

AQUÍ en València

área metropolitana

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

«No hace falta conocer el peligro para tener miedo; de hecho, los peligros desconocidos son los que inspiran más temor» Alejandro Dumas (escritor)



Salud



Marta Rodríguez nos hace recomendaciones para una correcta salud bucal. **Pág. 31**

Política



El Consell de PP y Vox presentan unas cuentas al alza, pero la oposición critica recortes en áreas clave. **Págs. 8 y 9**

Gastronomía



La anguila se ha convertido en un preciado producto gastronómico. **Pág. 2**

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



Los fogones del área metropolitana

Toca viajar hasta las cocinas de l'Horta de València para comprobar las posibles aportaciones gastronómicas hechas desde esta zona

FERNANDO ABAD

Da la sensación, aunque quizá no sea del todo real, de que toda la provincia de València, toda la Comunitat Valenciana incluso, recarga energías con la paella, como antaño Popeye con sus espinacas. Y sí, el arroz (del que “cada cullerà”, dicen, “val un duro”, cada cucharada vale un duro) está presente prácticamente en todas las mesas, casi todas las semanas, pero conven-gamos en que no es, ni mucho menos, el plato único en las mesas autóctonas.

Otras recetas, al margen de las foráneas, se cuecen sobre nuestros manteles con sus especificidades. Pero, ante este panorama culinario, resulta curioso saber qué ocurre no ya en la València capitalina, sino en los platos de su área metropolitana, 44 municipios si descontamos a la capital, diseminados o arracimados en lo que se conoce como l'Horta, la huerta. 1.581.057 habitantes en 628,9 kilómetros cuadrados, y quién sabe si con hambre al leer esto.

Cereal lacustre

Huerta y agua. Precisamente de esto último necesita el arroz, un cereal ('Oryza sativa' de nombre científico) oriundo del lejano Oriente. Aunque las crónicas hablan de su llegada a estos lares cuando la caída del Imperio Romano de Occidente, hacia el 476, habrá que esperar al siglo XVI para que iniciase su gran expansión por tierras valencianas. Su carácter lacustre necesitaba, para su crecimiento y desarrollo, de un medio físico afín.

La Albufera, donde asienta una buena parte del área metropolitana, un humedal de 21.120 hectáreas (211,2 kilómetros cuadrados), recuerdo de lo que fue el inmenso golfo de València, unas 31.000 hectáreas (310 kilómetros cuadrados) de agua marina; resultaba, pues, el lugar ideal. El utensilio para cocerlo, la paella (de un vocablo francés derivado del latín 'patella'), iba a llegar después.

El recurrente arroz

Pero la paella típica, por más que se tome como única válida desde paladares exclusivistas, no iba a impedir otras maneras de prepararla. Arroz a banda, al horno, caldoso, negro. O también un 'arròs amb bledes i caragols' (arroz con acelgas y caracoles). Pero en esto no encontramos la diferencia entre la zona metropo-



Abundan los platos variados elaborados con las anguilas como base.

litana y la capital a la que se encuentra adscrita.

Y ello pese a que esta vinculación a un pantanal fue lo que hizo posible estos platos, ya que el arroz se produce, en la Comunitat Valenciana, en este humedal y en los de Pego-Oliva y el Prat de Cabanes-Torreblanca. Así que en verdad la oferta culinaria quizá sembrase antes aquí, en un destino que fue tierra de promisión para gentes no solo capitalinas, sino de más allá.

Tubérculo bebible

En esto casi pasó como con los colonos europeos en América del Norte, que acaparaban en el morral semillas que, sembradas en otras tierras, iban a germinar nuevos productos culinarios. O que adaptaban recetas que completaban las carencias de algunos (o todos) los ingredien-

tes con alimentos de la tierra de asentamiento. Bueno, en el área metropolitana no se llegó a tanto. ¿O quizá sí?

Cabría preguntarse sobre a qué habitante o habitantes de l'Horta Nord, la huerta norte, se les ocurrió que la planta herbácea 'Cyperus esculentus', la especie alcatufa, juncia avellanada o, tal y como la conocemos nosotros, la chufa (la parte por el todo, la chufa es el tubérculo comestible) daría para una bebida tan succulenta como la que se puede degustar, por ejemplo, en Alborai, mientras te mojas un 'fartó' o fartón, el bollo alargado y dulce.

Sobreutilizada anguila

Pues bien, esta oferta alimenticia que da incluso para

peregrinaciones gastronómicas es un producto típico de la zona metropolitana, cabría decir que endémico, que abarca en principio a dieciséis municipios, incluyendo el 'cap i casal'. Otras aportaciones provienen directamente del medio acuoso en que asientan. Como las mil y una recetas asociadas a la anguila común o europea ('Anguilla anguilla').

Con arroz, en 'all i pebre' (ajo y pimienta), en brocheta, en combinaciones típicas de la cocina de fusión, como las elaboradas ahora desde restaurantes japoneses. La anguila abrochó sociedades en la zona, creó ritos y costumbres, hizo vida. La sobrepesca, en especial la furtiva, y los parásitos, sin embargo, amenazan esto. Quedan, eso

sí, las recetas gestadas en los humedales de la Comunitat Valenciana. El apunte autóctono al producto de mercado.

Otras especies

Acuáticas son también otras especies destinadas a los fogones del área, en especial, claro, de la que linda con la Albufera o se sumerge en ella: mújoles ('Mugil cephalus') o 'llisas', ranas comunes ('Pelophylax perezi', por sus ancas) o los invasivos cangrejos azules o jaibas ('Callinectes sapidus') y americanos ('Procambarus clarkii'), metáfora de la máxima ecológicamente peligrosa de “si no puedes vencer al enemigo, cómetelo”.

Que las anguilas lleguen ahora mayoritariamente al Mercat Central de València desde criaderos, por lo ya apuntado de la sobre explotación, indica soterradamente otra cosa: quizá, después de todo, salvo excepciones puntuales, no podamos hablar de una cocina metropolitana, al margen de la capitalina, porque en realidad ambas, con sus flecos, son la misma. Labran las mismas tierras y se bañan en la misma agua.

De agua necesita el arroz, un cereal del lejano Oriente

Quizá la oferta culinaria sembrase antes aquí, en tierras de promisión

La anguila abrochó sociedades en la zona, creó ritos y costumbres

Los refugios para animales

Las granjas y espacios solidarios donde se acogen los animales abandonados proliferan en nuestro territorio, y claman por el apoyo de la sociedad valenciana

ALEJANDRO PLA

Se dice que San Francisco de Asís hablaba con los animales. Tolkien describe a Radagast ‘El Pardo’ en la magistral novela ‘El señor de los anillos’ como un mago de alto nivel capaz de comunicarse con los animales. Son muchos los ejemplos en la vida y en la ficción que señalan la extraordinaria comunicación entre humanos y animales.

Esta relación trasciende la comunicación para abarcar el amor y el cuidado por ellos. Eso es lo que realizan multitud de refugios y granjas que se encuentran en el área metropolitana de València. Con escasez de recursos y sostenidas a base del trabajo desinteresado de voluntarios, su papel es fundamental para el cuidado y protección de los animales.

‘La granja de Izhan’

Son muchas las asociaciones involucradas en la ayuda a los animales. Una de ellas es ‘La granja de Izhan’, que representa un claro ejemplo de este esfuerzo desinteresado. “Somos una asociación dedicada al rescate y recuperación de animales de granja y equinos. La idea es dar a conocer todos estos animales denominados de granja y de trabajo, a niños y adultos”, son las palabras con las que se definen.

Como apuntan desde este refugio, “creemos que en el conocimiento se basa el respeto”. Por ello, han iniciado una recaudación que les permita adecuar unas instalaciones suficientes para atender con solvencia a los animales de granja, así como equinos, principalmente burros. Acuden a mercadillos y eventos de compromiso animal o solidaridad en general de toda la Comunitat.

La granja de Izhan funciona desde hace varios años y, mientras termina la construcción de un refugio en Torrent, tiene repartidos todos sus animales entre Riba-roja y Aldaia, concretamente en un refugio canino.



Recogidas municipales

En ocasiones la administración da un paso al frente. Tal es el caso de la Mancomunitat Intermunicipal de l’Horta Sud, que presta el servicio de recogida y custodia de animales domésticos abandonados, perdidos o decomisados, al objeto de facilitar la gestión del servicio a los ayuntamientos adheridos a este.

Los avisos se han de realizar a través de los responsables municipales o la Policía Local de cada ayuntamiento. En la actualidad, los ayuntamientos adheridos son: Alcàsser, Alaquàs, Albal, Aldaia, Alfafar, Benetússer, Beniparrell, Catarroja, Massanassa, Mislata, Paiporta, Picanya, Picassent, Quart de Poblet, Sedaví y Silla.

El teléfono de Emergencias de la Generalitat ‘112 Comunitat Valenciana’ recibió este pasado verano un total de 11.307 llamadas relacionadas con el rescate de animales y otras cuestiones relativas a la fauna y flora. Más de la mitad de los incidentes, el 58%, están relacionados con la pérdida o el abandono de animales domésticos, aunque en este apartado también se incluyen supuestos de agresión y maltrato.

Una escultura alegórica

‘Callejeros’ se llama la estatua que se puede ver en el centro de València en honor a los animales abandonados y a las personas que los cuidan. Un perro recostado sobre una gatita

entre unas flores moradas. Debajo se lee la inscripción en valenciano: “La ciudad de Valencia, a los animales abandonados y a las personas que los cuidan”.

La estatua ‘Callejeros’ ha sido realizada por la artista valenciana Elena Negueroles, que quiere dar visibilidad a la crueldad del abandono, al sufrimiento y el desamparo que causa a los animales implicados; y reconocer la labor social que desempeñan las personas que cuidan y protejan a los animales abandonados.

Día Mundial de los Animales

El pasado 30 de septiembre el parque de La Lomiquia abrió sus puertas para acoger la I Celebración del Día Mundial de los Animales en Cheste, impulsada por su concejalía de Protección Animal. El centro de acogida Ribamontes, encargado de la gestión municipal de los animales encontrados, consiguió que se adoptaran tres perros y dos gatos.

“Este evento surge porque veía que era necesario fomentar las adopciones y ayudar a las asociaciones que se dedican a la recuperación de animales; hemos conseguido que algunos

de ellos, que llevaban mucho tiempo en el centro de acogida, hayan salido con una familia de aquí y pensamos que en las próximas semanas se adoptarán más”, declaró el concejal de Protección Animal, David Pujals.

El Festival de la Adopción

Existe un gran evento para adoptar animales domésticos y de granja: el Festival de la Adopción de Benicàssim (FAB). En su última edición reunió a veintidós organizaciones animalistas de toda la Comunitat. El FAB se dirige al público general y tiene como objetivo informar sobre la labor de sus protectoras invitadas, concienciar sobre la importancia de no abandonar y de adoptar, en lugar de comprar; y recaudar dinero, que se invertirá exclusivamente en el bienestar de los animales.

Todo lo recaudado se destina directamente a ayudar a las protectoras invitadas. En su última edición acudieron catorce perritos de distintas entidades animalistas que buscaban una familia. De los catorce, diez eran de Huellas Callejeras, tres de Salvando Vidas Unidas y uno de Gossos Moncófar Sense Sostre.

La Mancomunitat Intermunicipal de l’Horta Sud presta el servicio de recogida y custodia

El teléfono de Emergencias de la Generalitat ‘112’ recibió 11.307 llamadas el pasado verano

‘Callejeros’ se denomina la estatua en el centro de València en honor a los animales abandonados

El pasado fortificado de nuestras tierras

A pesar de ser una zona prácticamente llana, los castillos salpimientan, escasamente, el área metropolitana de València

FERNANDO ABAD

El pasado a veces se vuelve piedra, o recio ladrillo, o duro sillarejo. Restos fortificados de paisajes pretéritos, sobre los que están levantados los actuales. Los castillos son, de entre estos vestigios, los más evidentes incluso cuando aparecen desterronados. El área metropolitana de la capitalina València sirvió, en muchos casos, en aquellos tiempos de “moros y cristianos”; pero a lo real, no festivo, de cabeza de puente para la toma del ‘cap i casal’.

Una especie de vodevil sangriento en el que hubo que recurrir a estructuras defensivas que luego, en otras épocas, adoptaron (los castillos veteranos que aún tocaba conservar o aquellos de nueva planta) una función exhibicionista, de poder, de poderío. Curiosamente, en el entramado que conforma esta zona, no abundan tanto este tipo de construcciones defensivas. Pero, como aseguran de las brujas, “haberlos haylos”.

Inspiración autóctona

Quizá lo primero, para saber qué debemos descubrir y contemplar, sea acotar qué entendemos por un castillo. Vamos a basarnos en la clasificación del investigador francés André Bazzana, quien distingue siete categorías de ellos: ciudadela sobre una población fortificada, castillo de itinerario (en puntos de paso obligado), cuartel (fortín de vigilancia), fortaleza asociada a un hábitat rural permanente, refugio temporal, torre de alquería y torre vigía o atalaya.

Nos olvidaremos por ahora, cuestiones de espacio, de aquellos a los que el tiempo borró, y de las atalayas, más abundantes, y seleccionaremos un pequeño puñado, de los pocos que hay (muchos municipios son posteriores a la era de los castillos). Lo suyo sería conducir en círculos concéntricos, pero si hay ganas y tiempo para pasear, quizá lo divertido sea guiarse por la clasificación de Bazzana, y comenzar con la ciudadela.

Por aquí no abunda este tipo de construcciones defensivas



El castillo-palacio de Burjassot es en la actualidad colegio mayor para estudiantes.

La huella del Cid

Qué mejor para ello que el castillo de Enesa, de la Patá o de Cebolla, sobre una de las colinas, la más alta, de El Puig (el cerro). Por aquí incluso campó Rodrigo Díaz de Vivar, El Cid Campeador (1048-1099), soldado de fortuna con su propio ejército, encumbrado por la historia y las circunstancias, que, para vengar la ejecución, el 28 de octubre de 1092, de un protegido suyo, Al-Cádir, rey de Balansiya desde 1085, conquistó el lugar.

La fortificación árabe, levantada con piedra y madera saqueada en el futuro ‘cap i casal’, fue tomada por el burgalés y reconstruida para utilizarla con vistas a ocupar València, en 1094. Pero hoy no queda mucho. El entorno es paseable y hasta cuidado, lo que permite recrearse en los testigos aún más o menos en pie, como la torre del homenaje, algún lienzo de muralla y algunas construcciones.

‘Châteaux’ de aquí

Aunque parezca curioso, aquí se nos acaban las ciudadelas; bien es cierto que en una zona, el área metropolitana, predominantemente plana, sin mucha

arista, aunque existen vestigios de que, al menos, hubo cuarteles de obra, fortines. Todos ellos usados como cabezas de puente. Ahora nos derivamos a las obras destinadas a mostrar el poderío. Básicamente, estamos hablando de castillos-palacio.

¿Y cómo calificaría André Bazzana un castillo-palacio? Pese a que abundan en Francia, como ‘châteaux’, no los tiene realmente tipificados. Incluyámoslos nosotros en una de sus categorías, la de refugio temporal. Básicamente son eso, palacetes, antes que castillos. No obstante, marchemos a Burjassot para desdecirnos de lo dicho. Aquí sí que pudo haber como mínimo algo parecido a una ciudadela, o una fortaleza asociada a un hábitat rural permanente. Pero mudó.

Concretamente el de Burjassot fue fortaleza asociada a un hábitat rural permanente

Sucesivas compras

Lo que vemos hoy, muy transformado, en modernización constante (actualmente, es la residencia de estudiantes, colegio mayor, San Juan de Ribera), fue alquería musulme, para pasar luego por muchísimas manos. Las primeras restauraciones salieron del bolsillo del jurado Domènec Mascó (se sabe que nació en el XIV y que murió, posiblemente, en 1427). Aquí arrancaron los Furs (fueros, las leyes) del Regne o Reino de València.

La compra famosa, la mediática, vista desde hoy, se daba en 1600, a cargo del futuro santo Juan de Ribera o Rivera (1532-1611), quien fuera patriarca latino de Antioquía entre 1568 y 1581, además de arzobispo de València desde 1569 hasta su fallecimiento. En 1894 lo adquiría Carolina Álvarez Ruiz (1821-1913), quien funda en 1912 un patronato de Beneficencia e Institución para jóvenes.

Monumento Nacional

El castillo-palacio de Alaquàs enlazaba el castillo medieval con las posteriores mansiones señoriales. Interna y externamente, esa era su función; des-

lumbrantes e imponentes de puertas afuera, lujosos y cómodos internamente. A lo largo del siglo XVI, como en uno de esos juegos de construcción, como el desaparecido Exín Castillos, se creaba y se iba montando el edificio, que llegó a usarse como almacén de cosechas y hasta fábrica textil.

Como ya se contó desde estas páginas, el comerciante maderero y político valenciano, Vicente Gil Roca (1862-1929), la adquirió y, viendo el estado en que se encontraba, decidió vender sus artesanados y cuanto hubiera de valor para, a continuación, derribarlo. Se evitó cuando, gracias a un fuerte movimiento popular, era declarado en 1918 Monumento Artístico Nacional. Que no es plan el quedarnos sin castillos.

En 1912 el burjasotense se convertía en patronato para jóvenes



ÚNETE A LA COMUNIDAD DE DISTRITO TALENTO

Y descubre las mejores ofertas,
obtén materiales y plantillas y
accede a formaciones gratuitas.





ÁNGEL FERNÁNDEZ

Director de AQUÍ

Toca pedir

Ya estamos todos. Tras un año intenso de elecciones y de cambios, y con los gobiernos establecidos tanto a nivel local, autonómico como nacional, toca ponerse a trabajar.

Incongruencia

Llevamos meses con una cierta parálisis en algunos temas fundamentales. Ahora, pese al cabreo de las ya desahuciadas del Gobierno Irene Montero e Ione Belarra, que se han ido con la misma actitud con la que estaban, esa soberbia que les ha caracterizado y que ha provocado no solo errores gravísimos, sino el no poder corregirlos a tiempo, hay un nuevo consejo de ministros y toca trabajar.

Por cierto, que es curioso ver como aquellos que odiaban a la 'casta' porque, decían, eran personas más preocupadas por su sillón que por el bien social, han peleado hasta el último momento, incluso impidiendo a un compañero ser ministro, para que el sillón lo ocupara Irene Montero. Y el bochorno de ver que por un lado votan a favor de la investidura de Pedro Sánchez pero que, al no ser nombrada, arremeten contra él con fiereza. Eso es congruencia, sí señor.

Reivindicaciones necesarias

En cualquier caso, si algo hay que aprender es que las reivindicaciones políticas, sean las que sean por parte de cada uno, no deben parar; pero tampoco deben ponerse por encima de la gestión. Porque las Administraciones públicas están para eso, para gestionar, para atender las necesidades de los ciudadanos en su día a día.

Por ello, es el momento de coger la mochila y marchar a Madrid. Hay mucho que pedir. Por un lado la condonación de deuda que nos corresponda, sobre la deuda con el Estado, en la equivalencia a lo que se va a perdonar a Cataluña.

Actualmente la deuda total de las autonomías con el Fondo de Liquidez Autonómica (FLA) es de 191.747 millones de euros; y de 313.252 millones si contamos la deuda total.



Dudas con la quita

Es evidente que la quita a la que se ha comprometido el Estado es una especie de ajuste contable, como decía Luis de Guindos, vicepresidente del Banco Central Europeo. Pero no es menos cierto que hay que aprovechar la ocasión.

Todavía hay muchas incógnitas y pocas certezas sobre lo que se va a condonar. Unos hablan de un total de 58.000 millones de euros y otros de 88.000. Algunas fuentes señalan que la quita para la Comunitat Valenciana sería de 9.750 millones de euros (periódico Cinco Días) y otros que será similar a la catalana llegando a los 14.093 millones (Onda Cero radio).

En cualquier caso es el momento de pelear, pero no es por lo único que hay que luchar en estos momentos en Madrid.

Presupuestos Generales del Estado

Se están preparando los Presupuestos Generales del Estado 2024 y, ante la posibilidad de que consigan sacarlos adelante, hay que estar los primeros de la fila. Llevamos ya demasiados años de infrafinanciación en nuestra comunidad autónoma, motivo por el que nos hemos ido endeudando y que nos

pone al límite de no poder obtener financiación externa.

El modelo de financiación autonómico, que se modificó en 2009, hizo que cayésemos a los últimos puestos y nuestra comunidad autónoma sufriera un escandaloso agravio comparativo entre lo que percibe por habitante y lo que reciben -o se ejecuta- en otras como Cantabria o La Rioja, por poner algún ejemplo. Ese desequilibrio se ha mantenido en el tiempo y es hora de luchar por corregirlo.

Llevamos demasiado tiempo no ya sin grandes inversiones, si no directamente sin que aparezcan como opción en los Presupuestos Generales del Estado, cuya presencia en los mismos además no garantiza su cumplimiento. Por eso hay que plantarse en la puerta y no pedir, si no exigir lo que nos corresponde por derecho.

Crímenes contra la humanidad

Pero fuera del ámbito de la política local no se pueden ignorar los crímenes contra la humanidad que se están cometiendo en el mundo. Por un lado Rusia, aunque ya no parezca noticia, porque como los niños cuando hay algo nuevo se olvida lo anterior, que sigue machacando a Ucrania sin cesar.

Por otro lado está la brutalidad israelí. El 90% de los palestinos son gente inocente, como cualquiera de nosotros, y se les está exterminado sin piedad; da igual niños, enfermos, mujeres, ancianos... todo vale en nombre de acabar con el terrorismo de Hamás.

Las matanzas de unos asesinos no pueden ser excusa para que las cometan otros, por muchos que estos últimos se basen en que lo hacen en nombre de unas leyes que ellos mismos crean. La barbarie se ha apoderado de la zona de Gaza y duele oír a personas disculpando que se mate indiscriminadamente; imagino que no pensarían igual si fuera familiares suyos, inocentes que simplemente han tenido la desgracia de vivir en el sitio equivocado.

Insisto en lo que decía en la editorial anterior. Nadie en su sano juicio habría justificado ni disculpado una matanza en el País Vasco porque allí se escondieran los terroristas de ETA.

Estado palestino

La declaración del canciller israelí Eli Cohen asegurando que "condenamos las falsas afirmaciones de los primeros ministros de España y Bélgica que dan apoyo al terrorismo" están fuera de tono y de lugar.

Además, manifestar que hay que declarar el reconocimiento del estado palestino es algo que ya se debería haber producido hace mucho tiempo y que podría haber evitado gran parte de los conflictos.

En 2012 la ONU ya aprobó un primer reconocimiento de Palestina, pero la oposición del gran aliado occidental de Israel, EE.UU., ha impedido que eso haya evolucionado y le ha permitido tener bajo su yugo a toda la franja de Gaza.

Es evidente que eso jamás podrá justificar los atentados terroristas de Hamás, pero también lo es que todo este conflicto, generado especialmente por la compensación a los judíos tras la Segunda Guerra Mundial, cuando Israel no era todavía un estado, debe acabar ya.

MCV

Medios de Comunicación Valencianos

AQUÍ
grupo de comunicación

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

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.aquivalencia.com • Facebook: /aquivalenciaprovincia
Ángel Fernández
DIRECTORFernando Jaén
DIRECTOR ADJUNTOAdrián Cedillo
VALENCIAAlejandro Carrilero
VALENCIAAlejandro Pla
VALENCIACarmen San José
AGENDA CULTURA Y ADMINISTRACIÓNDavid Rubio
POLÍTICACarlos Guinea
CULTURAJonathan Manzano
SOCIAL Y DEPORTEMaría Teresa Durán
JUSTICIAFernando Abad
HISTORIANicolás Van Looy
REDACCIÓN WEBAlba Berenguer
CORRECCIÓN DE TEXTOSJosé Pastor
DIRECTOR COMERCIALFede Romero
MAQUETACIÓNPedro Mateo
CREATIVIDADMiguel Asensio
DIBUJANTE

NO USAR PRESERVATIVOS ES COMO HACER MALABARES CON UN CACTUS



*1 de cada 3
jóvenes no usa
preservativo
cuando confía en
la otra persona*

**El preservativo es la herramienta para la prevención
de las infecciones de transmisión sexual (ITS)**



MÁS INFORMACIÓN:
www.san.gva.es



GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Sanidad

Los presupuestos autonómicos de 2024 se debaten en Les Corts

El Consell de PP y Vox presentan unas cuentas al alza, pero la oposición critica recortes en áreas clave

DAVID RUBIO

El proyecto de presupuestos 2024 para la Generalitat Valenciana, el primero de esta legislatura redactado por el nuevo bipartito (PP-Vox) que regenta el Govern, ya se está debatiendo en Les Corts. Al cierre de esta edición los parlamentarios se hallaban en pleno proceso de presentación de enmiendas, paso previo a la votación para su aprobación final.

Desde AQUÍ grupo de comunicación hemos querido analizar las cuentas de la mano de dos diputados autonómicos, una representante del Consell y el otro de la oposición.

Impuestos

El proyecto elaborado por la Conselleria de Hacienda -regentada por Ruth Merino (PP)- asciende a 29.732 millones de euros, lo cual supone un 4,5% más que en el anterior ejercicio. Todo ello a pesar de que concibe la supresión de algunos impuestos tales como deducciones del IRPF, o bonificaciones de hasta el 99% en las sucesiones y donaciones.

“La Comunidad Valenciana era un auténtico infierno fiscal, solo Cataluña nos superaba en impuestos en toda España. Nosotros hemos decidido bajarlos para reactivar la economía pues si los ciudadanos tienen más dinero en sus bolsillos pueden reinvertirlo. La prueba es que en Madrid y Andalucía así han conseguido generar más ingresos. Además hemos recortado en gastos superfluos de consellerías y cargos políticos, lo que supone un ahorro de trescientos millones, y seguiremos reduciendo la gran maraña de entes públicos que generó el anterior Consell” nos señala Mari Carmen Contelles, diputada autonómica del PP.

“Es incomprensible esto de hacer un presupuesto expansivo y bajar impuestos al mismo tiempo. Cualquier empresa o econo-



La consellera Ruth Merino presentando el proyecto presupuestario (30 de octubre).

mía doméstica sabe que esto no es realista. Además se trata de una bajada de impuestos dirigida justo a la gente que más tiene, dado que solo afecta a 18.000 valencianos. Es menos del 1% de la población, y por ello se van a recortar 390 millones en partidas importantes. Es la primera vez que esto ocurre en ocho años y significará una paralización de la actividad y motores económicos que afectarán al futuro más allá de 2024” nos apunta José Chulvi, diputado autonómico del PSOE.

Sanidad

Una de las inversiones que se incrementan son las relativas a la Sanidad, cuya inversión real aumentará en un 37%. “Hemos querido apostar especialmente por reforzar la atención primaria para eliminar esos cuellos de botella que suponen las listas de espera. También se incrementa en veinte millones la inversión en políticas de salud mental y prevención de adicciones” nos dictamina Contelles.

En este sentido, algunas de las principales infraestructuras contempladas son de carácter

logístico, como la finalización del hospital en Ontiyent con 10,7 millones de euros; así como la habilitación de tres nuevos centros de salud en Alicante capital (en Garbinet, La Torreta y la Condomina). “Por desgracia no se ha construido ni un solo hospital en los últimos ocho años y hay que revertir esto” nos señala la diputada popular.

Educación

El gasto destinado a la Conselleria de Educación también aumenta, aunque en este caso de forma más modesta (un 1%). No obstante las partidas destinadas específicamente a la formación del profesorado y la inclusión educativa se elevan por encima del 10%.

“Para cuidar a los alumnos es necesario que los profesores tengan una buena formación. Por eso también se van a crear nuevas plazas y se cumplirán los acuerdos salariales” nos manifiesta la diputada popular.

Bienestar Social

Para la Conselleria de Servicios Sociales también se concibe

un pequeño aumento del 1%, con los principales objetivos de crear 1.200 plazas nuevas para personas mayores en centros sociosanitarios así como subir un 0,6% la Renta Valenciana de Inclusión. Además, los fondos destinados a igualdad y la lucha contra la violencia de género se incrementan un 38%.

“Se trata de un presupuesto muy social donde 83 de cada 100 euros se van a destinar para Sanidad, Educación o Bienestar” nos asegura Contelles.

Empleo

En cuanto a las partidas que se reducen, destaca un importante recorte en Labora (el servicio autonómico de empleo) cayendo su inversión en un 19% respecto al ejercicio anterior.

“Esto tendrá consecuencias directas sobre todo en el empleo joven, dado que las políticas en los anteriores ocho años han ido dirigidas especialmente a ellos con programas como la Xarxa Jove o el Avalem Jove Plus. Gracias a esto se redujo el paro juvenil en un 50% y el general cayó en nueve puntos. Fue incluso muy

Las principales inversiones en Educación son para formación de profesorado e inclusión

beneficioso para los ayuntamientos que tanto sufren falta de personal dado que muchos de estos desempleados se incorporaron a sus plantillas. Ahora tenemos que esto pueda revertirse” nos apunta Chulvi.

Vivienda

Del mismo modo la Entidad Valenciana de Vivienda y Suelo ve reducido su presupuesto propio en un 15%. “En la campaña electoral Mazón nos decía que 2024 iba a ser el año de la vivienda. Sin embargo en sus primeros presupuestos fulmina las políticas de urgencia habitacional en un momento tan grave como el que estamos viviendo” nos manifiesta Chulvi.

El diputado socialista considera que este recorte dificultará más el acceso a la vivienda. “Los que vivimos en municipios de costa sabemos lo importante que es impulsar alquileres públicos, dado que los pisos turísticos han generado una subida de precios desmesurada al haber desaparecido el mercado de alquiler anual. Éste es un fenómeno que se ha extendido como una mancha de aceite, porque la gente se ha ido desplazando hasta el interior buscando alquileres más asequibles y al final han subido los precios en toda la Comunidad Valenciana” nos manifiesta.

Sin embargo desde el PP nos aseguran que el Consell mantiene vigente su objetivo de cons-

«Se aumenta la inversión sanitaria para reducir las listas de espera y construir nuevos centros»

M. C. Contelles (PP)

«Los recortes presupuestarios afectarán a los programas de empleo juvenil»
J. Chulvi (PSOE)

truir 10.000 viviendas sociales en esta legislatura. “Vamos a cumplir con esta promesa, ya que en los anteriores ocho años se no se construyó absolutamente ninguna” nos dictamina Contelles.

TRAM

Otra de las grandes promesas electorales que el president Carlos Mazón hizo en campaña electoral fue la de apostar por prolongar el TRAM llevándolo a Elche, Crevillent, Sant Joan o incluso la Vega Baja. Sin embargo en este presupuesto el gasto destinado a Ferrocarrils de la Generalitat disminuye en 33 millones respecto a 2023.

“Es un golpe durísimo a la vertebración del territorio, especialmente a la provincia de Alicante. Algunos proyectos se van a quedar ahora en ‘stand by’, y es otro recorte que afecta sobre todo a los jóvenes dado que son quienes más utilizan el transporte público” nos manifiesta el diputado socialista.

“En estos últimos ocho años el Botànic pintaba muchas partidas presupuestarias pero luego las dejaba sin ejecutar, con lo cual no servía de nada. Respecto a los ferrocarriles ha ocurrido justo esto, y nosotros más que reducir lo que hemos hecho es ajustarlo a la realidad. Nuestros compromisos con el TRAM siguen adelante” nos replica la diputada popular.

Turismo

En la estructura del nuevo Govern las gestiones de turismo han dejado de estar adscritas a la presidencia y ahora vuelven a tener rango de conselleria. Sin embargo en estos presupuestos se ha producido una reducción del 20% en los fondos dedicados a este fin.

“El turismo es nuestra gran industria. Solo en la provincia de Alicante representa el 26% del PIB. No tiene sentido que reduzcan el Bono Viaje que tan bien ha funcionado, aunque ahora pare-



El Consell quiere generar 1.200 nuevas plazas en centros sociosanitarios para personas mayores.

ce que van a redirigir esto. No vemos una política turística clara” nos comenta Chulvi.

Debate de enmiendas

Tanto el PSOE como Compromís presentaron enmiendas a la totalidad de este proyecto presupuestario presentado por la Conselleria de Hacienda, las cuales fueron rechazadas el 21 de noviembre en Les Corts por la mayoría absoluta del PP y Vox.

El siguiente paso parlamentario consiste en la negociación de enmiendas parciales. “Nosotros vamos a presentar muchas respecto a cuestiones como vivienda, empleo, protección social o turismo para recuperar la senda del avance que en estos presupuestos se pierde” nos indica Chulvi.

Desde el PP nos aseguran que están abiertos al diálogo en busca de un acuerdo con la oposición. “Aunque tenemos visiones muy distintas, estar en política es negociar y nos sentaremos con ellos para buscar la unanimidad. Lo que no vamos a hacer es po-

ner partidas ficticias, sino que seremos siempre rigurosos y sinceros en nuestros compromisos hacia los ciudadanos. Si un proyecto no se puede ejecutar este año, pues se presupuestará al que viene” nos señala Contelles.

Deuda

Actualmente la Comunitat Valenciana es la segunda región más endeudada de España (solo superada por Cataluña) y la primera en relación a su PIB, con una suma que asciende a 57.000 millones de euros. De hecho uno de los principales aumentos en el gasto de este proyecto presu-

puetario de 2024 va destinado precisamente para el pago de dicha deuda, el cual pasa de 464 a 963 millones.

Cabe señalar que el Gobierno de España (compuesto por PSOE y Sumar) llegó recientemente a un acuerdo con Esquerra Republicana para establecer una quita de la deuda catalana del 20%. Un mecanismo que, según se ha prometido desde el gobierno nacional, se extenderá a todas las comunidades autónomas que así lo requieran.

Precisamente la nuestra es la región que ha sido históricamente más infrafinanciada por

el Estado. Según algunos cálculos en la última década se han dejado de recibir unos 37.000 millones de euros que nos correspondían en proporción a nuestra población.

Durante las anteriores dos legislaturas el Govern del Botànic llegó incluso a incluir ‘partidas ficticias’ de ingresos del Estado en los presupuestos autonómicos como medida de presión para intentar mejorar esta financiación. Un proceder que fue muy criticado por la oposición aduciendo que así en realidad solo se estaba contribuyendo a aumentar todavía más el endeudamiento público de la Comunitat Valenciana.

«Nuestro compromiso es construir 10.000 viviendas públicas en esta legislatura»
M. C. Contelles (PP)

«Necesitamos más infraestructuras hídricas y menos subvenciones a entidades»
J. Chulvi (PSOE)

Los fondos destinados a igualdad y la lucha contra la violencia de género se incrementan un 38%

LaVila
MUEBLES & DECORACIÓN
GRANDES OFERTAS

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



PACK Somier Articulado + Colchón Viscoelástico



desde 467€

SERVICIO EXPRESS

Chaiselongue Deslizante



2 PUFFS

Medidas/Size: 290 x 90/155 x 105 cm.
Colores disponibles: GRIS CLARO o MARENGO

Conjunto Sofás 3+2 RELAX MANUAL



Antes 824 €
Ahora 619 €

Medidas/Size: 3 plazas 208 x 97 x 101 cm.
2 plazas 152 x 97 x 101 cm.

Antes 605 €
Ahora 459 €

ARCÓN EN CHAISelongue



ARCÓN EN BRAZO



DELIZANTE A SUELO

Antes 2.062 €
Ahora 1.189 €

Sillón Relax



Medidas/Size: 99 x 97 x 101 cm.

Colores: Gris marengo - chocolate - beige.

Antes 404 €
Ahora 299 €

www.lavilamuebles.com

· DOLORES (Alicante) 965 726 176

· OLIVA (Valencia) 962 852 111

Síguenos

ENTREVISTA > Fermín Crespo / Director general de la SPTD (Elche, 29-agosto-1964)

«Un factor clave es disponer de gente que se ilusione como tú»

Crespo asegura que habrá cine en la Ciudad de la Luz de forma inmediata, y apuesta por reconvertir el gran complejo en una referencia tanto nacional como internacional

ÁNGEL FERNÁNDEZ

TRANSCRIPCIÓN: DAVID RUBIO

FOTOS: SALVA GONZÁLEZ

La Sociedad de Proyectos para la Transformación Digital (SPTD) tiene nuevo director general. El pasado septiembre el consejo de administración de esta empresa pública, dependiente de la Generalitat Valenciana, nombró por unanimidad a Fermín Crespo como el máximo encargado de tomar sus riendas. Todo ello con el resurgimiento de la Ciudad de la Luz como gran objetivo, si bien no es el único proyecto en el horizonte.

Ligado a la comunicación

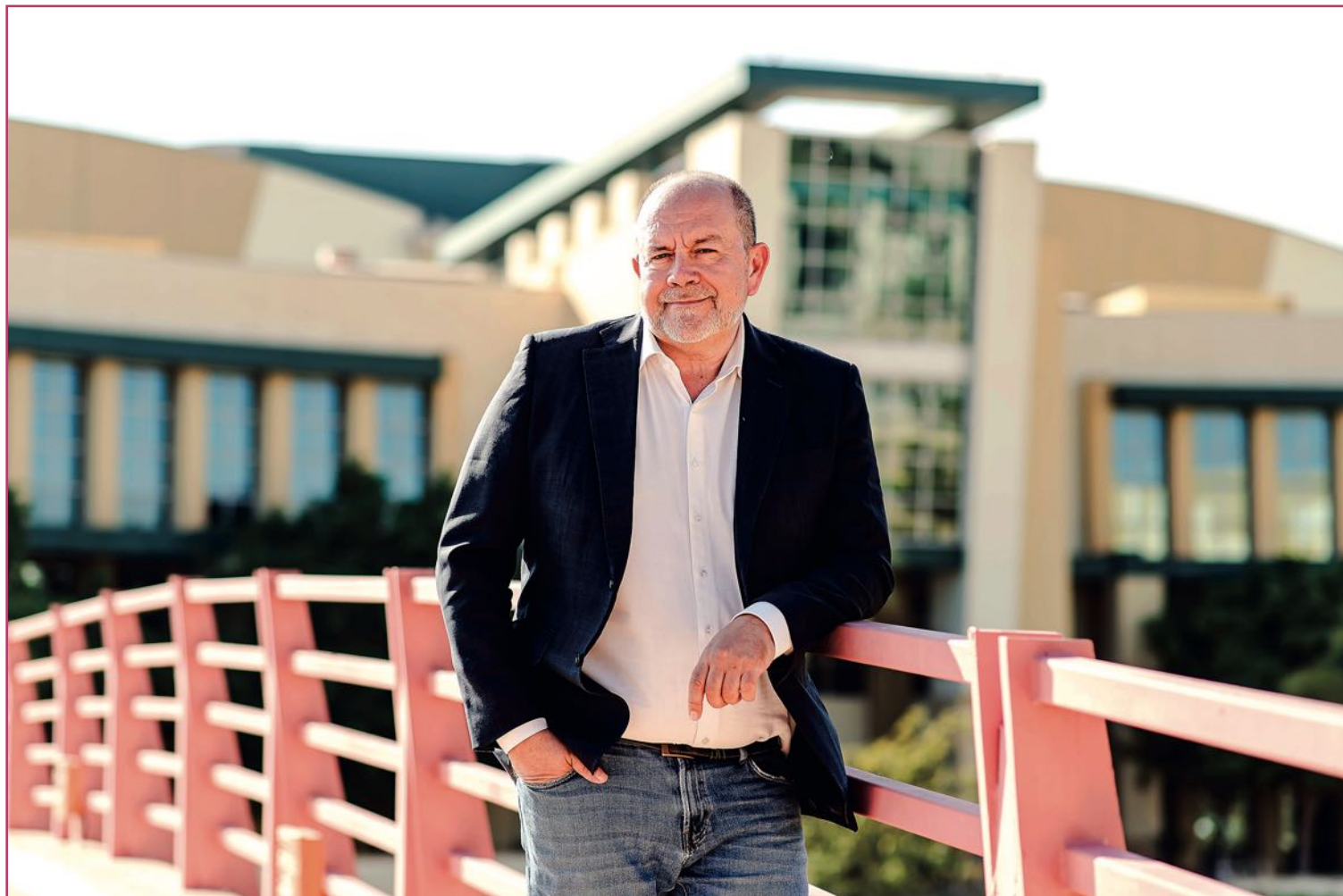
Licenciado en Filosofía y Letras y especializado en Geografía e Historia por la Universidad de Alicante, el currículum de este ilicitano es de lo más polifacético.

Una buena parte de su vida laboral ha estado ligada a la comunicación, trabajando en diferentes medios y asesorando a empresas. También, durante más de dos décadas, estuvo vinculado a la Confederación Empresarial de la Provincia de Alicante (COEPA).

En 2016 puso en marcha su propia consultoría de posicionamiento estratégico, con una especialización en la gestión integral de dirección de empresas. Además, ha impartido masters en la UA y numerosas charlas sobre desarrollo del territorio, economía e imagen corporativa.

Te defines como una persona comprometida con los proyectos que emprendes y que trabaja en equipo. Realmente Ciudad de la Luz es un equipo cada vez más grande porque no para de crecer.

Los proyectos solo tienen sentido si hay un equipo que los desarrolla. Vivimos en un mundo complejo de cada vez más aris-



tas, y creo que las cosas comparadas siempre funcionan mejor porque te permiten disponer de distintos puntos de vista. Se dice aquello de "solo vas más deprisa, pero acompañado llegas más lejos". Para mí un factor clave es disponer de gente que se ilusione como tú.

La Ciudad de la Luz es un proyecto colectivo con una perspectiva que va más allá de Alicante, ya que hablamos de los estudios más grandes del país. Cuando esté a pleno rendimiento debe ser la locomotora de la industria audiovisual de la provincia alicantina, la Comunidad Valenciana y España. Está llamado a ser un referente, tanto como instalaciones como sistema de funcionamiento. Y todo esto sin equipo no se va a lograr.

Además tú cuentas con una gran experiencia en la gestión de proyectos.

Sí, cuando uno lleva tantos años gestionando pues al final algo se aprende. Además la Ciu-

dad de la Luz no es un proyecto desconocido para mí, dado que desde COEPA estuvimos apoyándolo en su primera etapa porque considerábamos, y así yo lo continué haciendo, que la industria audiovisual era una pata diversificadora para la economía.

Disponer de un portaviones de semejantes características convierte a la Comunidad Valenciana y la provincia de Alicante en lugares de referencia para el cine. De hecho así ocurrió en los primeros años, cuando se articularon casi sesenta proyectos audiovisuales, algunos de gran relevancia.

«Distrito Digital y Ciudad de la Luz no pueden compartir unas mismas instalaciones»

Tenemos unas instalaciones enormes con elementos diferenciales como el tanque de agua más grande de Europa con 8.000 m2, donde se rodaron películas impresionantes como 'Lo imposible'. Y además es que la Comunidad Valenciana es un gran plató de cine teniendo el mar, la montaña y una gran variedad de paisajes.

¿Compartirán instalaciones la Ciudad de la Luz y el Distrito Digital?

El Distrito Digital se va a ir transformando hacia el hub tecnológico que la Conselleria de Innovación está poniendo en marcha con la apertura en la nave de Amaro, para desarrollar un proyecto de vanguardia que también tiene los edificios del muelle como apoyo.

Las instalaciones de Agua-marga deben centrarse en el cine porque esta industria las va a necesitar todas, y no a trozos. Además los productores buscan la tranquilidad e intimidad que

necesita un rodaje. No es de recibo que haya gente transitando ni que se puedan filtrar spoilers.

¿Qué tipo de cine puede venir a rodar aquí?

Mi ilusión es traer cine internacional de primer nivel, pero también que ésta sea la casa del cine nacional y de la Comunidad Valenciana. Así se ha diseñado y así lo quiere el Consell. La Ciudad de la Luz es un proyecto diferencial, en España hay otros lugares donde se hace cine pero no con semejante potencia.

Nosotros tenemos que poner empeño ya no solamente en

«Debemos impulsar una industria de oficios volcada en el cine para ser más competitivos»

«Ciudad de la Luz debe ser la locomotora de la industria audiovisual a nivel nacional»

que las instalaciones estén en marcha, sino en que generen una industria cinematográfica potente. Ahora mismo dicho sector supone el 0,7% del PIB, estamos hablando de miles de empleos cualificados.

La escuela de oficios también es otro reto, ¿no?

Efectivamente porque sin oficios no eres competitivo en el cine. Esto no es solo las instalaciones, el precio del alquiler o tener exteriores. Cuando un productor plantea un presupuesto evidentemente tiene en cuenta el disponer de los recursos en el lugar donde va, el kilómetro cero. Tener que desplazar a todos estos trabajadores encarecería mucho la producción.

Por eso queremos, en primer lugar, recuperar una buena parte de los técnicos formados aquí que se fueron a otras partes para buscar trabajo. Y en segundo lugar tener cuanto antes una parilla de cursos que se impartan en la Ciudad de la Luz, las universidades o en la Formación Profesional dirigidos a ocupar esos espacios que el cine necesita.

Cuando venga un productor debe disponer de una guía estructurada de personas y empresas que le permita tomar las decisiones con rapidez y le haga confiar en el equipo local. Todo ello nos va a dar un plus de competitividad tanto en el aspecto económico, como también en seriedad y rigurosidad.

¿Esto también repercutirá en impulsar el cine nacional y regional?

Claro. Esto es una pescadilla que se muerde la cola, cuanto más profesionales haya dedicados a la industria del cine seguro que más proyectos nacerán en nuestra tierra. Igual que la hostelería y el comercio que también pueden ayudarnos a generar ese territorio competitivo, ya que eso supone un coste importante de cualquier rodaje.

Eso sí, esto tiene que ser un proyecto de España, porque sino ya te digo que enseguida vendrán otros países con iniciativas parecidas. Por ejemplo en Italia han recibido trescientos millones de los fondos Next Generation para este fin. Todo el mundo ha descubierto que ahora, con el streaming y el nuevo entretenimiento, el cine y las series tienen un papel destacadísimo en el ocio.

Recientemente visitaron las instalaciones representantes de Netflix, HBO y Warner y las calificaron como excepcionales, casi al nivel de Hollywood. Supongo que esto es un aliciente...

Es un aliciente, pero no suficiente. Tener un territorio competitivo requiere también otras muchas cosas como una alineación



Un momento de la entrevista realizada a Fermín Crespo en la Ciudad de la Luz por nuestro director, Ángel Fernández.

política, unos incentivos adecuados, una proyección porque el cine también es relaciones públicas, etc. Todo eso hará que Ciudad de la Luz sea un lugar atractivo. La verdad es que estoy notando mucha sensibilidad por aportar y disfrutar de la parte que le toca a cada uno.

Alejandro Amenábar ya ha dicho que va a rodar su película aquí en febrero.

Sí, este mismo diciembre vamos a tener ya ojeadores por aquí para preparar la producción. Estos edificios se van a convertir en cine a partir de ya... y esperemos que para siempre.

Hablando de otros proyectos gestionados por la SPTD. El puerto de salida de la Ocean en Alicante también es un gran monstruo. ¿Hasta cuándo tenemos contrato?

Tenemos ya una edición más asegurada que será la 26-27. Queda todavía mucho tiempo y vamos a aprovecharlo para acercar esa relación entre el mar y el mundo del turismo generando más actividad. Queremos que la masa crítica de la próxima salida sea mucho más musculosa con un ambiente más cálido, que nos haga disfrutar en mayor medida tanto de la previa como del post.

«Queremos generar un ambiente más numeroso en Alicante para la previa y el post de la Ocean»

Todos los sectores del turismo nos interesan, y el relacionado con el mar nos puede hacer llegar a miles de personas de todo el mundo si somos capaces de vincular esa heroicidad, que supone la Ocean, con Alicante. El objetivo es que el puerto alicantino sea referencia para disfrutar de su ocio y vacaciones. Hemos empezado ya la planificación y vamos a realizar actividades tanto para los jóvenes como para todo el mundo. Queremos que se reconozca a la Ocean no solo como un proyecto de salida.

Hay hubs tecnológicos proyectados en Alicante, València y Castellón. ¿Qué papel jugará el Distrito Digital? Se ha hablado de apostar por traer más talento...

El cambio del equipo de gobierno en el Consell también debe trasladarse a la gestión. La apertura de la Ciudad de la Luz requiere que la SPTD centre más el esfuerzo en la parte audiovisual y que la Conselleria de Innovación lo haga en la parte innovadora del hub digital o con el centro de formación para inteligencia digital. El proyecto de poner en marcha las naves de Amaro como hub tecnológico creo que será el gran revulsivo para esa transformación.

Nosotros por supuesto vamos a facilitarles nuestra infraestructura, soporte técnico y know-how. Esto evidentemente será un pro-

ceso paulatino, pero el momento requiere que un factor que antes no estaba, como es el cine, reciba nuestra atención. Es una manera de repartir tareas, y centrar más el tiro.

SPTD tiene que decidir también qué hace con otros proyectos como el Centro Cultural de Benidorm o el Auditorio de Torrevieja. ¿Quedarán también integrados en alguna conselleria o dirección general?

Todo eso ya tiene su propia vida. El Auditorio de Torrevieja funciona con un servicio de actividad permanente. El Centro de Benidorm está en desarrollo y hay que buscar el encaje en los próximos años.

Es cierto que los próximos presupuestos son austeros, porque así lo requieren los tiempos, y eso va a definir también la capacidad de proyectos, pero no vamos a desatender ninguna responsabilidad de la SPTD aún teniendo al cine como una prioridad.

La consellera Nuria Montes habló también como una prioridad el recuperar la política de grandes eventos para potenciar nuestro atractivo turístico. ¿Hay alguna idea ya de cuáles podrían ser?

Hombre... llevo seis semanas aquí (risas). Esto es un eje estratégico al que hay que darle contenido y analizar bien las cosas. De todas formas poner en marcha

la Ciudad de la Luz y desarrollar adecuadamente la próxima edición de la Ocean... no son pequeñas cosas.

Todos aquellos proyectos que encajen en el posicionamiento territorial y en nuestra estrategia obviamente serán parte prioritaria de nuestras vidas cotidianas. De momento vamos a ir lanzando los que tenemos en marcha e iremos incorporando aquellos que nos aporten valor. No es recomendable tomar decisiones apresuradas para proyectos estratégicos de gran magnitud.

Además de toda tu trayectoria profesional, desde 2020 ocupas la presidencia de la junta alicantina de la Asociación Española Contra el Cáncer (AECC). ¿Es algo que vas a mantener?

Sí, esto es mi salero emocional. Siempre he tenido la sensación de que soy una persona afortunada, así que ésta es mi manera de tratar de devolver parte de esa maravillosa vida que la sociedad me ha regalado. Ya en el pasado estuve de voluntario en el Misteri, con la asociación APSA y en otras organizaciones.

En este caso surgió la oportunidad de renovar la junta de la AECC y darle un impulso nuevo. Todos en nuestras familias hemos tenido, lamentablemente, algunos encuentros con esta enfermedad, en algunos casos luctuosos. Así que consideré que podía dedicarle mi esfuerzo personal en ese momento de mi vida para volver a poner esta asociación en la provincia de Alicante donde creemos que se merece. Es un proyecto que no es para toda mi vida, en cuanto cumplamos con los objetivos dejaremos paso al siguiente para que sume.

«A partir de ahora la gestión del Distrito Digital quedará más ligada a Innovación»

«Pretendo poner a la agrupación de la AECC otra vez donde se merece»

ENTREVISTA > José Antonio Pérez / Presidente de Libertad VCF (València, 13-agosto-1979)

«A Lim solo le interesa ganar dinero con la compra y venta de jugadores»

La asociación Libertad VCF se muestra especialmente crítica con la gestión del equipo ché desde 1992

FERNANDO TORRECILLA

Que la gestión directiva de nuestro estimado València CF es nefasta desde hace décadas no se le escapa a nadie, especialmente a una afición fiel -para muchos la mejor de España- que no merece esta situación. ¿Pero cuándo comenzaron todos estos despropósitos? ¿A quién ha beneficiado?, y, sobre todo, ¿por qué?

Para responder a esas y muchas más cuestiones vamos a dialogar con José Antonio Pérez, ingeniero de profesión y presidente de la asociación Libertad VCF, para quien el germen de todo fue la transformación del club como Sociedad Anónima Deportiva en 1992. “Empezó mucho antes de la llegada de Peter Lim”, asegura.

Escaso apoyo

Precisamente la compra del club por parte de Meriton Holding, compañía de Lim, provocó muchos más desbarajustes en la entidad valencianista, “simplemente porque no le importa en absoluto el equipo, ni siquiera si baja a Segunda o desapareciera”.

Han sido muchas las acciones que Libertad VCF ha llevado a cabo en los últimos años, con el objetivo de expulsar de la entidad al empresario de Singapur y poner en evidencia la “manipulación que se hace en diversos medios de comunicación”.

Pérez, también abonado del fondo norte del estadio, lamenta el escaso apoyo con el que cuentan. “Están a la expectativa”, y sostiene que “Lim se irá cuando finalice la construcción del nuevo Mestalla y pueda vender a un alto precio los terrenos del viejo”.

¿Qué es Libertad VCF?

Es una asociación sin ánimo de lucro que se constituye en septiembre de 2020 con el objetivo de salvaguardar los intereses del València CF. Contamos con una directiva de catorce miembros y somos un total de 1.800 socios.

Pagamos una pequeña cuota de doce euros al año, que nos permite sufragar principalmente a nuestros abogados y las diferentes acciones que hemos realizado, como una revista o el



José Antonio Pérez, atendiendo a los medios de comunicación.

reparto de más de 500.000 carteles amarillos pidiendo la marcha de Peter Lim.

¿Comienza con Peter Lim el descalabro del València?

Mucho antes. El club ha llegado a esta situación por una serie de causas y decisiones mal tomadas. La primera fue la conversión en 1992, mediante una ley, en Sociedad Anónima Deportiva (SAD), pretendiendo acabar con la deuda, circunstancia que a todos los efectos no ha sido así.

«Tras pasar a ser una Sociedad Anónima Deportiva se comenzaron a comercializar con las acciones»

El club pasaba a ser de los socios, en teoría.

El València, a día de hoy, sigue siendo el club deportivo que más socios posee, a excepción del FC Barcelona, Real Madrid, Athletic Club y Osasuna, que no han tenido que convertirse en SAD.

Las acciones se dispersaron entre muchísimos socios y actualmente más de 50.000 contamos con alguna acción, pero es un porcentaje global ridículo.

¿Se comercializan las acciones?

«Amadeo Salvo y Aurelio Martínez orquestaron la venta del club a Peter Lim, sin ser la mejor oferta»

Sí, cuando Paco Roig inició una campaña para ser presidente, ofreciendo 100.000 pesetas (600 euros de entonces) por acciones que habían costado 8.000 (48 euros).

Se empezó a comercializar con el sentimiento, el segundo punto del descalabro. Se hizo efectivo que somos una sociedad mercantil y no un club.

¿Y el tercer punto?

Se produjo cuando las administraciones, abanderadas por Rita Barberá -alcaldesa de

la ciudad- intervinieron para la construcción del Nuevo Mestalla, que en teoría albergaría grandes eventos, como una final de Champions.

Fomentaron entonces, junto a Alberto Fabra (presidente de la Generalitat Valenciana), la entrada de Juan Bautista Soler como presidente ché, forzando asimismo la venta de las acciones de Roig.

Es muy grave lo que me comentas.

Sí. Soler realizó una especie de Oferta Pública de Adquisición (OPA), ofreciendo también mucho dinero por las acciones. Se impulsó la creación del nuevo estadio bajo el amparo del negocio del ladrillo -en aquel momento en auge-, pero llegó la crisis de 2008.

El campo quedó abandonado, Soler y su padre se arruinaron y se completó una ayuda financiera por parte de la Generalitat a la fundación del València CF.

¿Eso es legal?

No, de hecho, fue demandada por unos socios del club y la Unión Europea señaló que esa asistencia financiera era ilegal.

Fue el momento en el que las administraciones y Bankia, máximo accionista, comenzaron a idear la posible venta del València CF.

Y Lim entra en escena.

Primero colocaron a Manuel Llorente, quien se negó a reanudar las obras del estadio porque quería sanear la SAD. Barberá, por su parte, quería inaugurar el nuevo campo y lo fulminó, para poner al ínclito Amadeo Salvo, que fue el que gestionó la posterior venta.

¿Salvo hizo una venta transparente?

En absoluto. Buscó un comprador que le garantizara que iba a seguir como presidente y al que supuestamente le comisionaba. Además, orquestó, con Aurelio Martínez -presidente de la fundación- la venta del València, dirigido a que el comprador fuera Peter Lim, que ni siquiera era la mejor oferta.

Se produjeron incluso amenazas a otros posibles compradores (locales) y permitieron a

«Peter Lim y Jorge Mendes tienen un negocio establecido a partir de las plusvalías de los jugadores»

Lim ser el único que auditara las cuentas.

¿De todo esto hay pruebas?

Por supuesto; que Lim tuviera las cuentas antes que ninguno es otro es público y notorio. También emplearon las redes sociales para favorecer la venta al singapurense, engañando a la afición.

Le pidieron, por ejemplo, un informe al presidente del Colegio de Abogados de València, Mariano Durán, sobre el contrato de compraventa. La respuesta fue que ese contrato no tenía las garantías suficientes y recomendaba la no venta, pero Aurelio Martínez escondió el informe en un cajón.

¿Pero a Lim le interesaba realmente comprar un club de fútbol?

Lim posee empresas en paraísos fiscales y una de ellas, Mind Capital, la comparte con Jorge Mendes, famoso representante de jugadores.

Este tipo de compañías se dedican a comprar los derechos económicos de jugadores para venderlos a clubes de fútbol, con sus correspondientes plusvalías. Es decir, mercadean con jugadores, pero no como un representante -que gana una comisión-, sino teniendo las titularidades de los futbolistas.

¿La FIFA lo permitía?

FIFA sacó una normativa en 2014, en vigor un año más tarde, en la que prohibía que los derechos económicos de los jugadores figuren a nombre de terceros (las TPI).

A partir de entonces, los que jueguen en torneos que organice la FIFA únicamente podrán estar en clubes de fútbol. Desbarataba, por lo tanto, el negocio que tenían Lim y Mendes.

¿Qué jugadores tenían en ese momento en propiedad?

Rodrigo Moreno, André Gomes y João Cancelo, que casualmente habían llegado al València -con un contrato bajo mano- antes de la llegada de Lim. Lo hicieron con sus plusvalías correspondientes que, también casualmente, sumaban veinte millones de euros, que fue lo que Peter Lim puso sobre la mesa para comprar el València.

¿Entonces cuánto le costó la compra?

Cero, haciendo una operación muy parecida a la realizada en su momento por Jesús Gil para quedarse con el Atlético de Madrid.

Estos veinte millones realmente los sacaron de las plusvalías que había generado el València CF. Lim compró el club por 94 millones de euros, pero los otros 74 se los adelantó Bankia.



Concentración en las afueras de Mestalla coincidiendo con el último partido de la liga 2022-23.

¿Ha devuelto este crédito?

Pensamos que sí, pero ya dentro del València y generando las mencionadas plusvalías con la venta de jugadores.

Por eso, cuando dicen que Peter Lim ha puesto mucho dinero, nuestra respuesta es un contundente no. Lo que realmente ha hecho han sido negocios en los que ha sacado dinero y ha podido comprar las acciones. El València le ha salido barato.

Recordemos, sin embargo, que Lim llegó como un héroe.

Se le adoró, por supuesto, porque a la afición se nos engañó. Dijeron que le gustaba el fútbol, en concreto el València, que quería tener un equipo campeón.

El gran culpable, el que mintió, fue Amadeo Salvo. De hecho, Lim jamás dijo que iba a acabar el estadio o hacer un buen equipo, básicamente por-

que nunca ha dicho nada; lo dijeron otros en su nombre.

¿El negocio está vinculado al rendimiento del equipo?

No, porque lo que necesita Lim es comprar y vender jugadores. Que al equipo le vaya mejor o peor en realidad le da lo mismo. Tampoco le importa lo que se diga de él en España ni lo que piense la sociedad valenciana.

Además, el entramado de Jorge Mendes incluye a muchos clubes de Europa y no necesita que el València sea un club nivel Champions. Indicar, en ese sentido, que en los últimos años se han contratado jugadores que ni siquiera han debutado en Portugal, como el caso de Thierry Correia.

¿Cuánto costó este jugador?

Doce millones de euros, una barbaridad. El problema es pagar un sobrecoste por los juga-

dores cuando los compras y después venderlos a precios muy inferiores.

Según un análisis que hemos realizado, el València desde la compra de Lim ha movido unos 1.200 millones de euros. Sin embargo, la deuda del club no ha bajado, sino que se ha incrementado, de 280 a 350 millones.

Entonces, ¿consideras que ha desmantelado el equipo?

Sin duda. La primera venta fue Paco Alcácer al Barcelona, pero ha habido muchas otras más: Dani Parejo, Francis Coquelin, Carlos Soler, Gonçalo Guedes, Geoffrey Kondogbia...

Uno de los ejemplos más escandalosos fue la venta de Soler, titular de la Selección Española en ese momento, al PSG por apenas dieciocho millones.

¿Cuál sería la necesidad del empresario asiático?

Tener un equipo estable, con los mínimos gastos. Por eso el equipo actual es prácticamente

un filial, con jugadores extremadamente jóvenes.

¿Incluso si baja a Segunda División?

Tampoco sería un quebradero de cabeza muy grande para él. Evidentemente no tendría el mismo escaparate, aunque el València es importante por su historia.

Su mayor problema sería que bajarían muchos los ingresos, sobre todo a partir del segundo año, y tendría que reducir más aún los gastos.

¿Qué acciones protesta estáis haciendo?

Varias; entre ellas, vaciar Mestalla, reuniendo a 25.000 personas el último partido de la campaña 2021-22, frente al Celta.

El valencianismo ha protestado esta situación en la calle, pero también en el propio estadio, con el minuto 19, mostrando los carteles amarillos que piden la marcha de Lim (conmemorando la fundación del club en 1919). Nuestro objetivo es fiscalizar la gestión de Peter Lim en el València y para ello hemos promovido la figura del consejero independiente en la nueva Ley del Deporte.

¿Podría desaparecer el club?

Claro, básicamente porque la decisión final depende de una persona que no le tiene ningún apego al club.

«Lim fue recibido como un héroe, pero porque nos mintieron diciendo que haría un equipo de Champions»

«Nos aseguraron que el empresario de Singapur puso mucho dinero, pero en realidad el València le salió barato»

«El club podría desaparecer, porque depende de una persona que no le tiene ningún apego»

ENTREVISTA > Alberto Aparicio / Director ejecutivo de Golsmedia (Canals, 1-junio-1980)

«Aportamos un valor a la sociedad»

Golsmedia abarca prácticamente el noventa y nueve por ciento del fútbol nacional

FERNANDO TORRECILLA

Todos conocemos a talentosos futbolistas que, por una razón u otra, no pudieron triunfar y pasaron su carrera deportiva en el modesto equipo de su localidad. Apenas tenían visibilidad o relevancia, hasta la creación en 2010 de Golsmedia, una plataforma especializada precisamente en estas categorías semi-profesionales o amateur.

Su fundador y director ejecutivo es Alberto Aparicio, quien nos atiende para desvelar qué hay detrás de ese dinámico portal web que llega a tanta gente, “aportando un gran valor a la sociedad, pues abarcamos casi el noventa y nueve por ciento del fútbol nacional”.

Plenamente arraigado en la Comunitat Valenciana, desde hace cuatro años se han expandido a todo el territorio nacional, ofreciendo algo que ningún otro medio hace: “trabajamos con suma humildad, pero con mucha ambición”, destaca Aparicio, una persona vinculada al deporte desde bien pequeño: “lo llevo en la sangre”.

¿Qué es Golsmedia?

Es una plataforma digital especializada en el fútbol semiprofesional, amateur y fútbol base del panorama regional, local y nacional de todas las categorías; es decir, la totalidad, excepto Primera y Segunda División.

¿Cuándo se funda?

En 2010, para darle valor a estas categorías, mediante noticias, reportajes, grabaciones y resúmenes de partidos, producción de eventos...

Detrás de estos jugadores hay una gran masa de aficionados que tienen mucho interés por seguir estas categorías: familiares, amigos y seguidores del equipo de su ciudad.

Se trata de una plataforma única.

Exacto, no hay ningún medio de comunicación en España que se ocupe de estas categorías con la profundidad que lo hacemos nosotros.

Por otro lado, no es fácil, debido a que se trata de encuentros en los que es complicado, en ocasiones, lograr información.

¿Siempre estuviste vinculado al fútbol?

Mis primeros recuerdos son dándole una patada al balón.



Alberto Aparicio, durante la gala de Golsmedia de 2022.

A los diez años me apunté al equipo de mi pueblo, no se me daba mal del todo -era delantero- y debuté a los diecisiete en la selección valenciana, compartiendo vestuario, por ejemplo, con Vicente Rodríguez, posterior extremo del València CF.

Mi ilusión era haber llegado a algo más grande en este deporte; soy un futbolista frustrado y ahora me dedico a él, al fútbol, pero desde otro ámbito.

¿Cuántas personas trabajan en la plataforma?

En la actualidad, a nivel nacional, somos alrededor de doce o trece personas fijas, pero contamos con un importante número de colaboradores o 'freelance', unos sesenta, todos ellos de gran importancia, porque nos permiten llegar a más gente.

«Nacimos en 2010 para dar visibilidad y valor a los jugadores de categorías anónimas»

Son periodistas, cámaras, diseñadores, programadores, asesores... Al final somos unos ochenta.

¿En qué momento crecisteis exponencialmente?

Fue paulatinamente, aunque nuestra apertura a nivel nacional nos dio un empujón importante. Hasta entonces cada temporada íbamos creciendo y sumando categorías, con mayor profundidad en la información. También hemos hecho televisión, radio y protagonizamos una gala, en Las Rozas.

Sufrimos, como todos, un momento difícil, de incertidumbre, a raíz de la pandemia, porque paró todo el fútbol -especialmente el de estas categorías-, pero desde hace un par de años hemos vuelto a crecer.

Háblanos precisamente de esa gala Golsmedia.

«No hay ningún medio en España que se ocupe de este fútbol como lo hacemos nosotros»

Desde nuestro nacimiento creamos los Premios Golsmedia, para galardonar a los jugadores, ahora afortunadamente también jugadoras. En la primera edición vinieron, entre otros, Juan Mata, David Albelda, Isco -que fue premiado- y Paco Alcácer. Estuvo presentada por el periodista Pedro Morata.

La gala nos proporcionó visibilidad, prestigio, credibilidad y dar valor a todos estos jugadores anónimos, para que tuvieran su día especial. Les ponemos la alfombra roja un día al año, porque se lo merecen.

¿De qué forma llegasteis a la Federación?

Tras hacer la expansión a nivel nacional, la Real Federación Española de Fútbol (RFEF) mostró interés en colaborar con nosotros, cristalizado en un acuerdo. Luis Rubiales -por entonces presidente de la Asociación de Futbolistas Españoles (AFE), el sindicato de futbolistas recibió una distinción en una gala celebrada en València.

Era 2015 y ya nos dijo que estaba muy pendiente de nuestra labor. Tiempo después, ya como presidente de la RFEF, no dudó en que hiciéramos el evento en la Ciudad del Fútbol de Las Rozas.

¿Cómo es vuestra web?

Es enorme, casi como un transatlántico, porque está compuesta por dieciocho ediciones, una por cada comunidad, más una portada nacional, en la que puedes obtener información de todas las regiones del país.

Además, las preferencias o 'cookies' quedan guardadas para cada vez que entras en el portal.

¿Qué otros proyectos tienes?

Queremos hacer crecer y llevar a otras localidades el evento del Fútbol Fest, que inauguramos la pasada edición en Las Rozas con la participación de David Villa, Pepe Reina o Álvaro Arbeloa.

Pretende ser una fiesta de todo el fútbol nacional, mediante charlas, conferencias, exhibiciones o acciones solidarias.

«Entre personal fijo y colaboradores en Golsmedia somos alrededor de ochenta personas»

ENTREVISTA > Sacha Kruithof Perelló / Jugador de pelota (Orba, 13-marzo-1998)

«La magia de mi deporte reside en su sencillez»

Acaba de grabar el documental 'Sacha en Nueva York', que se emitirá a principios de 2024

FERNANDO TORRECILLA

Simpático, políglota -habla cinco idiomas- y con una sonrisa que contagia, Sacha Kruithof es el actual campeón del mundo de pelota en la modalidad de largas, aunque su mejor juego se desarrolla en 'One Wall', donde fue nombrado mejor jugador mundial en 2021.

Actualmente compagina diversos estilos y compite la liga belga (profesional) entre abril y septiembre, residiendo cerca de Mons (Valonia), a cuarenta minutos de Bruselas. El resto del tiempo muestra su talento por diferentes países o entre València y su Orba natal.

Acaba de rodar el documental 'Sacha en Nueva York', con el reto de enfrentarse a los mejores jugadores de la 'ciudad que nunca duerme' y mostrar cómo es la vida en esa urbe, donde "están los mejores del planeta, es como una selva".

Háblanos de tu singular familia.

La familia de mi padre llegó a València, concretamente a Cullera, cuando él era pequeño. Por problemas de salud de mi abuela, no podían estar cerca del mar, así que se trasladaron a Orba, un pequeño municipio de Alicante. Allí conoció a mi madre y tuvieron dos hijos: Dimas, el tranquilo, y yo, el 'bala' de la saga.

¿Cuándo te empieza a interesar el deporte?

Empecé a jugar a pelota a los cuatro años, pero también hacía fútbol sala, tenis, tocaba el saxo... Mi agenda por las tardes era como la de un ministro (ríe).

Siempre quería hacer lo mismo que mi hermano, y él practicaba deportes. Era hiperactivo, no podía estar quieto y siempre llevaba una pelota en la mano.

¿La pelota era el que más te gustaba?

Sí, porque me permitía jugar en cualquier lado o pared, mientras el fútbol o el tenis precisaba de compañeros.

De mayor decidí dedicarme a la pelota, porque era el deporte con el que me había criado.

¿Qué tiene la pelota valenciana que tanto atrapa?

El propio contacto de la mano con la pelota: nos gusta



Sacha Kruithof en Nueva York.

«Pensaba que se jugaba únicamente en mi pueblo y 'flipé' cuando supe que es en todo el mundo»

sentirla, sensación que no tienes tanto con una raqueta o en otros deportes.

La pelota va donde pones tus manos. Además, la magia reside en su simplicidad, únicamente necesitas una pelota y la pared.

Pensabas incluso que únicamente se jugaba en tu pueblo.

De pequeño comencé a jugar en la pared de mi vecino, al que llevaba frito. Después me apunté a la escuela de pelota, y poco a poco averigüé que mi deporte también se practicaba en otros sitios.

Descubrí, mediante videos, que se jugaba sobre todo en el País Vasco, aunque me 'explo-tó' la cabeza al saber que también en todo el mundo.

¿En cada pueblo está arraigado de una forma diferente?

Incluso en cada país; en la Comunitat Valenciana aún se practican modalidades comunes, pero fuera es totalmente distinto, aunque igualmente

arraigado a la cultura, la gastronomía y a la manera de vivir.

¿Qué tipo de jugador eres?

Muy físico, buscando desgastar al rival, también mentalmente. En Nueva York, por ejemplo, ellos son mejores técnicamente que yo, pero les derroto a base de correr, de devolverles siempre una pelota más en la pared.

¿Cuál fue el mejor partido de tu vida?

La primera vez que gané a Timbo González, en su momento el número uno del mundo, de Nueva York con orígenes

puertorriqueños. Fue en las semifinales de las nacionales de Estados Unidos y fue como mi consagración en la ciudad.

Acabas de grabar el documental 'Sacha en NY'.

Sí, una idea del director Álex Martínez y mía. Queríamos mostrar cómo se juega a pelota por el mundo, y seguir el camino de Sacha, yendo por diferentes países practicando mi deporte y enfrentándome a los mejores de cada lugar y en sus especialidades.

La primera temporada se centra en Nueva York, cómo

este deporte está conectado con su gente y su diversidad cultural.

¿Dónde se concentran las pistas allí?

Sobre todo en Chinatown, pero las pistas -más de dos mil- pasan desapercibidas, porque son paredes y de color crema. Debes ver la partida 'in situ' para darte cuenta.

¿Cómo es el documental y cuándo se emitirá?

Serán cuatro episodios de cincuenta minutos, en À Punt, a principios de 2024. El documental, que me sigue a mí -formato tipo Netflix-, no solo muestra este deporte en la ciudad, sino que descubre otras muchas historias.

Hay mucha voz en off, la mía y la de otros protagonistas secundarios, dándole un mejor sentido a la historia. El reto de cada temporada es que Sacha le gane al mejor de la ciudad y en el camino de la preparación, va descubriendo cómo es el lugar.

«Viajo por todo el mundo para enfrentarme a los mejores de cada país y en su modalidad»

«Opté por la pelota porque te permite jugar en cualquier sitio, sin necesidad de nada más»

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

Este mes nueva cabecera **AQUÍ en Xàbia**



Y la actualidad del día a día en nuestros 24 diarios digitales o en www.aquigrupo.com ➤

¡Líderes en la Comunitat Valenciana con 180



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 

.000 ejemplares (auditados) en cada edición!

20
23DICIEMBRE
agenda cultural

Carmen San José

L = lunes
M = martes
X = miércoles
J = jueves
V = viernes
S = sábado
D = domingoToda la agenda completa a mediados de cada mes en nuestra publicación *Salir por Aquí*

Hasta el 17 diciembre

NINO BRAVO,
UNA MIRADA ARTÍSTICA

Recorrido visual y sonoro por la obra y trayectoria profesional de Nino Bravo, especialmente en su tierra, Valencia, a la que tanto admiraba y quería, con imágenes de su cronista visual José Torres Cabo.

Centro Cultural l'Alquería.

EXPOSICIONES | ALFAFAR
M a S: 9:15 a 13:15 y 16 a 19 h,
D: 9:15 a 13:15 h

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 (pza. Arzobispo, 3).

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

FALLAS EXPERIMENTALES

Con esta exposición tendremos la oportunidad de observar el papel histórico que las instituciones públicas valencianas han tenido en el estímulo y promoción de las fallas experimentales.

Como el Instituto Valenciano de la Juventud (IVAJ), a través de su concurso de fallas experimentales en los años noventa del pasado siglo; el Ayuntamiento de Valencia, con el encargo de algunas fallas municipales desde los años ochenta, y con su propio concurso de fallas innovadoras y experimentales desde los años noventa; así como otras fallas experimentales como las de la Universidad Politécnica de Valencia y su comisión, desde principios de siglo; o las del Centro de Carne.

Museo Fallero (c/ Montolivet, 4).

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

Hasta 7 enero 2024

DOCE FOTÓGRAFOS
EN EL MUSEO DEL PRADO

En esta exposición se materializan en papel, a través de veinticuatro fotografías,

6 y 7
DICIEMBRE

CARTA A UNA DESCONOCIDA



Una mujer, junto al cadáver de su hijo, decide escribir una carta al hombre que ama con el fin de desvelarle un gran secreto. Una confesión hermosa y dolorosa a partes iguales, melancólica y a la vez apasionada. ¿Cuánto puede amar una persona sin que ese

amor sea correspondido? ¿Durante cuánto tiempo?

Teatro Talía.
Entradas: 15 €

TEATRO | VALÈNCIA | X y J: 20 h

doce miradas que dan testimonio tanto del poder evocador del Prado como de la capacidad creadora de quienes han realizado esta colección.

Pertenecientes a tres generaciones diferentes, y con formas muy diversas de entender y utilizar la fotografía, los autores se han inspirado en las obras que atesora el Museo, pero también en el aura que las envuelve, en el edificio que las acoge y en las personas que las contemplan.

Sala de exposiciones del ayuntamiento
(c/ Arzobispo Mayoral, 1).EXPOSICIONES | VALÈNCIA
M a S: 10 a 14 y 15 a 19 h, D: 10 a 14 h

VILNA 700



Conmemoración del séptimo centenario de la ciudad de Vilna. Fotografías de mediados del siglo XIX hasta la actualidad nos van mostrando los cambios de la ciudad. Pasado y presente en imágenes de grandes fotógrafos.

Museo Palacio de Cervelló.

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

2 de diciembre

MANU GÓRRIZ



Manu Górriz de lunes a viernes es programador informático, los fines de semana monologuista, por las noches guionista y el resto del tiempo padre por partida doble. ¿De dónde saca el tiempo? Nadie lo sabe. ¿Se está haciendo rico? No. ¿Tiene una vida entretenida? Totalmente, y te la contará.

Auditorio.
Entrada libre con consumición obligatoria.HUMOR | CATARROJA
S: 23 h

9 de diciembre

MASSA PA'LA CARABASSA

Pilu Fontán, una madre gamberra y a la última moda, hará de las suyas aprovechando que tiene tarde libre de niños y de marido. Amparo Oltra, una mujer positiva y terrenal, sacará partido en los malos momentos para estar más golosona que nunca.

Auditorio.
Entrada libre con consumición obligatoria.HUMOR | CATARROJA
S: 23 h

3 de diciembre

120 ANIVERSARIO DE LA BSMV

Dirigida por Miguel Rodrigo i Tamarit.

Palau de la Música.
Entrada libre hasta completar aforo.MÚSICA | VALÈNCIA
D: 19 h

10 de diciembre

BORJA PENALBA

Teatro Principal (c/ las Barcas, 15).
Entradas: 12 a 15 €MÚSICA | VALÈNCIA
D: 20 h

14 de diciembre

ORQUESTRA DE VALÈNCIA

Con Antoine Tamestit (artista residente) y dirigida por Pierre Bleuse.

Palau de la Música.
Entrada: 10 a 20 €MÚSICA | VALÈNCIA
J: 19:30 h

2 y 3 de diciembre

GRUMIC.

UN SUEÑO DE OTOÑO (teatro)

Relato del retorno a la infancia y de cómo un niño de cinco años debe entender la necesidad de aprender para poder alcanzar sus objetivos.

Sala Russafa.
Entradas: 10 €NIÑ@S Y MÁS | VALÈNCIA
S: 17 h y D: 12:30 hEL GATO CON BOTAS,
EL MIAUSICAL (teatro musical)

Un gato pasa a ser la única herencia que le queda a Pedro, el tercer hijo del molinero, una vez fallece su padre. En un principio a Pedro le parece injusto que sólo le haya tocado un simple gato mientras a sus hermanos les ha dejado el molino y un burro para poder transportar la carga.

Pero decide probar suerte con el gato, después de que descubre que éste tiene la facultad de hablar. El gato pide a su señor que le consiga unas botas, una espada y un sombrero, y que tenga fe ciega en él, puesto que está dispuesto a conseguir que su señor acabe siendo un hombre rico.

Teatro Flumen.
Entradas: 12 €

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

3 de diciembre

EL IAIO NO SAP RES (teatro en valenciano)

Parque del Ferrocarril.
Entrada libre.

NIÑ@S Y MÁS | MANISES
D: 12 h

8 al 23 de diciembre

CHARLIE Y LA FÁBRICA DE CHOCOLATE (musical)



Willy Wonka es el excéntrico propietario de una fábrica de chocolate que lleva años encerrado en ella. Fue el chocolatero más afamado del mundo por hacer dulces originales y mágicos. Espías trabajadores de otras empresas de chocolate le robaron sus recetas y tal ultraje le hizo alejarse del mundo. Nadie sabe cómo ni por qué, pero su fábrica sigue funcionando, aunque nadie sale ni entra de ella.

Tras unos años de aislamiento decide crear un concurso donde los cinco ganadores pasarán un día entero en su fábrica con él. Reparte cinco billetes de oro en sus tabletas de chocolate que se repartirán por todo el mundo y los afortunados que las encuentren, y sus padres, serán los ganadores de la visita a la fábrica.

Teatro Olympia (c/ San Vicente Mártir, 44).
Entradas: 29 a 55 €

NIÑ@S Y MÁS | VALÈNCIA
M, X y J: 19:30 h; V y S: 17 y 20:30 h;
D: 12 y 17 h

10 de diciembre

TIROIRO (música)

Espectáculo musical único, donde la prestigiosa pianista y actriz madrileña Esther Toledano interpreta algunas de las mejores bandas sonoras de la historia del cine en un one-woman-show que incluye diversión, fantasía... y mucho humor.

Más allá del clásico concierto, Toledano incluye juegos para adivinar películas a

8 al 10 DICIEMBRE

DESEMPLEADO DEL MES



¡Hola! Soy Manu, el becario de Jorge Cremades. La descripción del show la debería haber escrito Jorge, pero él no ha venido a trabajar.

En este show Jorge Cremades deshuesa todos los aspectos laborales inimaginables, desde el trabajo más duro del mundo como es el de ser funcio-

nario, hasta el más sencillo como es el de ser funcionario. ¿Este es el nivel de los chistes?

Teatro Talía.
Entradas: 18 a 22 €

HUMOR | VALÈNCIA
V: 20 h, S: 18 y 20:30 h, D: 18:30 h

partir de sus melodías, la improvisación de la banda sonora de un film inventado por los espectadores, y muchos más retos interactivos.

Teatro Flumen.
Entradas: 12 €

NIÑ@S Y MÁS | VALÈNCIA
D: 12 h

1 al 17 de diciembre

AL COMPÁS DE NINO (flamenco)

Mediante una vibrante fusión flamenca, recorreremos de la mano de dos cantantes y cinco bailarinas la discografía de una de las voces más míticas de nuestra historia.

Teatro Flumen (c/ Gregori Gea, 15).
Entrada: 24 €

OTROS | VALÈNCIA
V y S: 20 h, D: 19:30 h

15 de diciembre

BELLA DURMIENTE (ballet)



En la corte del Rey Florestan se celebra el bautizo de la Princesa Aurora, el Hada Lila y otras hadas han sido invitadas, excepto el Hada Carabosse a quien el maestro de ceremonias ha olvidado invitar. Indignada, Carabosse realiza un hechizo maléfico: "Cuando la Princesa

cumpla 16 años se pinchará con la aguja de una rueca y dormirá durante cien años".

El maleficio se rompe cuando el Hada Lila cuenta lo sucedido al Príncipe Desiré y este besa a Aurora. Para celebrar la boda entre Aurora y Desiré se preparan alegres festejos donde bailarán personajes de conocidos cuentos.

Gran Teatro Antonio Ferrandis (pza. del Ejército Español, 4).
Entrada: 14 a 20 €

OTROS | PATERNA
V: 20 h

2 de diciembre

LA RATONERA



Giles y Mollie Ralston acaban de abrir una pensión en una mansión antigua que Mollie ha heredado, y solo desean que las primeras personas que acogen tengan una estancia plácida. Sin embargo, cuando una nevada intensa deja la mansión Monkswell totalmente incommunicada, la noticia que les proporciona el sargento Trotter no resulta muy tranquilizadora: los clientes de la pensión se encuentran bajo la amenaza de un posible asesinato.

Nadie parece dar mucho crédito a las palabras del agente hasta que uno de los huéspedes es hallado muerto. Todos comprenderán entonces que el asesino ya ha llegado y es uno de ellos.

Auditori de Torrent.
Entrada: 10 a 18 €

TEATRO | TORRENT
S: 20 h

ORGASMOS, LA COMEDIA

Comedia que trata las diferencias entre hombres y mujeres y la convivencia en pareja. Se remonta desde Adán y Eva hasta la actualidad. Una buena manera de ver que, aunque haya una guerra de sexos, estos siempre acaban por ser el mejor complemento el uno por el otro.

En resumen, un auténtico manual de autoayuda para enfrentarse a los retos de vivir en pareja, que no son pocos.

Teatro Talía.
Entradas: 15 €

TEATRO | VALÈNCIA
S: 23 h

1 al 3 de diciembre

TRES COSAS



Dani conoce a Cris una noche de juerga y se acaban liando. Cris queda con Dani para no verle más y acaban hablando. Dani quiere conocer mejor a Cris y ella le acaba llamando. Cris se siente atraída por Dani, pero le acaba contando... tres cosas.

Sala Russafa.
Entradas: 12 €

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

2 y 3 de diciembre

LA PLAÇA DEL DIAMANT

Natalia es una mujer humilde del barrio de Gràcia. El río de su vida recorre los trastornos de la segunda República, la guerra y la miseria del franquismo. Un personaje interpretado por once actrices de edades y perfiles diversos, en una especie de caleidoscopio escénico y femenino que nos descubre matices y nos muestra contrastes de la vida de la protagonista.

Teatro Principal.
Entradas: 18 a 24 €

TEATRO | VALÈNCIA
S: 20 h y D: 18 h

14 al 16 de diciembre

LIBRE, NINO BRAVO 100% A CAPELA (musical)

Una comedia musical en la que Melomans nos descubren los momentos estelares de la carrera de Nino Bravo a partir de sus canciones. Música, teatro y humor en un homenaje a la gran voz valenciana.

Teatro Principal.
Entradas: 15 a 20 €

TEATRO | VALÈNCIA
J, V y S: 20 h

ENTREVISTA > Francesc Gascó Lluna / Paleontólogo (València, 29-febrero-1984)

«¡Es que una alita de pollo es un brazo de un dinosaurio!»

Francesc Gascó firma 'Paleontología pop' con la intención de acercarla «lo máximo posible a través de anécdotas, vivencias y referencias populares»

ALEJANDRO CARRILERO

El paleontólogo y divulgador científico valenciano, Francesc Gascó, concede una entrevista a AQUÍ en València para hablar de su último libro 'Paleontología pop' (Editorial Ariel). Este apasionado de la literatura, el cine fantástico y de ciencia ficción, pone especial relevancia en cómo "me he aproximado bastante a ser lo que quería desde niño".

"Siempre me presento como paleontólogo, porque es lo que siempre he querido ser, y he conseguido trabajar en este mundo; y divulgador, porque en la actualidad gran parte de mi trabajo tiene más que ver con contar la paleontología que hacerla", añade Gascó.

"Friki y deportista" se define a sí mismo Francesc. "El deporte ha sido muy importante en mi vida. Jugué al rugby durante mi doctorado y después me volví un gran apasionado del cross-fit". Y sin olvidar su lado friki nos confiesa: "fui uno de esos niños empollones obsesionados con la ciencia, pero también con los relatos de ciencia ficción y fantasía. Leía cómics. Me aficioné a la fantasía épica".

¿Qué pueden encontrar los lectores y lectoras en 'Paleontología pop'?

Me gusta considerar que es una especie de cursillo acelerado e inmersivo de paleontología. Porque muchas veces la imagen que se tiene de esta ciencia es muy sesgada, como si fuésemos coleccionistas de fósiles profesionalizados. Y la paleontología llega muy lejos para comprender las formas de vida del pasado. Quiero pensar que este libro es una manera popular de eliminar este prejuicio y hacerle justicia a nuestra disciplina.

«Se trata de una especie de cursillo acelerado e inmersivo de paleontología»

«En la ciencia cabemos todo tipo de personas. Y gracias a las redes, podemos mostrarlo»

«No somos inmunes a los eventos ligados a extinciones»



¿Es este libro un intento de acercar a todo el mundo la paleontología?

He intentado acercarla lo máximo posible a través de anécdotas, vivencias y referencias populares. Ya no sólo en el sentido de productos de cultura pop, sino que he tratado de relacionarlo con cosas cotidianas.

¿Cuál es el nivel de importancia que tienen las redes sociales y nuevas tecnologías en la difusión de la ciencia?

Gracias a las redes y nuevos medios podemos llegar a público con el que antes ni soñábamos. (...) Una cosa que también está en nuestras manos gracias a es-

tos medios es visibilizarnos como personas que nos dedicamos a la ciencia, mostrar el lado más humano. Porque imaginar a señores sesudos en sus torres de marfil es algo del pasado. En la ciencia cabemos todo tipo de personas. Y gracias a las redes, podemos mostrarlo.

¿Por qué crees que estamos en la "edad de oro de la Paleontología de dinosaurios o 'Dinomanía'?"

Porque han coincidido muchas circunstancias. Es verdad que cada década o cada lustro, si echábamos la vista atrás, podía llevarnos a hacer la misma afirmación.

Pero es que en los últimos años se han llegado a cruzar barreras que parecían imposibles: el hallazgo de plumas en dinosaurios no tan emparentados con las aves, los rastros de pigmentos y coloración, el nacimiento de la paleontología molecular... Ha sido un crecimiento exponencial fruto de nuevos hallazgos y de aplicación de nuevas técnicas.

¿Es cierto que hay semejanzas entre los huesos de una alita de pollo y el brazo de un dinosaurio?

Claro, ¡es que una alita de pollo es un brazo de un dinosaurio! Es más, podemos llegar a ver las semejanzas en los huesos de la

alita de pollo con el resto de vertebrados. (...) Lo maravilloso de la anatomía comparada es que ya nunca puedes ir de barbacoa sin pensar en estas cosas.

Llevas tatuado el logo de 'Jurassic Park', ¿tanto te ha influido la película/saga?

Durante mucho tiempo me enorgullecía dejar claro que a mí me gustaban los dinosaurios desde niño, mucho antes del estreno de 'Parque Jurásico'. Pero también es cierto que al estrenarse, me convertí en un fan de la película y posteriormente de la saga.

Más allá de los dinosaurios, me interesé por todo su universo. Y eso te acompaña durante años. Hasta solía usar su banda sonora para estudiar en la carrera. Creo que es justo dar al César lo que es del César. De modo que, tras doctorarme, me hice el tatuaje para marcar un hito en mi vida.

¿Sería posible hacer algo parecido a la película y devolver a la vida a los dinosaurios?

Como en la película, es complicado. El estudio y la recuperación del ADN antiguo es muy complejo. Pero hay gente estudiando otras posibilidades, sobre todo relacionadas con el genoma de las aves actuales. Puede que si alguien se empeña en recuperar dinosaurios no avianos, vaya por ahí la cosa.

Por otro lado, ¿podría volver a repetirse lo del meteorito que hizo desaparecer a los dinosaurios?

Sin duda. Ese peligro está sobrevolando nuestras cabezas a diario. ¡Y no somos inmunes a los eventos ligados a extinciones!

¿Crees que aún nos queda algo (muy) importante para la historia de la humanidad por desenterrar?

Muchísimo. Apenas hemos empezado a arañar la superficie. En nuestras provincias, quedan kilómetros y kilómetros de afloramientos rocosos por prospectar. Y hay lugares más remotos donde posiblemente ningún científico haya puesto el pie. Así que nos aguardan muchos descubrimientos.

El legado del Hombre del Bigote

Daniel Da Costa sigue el camino que inició su hermano Antonio a principios de los ochenta

FERNANDO TORRECILLA

Daniel Da Costa es ahora el Hombre del Bigote, herencia del apodo con el que se autodenominó su hermano Antonio, ocho años mayor que él. Ambos habían nacido en la localidad portuguesa de Felgueiras, próxima a Guimarães, pero pronto se trasladaron a Lugo, primero Antonio, para trabajar en una firma de jamones.

Se dedicaba con ímpetu a venderlos por toda nuestra geografía, hasta que, fiel a su espíritu emprendedor, buscó una ruta propia, en este caso por el sur de la provincia de València, todavía sin explotar. “Le habían hablado muy bien de la feria de Xàtiva, en agosto, y quiso probar”, rememora Daniel con una sonrisa.

Seguidamente se instaló en la zona y fue ganando fama, ya bajo la singular marca de ‘El Hombre del Bigote’. Laboraba principalmente en las ferias, de un modo ambulante, “circunstancia no muy bien vista en la época”, ofreciendo producto gallego, sobre todo jamón, además de carnes curadas, algo de embutido y un par de quesos.

Años ochenta

Eran los primeros años ochenta, y España vivía momentos complicados, con sucesos tan desafortunados como el caso del aceite de colza (1981) -que causó la muerte de unas 330 personas- o las constantes amenazas del grupo terrorista ETA.

“Mi hermano no únicamente se movía por la Comunitat Valenciana, sino que tocaba puntos del País Vasco, Guadalajara o Cataluña, por ejemplo”, matiza Daniel. Sin embargo, se fue centrando en la comarca de La Costera, aunque seguía acudiendo a las ferias de Cocentaina (Todos los Santos) y Alcoy (Moros y Cristianos).

De igual modo transitaba los mercadillos de Castalla, Yecla y Villena, siempre con su estimada furgoneta. Eran unos tiempos en los que todo era local, y los jamones y embutidos del norte se veían como un manjar exótico, por lo que fue sencillo enamorarse al que los probaba. Su visita era

Antonio llegó al sur de València en 1982, buscando hacerse un nombre en la feria de Xàtiva



Daniel Da Costa junto a su esposa, Concha, y su hija, Mónica.

esperada: anhelaban al Hombre del Bigote, pero sobre todo el sabor auténtico de los productos que traía.

Antonio pide ayuda

El trabajo se había vuelto tan exigente que, a mediados de los noventa, Antonio pidió ayuda a su hermano Daniel, quien en 1996 se encontraba trabajando en una panadería del centro de Lugo y ya estaba casado con Concha Parajuá.

Les convence y el matrimonio -junto a su pequeña hija, Mónica- atraviesa toda la península para colaborar en el negocio de Anto-

nio. “Mi hermano en un primer momento no quería que llevara una vida tan dura como la suya”, confiesa Daniel.

Plenamente consolidado, reclamó la ayuda de su hermano Daniel a mediados de los noventa

Juntos estuvieron dos años codo con codo, hasta que una desgracia tiñó la felicidad de la familia Da Costa: en 1998, mientras Antonio circulaba por la autovía A-35, perdió el control del vehículo, que tras entrar en la mediana dio dos vueltas de campana. Falleció en el acto.

Daniel toma las riendas

“Fueron dos años juntos, de los que aprendí su modo de trabajar y su buen hacer”, explica Daniel con sentimiento. A partir de entonces registró la marca, le compró la empresa a la viuda de Antonio e intentó dignificar y

consolidar el negocio. Se había dejado también bigote, imitando a su hermano, “para hacer honor al negocio y a su forma de ser”.

Ha sabido adaptarse a los tiempos, porque todavía recuerda cuando las máquinas de pesar no daban ticket, no existía la opción de envasar al vacío o iban con la furgoneta sin nevera. “Contamos ahora con la máxima confianza de los clientes”, remarca.

Canals y L'Alcúdia de Crespins

Plenamente consolidados, pese a las dificultades que supuso la pandemia, disponen ahora de dos establecimientos, uno en Canals -fundado en 2014- y otro en L'Alcúdia de Crespins, en 2018 (ambos en los mercados municipales).

Los clientes ya acuden a ellos y no viceversa, como antaño. “Sabemos lo que quieren y si hay algún producto nuevo se lo presentamos”, argumenta. Son ya únicamente dos las ferias a las que siguen asistiendo: Cocentaina, “donde soy el pionero”, y Alcoy. “Nuestro futuro, no obstante, es quedarnos fundamentalmente con las tiendas de Canals y L'Alcúdia”, vaticina.

Producto de calidad

Desde su creación, en 1982, hasta nuestros días, la filosofía del Hombre del Bigote es la de trabajar de manera cercana, “para conocer todo el proceso de elaboración, haciendo de nexo entre productores y clientes”.

De hecho, conocen a los ganaderos y productores, “para brindar lo mejor a nuestros clientes, aquello que les fascina”, porque según su creencia, si hay buenos pastos, hay buena carne y buena leche.

En ese sentido, dentro de su oferta de calidad, el jamón sigue siendo su producto estrella, ahora procedente igualmente de otros puntos de España, así como los quesos, “aunque los gallegos se mantienen como los preferidos”.

Cuentan con dos establecimientos, ubicados en los municipios Canals y L'Alcúdia de Crespins

El legado visigodo en València

En nuestra ciudad y área metropolitana la marca de este importante pasado cultural se percibe tanto en la arquitectura como en la gastronomía y las costumbres domésticas

ALEJANDRO PLA

A todo imperio sucede uno nuevo. Eso mismo le ocurrió a 'Valentia', la València del Imperio romano (fundada en el 138 a. C.) que tuvo que dejar paso a la llegada de uno nuevo: los visigodos. Con menos 'marketing' en la historiografía actual, la llegada de esta tribu germánica marcó un antes y un después en nuestra ciudad, su área metropolitana y toda la provincia.

Dirigidos por su líder Alarico, su migración trajo consigo una oleada de cambios que moldearía el futuro del reino visigodo. El Museo de Etnografía (L'ETNO), al que ya dedicamos un amplio reportaje el pasado mes de agosto, supone un referente fundamental para descubrir en qué medida el pasado visigodo ha contribuido a cincelar la identidad valenciana.

Museu de Prehistòria

El Museu de Prehistòria alberga una gran cantidad de reliquias y hallazgos arqueológicos de la época visigoda, que ofrecen una valiosa perspectiva de los asuntos políticos y sociales de la época. Los visitantes pueden explorar las exposiciones y descubrir la vida cotidiana de los visigodos, así como las leyes y costumbres que impusieron en la región.

Este museo, sito en la calle Corona, funciona como una máquina del tiempo, que permite a los visitantes apreciar los acontecimientos que dieron forma a la Comunitat Valenciana durante el periodo visigodo. Una sala específica de numismática descubrirá al visitante la importancia del comercio floreciente de la época.

Leovigildo, figura clave

El periodo visigodo en la Comunitat Valenciana se caracterizó por una serie de figuras influyentes, que tuvieron un efecto duradero en la historia de la región. Una de estas figuras clave fue Leovigildo, que subió al trono en 568 y reinó hasta su muerte en 586.

Durante su mandato, Leovigildo se esforzó por unificar los



Herrero, en la recreación histórica de la Fiesta del Dux de Ribarroja.

territorios visigodos y establecer una autoridad central en Toledo, lo que tuvo un gran impacto en la Comunitat Valenciana. Además, Recaredo I, que sucedió a Leovigildo como rey, es conocido por su conversión al catolicismo en 589, una medida que transformó el panorama religioso del reino.

Mientras tanto, influyentes obispos como Braulio de Zaragoza ejercieron un gran poder en el gobierno y la administración del reino, dejando su huella en la Comunitat Valenciana.

Witteric, Sisebut y Suintila

La Comunitat Valenciana también asistió al ascenso de Witteric, rey visigodo desde 603 hasta 610. Su reinado se caracterizó por sus esfuerzos militares y políticos. Así, desarrolló gran-

des reformas administrativas, que condujeron a la estabilidad y prosperidad de la región.

Sisebut, que reinó de 612 a 621, es recordado por su dedicación a la educación y el aprendizaje, ya que estableció escuelas y apoyó a eruditos, contribuyendo así al desarrollo intelectual y cultural de la Comunitat.

Otro rey que marcó una época fue Suintila, quien, de 621 a 631, impulsó poderosas reformas religiosas y legales. Este último monarca que hemos querido destacar en el territorio valenciano intentó aumentar la influencia de la Iglesia Católica, e implantó leyes que pretendían promover la justicia y la equidad en el reino.

El 'cap i casal'

La huella en València ciudad quedó patente, sobre todo, a partir de Leovigildo (siglo VI). Fue durante su mandato cuando se construyeron los edificios cristianos más emblemáticos, superpuestos al centro político y religioso romano previo.

Así pues, en esta fase se conoce la catedral, el baptisterio, un mausoleo, un cementerio de tradición romana alrededor del lugar del martirio y, al norte, toda una serie de edificios romanos

que perduraron. Los hallazgos arqueológicos han permitido conocer cómo era la catedral visigoda de València, antes de que la invasión musulmana la transformara en mezquita.

La catedral visigótica

La catedral estaba orientada hacia el este, como la mayoría de iglesias medievales. Se levantaba por debajo de lo que hoy es la plaza de la Almoina y la Basílica de la Virgen, y tenía unas dimensiones de cuarenta metros de largo por cincuenta metros de ancho repartidos en tres naves, y un ábside de unos doce metros de diámetro.

También contaba con varios edificios anexos destinados a la necrópolis, la curia y la casa del obispo. Dos destacaban sobre el resto: el baptisterio y el mausoleo. Ambos se construyeron sobre la antigua Vía Augusta marcando una ruptura con la trama romana anterior.

En la actualidad existen dos espacios sobre esta zona que pueden visitarse. Una de ellas es la cripta arqueológica de la Cárcel de San Vicente (plaza del Arzobispo, 1), que alberga la tumba del prelado, y el ábside de la antigua catedral visigótica.

San Vicente de la Roqueta

Junto a la catedral, otro punto de interés en la València visigoda es el antiguo convento de San Vicente de la Roqueta (actual Iglesia Parroquial de Cristo Rey), donde la tradición sitúa el lugar de enterramiento de San Vicente Mártir en el siglo IV tras el martirio, lo que lo convirtió en lugar de peregrinación de la cristiandad.

Hay que recordar que esta fue una de las pocas iglesias abierta al culto durante el periodo de dominación árabe, convirtiéndose en la catedral de la comunidad mozárabe en València, fuera de las murallas de la ciudad. Los cristianos formaron un barrio alrededor de la iglesia que evitó su desaparición.

Recaredo I, que sucedió a Leovigildo como rey, es conocido por su conversión al catolicismo

Se albergan muchas reliquias y hallazgos arqueológicos de la época en el Museu de Prehistòria

Leovigildo marcó una época, subiendo al trono en 568 y reinando hasta su muerte en 586

València la Vella

En el área metropolitana de València, nada más atravesar Manises para enfilarse la comarca del Camp del Túria, surge el críptico castro de València la Vella, actualmente Ribarroja. Este notable yacimiento arqueológico, que muchos expertos señalan como asentamiento visigodo, ofrece una visión de la vida cotidiana de este pueblo.

Las excavaciones en València la Vella efectuadas han revelado diversos artefactos, entre ellos monedas que se utilizaron como moneda de curso legal durante la época visigoda. València la Vella se erige como un monumento a su resistencia y legado cultural, proporcionando una ventana fascinante al pasado.

La gran apuesta turística

Ribarroja ha decidido apostar todo a una carta. Este municipio, sabedor de disfrutar de uno de los yacimientos visigodos más importantes de Europa, ha decidido volcar buena parte de su apuesta turística alrededor de su pasado visigodo, precisamente.

Las visitas a València la Vella han sido teatralizadas, de tal modo que el turista o curioso pueda vivir de un modo más directo y proactivo del pasado visigodo en este municipio valenciano tan próximo al 'cap i casal'. En estas visitas, se combina la teatralización, las nuevas tecnologías y la gastronomía a fin de conocer el modo de vida de los visigodos en todos sus aspectos.

El MUPLA

El Museo Visigodo de Pla de Nadal (MUPLA) de Ribarroja expone una gran variedad de elementos decorativos y arquitectónicos. Ubicado en el castillo de Ribarroja, acoge piezas encontradas en el yacimiento arqueológico de Pla de Nadal y muestra la historia de este excepcional palacio mandado construir por Teodomiro.

En el museo se explica el trabajo de los canteros, estucadores y pintores en el edificio. También se pueden contemplar más de cien piezas de escultura, que constituye la mejor colección de arte decorativo de época visigoda de Hispania y una de las más completas de todo el Occidente.

La Festa del Dux

La Festa del Dux representa el gran evento multidisciplinar con el que Ribarroja recrea en su casco histórico su pasado visigodo. Así, el viaje en el tiempo permite a vecinos y turistas disfrutar durante varios días (habitualmente en el mes de noviembre) de un mercado visigodo que promete ser impresionante, con una ampliación en el recorrido que ofrece productos artesanales,



El Dux Tebdemir y Teodora, en la recreación histórica en la Fiesta del Dux de Ribarroja.

decorativos, alimentos, juguetes y demás.

Allí se dan cita artesanos especializados, que mostrarán oficios visigodos ancestrales en vivo, cetrería, música en directo y talleres sobre numismática, escritura, vestimenta y escudos de la época. También se celebran rondas de soldados y exhibiciones de combate.

Carnes y verduras

La gastronomía de la época visigoda era una cocina típicamente romana, a la se sumaba los productos exóticos que vienen de Oriente, como las especias, y la utilización de los productos locales. Los documentos históricos nos hablan de los diferentes tipos de panes, con levadura, del áximo, el de espelta...Y el cibarius, el pan más sencillo, que se les daba a los esclavos.

Respecto a las carnes y sus formas de preparación, se sabe de los embutidos, como el 'far-cire', un antecedente de nuestros chorizos. En relación con la bebida, llega a nuestros días el vino conocido entonces como 'De potu', aunque no falta la cerveza ('cervisia').

'El beso visigodo'

'El beso visigodo' es un dulce típico que se puede conseguir en los hornos tradicionales de Ribarroja.

Está elaborado con harina de almendra, miel y fruta escarchada. Según cuenta la leyenda, cuando el Dux Tebdemir conoció a Teodora, quedó totalmente prendado de ella.

En la boda Tebdemir pidió a sus cocineros algo especial para agasajar a su amada e invitados. El cocinero utilizó aquello que más representaba a la novia (la deliciosa almendra) que en forma de harina fue mezclada con huevos, trigo y endulzada con fruta fresca y escarchada.

Entonces Tebdemir ordenó a sus cocineros que escondieran la fruta dentro de la masa para sorprender a sus comensales. Así, al probar el dulce, todos supieron cómo sabían los dulces besos de su amada Teodora.

El pacto de Tebdemir

El pacto de Tebdemir, que Ribarroja recrea en su Festa del Dux, supuso el ocaso visigodo.

Fue el tratado de capitulación entre Abd al-Aziz ibn Musa y el potentado visigodo Teodomiro, que podría haber tenido funciones administrativas en el sureste de Hispania.

Firmado el 5 de abril del año 713, este tratado reconocía a Teodomiro (a cambio de su sumisión) la salvaguarda de sus propiedades y el gobierno en el territorio pactado. También procuraba a la población cristiana el respeto de sus vidas, de sus propiedades y el culto religioso, siempre y cuando pagaran anualmente un impuesto personal.

Ribarroja

Robert Raga, alcalde de Ribarroja, ha tenido la amabilidad de atender a AQUÍ en València para comentar de qué modo este municipio se vuelca con su pasado visigodo: "Tenemos vestigios de cultura íbera, romana, visigoda o

árabe con nuestro castillo. Pero la más singular es la de los visigodos, con un yacimiento único como es el Plan de Nadal".

Raga reafirma el esfuerzo por parte del consistorio a la hora de promocionar el pasado visigodo del municipio: "hemos hecho una fuerte apuesta cultural. Otro de los yacimientos es Valencia la Vella, que tiene tres hectáreas y es una ciudad, donde arqueólogos de toda Europa vienen a formarse y a investigar".

El alcalde de esta localidad recordaba que hace unas semanas Ribarroja albergó la IV edición de los Encuentros de Arqueología de toda Europa y que, "en estos momentos, estamos investigando la relación entre València capital y los yacimientos de València la Vella, pues hay una conexión en línea recta de unos trece kilómetros... Además de ser un lugar estratégico de ciudad militar desde donde se controlaba el río Turia".

Suintila reinó entre los años 621 a 631, e impulsó poderosas reformas religiosas y legales

Los hallazgos arqueológicos han permitido conocer cómo era la catedral visigoda de València

La Festa del Dux representa el gran evento con el que Ribarroja recrea su pasado visigodo

Una calle que nunca se acaba

La calle San Vicente, la más larga de València, goza de un antiquísimo trazado que se corresponde con la Vía Augusta, la calzada romana más importante de Hispania



La calle San Vicente a su paso por el Parque de Artillería.

ALEJANDRO PLA

La calle San Vicente Mártir posee varios códigos postales (46002-46007-46017). Vamos, como si de un distrito entero se tratara. Y no es para menos, pues esta vía, una de las arterias que cruzan la ciudad, posee una longitud próxima a los cuatro kilómetros (en concreto, su extensión es de 3.724 metros). Puede hacerse su trayecto en bus, pues la línea 27 de la Empresa Municipal de Transportes (EMT) la cruza entera, llegando incluso hasta Alfafar.

Comienza en la hermosa y céntrica plaza de la Reina y termina más allá de la Cruz Cubierta. Es decir, sus primeros números se ubican en el corazón de València y los últimos acaban al borde de la autovía V-30, en el barrio de la Cruz Cubierta y San Marcelino. Como tantas otras calles, la Guerra Civil cambió su nombre, pasando a llamarse Largo Caballero.

Posee una longitud próxima a los cuatro kilómetros; en concreto, mide 3.724 metros

El Cardus Maximus

Es la más larga de València, disfruta de una historia urbana que va más allá de la de cualquier barrio de la ciudad. Su antiquísimo trazado se corresponde con la Vía Augusta, la calzada romana más importante de Hispania. Esta vía cruzaba la ciudad por el Cardus Maximus, el eje norte-sur formado por las calles del Salvador y la propia de San Vicente Mártir.

Como calle o camino de San Vicente, sólo era conocido el tramo entre la plaza de Cajeros (actual cruce de la avenida de María Cristina con la calle de San Vicente y la plaza del Ayuntamiento) y la puerta de San Vicente, situada en la actual plaza de San Agustín.

A partir de dicha puerta, más allá de las murallas, el camino era conocido como 'San Vicente de fuera del portal' o simplemente

'San Vicente de fuera'. Esta vía representa uno de los ejes sobre los cuales València creció a lo largo del siglo XX, en detrimento del camino Real de Madrid.

La 'acera de la muerte'

Hay que recordar que su tramo más alejado del centro presentaba las últimas décadas entornos degradados y estrechamientos, que hacían difícil el tránsito peatonal. Uno de ellos, famoso por su simbolismo, era el situado a la altura de la calle Pianista Amparo Iturbi, en el barrio de La Raiosa (distrito de Jesús), donde estaba la llamada 'acera de la muerte'.

El ayuntamiento acometió un plan de acción para que este tramo de acera pasara de 1,2 metros a 6,10 metros de anchura, en la parte recayente a San Vicente, y hasta los 8,10 metros en el caso de Amparo Iturbi. Además, se demolió parte del muro

de la parcela privada para desbrozar el solar y quitar los paneles publicitarios.

Esta ampliación fue consecuencia de una larga y denostada reivindicación vecinal, pues en este punto de València se registra una intensidad media que ronda los 25.000 vehículos diarios.

El camino de San Vicente

A nivel teológico, el camino de San Vicente Mártir comienza en Huesca y finaliza en València. Recorre las tierras de Huesca, Zaragoza, Teruel, Castellón y Valencia. En total son aproximadamente 650 kilómetros. Su trazado sigue la calzada romana Laminium (en la zona aragonesa) y la Vía Augusta (en la zona valenciana).

El nombre de la calle de San Vicente está registrado prácticamente desde la entrada de Jaime I en la ciudad, y se conoció de esta manera por qué fue por este camino por donde fue arrastrado el cuerpo del protomártir y patrón de València, Vicente de Huesca, diácono del Obispo Valero de Zaragoza, a principios del siglo IV.

El patrón

Vicente de Zaragoza, conocido también como San Vicente Mártir, fue un clérigo español,

diácono de San Valero de Zaragoza. Fue capturado y torturado bajo Diocleciano, por lo que la Iglesia lo venera como mártir.

Con la incursión de los árabes, se trasladó su cuerpo hasta Portugal. Sus restos fueron venerados durante años en la Ermita de San Vicente de la Roqueta, a las afueras de la ciudad árabe y medieval de València. Además de ser su patrón, San Vicente Mártir es también patrón del Gremio de Sastres y Modistas.

Las otras calles largas

Si debemos señalar algunas calles o avenidas que compiten en longitud con San Vicente Mártir, sin duda una de ellas es la avenida Blasco Ibáñez. El escritor y político valenciano da nombre a una larga avenida que llega prácticamente hasta el mar. Nace en los Jardines de Viveros y alcanza la estación del Cabañal. La presencia de universitarios es su señal de identidad.

El Paseo de la Alameda aparece como otra temible competidora en longitud. Naciendo también en los Jardines de Viveros y yendo a buscar el mar junto al antiguo cauce del río, este paseo se alza como uno de los más bulliciosos y de mayor tamaño. Sus árboles son centenarios y testigos vivos de la historia de València.

En particular, la línea 27 de la EMT la cruza entera, llegando el trayecto en autobús incluso hasta Alfafar

Con motivo de la Guerra Civil cambió su nombre, pasando a llamarse Largo Caballero

Exquisitas mollas, duros caparazones

Es universal la costumbre de hacerse una mariscada, pero cada lugar, como la Comunitat Valenciana, goza de sus propios mariscos

FERNANDO ABAD

“¡Che, vámonos de mariscada! ¡A darle gusto al cuerpo!”. De acuerdo, pero, antes que nada, y no me miréis así, decidme: ¿qué es marisco? Porque esto es un alegre batiburrillo donde parece caber de todo, desde una langosta hasta una estrella de mar. Incluso hay quien te incluye pescaitos (‘pecaitos’, que dicen por los bares gaditanos) fritos en el paquete.

Delimitemos antes. Para empezar, no se trata en realidad de una clasificación, digamos, biológica, sino directamente gastronómica. El palabro procede del latín ‘mare’ (mar) e ‘-isco’ (perteneciente al), aunque esto nos proporciona una pista incompleta. Añadamos que lo de marisco va por la bichería invertebrada oceánica, y de esta manera ya comenzamos a tenerlo bien encuadrado. Aunque podemos afinar aún más.

Langostas y bogavantes

Lo anterior, como decíamos, aún nos deja dudas: entonces, ¿los pulpos y calamares son aceptables como mariscos, o animales de compañía? Esto último, lo de animales de compañía, lo dejaremos para los juegos de mesa. En cuanto a gastronomía, sí, pulpos y calamares son marisco. ¿Por qué? Como señalábamos arriba, podemos considerar marisco a todos los invertebrados marinos... comestibles. Esto nos abre el campo al menos a cuatro grupos de ellos.

El primero, en el que podríamos encuadrar las preciadas langostas y los no menos cotizados bogavantes, lo formarían los crustáceos (del latín ‘crusta’, corteza); o sea, para entendernos, aquellos bichos marinos cuyos cuerpos se encuentran cubiertos por un caparazón. Luego, hablaríamos también de los moluscos (de una palabra del latín científico moderno, ‘molluscus’, derivado de la palabra latina clásica ‘mollis’, blando).

De blandas carnes

Atiende lógicamente a la blandura de estos animales, a



La mariscada es de siempre una oferta señera en la gastronomía de la Comunitat Valenciana.

su molla (otra palabra del mismo origen etimológico). Pero no deja de ser un contrasentido, ya que los moluscos, en realidad, suelen proteger sus organismos con caparazones u otras durezas. Ocurre tanto con los bivalvos (de ‘bi’, dos, y ‘valvia’, placa o pieza) como con los gasterópodos (del griego antiguo ‘gaster’, estómago, y ‘podós’, pie; o sea, con un musculoso pie ventral y generalmente una concha protectora).

Aunque ya no ocurre así con la tercera clase de moluscos, los cefalópodos (también del griego clásico ‘kephalé’, cabeza, y ‘podós’), o sea, aquellos que les salen los pies de la cabeza (en realidad, tentáculos; aquí entran pulpos y calamares). El cuarto grupo de mariscos son los equinodermos (de las palabras del griego clásico ‘ekhino’, púa, y ‘derma’, piel). En este último caso, claro, no siempre hay con-

cha, pero suele tratarse de mollas muy bien defendidas.

Lo que va por el mar

Quedémonos con la copla: animales marinos. Un caracol es un molusco gasterópodo, pero, como animal terrestre, no es marisco (aunque quede igual de bueno en la paella). Los mariscos nos llegan a los supermercados, a las pescaderías, a las lonjas, desde el mar y punto. Se pescan desde un montón de sitios, pero, ¿tenemos marisco autóctono? Vale, ¿bogavantes o langostas? Para quienes prefieren lo primero, por aquí no hay del americano, el ‘Homarus americanus’, pero sí del ‘gammarus’.

En verano y de noche, cuando sale de los huecos donde habita, al capazo. Mediante artes de arrastre (se forma un gran cono gracias a una red o juego de ellas) la langosta europea o común (‘Palinurus elephas’) es

la propia de las costas mediterráneas. Pero no es el único crustáceo que vive y hasta desova (pone huevos) por nuestras costas. ¿Qué sería una mariscada sin gambas?

Gambas, cangrejos y chirlas

Así, tenemos la gamba blanca (‘Parapenaeus longirostris’), tan afamada, por cierto, la de Huelva; o la roja o rosada (‘Aristeus antennatus’), tan apreciada la de Dénia (Marina Alta). ¿Y unos camarones mediterráneos o quisquillas (‘Plesionika spp.’), unas cigalas (‘Nephrops norvegicus’), de camino a la langosta, o las galeras (‘Squilla mantis’), cuya poca molla, protegida por el caparazón, además de dar gusto a los caldos resulta un bocado exquisito?

Con unos cangrejos de puerto o nadadores arenosos (‘Liocarcinus depurator’), reales (‘Calappa Granulata’) o rojos (‘Geryon longipes’), más unos langostinos (‘Penaeus kerathurus’), ya tendríamos casi completo el cupo de crustáceos. Ahora unos moluscos bivalvos, como almejas finas (‘Ruditapes decussatus’), berberechos comunes o verdigones (‘Cerastoderma edu-

le’), conchas del peregrino o vieiras del Mediterráneo (‘Pecten jacobaeus’), chirlas (‘Chamelea gallina’) o mejillones (‘Mytilus galloprovincialis’), que no falten; ni ostras (‘Ostrea edulis’), o las casi endémicas pechinas lisas (‘Mactra corallina’) y las tellinas (‘Donax trunculus’).

Calamares y espardenyes

De moluscos gasterópodos además tenemos al mediterráneo bígaro (‘Nassarius mutabilis’), la cañadilla (comprende dos clases, la ‘Bolinus brandaris’ y la ‘Murex brandaris’). Y de cefalópodos, calamares (‘Loligo vulgaris’), choquitos o castaños (‘Sepia elegans’), jibias o sepias (‘Sepia officinalis’), pulpos (‘Octopus vulgaris’), pulpos blancos (‘Eledone cirrhosa’) y voladores o potas (‘Illex coindetii’). En los equinodermos, el rey es el erizo de mar (‘Paracentrotus lividus’).

Pero no despreciemos las espardenyes, holoturias o pepinos de mar (‘Stichopus regalis’), que en Peñíscola (Baix Maestrat) son manjar, fritas a tiras y rebozadas en leche y harina. O sea, que si vamos a hacernos una mariscada, pues vamos a hacérsola sabiendo qué nos hacemos.

Se clasifican en crustáceos, moluscos, cefalópodos y equinodermos

Un caracol es un molusco gasterópodo, pero no es marisco

Las langostas se capturan mediante artes de arrastre

ENTREVISTA > Sara Caballero / Creadora de contenidos (València, 8-junio-1986)

«Los paisajes más impresionantes que conozco están en Filipinas»

Experta viajera, es la creadora de la cuenta 'La mochila de Sara', con miles de seguidores

FERNANDO TORRECILLA

A Sara Caballero siempre le gustó viajar, en un primer momento con sus padres o amigos, "ya en la época de la universidad". Su concepto de anhelar conocer nuevos lugares y culturas permuto cuando en 2014 descubrió las maravillas de Tailandia, un destino tan popular para los europeos.

Fue entonces cuando creó 'La mochila de Sara', como concepto de persona que se dedica a viajar, hacer recomendaciones y proponer planes en miles de rincones, ya sea en España o en el extranjero. De hecho, le encanta repetir, como ha hecho en Marruecos -alrededor de diez veces-, Filipinas, Italia, Reino Unido o la propia Tailandia.

Son tantos los países que ha visitado "que he perdido la cuenta", admitiendo eso sí que su sueño es poder pisar la Polinesia Francesa (Oceanía). Añade con agrado que le sorprende que le reconozcan en la otra punta del mundo, como le ha sucedido en diversas ocasiones en tierras filipinas.

¿De pequeña te gustaba viajar?

De niña ya realicé diversos viajes con mis padres, principalmente por España. En la época de la universidad hice otros, con compañeros o antiguas parejas.

¿Cuál fue tu primer viaje fuera de Europa?

Tailandia, mi primera incursión en Asia; un continente que me apetece mucho conocer. Recorrí todo de ese increíble país: playas, templos, ciudad, selva...

Estuve quince días y, aunque me gustó, siempre te quedan sitios por visitar. Luego he estado dos veces más.

¿Es entonces cuando haces el 'clic' para querer viajar más?

Sí, siempre me ha gustado viajar y descubrir nuevos lugares.



res. Me hizo ver otro mundo diferente. Seguidamente he estado en un sinfín de sitios: Sri Lanka, Indonesia, Filipinas, Camboya, Maldivas o Malasia, todos ellos diferentes entre sí.

¿Qué te llama tanto la atención de Asia?

Que es un auténtico caos, pero para ellos es ordenado; se

apañan así y es su forma de vivir. Aprecias lugares sumamente pobres, pero otros en los que el caos les va bien.

Si me tuviera que quedar con dos países de ese continente serían Tailandia y Filipinas, donde no es tan fácil moverse y hace que no esté tan masificado. Filipinas es todavía más salvaje y sus paisajes son los más impresionantes que conozco.

Hacen también mucha vida fuera de casa.

Exacto. En Tailandia se ve mucho donde la mayor parte de la gente come en la calle, incluso pad thai (wok salteado con fideos, gambas, huevo, salsa de tamarino...), arroces, fruta o pescados.

Tienen mucha cultura de calle, de pasar todo el día en ella, y es tan barato comer de este modo que muchos nunca cocinan en casa o no tienen ni nevera.

¿Cuándo pasa de ser una afición a un trabajo?

Mis seguidores empezaron a crecer, siempre de un modo paulatino, y contactaron conmigo diversas empresas para que hiciera ciertos contenidos.

La marca 'La mochila de Sara' la creé precisamente en

ese primer viaje a Tailandia, pero en un primer momento como una afición.

¿Qué es exactamente 'La mochila de Sara'?

Es el contexto, aunque sí es verdad que siempre va conmigo una pequeña bolsa o mochila en la que llevo de todo: el neceser, frutos secos, agua, la cartera...

Lo puse por esa razón y mi cuenta fue creciendo de un modo orgánico, apareciendo también en algunos medios de comunicación.

Con miles de seguidores en las redes, ¿qué recomiendas en tus vídeos?

Un poco de todo, no exclusivamente de viajes. Hago de destinos, de planes, de alojamientos, ciudades...

Cuando me preguntan a qué me dedico, contesto que no solo es viajar, sino más a crear contenidos, ya sea en un destino o en València para una marca que me contrata para un evento.

¿Nos podrías aconsejar otras zonas?

Por calidad-precio, sin duda Asia, gracias a sus paisajes -los de Indonesia también son apasionantes-, pero he estado en otros lugares más caros que son igualmente atractivos, como Chile o los fiordos noruegos.

¿Qué anécdotas te han sucedido?

Me han reconocido en diversas ocasiones en Filipinas, algo que me sorprende muchísimo. Malas anécdotas no me han pasado, por fortuna, para todo lo que llevo viajando. Toco madera.

Cosas positivas suceden muchas, e intento quedarme siempre con lo bueno.

¿Cuál es el 'feedback' que tienes por parte de tus seguidores?

Muy bueno. Algunos de mis vídeos se hacen virales, con mucho tráfico de visitas, y esto conlleva nuevos seguidores. Si voy creciendo es buena señal, aunque obviamente habrá a quien no le agrade.

¿Próximos destinos?

Seguiré por España, donde hago mucho contenido; y Oporto y Nápoles, ciudad del sur de Italia, en la que pasaré la Nochevieja.

«Como calidad-precio siempre aconsejo viajar a Asia, con lugares tan dispares entre sí»

«Algo que me apasiona es repetir destinos y, cada vez que voy, descubrir nuevos rincones de ese país»

«Me gusta recomendar un poco de todo: destinos, ciudades, planes, alojamientos...»

ENTREVISTA > Ana Valdés Mayayo / Creadora de contenidos (Villena, 3-junio-1995)

«Mi gran vocación son las redes sociales»

Es titular de la cuenta 'Enjoy Valencia food', donde recomienda sitios interesantes de la ciudad

FERNANDO TORRECILLA

No hay mejor plan que dejarte guiar por alguien que sabe de restaurantes y, sobre todo, conoce la mayoría de los que existen en nuestra ciudad. Esa persona es Ana Valdés Mayayo, propietaria junto a su pareja, Manuel Calvo, de la cuenta 'Enjoy Valencia food', en la que revela sus experiencias y qué degustar en los mejores locales.

Aunque nació en la bonita Villena, se trasladó a la capital a estudiar Filología Inglesa y en València se quedó. Ana, perfecto ejemplo de las nuevas generaciones, es una apasionada de grabar y hacer fotografías a todo, "no lo puedo evitar", y fruto de esta afición nació lo que ahora es su gran vocación: las redes sociales (RRSS).

Restaurantes y viajes

Con una sonrisa que desborda, nos aclara que siempre le ha gustado ir a restaurantes -gestiona las RRSS de algunos de ellos, de hecho-, "con la idea de innovar y probar alimentos nuevos: las croquetas me fascinan, sobre todo las cremosas". Sin embargo, de entre todos los restaurantes que ha probado, su preferido es 'Nozomi', un japonés de València.

Precisamente los viajes son otra de sus pasiones y el próximo será a Japón, "porque nuestros destinos siempre están fundamentados en la gastronomía del lugar".

¿Quién es Ana?

Como no tenía ninguna vocación especialmente marcada, estudié Filología Inglesa, debido a que me gustaban mucho los idiomas. Al finalizar la carrera en València, descubrí que todo está enfocado a la docencia y mientras cursaba un máster, en 2018, me abrí la cuenta de 'Enjoy Valencia food' en las redes sociales.

«Me gusta aconsejar sobre todo restaurantes; pero también cines, coctelerías, pastelerías...»



¿Te enfocas entonces en las redes?

Empezó como un hobby, pero la cuenta fue creciendo de un modo exponencial, mostrando los dos o tres restaurantes que visitaba con Manuel todas las semanas.

En mi vida todo lo fotografío, no lo puedo evitar: lo subía a mi cuenta personal y por eso decidí crear una en exclusiva sobre restaurantes. De este modo únicamente me seguiría al que le interesara el tema.

También visitas cines, por ejemplo.

Sí, porque lo que realmente me gusta es recomendar y compartir las experiencias que vivo, muchas veces en restaurantes.

Pero si me van surgiendo nuevos sitios interesantes -coctelería, talleres de pintura, pastelerías, cine..., también los publico.

¿Cómo haces la selección?

Muchos los descubro porque me contactan y luego investigo. Otros los busco por mi propia cuenta o mediante las redes, y los que me apañan, me los guardo para una posible visita.

Mi ámbito de influencia es València, pero cuando he viajado a París, por ejemplo, también lo enseño.

¿Qué respuesta tienes de tus miles de seguidores?

La mayoría me dicen que están superagradecidos y muy contentos con las recomendaciones, que intento siempre filtrar. No

voy a cualquiera que me vaya a pagar, sino a uno que me guste de verdad.

Me agrada recomendar locales seguros, que sepa que la gente va a salir contenta, pero siempre hay experiencias de todo tipo: salen molestos del restaurante y me 'riñen', por así decirlo. Pero intento que no me afecte.

Habrás vivido cientos de anécdotas, positivas y negativas.

Un día, en un restaurante, comimos tanto que salió el jefe de cocina para comprobar que únicamente éramos dos. No se lo creía. Grabando hay muchas tomas falsas. Hace poco, por ejemplo, como me gusta grabar lo todo, fui a echar una cerveza y

«No voy a cualquier sitio que me paga, sino a los que realmente sé que me van a gustar»

la acabé derramando por todo el mantel (ríe).

En cuanto a las negativas, en una cena -una colaboración- el dueño del establecimiento estuvo con nosotros sentado, prácticamente todo el rato, preguntándonos cómo estaba la comida. Se hizo extremadamente incómodo.

¿Te comes, por lo tanto, todo lo que aparece en los vídeos?

Aunque no lo parezca, sí, nos lo comemos todo (ríe), y si sobra algo, nos lo llevamos para casa. Estoy delgada en parte por genética, pero sí es verdad que hace un año decidimos apuntarnos a un gimnasio, ¡porque se nos iba a ir de las manos!

¿Cómo editas los vídeos?

No hice ningún curso, sino que lo he ido aprendiendo con la práctica. Hasta el momento trabajo únicamente con el móvil, pero quizás realizo alguna innovación en ese sentido.

¿Tienes previsto pasarte a YouTube?

No lo sé, son vídeos muy densos y largos, con un mayor contenido y supone tener que estar grabándote toda la comida.

¿Qué otros proyectos tienes?

Quiero hacer colaboraciones con otras cuentas, como ya están haciendo en ciudades más grandes. Y también estoy pensando en cambiar el nombre de la cuenta, porque hago muchas más cosas que las vinculadas a la gastronomía y los restaurantes; el actual me encasilla un poco.

«Quiero cambiar el nombre de la cuenta, para que no me encasillen solo en la comida»

ENTREVISTA > Juan Luna / 'Speaker' (València, 26-diciembre-1969)

«La empatía es algo fundamental para animar al público»

Este comunicador nos desvela las claves para ser un buen 'speaker', así como las complejidades de una labor profesional cada vez más demandada

ALEJANDRO PLA

Coger el micrófono y ponerse a animar un evento, puede ser fácil durante unos minutos. Pero mantener el pulso durante todo un partido de fútbol y otra competición deportiva no está al alcance de cualquiera. Es necesario tener buena voz, conocer la competición que se está celebrando y generar empatía con el público.

Conversamos con este 'speaker' desde AQUÍ grupo de comunicación, para que nos explique los recursos necesarios a la hora de afrontar la animación de un evento. También sus pautas para cuidarse y, cómo no, los trucos que utiliza para generar buena sintonía con el público. Los 'speakers' sin duda están más de moda que nunca.

¿Recuerdas tu primera experiencia como 'speaker'?

Fue de la mano de Álex Sáez, que tiene una empresa de eventos, además de ser el director de la escuela de fútbol San José. Se hizo un torneo de fútbol para niños en l'Alfàs del Pi, concretamente en el Albir.

Se trataba de la presentación y animación del torneo durante todo el fin de semana de una competición deportiva en diferentes categorías. Esos fueron mis primeros pinitos.

¿Cuáles son los rasgos que definen a un buen 'speaker'?

Fundamentalmente son la facilidad de palabra, la dicción y el entusiasmo. Un buen 'speaker' ha de hacer que la gente disfrute, vibre y se meta dentro de los partidos. En definitiva, debe conseguir activar los corazones de la gente.

¿Y para ser uno malo?

Tener mala dicción y desconocer el evento o el deporte que



estás tratando de animar. Desconocer las reglas de la competición que estás animando, no conocer a los participantes que concurren en dicho partido en caso de que sea un encuentro...

¿El peor error que se puede cometer al mando del micro?

Sin duda, el silencio. El no saber qué decir. No hay nada peor.

¿Por qué crees que ahora se ha puesto de moda solicitar un 'speaker' para ciertos eventos?

No creo especialmente que ahora se haya puesto de moda. A mi entender lleva ya tiempo funcionando muy bien. Al final un 'speaker' viene a ser lo que un dj en una discoteca.

Es la persona que se encarga de animar a la gente, de hacer que vibre, que baile, que salte y que se involucre en la actividad deportiva que se está llevando a cabo.

Para un 'speaker', ¿hay vida más allá de los eventos deportivos?

Claro que sí. No debe ceñirse exclusivamente a los eventos deportivos, puesto que un

'speaker' es un animador. Hay multitud de eventos que requieren cierta participación activa por parte del público, sean o no deportivos.

El mundo de las carreras populares sin duda ha multiplicado el trabajo.

Desde luego. Pero como suelen ser organizadas siempre por las mismas empresas, esos puestos suelen estar ya contratados y fijos.

Ser 'speaker' debe ser un poco como un dj, en el sentido de modular las 'vibras' según reaccione el público. ¿Es así?

Tal cual. Al final has de ir jugando con el público. Ser empático con ellos, entenderlos y saber cómo hacerlos sentir.

Tener esa psicología para que entren todos y el evento en cuestión se convierta en una auténtica fiesta.

¿Varías tu trabajo según el público al que te diriges?

Por supuesto. El trabajo del 'speaker' parte de entender no sólo el evento que se está celebrando, sino también al público asistente al pabellón para lograr la mayor complicidad posible.

No es lo mismo estar con un público en el que la mayoría son mayores, que estar en un pabellón con gran presencia de gente más joven. Los chavales suelen hacer mucho caso a lo que les dice el 'speaker'... Se conectan más fácilmente. A la gente mayor cuesta más sacarles aplausos, silbidos y animaciones. El público más infantil resulta mucho más agradecido con nuestro trabajo, porque su interacción es casi máxima.

Por último, ¿qué hacer cuando uno se queda sin voz? ¿Hay trucos? ¿Y rutinas para cuidarse, por cierto?

Pues no me ha pasado nunca... Pero bueno, un 'speaker'

que pierde su voz ha perdido su herramienta de trabajo. Es como si a un dj le quitas la mesa de mezclas y no puede pinchar. Lo único que te queda ahí es tratar de comunicarte con el público mediante el lenguaje gestual.

En cuanto a trucos, yo tiro de clásicos: el vaso de leche caliente con miel por las noches, como decían las abuelas. No falla para cuidarse la voz. Lo hago cada noche, y siempre antes de los eventos que deba animar. También hablar lo menos posible en vísperas de partido.

También están los recursos que ofrecen los logopedas, como tratar de hablar con el diafragma, no tirar de las cuerdas vocales... En fin, todo ello te ayuda a mantener la voz en buen estado.

«Los rasgos de un buen 'speaker' son la facilidad de palabra, la dicción y el entusiasmo»

«Un buen profesional ha de hacer que la gente disfrute, vibre y se meta en los partidos»

«Tomarse un vaso de leche caliente con miel es una rutina que hago todas las noches»

ENTREVISTA > Óscar Villada / Artista constructor de fallas y hogueras (València, 25-febrero-1973)

«Intento hacer cosas que los niños puedan saber valorar»

Afincado en Alfafar, Óscar Villada es uno de los más destacados creadores de arte efímero festero en la Comunitat Valenciana

FERNANDO ABAD

Es sinceramente modesto y solícito. Quizá no se da a sí mismo la importancia que ha logrado a base de su trabajo construyendo multipremiados monumentos de arte efímero para València y Alicante. Casi siempre, eso sí, en infantil, donde Óscar Villada, artista fallero y foguerer radicado en Alfafar, se ha hecho un nombre importante.

Comisiones de ambas capitales provinciales, como, a bote pronto, Dalt-Sant Tomeu, Gran Vía-Garbinet, Monestir de Poblet-A. Albiñana, Plaça del Pilar o Sèneca-Autobusos, saben de sus artes. O sus contribuciones a causas solidarias, como la subasta 'L'aventura de les falles', para Regne de València-Duc de Calàbria. O la Fundación Pequeño Deseo. Mucho que contar justo cuando anuncia un mutis por el foro.

¿No más fallas, no más hogueras?

Te digo lo que suelo contestar cuando me hacen esta pregunta: "¿es que abandonas ya las fallas y las hogueras?". Mira, digamos que he hecho de momento un paréntesis. No tengo ni idea de si volveré a corto, medio o largo plazo. Aunque no lo he dejado del todo, no me he desvinculado, sigo colaborando, en diferentes proyectos...

No he cerrado la puerta, me tomo un tiempo de relajo como artista fallero y foguerer, pero no he abandonado este trabajo que me gusta mucho. Mantener hoy un taller es complicado, por el aumento del precio de los materiales. Y la pandemia, además, como a todos, nos lio.

¿Se vuelve más difícil?

Los primeros años tienes toda la ilusión del mundo, por disfrutar de algo que te gusta, pero al final es una obligación



Desde su pequeño taller en Alfafar han surgido grandes y premiadas maravillas | Israel Galvañ

extra, que hay que responder, y entonces tienes que pagar para que te ayuden... Si me dedicara al cien por cien a esto, ya sería otra cosa, pero mi trabajo principal no es este...

De hecho, laboralmente estás en las artes gráficas. ¿Hay influencias mutuas entre ambos mundos?

Totalmente. Es que a mí el sector gráfico siempre me ha gustado, con labores como la serigrafía. En las artes gráficas trabajo formulando colores. Siempre he estado vinculado a esto. Y claro, como siempre he tenido esta inquietud, esto creo que se refleja también en mis fallas y hogueras.

En tus monumentos veo dibujos animados, colorido. También influencia del 'por art', trasfondo didáctico, pero siempre me vienen a la mente los 'cartoons'.

Es curioso, porque una persona me decía hace poco: "has conseguido, el mundo del 2D, transformarlo en 3D". Hombre, es que los dibujos animados son una de mis influencias, más en los monumentos infantiles, que tengo que ver lo que ven los niños. Vincular ambos mundos. A mí me gusta todo: Hanna-Barbera, Bugs Bunny, 'Mazinger Z', 'Bola de drac', 'Pocoyó', 'Peppa pig', Disney...

Me influyen los diseños, los colores. Y también el arte pop, con un estilo muy gráfico, de colores planos.

Debutabas en la profesión de la mano de uno de los grandes, el valenciano Juanjo García (1957), muy ligado también a las fiestas de Alcoy, y tomaste clases de dibujo, escultura y pintura con otro grande, el setabense Josep Martínez Mollà (1939). ¿Cómo sucedió?

Pues es una larga historia, pero te lo resumo. Es que, como con las artes gráficas, las fallas son también vocación, desde pequeño, aunque en mi familia nadie se dedicó a esto. Pero yo tampoco vengo al mundo festero desde una formación académica, como te señalaba José Gallego (que me examiné para el gremio el mismo año que él), no soy autodidacta. Como él te decía, no existen los autodidactas.

Me salió lo del trabajo en las artes gráficas. Pero conocí en la empresa donde empecé a trabajar a un compañero que estaba en

las fallas. Me dijo: "¿te importaría ayudarnos?", y no me lo pensé. Luego, durante unos años estuve con Juanjo. Pero fue así, poquito a poquito, hasta donde podía llegar. Y luego Mollà, y en BUP tuve también otros dos grandes profesores: Lola Liri y Enrique Pons. Aprendí un montón con todos ellos.

¿Por qué infantiles?

Primero por comodidad. Aunque he colaborado con alguna grande, ya conoces mi taller, da para infantil por el tamaño, el movimiento de piezas. Pero es que además me gusta el mundo de las infantiles. Intentar que a los niños se les quede algo. Entiéndeme, no quiero adoctrinar a nadie, pero sí intentar hacer cosas que sepan valorarlas.

Que desde pequeños se les ofrezca algún valor, pero no algo pesado. Piensa que los 'nanos' empiezan a conocerlo todo ahora, y por eso siempre busco temas didácticos.

¿Qué futuro le ves a la fiesta?

Por lo que respecta a las fallas y a las hogueras, por los materiales, está claro que va a dar un giro. Hombre, en las fiestas hay premios, y sin los premios esto sería de otra manera. Aunque aparte de esa presión, lo primero en que pienso es que el trabajo le guste a los niños. Si miras más por los premios, entonces estás perdido.

Pero se pueden hacer cosas muy bonitas sin tanto volumen. Hay nuevas técnicas, como el diseño asistido por ordenador. Creo que va a cambiar mucho.

«Los 'nanos' empiezan a conocerlo todo ahora, por eso busco temas didácticos»

«Me tomo un tiempo de relajo como artista fallero y foguerer»

«Si miras más por los premios, entonces estás perdido»

Orgullo y reconocimiento

En 2014, el ayuntamiento de Alfafar os distinguía a Álvaro Guija y a ti por vuestra labor como los artistas falleros de la localidad, ¿qué suponen reconocimientos como este?

Pues que en tu pueblo te reconozcan como artista es, mira, señalarte que estás en un camino que no es el equivocado. Que me llena de orgullo, como dicen. Ahora, en cuanto al tema laboral... pero si eso te sirve para involucrarte en proyectos como los de la fundación Pequeño Deseo, bien vale.

ENTREVISTA > Luis Aparicio / Cuidador de caballos (València, 4-enero-1990)

«Un caballo puede escuchar nuestro corazón a cinco metros»

Lamenta el mal uso que, en ocasiones, se le da a un animal sumamente intuitivo y de gran inteligencia

FERNANDO TORRECILLA

El mundo del caballo es tan bonito como desconocido para la gran mayoría. Se trata de un animal precioso, que llega incluso a fascinar, con una gran memoria y enorme capacidad intuitiva, que percibe tu estado de ánimo y sabe cuál es el mejor momento para su montaje.

Queremos saber mucho más de este apasionante universo, y quién mejor que un cuidador y profesor de caballos como Luis Aparicio para iluminar nuestro desconocimiento. También es gerente de la hípica La Calderona, en Nàquera, una zona de mucha sierra y pinos, “perfecta para la crianza y realizar rutas en el campo”.

Con él también comentaremos qué virtudes debe tener un buen caballo, cómo es su día a día y hasta qué punto perjudican las carreras profesionales y el dinero que mueven las apuestas. “Es lo más feo, porque apenas se preocupan por el animal y únicamente lo emplean como una herramienta más, que desechan cuando no les sirve”.

¿Cuándo te nace esta pasión por los caballos?

Desde siempre me han gustado mucho los animales, especialmente los caballos. Fue mi padre el que me fue introduciendo en este fascinante mundo.

¿Es un animal agradecido?

Mucho. Tiene una gran memoria y sabe quién le ha tratado bien o quién le ha pegado. Agradece mucho las correcciones, con moderación y sentido, al igual que un niño.

¿E inteligente?

Siempre se dice que los caballos huelen el miedo o la felicidad, pero sobre todo lo sienten; a cinco metros pueden escuchar tu corazón, por eso si un día es-



tás triste, vale la pena no montar. Tienen mucha psicología, incluso más que un perro.

¿En qué consiste tu trabajo?

La doma de potros de pura raza española (principalmente razas ibéricas), además del completo funcionamiento de la hípica, fomentando el deporte, sobre todo a los niños.

Dedicamos las mañanas a los caballos jóvenes, los que están empezando de cero y todavía no han tenido mucho contacto con el ser humano. Los enfocamos a la doma, aunque puede ser que haya algún animal que despunte en otra modalidad.

¿Habéis llegado a competir?

Sí, pero lo dejamos, porque el ambiente era tóxico, con mucha

rivalidad, especialmente los padres. Hay mucha competitividad entre ellos, “que si tengo mejor caballo y coche que tú”.

Es muy elitista -principalmente en la especialidad de salto- y apenas competimos un par de años. Preferimos centrarnos en la doma, escuela y paseos.

¿Qué define un buen caballo de otro no tanto?

Primero debe tener unas aptitudes físicas, como una angulación de los cuartos traseros y de las patas delanteras.

También buscamos caballos que tengan buen corazón, porque algunos salen revoltosos o con alguna deficiencia psicológica.

¿Cuál es la alimentación y el mantenimiento que deben tener?

La basamos en la hierba, en el heno, para evitar los cólicos, porque los caballos son muy delicados en el tema digestivo.

Su mantenimiento es caro, más a día de hoy, que se han doblado los precios desde la pandemia. Cobramos a partir de 270 euros por cuidar cada caballo, de los cuales apenas nos queda un treinta por ciento.

¿Cuánto vale un buen caballo?

De competición, uno de doma clásica ronda los 15.000 euros, idóneo para que un niño aprenda a montar. El caballo de doma más caro, vendido en una subasta, fue Totilas: veintitún millones de euros.

Por su parte, los caballos de carreras, debido a que se mueve mucho dinero -por las apuestas-, pueden valer muchísimo.

¿Qué opinas que los utilicen para apostar?

Es un mundo muy feo, no lo tratan como un animal, sino como una herramienta, y si no funciona, lo desechan. Tam-

co pierden el tiempo en amansarlo bien, que el caballo confíe en el ser humano; enseguida se suben y empiezan a trotar y galopar.

¿Incluso los animales pueden morir?

Por supuesto. Además, se les pega mucho y se emplea mucho el dopaje, para obtener mejores resultados. Es lo más horrible vinculado a los caballos, pero las apuestas han existido desde hace mucho y es muy complicado pararlo.

¿Los mejores caballos del mundo son españoles o árabes?

Depende para la disciplina que los uses. El caballo español se emplea para la alta escuela, una doma propia de nuestro país. El árabe, mientras, es para carreras de larga distancia.

¿Qué sensaciones da galopar a máxima velocidad?

Adrenalina, pero sobre todo paz. Me permite ordenar la cabeza, ejerce de terapia y hasta me hace ser mejor persona, porque me da paciencia y tomarme las cosas de otra manera.

«Galopar sobre un caballo me da paz, me aporta paciencia e incluso me hace ser mejor persona»

«Totilas fue el caballo de doma más caro, vendido en una subasta por veintiún millones de euros»

«Las apuestas con caballos es un asunto feo: no le tratan como un animal, sino como una herramienta»

ENTREVISTA > Marta Rodríguez / Dentista (Sedaví, 26-mayo-1986)

«Buscamos crear un vínculo emocional con el paciente»

Considera básica una buena prevención bucal, recomendando dos revisiones al año

FERNANDO TORRECILLA

¿Nos lavamos correctamente y con frecuencia los dientes? ¿Cada cuánto deberíamos acudir al dentista? Son cuestiones que todos nos hacemos y muchos sabemos las respuestas, aunque es preferible que nos las confirme una experimentada profesional de la odontología como Marta Rodríguez.

De hecho, aprendió el oficio de sus padres -ambos dentistas-, quienes le marcaron tanto a ella como a su hermano Javier, cuál era el camino a seguir. "Me crie con ese olor tan singular y alrededor de los pacientes", dice sonriente. Hoy los dos dirigen las clínicas Rodríguez Alacreu en Sedaví y L'Alcúdia.

Generalmente vamos al dentista cuando no hay más remedio. Este pensamiento está cambiando, porque se es consciente de la importancia de una buena prevención, evitando caries y futuros daños. También nos desvelará por qué son tan caros, otro de los frenos a personas con escasos recursos económicos.

¿Está justificado el miedo que os tenemos?

Sí y no. Está justificado porque el miedo es un aspecto subjetivo que parte de una creencia negativa o pasada. Antes se trabajaba de una forma muy diferente, sin tener en cuenta las necesidades ni la psicología del paciente.

En nuestra clínica, primero creamos una conexión emocional con el paciente para poder gestionar esa negatividad.

¿Al dentista se va cuando es irremediable?

Afortunadamente está cambiando el motivo de consulta, gracias a mucho trabajo de preven-



ción y estética. Hace años solo se iba cuando se tenía dolor.

Sin duda, ahora se dialoga mucho más con el paciente.

Hacemos mucha formación e hincapié que lo primero es el paciente, y si no creamos ese vínculo emocional con él, no seguimos: debe confiar en el profesional que le va a tratar.

Al trabajar con pacientes ansiosos nos contagian ese estado de ánimo, y no es bueno trabajar con ese nivel de estrés.

¿Las jornadas de trabajo siguen siendo maratonianas?

Nosotros no hacemos jornadas de más de siete horas. Es imposible que trates bien a un paciente si llevas doce horas sin apenas descanso. También hemos cambiado el modelo de negocio y trabajamos con especialistas en cada una de las ramas

de la odontología, para dar un mejor servicio.

¿Cuántas veces deberíamos lavarnos los dientes al día?

Después de cada comida -máximo veinte minutos tras cada una-, porque dejamos restos de alimentos y las bacterias existentes en la boca los utilizan para su alimento. La digestión de esas bacterias crea ácidos que actúan

sobre los dientes, que es lo que conocemos como caries.

¿Y cada cuánto hay que acudir al dentista?

Es muy personal; a mis pacientes que no tienen ningún tipo de problema o enfermedad les veo cada seis meses, porque se trata de prevenir, no de curar.

¿Qué es lo que no te enseñaron en la carrera y descubriste después?

De la facultad sales muy verde, con demasiada teoría -que nunca finaliza- y poca práctica. No te explican, o comienzan a hacerlo ahora, a gestionar la clínica como una empresa: administración, nóminas, facturas, cómo tratar al equipo, entregar un presupuesto...

¿Hasta qué punto la tecnología ha ayudado a mejorar vuestras técnicas?

Estamos en constante formación y actualización de los equipos, extremadamente caros y al poco tiempo, obsoletos. Por ejemplo, si hace cinco años te compraste el mejor aparato, hoy ya no te sirve.

Contamos con escáneres intraorales, que realizan imágenes 3D de la boca, simulaciones e indicando incluso caries que el ojo humano no ve. Pueden costar 45.000 euros. La silla oscila mucho, según modelo, pero está entre 15.000 y 20.000 euros.

Es por eso que sois tan caros.

Se trata de algo relativo, porque debemos tener en cuenta nuestros costes fijos al mes, que superan los 30.000 euros entre higienistas, nóminas, muchísimos seguros, luz, agua... Además de los aparatos y stock de material que, repito, son sumamente caros.

Del mismo modo, nuestra formación -que es necesaria- es igualmente costosa, alrededor de mil euros al día en un curso.

¿El tema económico frena a muchos pacientes?

Vuelve a ser subjetivo, porque muchos se gastan siete euros al día en un paquete de tabaco, con lo perjudicial que es. Hablamos de una prevención o limpieza cada seis meses, con un coste de cincuenta euros. Hay que mirar por la salud de cada uno.

¿Qué daño provoca el tabaco a los dientes?

Está estrechamente ligado con la cicatrización de los tejidos: en la boca es donde se hace gran parte de la digestión y el tabaco afecta a las encías -pérdida de hueso- y quema todos los tejidos blandos.

Por lo tanto, toda la función que debe hacer la boca se ve muy perjudicada por el tabaco.

«Antes se trabajaba diferente; se ignoraban por completo las necesidades y la psicología del paciente»

«El tabaco es sumamente dañino para los dientes, porque afecta a las encías y quema los tejidos blandos»

«Debemos lavarnos los dientes tras cada comida; se quedan bacterias que generan ácido y, por tanto, caries»

ENTREVISTA > María Alonso / Bailarina y nutricionista (Manises, 21-mayo-1998)

«El baile ha sido mi tabla de salvación»

Después de sufrir una pérdida irreparable, se protegió en su familia y en su pasión

FERNANDO TORRECILLA

La vida puede ser maravillosa y también sumamente cruel, como ha aprendido en los dos últimos años María Alonso, nutricionista y bailarina profesional. En marzo de 2022 un maldito cáncer se llevaba por delante al amor de su vida, Sergio Gironés, brillante saxofonista y mejor persona, quien tristemente falleció con apenas veintiséis años.

El duro golpe paralizó su vida y tuvo que refugiarse en la familia -principalmente en su hermana mayor, Sheila- y el baile, “mi pasión, en parte mi tabla de salvación”. Ahora, mucho mejor, señala con optimismo que ha aprendido de nuevo a vivir, “las ganas que me transmitía Sergio” y que esta lección de vida le ha permitido madurar muchísimo.

Nutricionista de profesión, nos dirá por qué comemos tan mal, cómo afecta a nuestra alimentación el estrés acumulado por la mayoría y cuáles son los alimentos más adecuados para una dieta saludable. Asimismo, nos desvela que “el desayuno no tiene por qué ser la comida más importante del día”.

¿Desde cuándo bailas?

De pequeña fui una niña muy inquieta, muy deportista, no paraba nunca; y el baile siempre me había llamado la atención. Decidí apuntarme a los quince años a una escuela en Manises, para canalizar toda esa energía que no sabía hacia dónde dirigir.

Cuatro años más tarde pasé a Paterna, donde pertenezco a día de hoy, y compito a nivel nacional en las modalidades de bailes latinos (rumba bolero, pasodoble, chachachá...). Este mismo año nos proclamamos -junto a mi compañero Javi- campeones de la Comunitat Valenciana, y llegamos a semifinales en el campeonato nacional.

¿Es casi un deporte?

De élite, con muchísimas exigencias y grandes sacrificios,



María Alonso junto a su pareja Sergio tristemente fallecido.

en todos los sentidos. Dedicaba anteriormente dos horas al día a bailar, pero cuando algo te gusta y lo haces con pasión...

El baile siempre ha sido mi vía de escape, mi tabla de salvación, pues te resetea la cabeza. Después, tras sufrir una grave pérdida, me ha servido de terapia.

Hace dos años la vida te golpeó fuertemente.

Así es, falleció mi pareja Sergio de un cáncer. Se empezó a encontrar mal a finales de 2020, en plena crisis sanitaria por la pandemia.

Los hospitales ya sabemos cómo estaban, todo iba muy retrasado y tardamos más meses

de lo deseado en saber exactamente qué le pasaba.

¿Estabas con Sergio cuando le dieron el pronóstico?

Sí, lo vivimos todo juntos. No me separé de él en ningún momento y no dejé el hospital hasta que se fue. Fue muy duro y te

haces miles de preguntas: “¿por qué nos tiene que pasar esto tan jóvenes? ¿La pandemia nos perjudicó?”

No obstante, siempre voy a tener palabras de agradecimiento al equipo médico del Hospital Lluís Alcanyís de Xàtiva. La calidad humana que recibimos fue increíble.

¿Cómo se supera algo así?

Tienes que aprender a vivir con ello, porque me va a acompañar el resto de mi vida. También es verdad que me ha cambiado la vida, me ha hecho madurar y soy una María totalmente diferente, no te queda otra. Él me enseñó a vivir, incluso en los peores momentos quería vivir, y demostró

ser muy valiente. No solo era mi pareja, era mi familia.

¿En quiénes te has apoyado?

He tenido un apoyo muy grande, especialmente de mis padres y mi hermana, Sheila, el pilar de mi vida; y ayuda profesional. Es importante, para los que sufrimos algo así, que nos dejemos guiar por los psicólogos, en mi caso Beatriz, a quien estoy profundamente agradecida.

Ellos me decían, tu pareja se va, pero tú sigues viviendo y nos preocupas cómo te quedas. Me ha costado arrancar con mi vida en general, también en el baile, y por fortuna, ahora estoy mucho mejor.

Quiero recalcar que todavía queda mucha investigación y que se invierta en ello.

Cambiamos de tema, ¿por qué comemos tan mal?

Porque falta mucha educación nutricional. Necesitamos saber cómo se come, ya que a día de hoy nos llama mucho la atención la publicidad o las redes sociales, que muchas veces nos muestran alimentos que no son los que tocan.

¿Vivir con estrés es tan perjudicial?

Por supuesto, una mala gestión del estrés o de las emociones significa a nivel alimenticio recurrir a comidas que no son adecuadas, que ni sacian ni aportan nutricionalmente lo que necesitamos.

¿Cuál debería ser una alimentación correcta?

Rica y variada, comiendo de todo, siempre basándonos por supuesto en el consumo de frutas, vegetales y hortalizas, además de legumbres, cereal integral y proteínas de calidad.

Nosotros recomendamos el plato Harvard: una herramienta que muestra, visualmente, la distribución de los alimentos idóneos.

«Hace falta mucha educación nutricional; estamos muy influenciados por la publicidad y las RRSS»

«Mi pareja Sergio me enseñó a vivir, incluso en los peores momentos demostró lo valiente que era»

«La desgracia que sufrimos me ha hecho madurar, y ahora soy una María totalmente distinta»