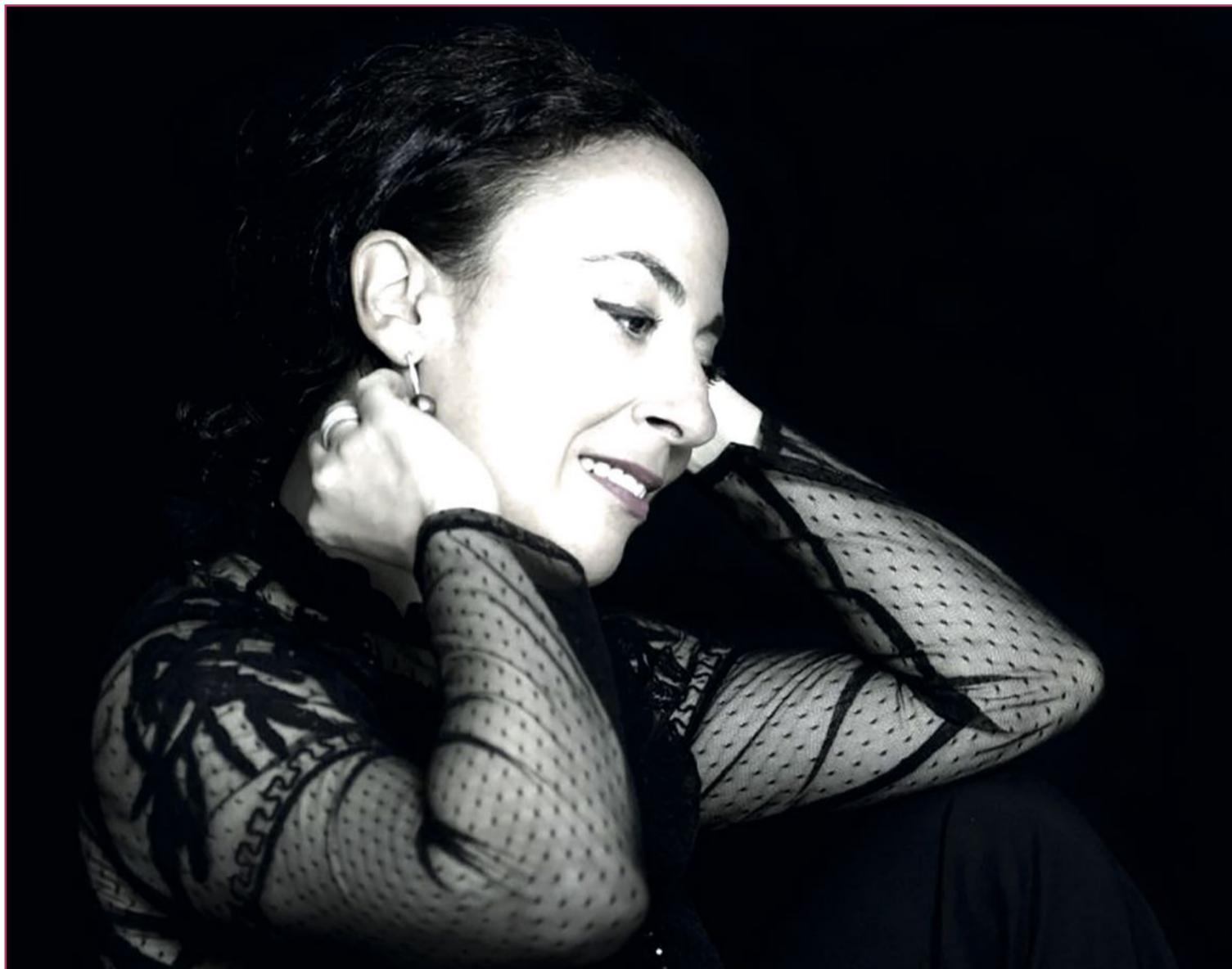
En el Liceo Francés, por ejemplo, fue indispensable la profesora Madame Thérèse Klein para desarrollarme y conocer que mi mundo era el del canto lírico. Se lo debo todo a ella y le estoy muy agradecida por lo que me enseñó, y por el cariño y fe depositados en mí.

¿El francés que aprendiste del Liceo te resultó de especial ayuda para todo el repertorio lírico en dicho idioma? ¿Ha sido un 'plus' respecto a otras compañeras no francesas?

El francés me ha sido indispensable para crecer, para utilizarlo en el día a día, a veces para recurrir a otra mentalidad, para expandir mi universo, para poner en duda mis valores y convicciones, para caerme y reencontrarme con una energía renovada y para ser más tolerante.

En lo que se refiere al repertorio musical, me ayudó sobre todo en lo que respecta a las canciones artísticas, pues casi todos los textos eran poemas que curiosamente habíamos estudiado en clase: Victor Hugo, Guillaume Apollinaire, Charles Baudelaire...

Progresaste en tus estudios superiores en la especialidad de Ópera en el Conservatorio del Gran Teatre del Liceu de Barce-



La soprano Olga Blanco se prepara antes de una actuación | Rania Slim

lona. ¿Qué aprendiste en aquella etapa?

En aquella etapa aprendí a escuchar al interior, a ser yo misma. Entendí la importancia de no traicionar nuestra esencia como artistas ni por gustos ni por conveniencias. Aprendí a no ceder a la decadencia.

También la importancia de saber esperar, estar en ataraxia, no forzar la voz, ni el cuerpo, ni adelantar el repertorio, y más tratándose mi voz de una tesitura de soprano dramática.

Posteriormente marchas a Viena. Austria supuso un cambio en términos profesionales y vitales.

Austria supuso un cambio radical en mi vida. Allí llegó una faceta llena de mayor creatividad, pero también de disciplina, seriedad, puntualidad. Supuso el permitirme fluir como músico, por lo que fue un cambio profundo en mi crecimiento como artista.

¿Por qué decidiste regresar a España?

Volví a España con motivo del coronavirus, por un problema familiar. En ese tiempo terrible de adversidad e incertidumbre cerraron los teatros de Europa y del mundo, con un 95 % de pérdidas para todos los artistas y teatros.

Escribí 'New York, 1 East 66th Street', una obra dramático-musical, basada en hechos reales, en cinco actos y un epílogo, que espero llevar en breve a los teatros.

La nómina de directores con los que has trabajado es amplia. ¿Te pongo en un compromiso si te pido el nombre de uno que te haya marcado?

Siempre he aprendido de cada director algo que me ha ayudado a seguir avanzando. No podemos olvidar a los pianistas correpetidores de los teatros, que te pueden ayudar muchísimo, pues van más allá de pasar el repertorio con ellos, también son instituciones del saber.

¿Hay un compositor para cada momento o hay uno que sea 'total'?

Cada compositor tiene su embrujo y su momento. Pero

hay seis de ellos que me tocan tan profundamente mi alma, que incluso sueño a menudo con ellos, y curiosamente en ese mundo onírico, me dan consejos e ideas: Mozart, Puccini, Verdi, Korngold, Wagner y Rodrigo.

Has actuado en España, Italia, Bélgica, Alemania, Suiza, Francia y Austria. ¿Hay un rasgo común en todos sus públicos? ¿Algo que les diferencia?

Un rasgo en común a todos los públicos es el estrecho lazo que se forma entre música, artistas y público. La música nos libera, nos hace mejores a todos, nos confronta con nuestras emociones más íntimas y nos da nuevas ideas.

Una diferencia entre países es el acercamiento inicial. Los centroeuropeos te escudriñan

musicalmente más, toman más distancia cuando comienzas a cantar, porque tienen en general más cultura operística y tardan más en aceptar al artista.

Para acabar, ¿es cierta la leyenda de que una soprano puede hacer estallar una copa de cristal con según qué nota?

Sí que ocurre que se puede emitir con la misma frecuencia sonora que el cristal y que este se rompa. Si se le acerca un sonido periódico que emita a la misma frecuencia, podría llegar a amplificarla, por lo que la copa empezaría a vibrar y cada vez iría a más, hasta romper.

La verdadera hazaña no es romper copas, vasos o ladrillos... El verdadero reto es liberar mentes, sanar dolores y conectar con las emociones más profundas.

«Mozart, Puccini, Verdi, Korngold, Wagner y Rodrigo tocan profundamente mi alma»

«Los centroeuropeos escudriñan musicalmente más, toman más distancia cuando comienzas a cantar»

«Liberar mentes, sanar dolores y conectar con las emociones es la hazaña de una soprano»

Ecós románticos desde los sesenta

La canción melódica sembró los escenarios de exitosos intérpretes, algunos de ellos nacidos y fogueados desde estas mismas tierras

FERNANDO ABAD

El alcoyano Camilo Blanes Cortés (1946-2019), Camilo Sesto, era muy amigo de sus amigos. A la que le pedían, lo mismo se apuntaba al bautismo, boda o comunión de hijos, nietos, tataranietos, de una amistad. Para darle lustre. Sonaba la música y, con un hilo de voz, se venía arriba. Lo que podía resultar patético, devenía memorable, con esa osadía que le había resucitado artísticamente tantas y tantas veces.

Así, consiguió ser un ídolo para diversas generaciones, de gustos muy diferentes. Una notable evolución, hacia estilos como el pop setentero y ochentero, el rock o el sonido disco, para quien fue uno de los grandes nombres de la llamada canción melódica o balada romántica (una de las bases, por cierto, del pop), y donde la actual Comunitat Valenciana ha dado también otros importantes nombres.

Unos cuantos nombres

Efectivamente, este hijo de familia humilde, que añadió el inglés a los idiomas de crianza, valenciano y castellano, y que comenzó con el disco 'Los Dayson' (1965), para el grupo del mismo nombre (que en septiembre del pasado 2022 dio un multitudinario concierto en el alcoyano Teatro Calderón), figura en un parna-



El alcoyano Camilo Sesto se convirtió en uno de los pioneros de la canción melódica.

Es un género hispano, que triunfó en ambas orillas oceánicas

so local y, al tiempo, internacional que anota otros nombres.

No podemos olvidarnos de los valencianos Juan Bau o Nino Bravo, o de los alicantinos Francisco o Jaime Morey. De los citados, por cierto, solo quedan vivos el alco-

yano Francisco, quien se decidió por otro género musical, y el aldaier Juan Bau, aunque Internet lo 'mató' en 2016. En todo caso, antes de continuar hablando sobre ellos, ¿qué es eso de la canción melódica?

Fenómeno hispano

La primera definición que nos encontraremos nos habla de un género donde la persona que canta (solista) lo suele hacer con acompañamiento orquestal. Ante todo, interpreta baladas, princi-

palmente románticas, aunque no reniega al añadido de otro tipo de músicas. Eso sí, se trata de algo principalmente hispano, lo que permitió, por cierto, el triunfo de sus intérpretes en ambas orillas oceánicas.

LaVila
MUEBLES & DECORACIÓN
MES del
DESCANSO

Colchones Viscoelástica
desde **119€** *¡¡La Mejor OFERTA!!*



PACK Somier Articulado + Colchón Viscoelástico



desde **467€**

Muelles Ensacados + Viscoelástica
desde **229€** **2 CARAS**



PACK Colchón + Base Tapizada + Patas + Almohadas Visco



desde **399€**

Muelles Ensacados 7 zonas + ViscoGEL
desde **385€** **2 CARAS**



PACK Canapé + Colchón Muelles Ensacados + Visco 2 Caras



desde **576€**

Si afinamos más, veremos que primaron los a las cantantes, como el barcelonés Dyango o el madrileño Julio Iglesias, o también el caraqueño José Luis Rodríguez 'El Puma' y el puertorriqueño Luis Miguel. Aunque excepciones a la regla hay, como la madrileña Paloma San Basilio o la bonaerense Valeria Lynch. Triunfaron a oleadas: los sesenta, los setenta y ya los ochenta. A partir de ahí, al estilo se le tuvo como obsoleto.

Múltiples influencias

Añadamos que la canción melódica escurrió en boleros, blues, jazz o rock and roll, la 'chanson' francesa o las baladas italianas. Como todas, germinadas en la música barroca (entre el XVI y el XVIII), con sus composiciones tonales de cifrado armónico (interpretación simultánea de unos acordes y un bajo). Con tales cadencias hizo leyenda Luis Manuel Ferri Llopis (1944-1973), natural de Aiello de Malferit (Vall d'Albaida), y Nino Bravo de nombre artístico.

Quien se pasó la vida como despidiéndose, con las letras de buena parte de los temas que inmortalizó, como 'Un beso y una flor' o 'Libre' (ambas de 1972), lo hizo definitivamente debido a un accidente de tráfico de camino a Madrid. Se raía así una carrera vital y artística que comenzaba en 1962, tras hacer realidad unos sueños alimentados mientras, entre otros trabajos, laboraba de lapidario (o sea, labrando piedras preciosas).

Muertes falsas y reales

Pero a quien popularizó la canción 'América, América' (1972, retomada en 1986 por Luis Miguel) y a Camilo Sesto podemos sumar-

Juan Bau tuvo que grabar un vídeo para desmentir su muerte



El cantante valenciano Nino Bravo vio su vida truncada en la carretera, aunque siguió el mito.

les más nombres. Juan Bau, por ejemplo, debutaba ya en 1972, en esa segunda hornada que enlazó, igual que lo más sonado de su carrera, con los ochenta. Pero es que Bau incluso vivió, como Camilo, 'resurrecciones', con discos como 'Nuestras canciones' (1999) o 'Súper éxitos de Juan Bau' (2009).

Después, Juan Bautista Conca (nacido en 1948) se retiró a disfrutar de familia, naturaleza y su afición a la pintura hasta que tuvo que aparecer, a finales de 2016, en un vídeo tomado en Calp (Ma-

rina Alta) para desmentir su supuesta muerte, anotada desde la Wikipedia el 28 de noviembre de ese año. Sí fue real, en cambio, la del también productor musical Jaime Morey (1942-2015).

Con nuevos formatos

Morey entró en la fama en los setenta, aunque comenzó profesionalmente en la década anterior. Fue en un programa de TVE, un pre-'OT' llamado 'Pasaporte a Dublín' (1970), para decidir quién iba a 'Eurovisión' (fue la jienense

Karina; al año siguiente le tocó a Morey, que se rumoreó que aquí había quedado segundo). En aquel programa, por cierto, también competía Nino Bravo. El género dio los últimos coletazos entre los ochenta y noventa.

El alcoyano Francisco González Sarriá, nacido en 1959, triunfaba con la canción 'Latino' en el festival de la Organización de Televisión Iberoamericana (OTI) de 1981. Fue el último gran espaldarazo a un género que hoy asoma muy mixturizado con otros (como

en algunos temas de la sancugatense Rosalía, quien estudió musicología). El propio Francisco cambió lo melódico por lo lírico, lo que también tiene su parte romántica.

Estos temas dieron los últimos coletazos entre los ochenta y noventa

CANTUESO

ORO

est. 1867

www.noaracompany.com

Un bigastrense 'arregló' el Himno de España

Francisco Grau fue el autor de la versión definitiva de nuestro himno nacional cuando fue adquirido por el Estado

DAVID RUBIO

Este año se cumple el 170 aniversario desde que la melodía conocida originariamente como la 'Marcha de Granaderos' fuera adoptada como himno oficial de España. Se trata de una canción que en realidad es incluso más antigua, pues data por lo menos del siglo XVIII.

Durante todo este tiempo esta pieza musical ha estado sujeta a algunos cambios e incluso ha tenido diferentes letras o ninguna. Su última modificación más importante fue precisamente obra de un vegabajero, el músico y militar Francisco Grau.

Historia de la canción

No hay consenso entre los historiadores sobre cuando se compuso nuestro actual himno nacional, y menos aún sobre quién sería su autor original. Algunos apuntan a que esta canción podría tener raíces árabes durante la dominación islámica de la Edad Media, mientras que otros la sitúan en la época del emperador Carlos I de España y V de Alemania.

Su primera mención conocida consta en un libro sobre música militar escrito en 1761, donde su composición se atribuye a Manuel Espinosa de los Monteros (entonces director de la Real Capilla de Música). En esta publicación se la identifica como la 'Marcha de los Granaderos', es decir, de los soldados especializados en lanzar granadas de mano.

El éxito popular de esta melodía hizo que el rey Carlos III la adoptara poco después como una marcha real que se tocaba en muchos de los actos oficiales del monarca. Sería su bisnieta Isabel II quien la declararía oficialmente como himno nacional en 1853, si bien en la práctica ya se venía utilizando como tal desde décadas atrás. Y a partir de entonces lo ha seguido siendo, con la salvedad de un único intervalo durante los años de la Segunda República (1931-39).

Muchas letras, pero ninguna

Al ser una marcha de origen militar, en sus primeros tiempos no era cantada sino más bien tocada a golpe de corneta u otros instrumentos. Por tanto no pesa letra alguna. Sin embargo la consolidación de la Marsellesa como himno patrio popular en Francia motivó a que cada vez más países adoptaran canciones que pudieran ser cantadas por la población.



En España la primera letra conocida de la Marcha de Granaderos data incluso de diez años antes de que fuera declarada himno nacional. Luego se ha ido cambiado varias veces, dependiendo sobre todo del régimen político de turno. Incluso algunos músicos por su cuenta se han lanzado a escribir sus propias versiones, como los re-

cientes casos de Joaquín Sabina o Marta Sánchez.

Incluso los niños españoles de los años 70 inventaron su propia versión gamberra, la cual no vamos a reproducir aquí aunque todos nos la sepamos. Aún con todo hoy en día el nuestro es uno de los únicos tres himnos nacionales del mundo que no poseen letra oficial, junto al de Bosnia y San Marino.

La música de nuestro himno fue originariamente una marcha militar utilizada por los granaderos

Hasta 1997 los derechos del himno nacional español no pertenecían a España

Músico bigastrense

Por otra parte, nuestro protagonista Francisco Grau Vegara nació el 22 de enero de 1947 en Bigastro. Ya siendo niño tuvo mucho contacto con la música por influencia de su familia. Comenzó tocando el bombardino en la banda municipal de su pueblo. Luego se pasó también al trombón, instrumento que le acompañó en sus estudios superiores de Musicología.

Francisco Grau era natural de Bigastro y estuvo toda su trayectoria ligado al ejército

Finalmente optó por la carrera militar, pero sin abandonar su pasión musical en ningún momento. En 1988 fue nombrado director de la Unidad de Música de la Guardia Real. Igualmente también dirigió durante algunos años la banda de la Guardia Civil, así como esporádicamente otros importantes conjuntos tales como la Orquesta Nacional de España o la Orquesta Sinfónica de RTVE.

Grau se distinguió por ser un gran compositor, y con sus piezas participó en multitud de festivales y certámenes. En 1989 incluso le ofrecieron ser el presidente del jurado en el tan prestigioso Certamen Internacional de Habaneras de Torre Vieja.

El himno de Grau

En 1997 le llegaría el encargo que más fama dio a su carrera. El Gobierno de España (entonces presidido por José María Aznar) quiso comprar los derechos del himno nacional, ya que por entonces pertenecía legalmente a la familia de Bartolomé Pérez Casas (músico que había realizado unos arreglos a la melodía en 1908, cuya versión se utilizaba desde entonces).

No dejaba de ser una situación un tanto paradójica que España no fuera la propietaria de su propio himno. Así pues el Gobierno adquirió los derechos y contactó con el músico bigastrense para que le añadiera unos nuevos arreglos musicales que la hicieran una canción más interpretable por bandas u orquestas.

Desde entonces la versión del himno nacional que escuchamos en actos institucionales, eventos deportivos o incluso en el mensaje navideño del Rey es la de nuestro ilustre músico allicantino.

Una vida de éxitos

Francisco Grau falleció en 2019 tras una vida en la que recibió múltiples reconocimientos y distinciones. Su legado musical sigue presente en numerosas marchas militares, procesiones de Semana Santa, pasodobles festeros, etc.

En el ámbito militar tampoco le fue nada mal, dado que se convirtió en el primer oficial músico en la historia del ejército español en ascender a Coronel Músico y luego fue General de Brigada del Cuerpo de Músicas Militares, así como asesor en la subsecretaría del Ministerio de Defensa.

Embrujos florales en nuestros bosques

En la Comunitat Valenciana existe un elevado número de especies endémicas de la familia de las orquídeas, en jardines y al natural

FERNANDO ABAD

Mira que son difíciles, las orquídeas, a la hora de cultivarlas; de que se reproduzcan, se conserven. Poseen tales ultraespecializaciones que los ejemplares, los que pueden observarse en cualquier cita museabilizada sobre ellas en la Comunitat Valenciana, como la exposición anual en el Jardín Botánico de València o el recinto visitable en el Jardín de Santos, en Penàguila (l'Alcoià), adquieren los más diversos aspectos, olores o texturas.

Triquiñuelas naturales preparadas, en un laborioso proceso adaptativo de una familia vegetal de incierto origen y distribución mundial, para ser fecundadas por los más diversos insectos. Existen entre 25.000 y 30.000 especies de orquídeas en el mundo, más las que aún queden sin descubrir en selvas perdidas y los cerca de 60.000 híbridos producidos por las personas practicantes de la floricultura, de forma profesional o aficionada. Y eso que no es fácil.

Especialización máxima

Las orquídeas, en general, no soportan con facilidad los intentos de reproducción 'asistida': sus especializaciones dificultaron durante siglos dicha tarea, lo que no casaba bien con la notable demanda de las orquídeas, de sus variadísimas versiones. Prácticamente hasta el pasado siglo no se pudo comenzar a reproducirlas mediante semillas en un entorno artificial (de manera aceptable para su comercialización, se entiende).

Esta especialización por, y valga la redundancia, especie, por otra parte, es lo que ha permitido que, por ejemplo, no exista un olor específico a orquídea. Las 'tretas' de las flores 'Orchidaceae' para conseguir su polinización las ha llevado a desarrollar, por especie, repetimos, los más dispares aromas, como el de cítricos de la orquídea limoncillo ('Eucheline karwinskii'). Y eso sin olvidarse



Las orquídeas, por sus peculiares formas, han ejercido siempre un poderoso influjo.

de que las vainas de vainilla surgen precisamente de una orquídea, la 'Vainilla planifolia'.

Temibles aromas

En ocasiones, eso sí, para atraer a los insectos que han de ayudar de manera importante a su reproducción, polinizándolas (transportando en sus extremidades el polen de una planta a otra), el olor toma tintes nauseabundos. Es el caso de la 'Bulbophyllum beccarii', que crece en los bosques pantanosos de Borneo, cuya inflorescencia colgante (racimo de pequeñas flores) huele poco menos que a demonios... directamente podridos.

La mitología exploradora, con respecto a esta especie, alude siempre al naturalista que, queriendo dibujarla, perdió el sentido repetidas veces. Pero no nos olvidemos tampoco de las mil y una formas, siempre adaptadas, como los colores

y los olores, a potenciar su reproducción, o su alimentación. Para lo primero, las flores disponen de las más variadas argucias.

Trucos para fertilizar

Una determinada especie de orquídea puede oler a las feromonas de la hembra de un específico tipo de insecto (generalmente, son los machos los polinizadores), puede incluso semejarse en forma a dicha hembra. O disponer de una suerte de pétalos trampolín que llevan al insecto sí o sí a donde haga falta para iniciar o completar el proceso, u ofrecerse convirtiendo parte de la flor en un cuenco...

Por alimentación, pueden ser epífitas (de las palabras griegas 'epi', arriba, y 'phyton', planta), que necesitan de otra planta para enraizar, aunque los nutrientes los obtienen del humus (capa superior del suelo

con actividad orgánica), el agua de lluvia, la humedad; terrestres, que se alimentan directamente del suelo por raíces; o litófitas (también del griego, 'lithos', piedra, y 'phyllon', hoja) o semiterrestres, que enraízan sobre rocas. Las primeras y las terceras, además, pueden ser trepadoras.

Ejemplos locales

De todo esto, ¿qué nos toca a nosotros? Según datos de la Generalitat Valenciana, por estos pagos existen de forma silvestre 69 especies, más 21 híbridos. Aparte, 59 están registradas como propias, endémicas (del latín, 'en', dentro; 'demos', pueblo; e 'ico', relativo a). En algunas especies, el endemismo ilustra bien las especificidades de las 'Orchidaceae', como la 'Ophrys lucentina', que solo se da al norte de la provincia alicantina y al sur de la valenciana.

En este caso, el insecto polinizador es la abeja que zumba por estos pagos. Otras son adaptaciones locales de especies costeras mediterráneas, como nuestra aclimatación de la orquídea gigante ('Himantoglossum robertianum'), bautizada literalmente como 'mosques grosses' (moscas grandes). Se-

gún el libro colectivo 'Orquídeas silvestres en la Comunidad Valenciana' (2001), "las orquídeas valencianas aparecen desde el nivel del mar hasta los macizos más elevados".

Protegidas del comercio indiscriminado

Para disfrutarlas, queda la opción didáctica, ayudada en general mediante abundante cartelería, como en los casos antes citados de València y Penàguila. O hacerse con la mochila y el calzado adecuado y marchar a los bosques, los que aún no han sido vandalizados por pirómanos, finiquitando de paso unas ricas floras y faunas rebosantes de endemismos, para encontrarse con las orquídeas en plena naturaleza.

Pero nada de arrancarlas. Las orquídeas poseen el máximo rango europeo de protección frente al comercio, ya desde la misma directiva 92/43/CEE, antes de entrar en vigor (el 1 de noviembre de 1993) el Tratado de Maastricht o Maastrique, el conjunto normativo por el que se rige la Unión Europea. Si no se posee autorización administrativa, mejor mirar y, en todo caso, dejarse atrapar por el embrujo de las orquídeas.

Hay una exposición anual en València y otra permanente en Penàguila

Se han catalogado hasta 69 especies endémicas por estas tierras

La normativa comunitaria las defiende desde antes de Maastricht

Cuando la Comunitat Valenciana tiembla

Aunque tengamos la sensación de estabilidad, lo cierto es que estas tierras se encuentran en su mayor parte en plena zona sísmica

FERNANDO ABAD

El más mediático. Aquel del que se habló y se sigue contando. El 21 de marzo de 1829, a las seis y cuarto de la tarde, en las coordenadas 38° 5' N 0° 41' O, o sea, con epicentro en Torrevieja, pero en un área que también comprende otras localidades de la Vega Baja del Segura, como Benejúzar y Rojales, se desató un apocalíptico terremoto de 6,6 grados en la escala sismológica de Richter.

No solo afectó a la comarca; se pudo sentir prácticamente en toda la zona sur de Alicante y provincias limítrofes. Anotadas quedan las cifras: 389 muertos, 377 heridos y 2.965 viviendas completamente destronadas. Pero lo más importante es que sigue figurando en crónicas y libros de historia como señal de que, por la Comunitat Valenciana, también se mueve la tierra bajo nuestros pies.

Otros fenómenos

El terreno que pisamos, sobre el que vivimos, en el que vamos depositando minuto a minuto nuestros recuerdos, no es tan firme como nos transmite nuestro día a día. Un transcurrir vital que por estos pagos, y por otros muchos, suele trastocarse por otros fenómenos telúricos (pertenecientes o relativos a la tierra o, también, la influencia del suelo de una comarca sobre sus habitantes).

Huracanes, temporales costeros, tornados, algún que otro tsunami, por ahora de poco volumen de agua desplazada (el último devastador registrado en suelo español se originó en las costas gaditanas en 1755). Por cierto, que esto nos abre la caja de Pandora sísmica, porque la mayoría de tsunamis están provocados por terremotos o maremotos, y no son tan raros como creíamos.

Alta actividad sísmica

El caso es que el terremoto que aconteció en Lorca, en la vecina comunidad murciana,



La tierra tiembla, se agrieta, el terremoto campa ya a sus anchas.

el 11 de mayo de 2011, de 5,1 en la escala Richter (de 10: lo máximo que se ha llegado ha sido a 9,6 desde la ciudad chilena de Valdivia, en 1960), se encargó de recordarnos que en parte del levante español nos encontramos también a merced de los movimientos tectónicos, que no es cosa de lugares lejanos, tipo San Francisco.

Que el Mediterráneo sea una zona de alta actividad sísmica resulta bastante lógico si tenemos en cuenta que este mar, de 2.510.000 kilómetros cuadrados de superficie (251.000.000 hectáreas) y 3.735.000 kilómetros cúbicos de volumen, se encuentra en plena confrontación de las placas continentales euroasiática y africana. Antaño fue lago, hasta que, posiblemente por un gran movimiento tectónico, se abrió el estrecho de Gibraltar hace unos 5,33 millones de años.

Principales placas

Las placas tectónicas (y esto es una reducción para que resulte más claro) no hacen sino 'flotar' sobre el magma interior

terrestre, y tropiezan unas con otras. De oeste a este y de norte a sur, las placas pacífica (la Tierra es esférica, al final tenemos otra vez esta), norteamericana, de Nazca, sudamericana, euroasiática, africana, arábiga, iránica, filipina, indoaustriana... Bajo todas ellas, la placa antártica.

En la Comunitat Valenciana nos interesan especialmente la euroasiática y la africana, que llevan siglos rozándose, pero sin cariño: el fenómeno continuo de subducción, con la litosfera (corteza) africana deslizándose bajo aquella sobre la que vivimos, no deja de provocar tembleques. Se da además la circunstancia, planteada por varios científicos, de que de forma natural podría estar invirtiéndose la subducción.

El Mediterráneo se encuentra en plena confrontación de dos placas continentales

De norte a sur

El mapa de riesgo sísmico en la península ibérica elaborado en 2021 por el Instituto Multidisciplinar para el Estudio del Medio Ramón Margalef (IMEM, creado en 2014) señalaba como la zona más proclive a la comprendida entre buenos cachos de las provincias de Málaga, Granada y Almería, buena parte de Murcia y Alicante, un buen trozo de València y una pizca de Girona.

La tierra sigue temblando en la Comunitat Valenciana: el 19 de agosto de este mismo 2023, por ejemplo, se registraba un seísmo de 1,5 de magnitud en Sueca (Ribera Baixa); un mes antes, el 18, había tocado uno de 2,5 grados en Carcaixent (Ribera Alta). Pero en la Vega Baja se riza, por convulsiones, el rizo, ubicada como está sobre dos fallas (fracturas en la corteza terrestre): la de Benejúzar-Benejúzar y la de Guardamar.

Más ejemplos

Pero la interacción entre las microplacas ibérica y de Alborán, con la gran placa africana, provoca tensiones que se ce-

ban, además de en localidades como Granada, Málaga, Murcia o la Vega Baja, en otros puntos de la Comunitat Valenciana. Ya aludíamos a las riberas del Xúquer. Añadamos otros, como el seísmo del pasado 30 de julio, de 3,6, con epicentro en Ibi (Foia de Castalla, subcomarca de l'Alcoià).

Ni se libra el golfo de València, que en la madrugada del 18 de octubre tuvo un maremoto de 2,2 grados. Cada año se anotan en torno a los seis mil terremotos en España, y buena parte los sentimos en la zona sur del país. Quizá no espereemos ese 'big one' (el grande), como los californianos, pero Torrevieja, Lorca o Almería (1522, el peor en suelo español, cerca de siete grados) quedan como señales a tener en cuenta.

La tierra sigue temblando aquí, con seísmos en Carcaixent o Ibi

389 muertos y 377 heridos causó el terremoto de Torrevieja

Borbotó, donde se cuece el arroz con 'fesols i naps'

Los campos de este antiguo pueblo de l'Horta Nord producen una enorme variedad de alimentos, que luego nutren los platos más conocidos de la gastronomía valenciana

ALEJANDRO PLA

Borbotó es una de esas pequeñas localidades rodeadas de huerta en los alrededores de València. Son pocos estos centros urbanos que, al modo de la Galia en 'Astérix y Obélix', se resisten a la expansión de València. Los cultivos tradicionales les salvaguardan. Borbotó se enmarca en los Poblats del Nord, un grupo de pequeños pueblos y pedanías que mantienen el tipismo y la identidad valenciana.

En términos gastronómicos la mesa valenciana se distingue por un plato quizá no tan conocido fuera de la Comunidad, pero muy típico en València: arroz con 'fesols i naps' (alubias y nabos). Este arroz caldoso, muy demandado cuando bajan las temperaturas, se antoja receta muy querida en comarcas como La Safor, La Ribera o l'Horta, comarca a la que pertenece Borbotó.

Además, en las fiestas del Cristo de la Luz, las más populares en la pedanía, se realizan los actos litúrgicos tradicionales, y otros lúdicos como el día de las calderas, cuando todos los clavarios y vecinos disfrutan de las calderas de arroz con 'fesols i naps' en fraternidad.

Salto internacional

Aunque los lugareños conocen bien las virtudes de la gastronomía de los poblados del norte, la 'fiebre' gastronómica de Borbotó fue levantada por el chef José Andrés. En su programa de Discoveryplus José Andrés y Familia, donde el propio cocinero junto a sus tres hijas viajan por España, su aventura gastronómica le llevó al bar Cent Duros.

En este bar, que se encuentra de camino al trinquete de Borbotó, José Andrés degustó el 'esmorzaret' y la enorme variedad de productos de la huerta de Borbotó que acompaña a las alubias y el nabo que coronan 'l'arròs amb fesols i naps'. Así,

Se convirtió en pedanía del 'cap i casal' en 1888 por propia decisión de sus vecinos



Cultivos al salir de Borbotó de camino a Godella.

En las fiestas del Cristo de la Luz los vecinos disfrutaban en fraternidad de las calderas

la cebolla, la calabaza y las habas asoman por los huertos que flanquean Borbotó e impregnan el olor de sus viviendas.

Carne de cerdo

Pese a cocinarse en cazuela de barro, tiempo atrás se cocinaba en recipientes más grandes para guardar los sobrantes para el siguiente día. Esta tradición perdura en Borbotó y otras pedanías de la huerta. Así, en numerosas ocasiones se cita a vecinos y turistas para elaborarlo en calderos altos y con fuego lento a base de leña de naranjo.

Las judías y los nabos ('fesols i naps'), productos que se

cultivan en los Poblats del Nord, se alzan como los ingredientes principales que distinguen a este plato tan típicamente valenciano. No obstante, existen diferentes variantes en el resto de ingredientes que pueden sustituir la carne de cerdo por vacuno, incorporar cordero o conejo, o sustituir los 'fesols' por 'garrofó', además de que algunas comarcas también incluyen morcilla de cebolla o legumbres de temporada.

Mantiene el tipismo

El tipismo de Borbotó se mantiene firme y brillante en pleno siglo XXI. Desde la huerta hasta las alquerías que brotan en los campos vecinos. En algunas de éstas alquerías el visitante puede ver gansos, gallinas, conejos y demás animales de granja. De camino a Godella, cuando rebrota el olor a naranjo, el cementerio parroquial tiene sus puertas abiertas frente al sinuoso camino.

En Borbotó continúan vivas costumbres valencianas. En muchos de sus portales la ce-

rámica recorre los lindeles. Las alquerías antes citadas ofrecen una estampa de otros siglos y las barreras de los recientes festejos de 'bou embolat' todavía aparecen en sus calles. El mes pasado se realizaron varias carreras populares y el trinquete (con su conocido bar) es cuna de grandes pelotaris.

Pueblo hasta 1888

Es una pedanía de València que limita al oeste con Burjasot y Godella; al este con Carpesa; al norte con Masarrojos, Moncada y Benifaraig; y al sur con Poble Nou. Su población censada en 2022 era de 734 habitantes. A nivel histórico, conviene señalar que fue pueblo hasta final de 1888, momento en el cual pasó a ser pedanía de Valencia por decisión de sus vecinos.

Borbotó proviene de una alquería andalusí, tomada por Jaime I de Aragón durante la conquista de Valencia. El rey la donó a Guillem de Caportella en 1238, incluyendo los molinos y hornos, cosa bastante

infrecuente ya que estos solían reservarse para control regio. Caportella, no obstante, la cedió a la Orden del Temple el 12 de noviembre de 1238. Algunas antiguas estructuras continúan.

Antiguo matadero

Tal es el caso del antiguo matadero, que consta de un patio descubierto, corralizas y naves de servicio. Todas sus naves están construidas con muros de piedra careada. Estas instalaciones, de no muy grandes dimensiones, siguen la técnica de masonería a base de verdegadas de baldosas. El complejo industrial, no obstante, dejó de ser matadero hace sesenta años.

El Ayuntamiento de València en pleno aprobó el 13 de agosto de 1980 su descalificación como Bien de Servicio Público y se calificó de 'Bien de Propios'. Actualmente se utiliza como almacén de piedras y sillares para la restauración de monumentos y permanece, desafortunadamente para los visitantes, siempre cerrado.

ENTREVISTA > Silvia Padilla / Directora de formación de auxiliares de vuelo (València, 5-abril-1980)

«Nuestro mayor temor es un fuego a bordo»

Nos explica los requisitos para ejercer la labor de auxiliar de vuelo y cómo afrontar las complicaciones

FERNANDO TORRECILLA

Cuando afrontamos un vuelo, especialmente si es uno de larga distancia, queremos que nos traten bien, como sucede en la mayoría de los casos. De hecho, los auxiliares de vuelo se caracterizan por su amabilidad, siempre dispuestos a ofrecernos el mejor de los servicios.

¿Alguna vez se han preguntado dónde aprenden esa labor? Nosotros sí, por eso nos ponemos en contacto con Silvia Padilla, quien desde hace nueve años dirige junto al cordobés Manuel Quero la agencia 'Despega Formación', en la que, mediante un completo curso, enseñan esta bonita profesión.

Queremos que nos cuenta también aquello que no conocemos: dónde duermen, cómo deben ir vestidos, qué idiomas son imprescindibles o qué hacer si un pasajero no cumple con las normas de vuelo.

¿En qué consiste la formación que ofrecen?

Impartimos cursos de Trip Cabina de Pasajeros (TCP), lo que comúnmente se conoce como azafata o auxiliar de vuelo. Están homologados y oficializados por la Agencia Estatal de Seguridad Aérea de Transportes.

¿Qué requisitos necesita una auxiliar de vuelo?

Principalmente las aerolíneas se fijan en la edad -a partir de dieciocho años-, no tener tatuajes visibles (tapados en todo momento) y presencia impecable, debido a que se trata de un trabajo de cara al público. También es fundamental disponer del certificado de Trip de Cabina en una escuela homologada.

En cuanto a idiomas, un nivel B1 de inglés para poder superar la entrevista futura en las aerolíneas. Damos clases de inglés en nuestro curso.

¿Cuáles son sus funciones en un vuelo?

La labor de un tripulante se centra en la seguridad a bordo, en todo momento. Suena a mito, pero es una realidad: realizamos una evacuación, apagamos un fuego, hacemos una reanimación cardiopulmonar...

Afortunadamente, y debido a que se trata del medio



de transporte más seguro -demostrado por estadísticas mundiales-, nuestras funciones a bordo también comprenden el servicio al pasajero, ofreciendo catering y demás.

¿Cómo se debe manejar a un pasajero difícil?

Lo más importante es la educación y no perder las formas. Saber que es un pasajero y, que tenga o no razón, nunca nos vamos a poner a su nivel. Siempre con buenas palabras, sin alterar la voz, intentar dar solución a su posible problema, teniendo en cuenta que muchas veces no va a depender del TCP.

Los pasajeros conflictivos lo que buscan es un problema-so-

lución, así que intentamos dársela, aunque sea difícil en ocasiones.

¿Y si se niega a seguir las normas y reglamentos de un vuelo?

Si es durante el embarque, se notifica al comandante, que decide si vuela o no el citado pasajero. Ya durante el vuelo, se le explica el motivo de la norma en cuestión. Pongamos un ejemplo: el abrochar el cinturón canguro a un menor. Si la madre o padre no quiere porque el menor está dormido, como muchas veces nos pasa, se le comenta el motivo de ello. Si ni siquiera así accede -raro sería- el avión no puede quedarse en el aire, debe aterrizar. Se le dice

las consecuencias de dicha acción y desobediencia.

En el tema del tabaco a bordo, a un pasajero que fume en el lavabo se le va a interponer la pertinente denuncia en el aeropuerto de destino, sea el país que sea. Es el mayor peligro al que nos enfrentamos los TCP, un fuego a bordo.

El trabajo en equipo, ¿cómo lo fomentáis?

Desde la primera semana del curso trabajamos este tema, llevando a cabo 'role plays', dinámicas de grupo, situaciones reales y demás. Trabajamos con personas diferentes y debemos de ser un equipo en el avión. Por ello también hay que fomentar la empatía.

¿Se pueden hacer descansos durante los vuelos?

En vuelos largos y nocturnos son obligados. Disponemos de literas en una zona denominada 'Crew rest', en la que la mitad de la tripulación se va a descansar, y así sucesivamente. Por ejemplo, en un vuelo Madrid-Buenos Aires dormimos una media de cuatro horas.

¿Y el tiempo en las escalas?

Va a depender del tipo de vuelo y aerolínea. Podemos tener escalas muy cortas, de apenas veinticinco minutos, lo necesario para repostar combustible, limpieza y catering; y embarcamos de nuevo.

En otras ocasiones podemos disponer de dos horas, en las que la tripulación se va a la 'sala de firmas' a descansar.

Finalmente, hablemos del vestuario, pelo, manos, uñas...

La imagen siempre debe ser impecable, repito. Los hombres con traje de chaqueta, sin pendientes ni piercings. Las mujeres con pelo largo se hacen una coleta, trenza o moño. Si sobrepasa los hombros, irá recogido.

«Las aerolíneas se fijan en todo: edad, no llevar tatuajes (o taparlos), idiomas, presencia...»

«Frente a un pasajero complicado, lo fundamental es la educación y no perder las formas»

«Durante los vuelos largos y nocturnos, los descansos de la tripulación son obligatorios»

ENTREVISTA > Sonia Burguet / Veterinaria (Catarroja, 23-diciembre-1972)

«Pagaría por trabajar como veterinaria»

Remarca que la prevención es fundamental para proteger la vida de las mascotas

FERNANDO TORRECILLA

Únicamente los que poseen mascotas en sus casas podrán disfrutar de estos párrafos como se merecen. Sumamente intuitivos, especialmente perros y gatos, convierten su llegada en una alegría, que con el tiempo pasa a ser auténtico amor y a formar parte de la familia; su pérdida, un momento dolorosísimo, provoca un daño irreparable.

De todo ello queremos dialogar con Sonia Burguet, gerente de Innova Veterinaria y amante de los animales, cuya pasión infantil llegó a ser en su profesión, “sin duda la mejor”. Son tan listos, nos explica, que ellos mismos saben escoger el momento de morir, porque comprenden que no hay vida sin muerte y viceversa.

Quizás muchos de nosotros deberíamos aprender de ellos, de su forma de entender el recorrido vital y de cómo se comunican. Nos explicará, asimismo, qué es la ley de bienestar animal y los errores más comunes que cometen sus tutores, “principalmente darles comida que no les corresponde”.

¿Tienes la profesión más bonita del mundo?

Absolutamente: es pasión, vocación, hobby y, sin duda, trabajar con ‘pacientes peludos’ es todo un placer. Pagaría por hacer el trabajo que tengo.

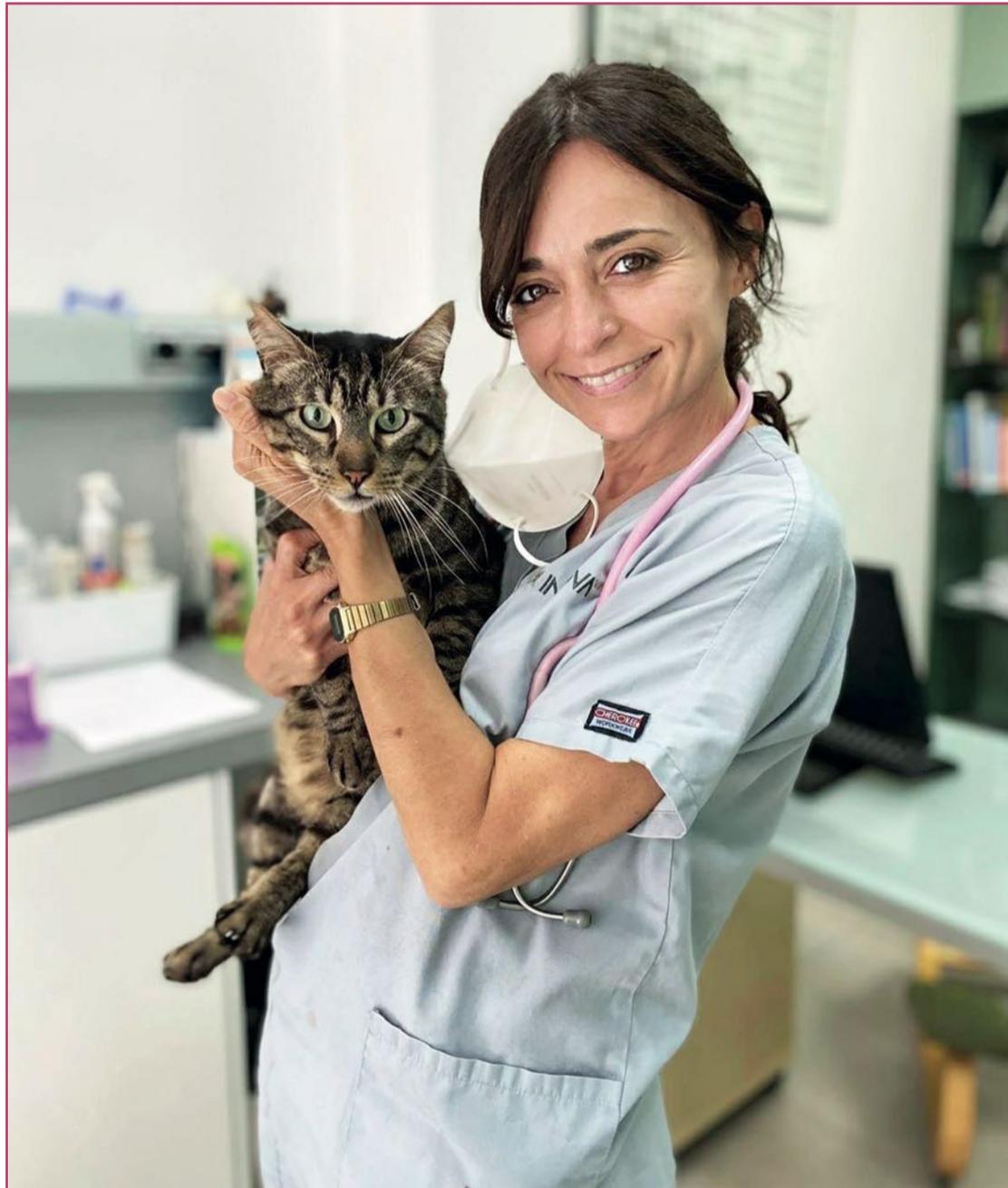
¿De dónde procede esa pasión?

Con cinco años iba en el coche con mis padres y me preguntaron qué quería ser de mayor. Les contesté que no existía y me preguntaron que a qué me refería: “deseo ser médico de animales”. Ahí descubrí que se llama veterinario.

Apenas había veterinarios y se desplazaban a los pueblos, una vez en verano, a vacunar de rabia a todos los animales.

Seguidamente te vas formando.

Sí, primero estudié en València Biología, en la especialidad



de Zoología. Mi idea era, al acabar, irme a Zaragoza y completar la licenciatura de veterinaria.

Trabajé después en algunos centros y en un hospital, hasta que finalmente me establecí en mi pueblo, Catarroja, en una clínica pequeña. Ahora estamos en un local mucho más amplio.

¿Es verdad que tienes una especie de magia con los animales?

Sobre todo comprendo sus tiempos. Los animales, especialmente los gatos, precisan de tiempos lentos. Junto a los perros tienen una sensibilidad extraordinaria y perciben nuestras emociones.

Hay que tener en cuenta que, cuando llegan a la clínica, lo hacen con dolor y el propio camino desde casa ha sido hostil. Nuestro manejo debe ser amable, que se encuentren confortables.

¿Cuáles son las emergencias más comunes que os llegan?

Sorprendentemente tenemos muchas urgencias por enfermedad gastrointestinal y problemas dermatológicos. Nos focalizamos en la medicina preventiva y nuestros pacientes acuden con mucha frecuencia al centro veterinario. De este modo nos adelantamos mucho a la enfermedad, minimizando las urgencias.

¿Y los errores más habituales de sus tutores?

Muchas veces humanizamos a nuestras mascotas y damos de comer alimentos que no son apropiados o generan un cambio brusco, provocando indiscreciones alimentarias o reacciones adversas.

¿En qué consiste la ley del bienestar animal?

Son muchos puntos los que abarca esta ley, aunque el objetivo es dar al animal el lugar que se merece, una protección que hasta ahora no ha tenido.

Existen algunos que son complicados de implementar rápidamente, pero sobre todo debemos velar por sus derechos. Minimizar los abandonos y ahondar por una tenencia responsable.

«La ley de bienestar animal le da el lugar que se merece, una protección que no tenía hasta ahora»

Uno de los grandes temores es la leishmaniosis.

Es una enfermedad que transmite un mosquito y que padecen principalmente los perros, pudiendo llegar a ser mortal. Los síntomas son muy inespecíficos, muy comunes a otras patologías, pero va evolucionando.

Muchas veces, por desgracia, cuando acude al veterinario, ya tiene alteraciones que comprometen la vida del animal.

Su tratamiento, como es tan caro, ¿provoca su sacrificio?

Así es. Hay dos motivos por el cual el tutor no lleva a cabo el tratamiento, y el coste es uno de ellos. Son medicamentos que, según el peso del animal, son muy caros.

Por ello, la prevención resulta fundamental. Nuestro lema es “no queremos que nuestras mascotas lleguen a enfermar”.

¿Qué opinas sobre la eutanasia en los animales?

Afortunadamente tenemos la posibilidad de ofrecerla a los animales, en esa etapa tan importante de su vida, su marcha, su fallecimiento. Obviamente no hay muerte sin vida, ni vida sin muerte.

Como veterinarios nos preocupamos de que la calidad de vida de nuestra mascota sea satisfactoria, y cuando llega el momento que no lo es, ni hay tratamiento, optamos por la eutanasia desde el punto de vista humanitario.

¿Saben incluso el momento de irse?

Todos los animales saben cuándo es el momento de su retirada, el final de su ciclo vital. Para nosotros representa mucho sufrimiento por el apego que les tenemos. Son tan listos que saben comunicárnoslo y nos ayudan a tomar estas decisiones. Son maestros de vida.

«Son tan listos los animales que saben comunicarnos cuándo es el momento de finalizar el ciclo vital»

«Los gatos y los perros tienen una sensibilidad extraordinaria y perciben nuestras emociones»

ENTREVISTA > Marta Samper / Podóloga (Paterna, 13-julio-1987)

«La podología está en auge»

Considera que están perfectamente preparados para diagnosticar y tratar cualquier tipo de lesión en el pie

FERNANDO TORRECILLA

¿Les prestamos la atención que necesitan los pies? Por fortuna, ahora mucho más: esa es la primera conclusión que extraemos de la charla que mantuvimos con la podóloga Marta Samper, quien nos recalca que en “muchas ocasiones el pie es el reflejo de otras patologías”, procedentes de enfermedades subyacentes.

Lamenta, asimismo, el intrusismo en la profesión y que no estén incluidos dentro de la Seguridad Social, siendo “una labor muy solitaria”, antes de apuntar que debemos tener mucho cuidado a la hora de escoger un calzado, especialmente ahora con el running, tan de moda, y especialmente cuando se trata de niños.

“Los podólogos tenemos que estar actualizándonos continuamente”, expresa. Una de las patologías más comunes es la fascitis plantar, tan habitual en deportistas, entre otros muchos por aspectos como el impacto que recibe el pie en el suelo y sus consecuentes fuerzas reactivas.

¿Cada cuánto se debería acudir al podólogo?

Depende del rango de edad, porque no es lo mismo un niño que una persona adulta. Habitualmente recomendamos una revisión anual, al igual que cualquier especialidad médica, aunque casi nadie lo cumple.

¿Qué es la biomecánica de la pisada?

Lo más difícil a lo que nos enfrentamos los podólogos en nuestro día a día, porque entran muchísimos factores, como el peso del paciente, su edad, la actividad deportiva que practique, el tipo de trabajo que desarrolle, el estrés...

Hacemos primero un estudio de baropodometría, sobre presiones plantares -tanto en estática como en dinámica-, para ver



«A un diabético se le puede tratar cualquier aspecto del pie; únicamente hay que ser más cuidadosos»

el centro de progresión de las presiones durante las tres fases de apoyo del pie.

¿Cuándo finaliza el proceso?

Realizamos seguidamente una serie de test para valorar ciertos movimientos, articulares y musculares, del paciente cuando carga o apoya. Por último, se hace una valoración completa en camilla.

El estudio se lleva a cabo como un conjunto, porque no podemos aislar el pie. Las dolencias que se manifiestan en el pie muchas veces no vienen de él, sino de la rodilla o la cadera, por ejemplo.

¿Hoy estáis mucho más formados?

Es cierto que la podología ya no es lo que era, siendo además una especialidad médica que está en auge. Nos formamos, dejando de ser el callista de hace años, y estamos perfectamente preparados para diagnosticar y tratar cualquier tipo de lesión en el pie.

Un podólogo con una buena formación, e interés, puede prevenir muchas patologías, teniendo el apoyo de un equipo multidisciplinar.

Hablemos de los famosos juanetes.

El problema reside en que muchas veces nos operamos tarde. Habitualmente los problemas y las deformaciones articulares se producen en edades avanzadas.

En ocasiones nos dicen que los pies no quedan bien cuando se operan, al igual que la cadera o la rodilla, porque llevan el desgaste de los años (muchas veces no lo asumimos). Siempre la cirugía del pie estaría indicada cuando un tratamiento más conservador ha fracasado.

¿Las personas mayores son las que más sufren en los pies?

Sin duda. Afortunadamente el rango de edad de los pacien-

«Siempre la cirugía debería ser la última opción, debido a que puede provocar rigidez»

tes ha bajado, el podólogo ya no atiende solo a las personas mayores: hemos interiorizado que hay que cuidarse el pie antes. La mitad de mis pacientes están entre los treinta y sesenta años.

¿Cómo atañe a los diabéticos?

Los pacientes con diabetes no controlada piensan que van a perder dedos, pero no es así. Les remarco que únicamente deben tener algo más de cuidado.

A un diabético -que debería ser más precavido- se le puede hacer casi todo en el pie, aunque siempre les recalcamos que son pacientes de riesgo. Una uña encarnada, uno de sus principales problemas, siempre debe ser tratada por un podólogo.

¿Las plantillas de silicona son eficaces?

Realmente no hacen nada, aunque siempre debemos estudiar al paciente. No todos pueden llevar una plantilla personalizada (de resina) realizada por un podólogo.

Debemos ser muy cuidadosos con la elección de materiales, en función del objetivo terapéutico que buscamos.

¿De qué modo afecta la sudoración excesiva en los pies?

Repercute muchísimo en otros aspectos, principalmente a nivel estético, porque suele venir acompañado de olor. Se puede controlar a día de hoy con exhaustivas medidas de higiene diaria y formulaciones específicas pautadas por el profesional.

Finalmente, ¿qué son las grietas y escamas que se forman?

La descamación del pie está asociada a otras enfermedades dermatológicas y se debe hacer un buen diagnóstico (diferencial). No nos podemos quedar con que el paciente tiene sequedad, si no valorar dónde afecta y si mejora con tratamiento de hidratación de urea, hoy en día lo más efectivo. Suele darse en personas más mayores.

«Un podólogo bien formado previene muchas patologías, con el apoyo de un equipo multidisciplinar»

ENTREVISTA > Luis Hernández Martí / Osteópata (Chiva, 25-abril-1974)

«La magia de la osteopatía reside en que generalmente funciona»

Descubrimos una ciencia que tiene tanto adeptos como detractores, así como sus beneficios

FERNANDO TORRECILLA

Muy pocos conocen el origen de la osteopatía: parece ser que en el caluroso verano de 1838 un joven de diez años ayudaba a su padre en el campo, al noroeste de Missouri (Estados Unidos). Durante muchas horas un fuerte dolor de cabeza le había estado molestando y, al mediodía, pensó que descansar a la sombra de un árbol le aliviaría.

Buscando un sitio para ponerse cómodo, se fijó en una cuerda de labranza y, superando la ingenuidad de la época, le dio la forma de un lazo entre dos árboles, a modo de almohada en la que mecerse. Al tumbarse percibió una mejoría casi instantánea del dolor de cabeza, y al despertarse había desaparecido por completo.

Unos años más tarde, Andrew Taylor Still llamaría a ese momento “su primer descubrimiento en la ciencia de la osteopatía”, donde está considerado su padre. Hoy, casi dos siglos después, queremos conocer cuál es la realidad de este tipo de tratamiento natural y tradicional, y nada mejor que hacerlo con un profesional de la materia, Luis Hernández Martí.

¿Desde cuándo eres osteópata?

Hace unos diez años comencé a formarme, ejerciendo desde hace ocho. Antes era pintor industrial, pero como siempre me gustó el deporte -correr principalmente-, me trataba mucho. Conocí a una profesora de osteopatía muy buena.

Decidí entonces dejar mi trabajo, también por cuestión de salud, y me introduje en este segmento, haciendo primero quiromasaje. Poco después me di cuenta que lo más seguro y eficiente es la osteopatía, porque trata también temas articulares.

«Es un tratamiento manual, muy metódico y seguro en el que nunca se hace daño al paciente»



Más que medicina alternativa, ¿realizáis una más clásica?

Realmente no es una medicina, sino una ciencia o tratamientos manuales, muy metódica, sin aparatos complementarios. Es de origen americano, aunque las nuevas tendencias se dejan influenciar por la medicina alternativa china.

Es plenamente segura y en ningún momento se hace daño al paciente. Todos los tratamientos tienen la regla del no dolor. En el caso que lo haya, se baja la intensidad para poder tratar la zona.

¿Por qué muchos no creen en vosotros?

Debido principalmente a que la fisioterapia es la única que está regulada, mientras la osteopatía -que es legal-, no lo está. Todo ello crea confusión y desconfianza.

En muchos países de Europa sí está regularizada, pero en España no interesa que lo esté. Piensan que como no está normatizada no somos aptos, cuando la osteopatía es anterior a la fisioterapia.

Otros, en cambio, sí piensan que hacéis 'magia'.

Lo que sucede es que los tratamientos manuales son efectivos. El masaje de por sí ya es beneficioso por la relajación que se produce en la musculatura. Las técnicas estructurales dan muy buenos resultados, porque ayudan a restablecer la movilidad de forma rápida y a reequilibrar el cuerpo, que se autocure. No hacemos nada que el cuerpo no sepa hacer.

La magia de la osteopatía reside en que funciona.

¿Qué diferencias existen entre una sesión de fisioterapia y una de osteopatía?

La principal está en que el osteópata empieza con el paciente y no le deja hasta que finaliza. El tratamiento, además, es manual, mientras en los fisios se emplean aparatos externos: corriente, calor, agujas...

¿Cuál de las dos es más efectiva?

Depende de la persona y la lesión. Por ejemplo, si se debe rehabilitar un traumatismo, lo mejor es acudir a un fisio, al tiempo que el osteópata es la mejor opción si te duele el cuello o tienes cierta dificultad en la movilidad de un hombro.

¿Cómo son tus sesiones?

Primero le hago una pequeña entrevista para saber cómo se originó el dolor y cómo se siente. Necesito también saber si tiene o no movilidad, y si el problema está relacionado con otras partes del cuerpo, porque el dolor en un hombro muchas veces procede de las cervicales.

A continuación, hacemos una valoración visual y palpatoria de pie, antes de propiamente el tratamiento. En total suele durar unos cuarenta minutos.

¿El dolor puede venir porque soñamos?

Sí, aunque siempre hay una causa. La mayoría de los dolores de cabeza o cervicales, o incluso problemas musculares, proceden de la tensión acumulada, estrés o ansiedad.

«En muchos países de Europa la osteopatía está regularizada, pero en España no interesa que lo esté»

den de la tensión acumulada, estrés o ansiedad.

El propio cuerpo lo que hace es protegerse, tensionando la musculatura.

¿Qué beneficios genera vuestro tratamiento?

Aparte de lo obvio, es decir, recuperar la movilidad y minimizar el dolor, ayuda a cuidarse. Ya lo hacemos con la alimentación y haciendo deporte, pero además ahora logramos que el cuerpo no tenga tensiones musculares y una movilidad aceptable.

¿Debería haber una pedagogía sobre la movilidad del cuerpo?

Principalmente deberíamos aprender que todo está vinculado: una buena alimentación, ejercicios y tratamientos, tanto musculares como articulares.

«Tiene un origen americano, pero ahora hay muchas influencias de la medicina alternativa china»

ENTREVISTA > José Bonafont / Investigador científico (Alfajar, 18-junio-1992)

«Trabajamos para poder manipular los genes»

De enorme sapiencia e inmejorable futuro, logró el Premio Talento Joven de la Comunitat Valenciana

FERNANDO TORRECILLA

Pese a su juventud, José Bonafont es ya una eminencia en el campo de la investigación científica, con una trayectoria que así lo certifica. Tras cursar el Máster en Biotecnología Biomédica de la Universidad Politécnica de València (UPV) descubrió un campo de investigación que le permitió dirigir sus pasos futuros: la terapia génica.

‘Niños mariposa’

Residente en Madrid desde 2015, ha trabajado la mayor parte de su tiempo centrado en la Epidermólisis Bullosa, una enfermedad rara de la piel que afecta a los llamados ‘niños mariposa’. Esta investigación le otorgó el Premio Talento Joven de la Comunitat Valenciana.

También ha colaborado con diferentes investigadores de la Universidad de Stanford y en el hospital Great Ormond Street de Londres, ejerciendo de responsable de producción, sin olvidarnos de su inolvidable función durante los momentos más duros de la pandemia.

Ocupa ahora su saber en el trasplante de médula ósea, “donde uno de los mayores problemas reside en la falta de donantes compatibles con el receptor”. Agradece, asimismo, el apoyo a este tipo de investigaciones en enfermedades raras.

¿Qué es la biología molecular?

Es la parte que estudia todo lo relacionado con los genes, el material que contiene la información de la vida dentro de nuestras células. Estudia los procesos que ocurren en los seres vivos, pero desde un punto de vista molecular, analizando por ejemplo el ADN y las proteínas.

¿En qué consiste tu investigación?

Me focalizo en la terapia génica, basada en cómo manipular los genes en las células para obtener una posible terapia.

«Los llamados ‘niños mariposa’ tienen una esperanza de vida media de unos treinta años»



Para ello, se modifica el ADN con la intención de corregir células de los pacientes. Se trata de terapias avanzadas, que ofrecen nuevas soluciones a las que se habían hecho en farmacología, por ejemplo.

Tratas sobre todo la enfermedad de los ‘niños mariposa’.

El tratamiento se basa en coger células enfermas de la piel de los pacientes, una biopsia, y, mediante técnicas de biología molecular e ingeniería genética, modificar ese ADN para que exprese algo que sea correcto.

Así, las propias células del paciente servirían como terapia y al ser trasplante autólogo -del propio paciente- no tendrían rechazo. Evitamos, de esta forma, la necesidad de un donante.

¿Este tipo de tecnología era inviable hace apenas quince años?

Las terapias que estamos desarrollando están basadas en un sistema llamado CRISPR, que surgió en 2012. De hecho, recibió el Premio Nobel de Química en 2020.

Fue una tecnología que apareció entonces y se fue aplican-

«Uno de los mayores problemas del trasplante de médula ósea es la falta de donantes compatibles»

do a la genética humana y la biomedicina. Ha sido una auténtica revolución en nuestro campo, ya que ofrece soluciones terapéuticas impensables hace unos pocos años.

Dinos que es la Epidermólisis Bullosa.

Es una enfermedad rara de la piel; los pacientes tienen un fallo en el ADN, una mutación, provocando que una proteína no sea funcional.

El papel de esta proteína que no funciona es de ‘pegamento’ de las dos principales capas de la piel. Por tanto, estos pacientes no tienen ese ‘pegamento’, lo que les provoca la formación de ampollas en todo el cuerpo, es decir, se les levanta la piel directamente. Con un mínimo roce

se les puede hacer una ampolla en todo el brazo.

¿Por qué reciben el nombre de ‘niños mariposa’?

Por la extrema fragilidad que tienen en la piel que hace que un mínimo roce les provoque un daño. Como las alas de una mariposa. La esperanza de vida de este grupo de pacientes, en la forma grave, está sobre los treinta años.

Debido a que tienen heridas que se abren constantemente, hay zonas crónicas en su cuerpo donde se puede desarrollar un cáncer. Es la principal causa de muerte en estos pacientes.

¿Tus investigaciones te hicieron obtener la beca para la Universidad de Stanford?

Sí, tras lograr desarrollar una tecnología para tratar a los pacientes con una mutación prevalente en España. Seguidamente, con la Universidad de Stanford (California) nos propusimos desarrollar una tecnología que pudiera tratar a más pacientes. Estuve un total de cuatro meses con ellos.

Tuviste también un papel determinante durante la pandemia.

Acababa de finalizar mis experimentos para escribir la tesis doctoral. Tuvimos que paralizar todo el trabajo del laboratorio por la pandemia y, dado que teníamos el equipamiento de PCRs, un grupo reducido pudimos ser voluntarios en la Comunidad de Madrid.

Así, hasta que se levantaron las restricciones estuvimos ayudando a hacer pruebas de covid, centrándonos en las residencias de mayores.

¿Estabas en Madrid?

Exacto, en la Zona Cero durante los meses iniciales. Fue muy duro: por ejemplo, para ir al voluntariado te recogía un taxi que te llevaba al centro de investigación, donde preparábamos las PCR, y veías todas las calles vacías.

«La pandemia me cogió en Madrid, donde trabajo desde 2015, y realmente fue muy impactante»