

delfinario

Salustiano del Campo Urbano

Una picadura mortal



DELFIN RODRIGUEZ

Sociólogo, presidente del Instituto de España

«La opinión pública es muy estable, nada volátil, en contra de lo que creen los políticos»



Rutas a pie por tierras DE ZAMORA

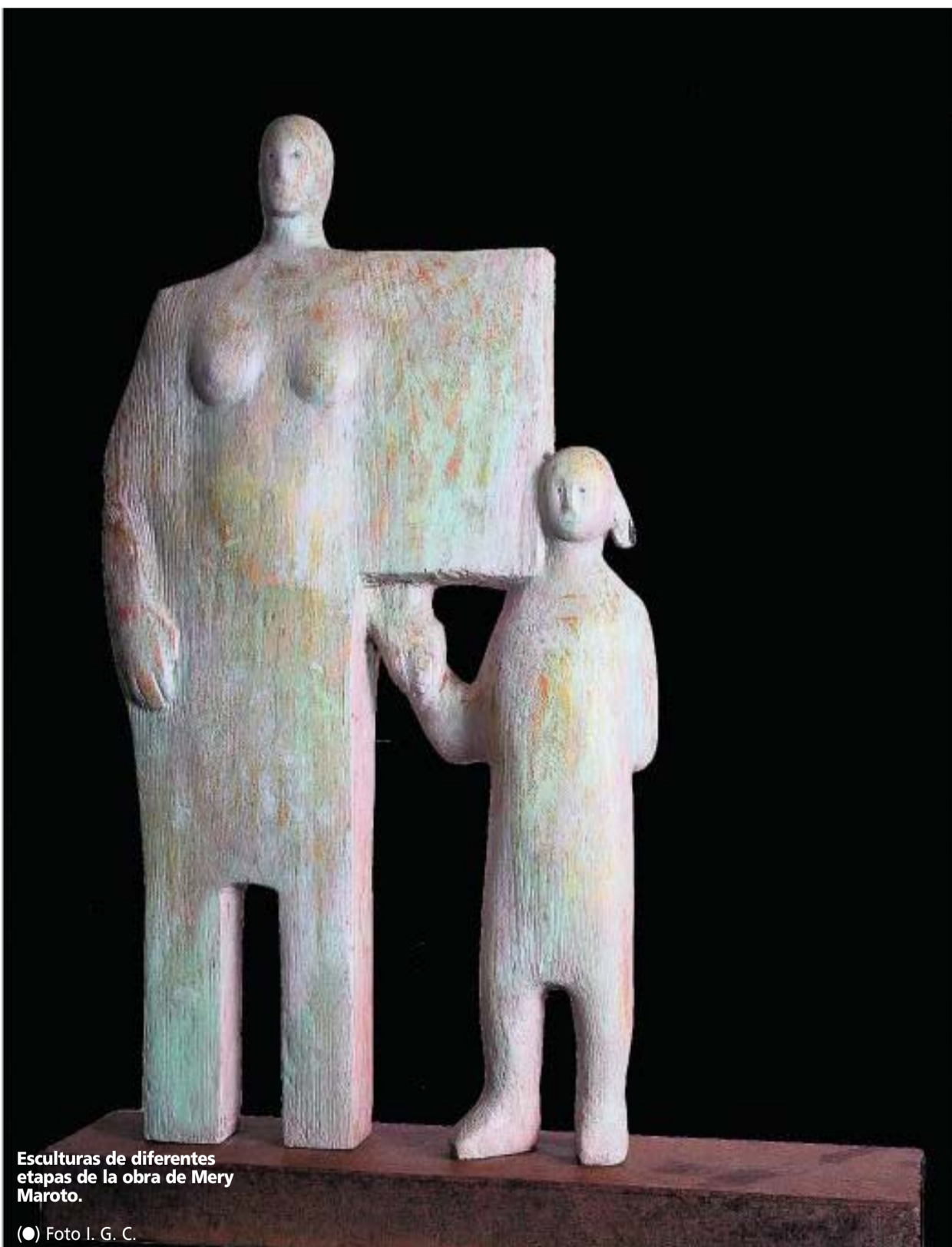
Subida a las lagunas altas desde Ribadelago



ZAMORA, 1 DE AGOSTO DE 2010

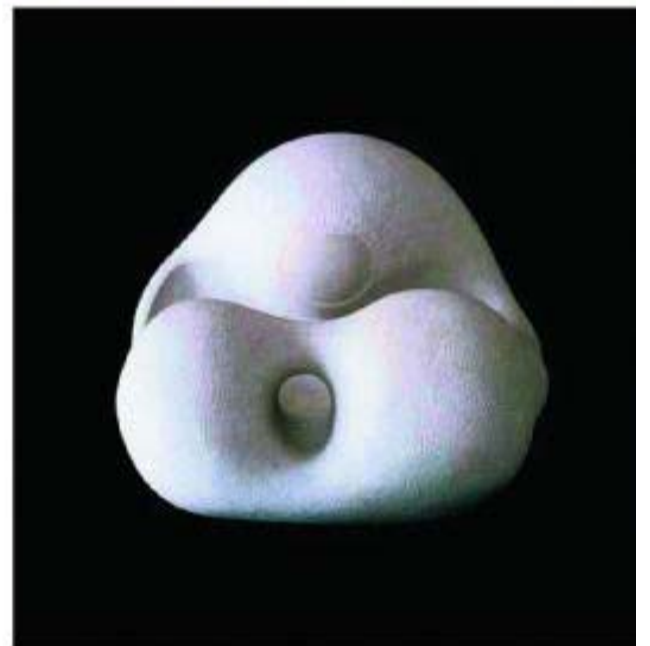
# dominical

La Opinión



Esculturas de diferentes etapas de la obra de Mery Maroto.

(●) Foto I. G. C.



## Un mar de piedra

Recorrido por la obra y la vida de la artista zamorana Mery Maroto



**Maternidad.**

(●) Foto I. G. C.

# Los mundos de Mery Ma

◆ **Inés Gutiérrez Carbajal**  
(Doctora en Historia del Arte por la Universidad de Valladolid)

Hace muchos años que Mery vive y desarrolla su trabajo en Valladolid. Pero nació aquí, en Zamora... «a la que vuelvo siempre que mis ocupaciones me lo permiten», me refería tiempo atrás cuando hacía mis investigaciones sobre Pintura del siglo XX en Zamora. Esta mujer, de complexión menuda, es pintora, escenógrafa-figurinista de teatro y escultora de oficio.

Allí, en su estudio-taller, se amontonan ordenadamente los objetos o «cosas», como ella las llama. Cosas que son el bagaje de toda su trayectoria artística y con el mismo peso sentimental. En esta ocasión van a ser sus trabajos de escultura los que deseo poner de relieve. Por el tratamiento que da a materiales tan clásicos como la piedra, el bronce y la madera, o el barro, la escayola y el cemento, con los que modela el bulto tratando de insuflarle apariencia vital.

Porque al modelar acaricia el barro, imprimiendo su personalidad, expresividad y emoción al tema, a esas formas que fluyen

## La trayectoria artística y sentimental de una de las destacadas pintoras y escultoras del siglo XX en Zamora

de la blanda materia. Por la fuerza y la riqueza plástica que poseen estas piezas desde el punto de vista formal del equilibrio y la armonía. Domina el sentido de la composición, de la medida, de mesura en los volúmenes con los que ambienta esas elegantes figuras.

Hasta 1980, sus obras figurativas mostraban fragmentos del cuerpo humano, principalmente torsos de mujer. Hay en estas formas de expresión alguna nota de melancolía, seguramente muy en línea con el carácter pausado de la artista. Generalmente son de un realismo idealizado, quizá fruto de sus evocaciones vivenciales. En ocasiones, aparece el simbolismo, la mitología o las leyendas, de trazos esquemáticos en algunos espacios del material, por ejemplo en el már-

mol. Unas, en madera pintada, en las que hay un juego combinado de planos geométricos articulados en sentido vertical-horizontal como Mujer con niña. O con evocaciones románticas como Doña Rosita, apoyada sobre el marco de la puerta serena y ensimismada, esperando. Aquí ha sabido llegar muy bien al corazón de la obra, tallada también en madera.

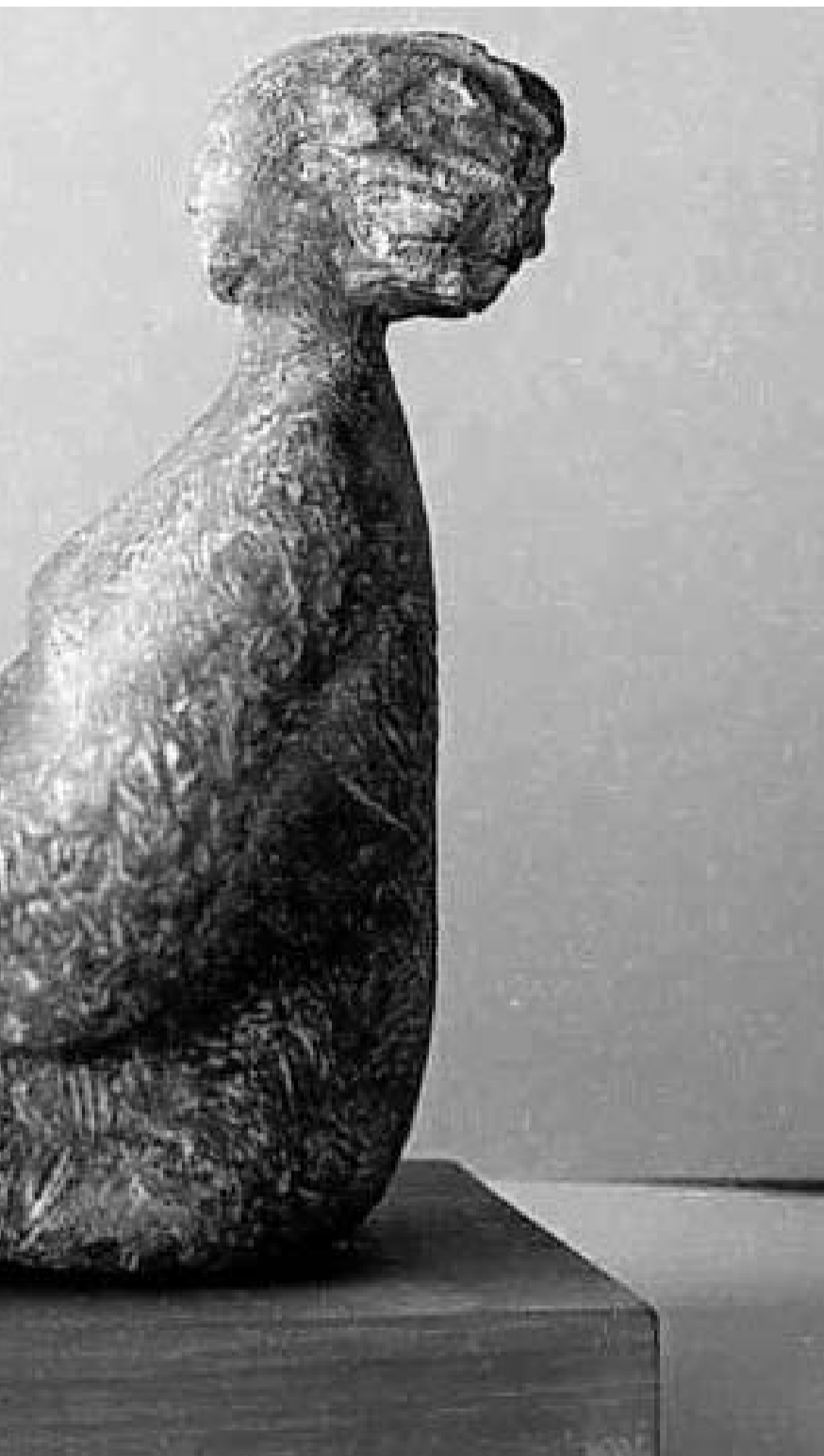
Otras, realizadas en bronce, como la titulada Bloque, que parece recordar a aquellos mascarones que los fenicios ponían en la proa de sus barcos, conocidas como rostra; o sobre la roda, terminología más común utilizada por el mundo de la marinería. O Salto, que sigue la misma línea de la anterior y en la que hay un engarce perfecto entre caballo-jinete. Una pieza quizá más dinámica,

que deja ver esa acción en potencia en el salto del animal, elegante como un arabesco.

Un poco después, en el proceso creativo, también experimentará con formas abstractas, volúmenes orgánicos de diferentes texturas a partir del modelado en barro y escayola, o esculpidas directamente en la piedra, como la titulada Oquedad. Una obra que parece tener algo de sentido maternal, de genésico, desprovista de cualquier adherencia discursiva.

También, en alguna ocasión, ensaya nuevos procedimientos y materiales para recrear sus ideas, materiales pobres trabajados con mucho gusto, como el poliuretano expandido, por ejemplo en la pieza titulada La espera, de gran tamaño (240X181X120 cm), presentada en una exposición individual en el Palacio Pimentel de Valladolid en 1999.

Una escena de formas rotundas, en la que ha representado nueve personajes y una maleta. Realizada en tres bloques (para poderla sacar por la puerta del estudio) con sierras y escofinas y un acabado a base de revestimiento de albañilería. Su aparente corpulencia crea un ambiente denso. Son gentes que no saben adónde ir, con un semblante triste,



# Maroto



Sirena, otra de las esculturas de la artista zamorana.

(●) Foto I. G. C.

como esperando el último tren. Casi recuerdo a aquellas escenas pretéritas de una pequeña estación de provincias, incluso de posguerra, como fotografías monocolor rescatadas para el recuerdo.

Y todo esto porque necesita hacer arte para comunicarse, escultura o pintura «es una necesidad vital». Le fascinan los materiales «bonitos» pero son caros: «y yo necesito hacer el trabajo que a mí me da la gana. Quiero que mis obras le cuenten cosas al espectador, por lo menos la que reciban sensaciones. Necesito dos vidas más para seguir creando», me contaba hace algunas fechas. Seguramente esta es razón suficiente para justificar que, como Mery, otros artistas plásticos realicen algunas de sus creaciones con «materiales pobres». Creo que es por eso y no por otra razón, por lo que el Arte Povera, surgido en Italia en 1967, sigue funcionando.

Conoce bien el oficio artístico, domina los materiales, el color y la composición; sabe lo que se trae entre manos. Oficio que tiene que ver con la calidad del trabajo. Es una artista en la que se reconoce un interés equitativo tanto por la piel como el adentro de las esculturas. Dominadas más por el pensamiento, o la idea, que por el sentimiento. Generalmente trabaja el boceto, o maqueta, con las mismas medidas en que va a traducir la pieza al material definitivo: «porque no quiero aburrirme copiando el boceto de mi misma».

Hay mucha limpieza y poco dinamismo en esos volúmenes que parecen congelados, estáticos. Es como si un aura recorriera la mayoría de estas figuras imprimiéndoles algo de solemnidad mayestática. Pero, seguramente, donde se observa algo más de movimiento es en sus recientes pinturas, pues en ellas representa cosas rotas como flotando en el espacio, como perdidas.

Es una persona atraída por lo metafórico y por todo aquello que pueda tener una ambigüedad interpretativa. Pero observo que esto no se traduce en sus planteamientos estéticos, pues prefiere volcar sobre la obra la realidad y lo necesario. Es una artista

de idea, de concepto, aunque de plano no rechaza el azar, y explica: «si la materia me dirige a un enriquecimiento de la propia obra, creo que me dejo llevar...».

Dentro su variedad temática, pueden entrar en relación una sirena y un hombre solitario, la efigie de una mujer y un «abuelo sillón», o una menina y esa original maternidad que invita a cantar... «a serrín a serrán...». Da igual, el caso es lo que comunican estas sorprendentes piezas, cada una de ellas, o en conjunto.

Y, seguramente, las sensaciones positivas que comunican son porque la artista va a la búsqueda de la esencialidad. A la búsqueda de una escultura de síntesis, como hace en la pintura, eliminando aquello superfluo que pueda distraer del «asunto» al espectador. Para Mery la escultura es igual que la pintura, como un juego, pero desarrollado con mucha responsabilidad y mucha inquietud, en cuanto a la observación de su trabajo por parte de la gente.

Después de este paseo por la obra de Mery Maroto, parece interesante hacer un pequeño resumen biográfico de la misma. En 1958 se matricula en la Escuela de Artes y Oficios de Valladolid, especialidad «Dibujo Artístico» y de «Modelado» en 1963, donde tiene como profesores a Ángel Trapote, Ana Jiménez y Antonio Vaquero (éste último había sido, muchos años antes, también alumno, compañero de estudios y amigo de Baltasar Lobo).

Muchos inviernos han pasado desde que, en 1962, iniciara su actividad en el mundo del arte. Atrás quedaron aparcados sus tanteos volumétricos hasta despegarse de ciertas influencias, y sus temores por lo que transmitieran sus obras. Al final, y en los tres

campos, tiene en su haber el montaje de 36 escenografías y diseño de vestuario, 16 exposiciones individuales y cerca de 50 colectivas, dentro y fuera de España.

Entre estas últimas, recordaré su primera de escultura en Madrid, 1971, al lado de algunas firmas tan prestigiosas como Fernández Molina, Ibarrola y Alcorlo, o cuando en 1983, es seleccionada en el Premio Valladolid de Escultura, y donde coincidirá con el también zamorano José Luis Alonso Coomonte. Sin olvidar la de 2001 en la Galería Lorenzo Colomo, con el tema «Otras Meninas», y en el stand de la Galería Rafael en la Feria ARCALE 2006, ambas en Valladolid; o la celebrada ese mismo año en Knocke (Bélgica), donde presentó dos hermosas piezas en broce.

Además, entre 1969-2001, ha desarrollado su trabajo como escenógrafa-figurinista en las compañías de teatro: Corral de Comedias, Teatro Estable de Valladolid y Teatro Íntimo, dirigidas por su esposo, el actor y director Juan Antonio Quintana. Un trabajo con el que creó diferentes mundos, investigando e ideando la manera de: «atrapar al espectador en la magia de las sensaciones».

Magia que se tradujo en montajes como: Raíces, de A. Wesker, Ligazón, de Valle Inclán, Anacleto Morones, de J. Rulfo, La Piedad, de Fernando Herrero, La virgen roja, de Adolfo Celadrán, El viejo celoso, de Cervantes, La sexta generación de los Habsburgo, de A. Poveda, El mágico prodigioso, de Calderón de la Barca, La zapatera prodigiosa y Amor de don Perlimplín con Belisa en su jardín, de F. García Lorca, La danza de los muertos y Sonatas de espectros, de A. Strindberg, Sombras de sueño, de Miguel de

Unamuno, True West, de Sam Shepard, Rosencrantz y Guildenstern han muerto, de Tom Stoppard, Romeo y Julieta, de W. Shakespeare, El avaro, de Moliere, Don Duardos, de Gil Vicente, Tío Vania, de A. Chejov, y Yepeto, de R. Cossa, sólo por mencionar los más destacados.

Fernando Herrero, autor de teatro, ha dicho sobre esta

actividad: «...la escenografía puede ser, a la vez que suprema concreción de materiales, el imperio de lo efímero. El cuadro, la estatua, el edificio creados-construidos perduran. El ámbito de lo escenográfico sirve al espectáculo y desaparece con él, aunque quedan los vestigios, sólo eso vestigios, que afortunadamente permiten el reconocimiento de los bocetos, las fotografías o el vídeo».

Por otro lado, desde 1976, y durante varios años, ha impartido clases de escenografía en el Aula de Teatro de la Universidad de Valladolid. También muchos han sido los reconocimientos a su labor profesional, entre otros, dos Primeros Premios de Pintura en la provincia de Valladolid (1967 y 1971). Premio a la mejor Escenografía en el Festival Nacional de Teatro de Sitges (1972) o la Medalla de Oro en el Premio de Teatro Provincia de Valladolid, que instituye la Diputación castellana en 1990. El Premio Meliá Parque en 1994, otra vez en Escenografía; un año que también firma el Cartel de la Feria del Ajo para las zamoranas Fiestas de San Pedro.

En 2005 realiza uno de los diez bajorrelieves en bronce para instalar en aquellos lugares de referencia cervantina de la provincia de Valladolid, cuya Diputación encarga a reconocidos escultores de dicha provincia en el IV Centenario de la edición de la obra El ingenioso hidalgo don Quijote de la Mancha. Mery recrea una escena de «La ilustre fregona», instalado en el pueblo de Valdestillas. Los otros nueve autores son: Eduardo Cuadrado, Concha Gay, Julio Isla, Montse Montero, Luis Santiago, Ana Jiménez, Ignacio Guerra, Belén González y Jesús Trapote.

”

Además de su consagración al arte, se dejó seducir por el teatro, participando en varios montajes de autores clásicos

# Los niños crecen con Pilates



◆ Nieves Álvarez  
Especialista en Pilates

Muchos de los ejercicios del método Pilates están basados en movimientos naturales y comunes en los niños. El problema se presenta con los años, ya que vamos perdiendo dichos hábitos sanos por otros que degeneran y lastiman el cuerpo. La práctica de Pilates desde la infancia, es ideal para que de mayores no tengamos que reeducar nuestro cuerpo, sino solamente mantener la evolución natural del mismo.

El método ayuda al desarrollo natural del cuerpo. Los estiramientos y la descompresión ayudan a un crecimiento sano e integral, estimulando el cuerpo y la mente de los niños.

Progresan en fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación y equilibrio. Enseñándoles a trabajar desde jóvenes con control, y por lo tanto tomando conciencia de su cuerpo.

Aprenderán a mantener una postura correcta en las diversas situaciones cotidianas de la vida (sentarse, andar, agacharse, etc.) fortaleciendo y alargando los músculos de abdomen y espalda, lo que les prevendrá de lesiones futuras.

Hoy día, nos podemos encontrar que los niños tienen, o demasiada actividad enfocada a un solo deporte, produciendo desequilibrios musculares importantes que dan lugar a lesiones a muy pronta edad, o demasiada inactividad desde muy pequeños, que ocasiona problemas de obesidad y mal aprendizaje motor que puede dificultar el desarrollo físico e intelectual del niño.

El ejercicio equilibrado, coordinado con la respiración les ayuda a la formación del hueso, a aumentar la fortaleza evitando desequilibrios musculares, disminuye la ansiedad y el estrés, aumenta la propia estima, mejora la concentración, los resultados académicos y las relaciones sociales y aumenta la capacidad del niño de hacer cualquier actividad.

Pilates es un ejercicio ideal para los niños y jóvenes ya que encuentran una forma natural y equilibrada de expresarse con su cuerpo. Con movimientos Pilates, juegos, imágenes, pelotas y bandas elásticas los niños desarrollan su imaginación a la vez que trabajan su postura, su coordinación y su elasticidad.

Si desde pequeños nos enseñasen a trabajar y cuidar correctamente nuestro cuerpo, más del 60% de los problemas músculo esqueléticos causantes de bajas por enfermedad serían erradicados.

Pilates introducirá a los niños en el mundo de la salud y el deporte, motivándoles a practicar otras disciplinas como danza, gimnasia, artes marciales, y en general deporte, ayu-



dándoles en la práctica de cualquiera de ellos. El método Pilates esta enfocado a que mediante el movimiento controlado y fluido del cuerpo, se recupera progresivamente el tono muscular, la elasticidad, la flexibilidad, la fuerza y la resistencia, en definitiva, el equilibrio físico y mental.

Desde niños no se nos educa a entender que el sedentarismo junto a la poca prevención es el principal responsable del sufrimiento de la espalda, la columna vertebral, los dolores, el mareo, los vértigos y en definitiva el deterioro de la calidad de vida.

Además estamos convencidos del principio establecido por Joseph H. Pilates de que el método esta fundamentado en la descompresión vertebral de la columna.

Los jóvenes en edad escolar pasan cada día más horas sentados estudiando. Muchas veces este sedentarismo es compensado con la práctica deportiva, pero otras muchas, estar sentados, es el único «ejercicio» que hacen cada día.

Es importante saber que estar muchas horas sentados con la mirada y el cuerpo dirigido hacia delante (para prestar atención a las cosas que ocurren o se suceden frente a ellos, por ejemplo, la explicación del profesor, la

lectura del libro, la escritura, el estudio en el ordenador, internet) puede provocar que su espalda se vaya doblando hacia delante (flexión) más allá de lo normal (hipercifosis o cifosis), especialmente en la región dorsal lo que produce dolores y/o un terreno propicio para posibles lesiones cuando sean adultos. Por eso es recomendable estirar la columna vertebral hacia la posición contraria (extensión de columna).

¿Qué beneficios les va a aportar la práctica del Pilates?

Los beneficios no van a ser sólo en el plano físico, sino también se va a notar un cambio en el desarrollo intelectual, social y emocional de los niños.

- A nivel físico:
- 1) Conocer su propio cuerpo de forma divertida y sobre todo, segura.
  - 2) Despertar la conciencia corporal, al trabajar cuerpo-mente juntos
  - 3) Reeducar posibles actitudes posturales incorrectas, lo que les prevendrá en un futuro de posibles lesiones.
  - 4) Desarrollo de capacidades físicas básicas para el desarrollo de cualquier actividad: fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación y equilibrio y control de la respiración.

A nivel psíquico:

- 1) Mantener un estado de relajación y mayor concentración en períodos de mayor esfuerzo en los

Colegios, por ejemplo, en las épocas de examen, lo que contribuirá a un mejor rendimiento académico.

- 2) Aumenta la autoestima y por tanto reduce los estados de ansiedad, mejorando el estado de ánimo.

Otros beneficios, que si no directos, se pueden derivar de la práctica del Pilates, son la prevención de la obesidad infantil, fomento de buenos hábitos de alimentación y la transmisión de una cultura de prevención y cuidado de la salud que a lo largo de sus vidas les permita desarrollar una existencia más satisfactoria y plena.

El método Pilates puede ser ejercitado por niños desde los ocho o nueve años en adelante. Deben ir haciendo progresivamente los ejercicios más sencillos o los llamados elementales. Ya que la mayoría de los ejer-

cicios Pilates, no realizan presión sobre la columna, como por ejemplo algunos ejercicios de musculación, el método Pilates no tiene contraindicaciones para su uso como gimnasia infantil

Los ejercicios de equilibrio son perfectos para que el niño muscule de forma dinámica y aprenda a equilibrar y conocer su cuerpo en constante cambio.

Los ejercicios posturales son lo que más indicaría para estas edades. Muchos de los problemas de espalda son debido a malas posturas tanto en el colegio como viendo la tele o estudiando. Los niños de las zonas urbanas pasan muchas más horas sentados que haciendo otras actividades. El cuerpo humano no está hecho para estar sentado, es más, la columna soporta más presión cuando uno está sentado en una silla que cuando se encuentra de pie.

Los niños y las niñas tienen un grado de flexibilidad mayor que un adulto, pero a la vez tienen mayor facilidad de lesión si los trabajos de estiramientos superan la capacidad de recuperación de sus tendones y de sus músculos. Los trabajos de flexibilidad tienen que hacerse con cuidado y sobre todo conociendo las limitaciones de la edad. Pero con una progresión adecuada y una musculación paralela un niño de diez u once años puede llegar a tener un grado de movimiento articular increíble. Solo tenemos que ver a las jóvenes de gimnasia deportiva para darnos cuenta de lo que es capaz de realizar un niño o una niña.

Bien, después de decir esto, tengo que decir también que el método Pilates solo es recomendable para niños y niñas como complemento a otras actividades físicas. El infante necesita realizar deporte en grupo y con interacciones con el resto de compañeros. El Pilates es demasiado «solitario» para un niño.

Y por ultimo y más importante, las cualidades que un joven necesita trabajar son la fuerza, la técnica, la flexibilidad, la orientación, el equilibrio y la capacidad aeróbica. En Pilates trabajará parte de estas cualidades físicas, pero no una de las más importantes como es la capacidad aeróbica. El Pilates siempre tiene que ser una ayuda a estas actividades pero no un objetivo en sí.

## SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS

### SUDOKU 1

Fila1: 597243091 Fila2: 416709200  
Fila3: 933610467 Fila4: 761564300  
Fila5: 092106745 Fila6: 345923180  
Fila7: 238475016 Fila8: 654301072  
Fila9: 179002504

### SUDOKU 2

Fila1: 331475000 Fila2: 406000371  
Fila3: 070413453 Fila4: 100004567  
Fila5: 207001040 Fila6: 504700100  
Fila7: 740000010 Fila8: 000140792  
Fila9: 010007034

### SUDOKU 3

Fila1: 014600740 Fila2: 070014000  
Fila3: 004700012 Fila4: 701040000  
Fila5: 000170004 Fila6: 045000173  
Fila7: 100000457 Fila8: 400000001  
Fila9: 007401000

### SUDOKU 4

Fila1: 040047100 Fila2: 007010400  
Fila3: 041500007 Fila4: 104000700  
Fila5: 000701040 Fila6: 700400010  
Fila7: 000074001 Fila8: 470100000  
Fila9: 010005024

### SUDOKU 5

Fila1: 457001000 Fila2: 0  
Fila3: 000007014 Fila4: 1  
Fila5: 670100040 Fila6: 0  
Fila7: 740010000 Fila8: 0  
Fila9: 00004471

### SUDOKU 6

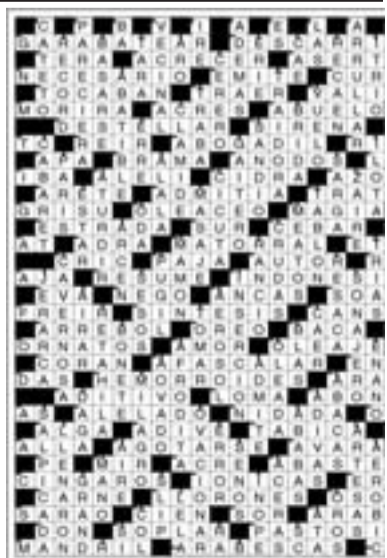
Fila1: 001000740 Fila2: 0  
Fila3: 074510000 Fila4: 1  
Fila5: 040000100 Fila6: 0  
Fila7: 000401070 Fila8: 0  
Fila9: 417000040

### SUDOKU 7

Fila1: 001047040 Fila2: 0  
Fila3: 000000417 Fila4: 0  
Fila5: 047100000 Fila6: 0  
Fila7: 000000000 Fila8: 1  
Fila9: 000400000

### SUDOKU 8

Fila1: 070401000 Fila2: 0  
Fila3: 00000147 Fila4: 0  
Fila5: 017000400 Fila6: 0  
Fila7: 000004710 Fila8: 7  
Fila9: 100070000



## Fermoselle en la historia

## La vida diaria y los pleitos de la villa en el siglo XVIII



➔ Manuel Rivera Lozano

Es costumbre inveterada en nuestra forma de trabajo el seleccionar un documento que consideramos tiene algún interés histórico, social, económico cultural o político acaecido o relacionado con la villa de Fermoselle, al que le añadimos nuestros habituales comentarios.

En alguna otra ocasión, pocas, hemos presentado dos temas o asuntos que mantenían entre ellos cierta relación o semejanza, y hoy, por variar, vamos a ofrecer a nuestros lectores, tres asuntos diversos y distintos que nada tienen que ver entre ellos pero que consideramos tienen cierto interés o curiosidad. Vayamos con el primero:

«En la villa de Fermoselle a 27 de diciembre de 1773 ante el señor Antonio María Peños, alcalde ordinario en ella y su jurisdicción pareció Juan Francisco Ullán, soltero, natural del lugar de Villarino de Aires, jurisdicción de la villa de Ledesma, establecido al presente en esta de criado servicial, y estando presentes don José Agustín Peña, presbítero, teniente de cura de la iglesia parroquial de esta villa, el doctor don José-Ignacio Sandoval, abogado de los Reales Consejos, Manuel Armenteros, Juan Vaquero de Frutos y Antonio Martín Barrueco, vecinos de la misma villa donde han sido alcaldes ordinarios, dijo:

Conoce muy bien a María López, moza soltera, hija de Pedro López, vecino y al presente regidor en dicho lugar de Villarino, y tiene noticia está contratada para casarse con José Luis, natural del mismo pueblo, y siempre ha tenido y tiene a dicha María por mujer honrada, honesta y recogida, de buena vida y costumbres.

Y por conocerlo así dicho Juan-Francisco la pretendió y pidió a su padre para casarse con ella y no tuvo efecto por no haber condescendido los dichos Pedro y su hija, y afirma que no ha dicho expresión alguna contra el honor, asentado crédito y buena fama que confiesa a dicha María.

Y en el caso de que sin su advertencia hubiese proferido o se le hubiese soltado alguna palabra que la haya ofendido, declara que no lo ha hecho con intención ni conocimiento sino que habrá sido furioso con el sentimiento de que le hubiese desatendido su pretensión.

Así lo dijo y declaró y lo firmó con dicho señor alcalde, algunos de dichos testigos y yo el escribano, y su merced me mandó diese de ello testimonio en caso de que lo pida la parte de Pedro López. Doy fe. Ante mí: José-Antonio Girón». (1)

Breve, emocionada y sincera declaración la llevada a cabo por Juan-Francisco Ullán, joven soltero natural de la vecina localidad salmantina de Villarino de Aires perteneciente entonces al condado de Ledesma y su jurisdicción, que trabajaba como criado servicial en Fermoselle. Sintiendo un gran amor hacia María quiere entablar relaciones formales, la pretendió y pidió a su padre Pedro López casarse con ella, petición que no es aceptada por ambos, reconociendo saber está comprometida con José Luis, joven también de Villarino.

Lógicamente no debió sentarle nada bien el despecho o desaire recibido y ello pudo motivar que comentara alguna cosa no muy positiva de su pretendida y que llegara a oídos del padre y regidor municipal, el cual intentaría por vía judicial que se retractara de



Iglesia de San Juan, pabellón del Convento y Crucero de Piedra.

(●) Foto E. Seco

lo dicho, y de ahí la declaración satisfactoria que libremente hace sobre la doncella a la que reconoce por mujer honrada, honesta y recogida, de buena vida y costumbres. Y para dar más fuerza a su declaración lo hace ante los señores alcaldes ordinarios de la villa Antonio María Peños (actual) Manuel Armenteros, Juan Vaquero de Frutos y Antonio Martín Barrueco, don José-Agustín Peña, presbítero, teniente de cura de la iglesia parroquial, el doctor don José-Ignacio Sandoval, abogado de los Reales Consejos con ejercicio en Fermoselle (posteriormente fiscal eclesiástico residente en Antequera y canónigo en la Santa Iglesia Metropolitana de Guatemala) y todo ello ante el fedatario José-Antonio Girón Fernández. Casos de estos ocurrieron, ocurren y ocurrirán siempre.

El segundo asunto es el siguiente:

«Yo, Manuel Fernández León, vecino de esta villa de Fermoselle, padre y legítimo administrador de Francisco Fernández León, digo:

Que en el 26 del corriente mes y año hallándose el expresado mi hijo en la casa de Manuel Serrano, mi convecino, con motivo de la diversión del tamboril que tenía en ella por ser su hijo mayor domo de San Juan Evangelista, sin saberse por qué motivo llegaron a dicha casa Agustín y Manuel-Marcos Fabián Ferrero, el primero de este vecindario, y este soltero, ambos hijos de Baltasara Ferrero, viuda, y pretextando querían hablar con el referido Francisco, mi hijo, lo llamaron a la calle y al salir a ella comenzaron a darle de golpes y de uno que le dieron con un palo en la cabeza lo cayeron en el suelo como muerto, de lo que se halla en cama enfermo de peligro y de este grave deli-

to me querellé ante los señores Justicia Real Ordinaria de esta villa.

Y para que siga y prosiga esta querella doy mi poder cumplido, cuanto en derecho es necesario y para el caso más puede y debe valer a Rafael-Francisco Menéndez, procurador del número de esta Audiencia con facultad de que lo pueda sustituir, revocar sustitutos y crear otros de nuevo reservando en sí este poder especial para que a mi nombre parezca ante dichos señores Justicia Real Ordinaria y pida se condene a los dichos reos penas, condenación, multas y apercibimiento a que les ha hecho acreedores su delito y hasta que lo consiga presente pedimentos, papeles....

En ella a 28 de diciembre de 1786, siendo testigos Alonso Mateo Sánchez y Agustín Seisdedos y Juan Francisco Pérez, vecinos y residentes en dicha villa y el otorgante, a quien doy fe conozco, lo firmó y firmé en fe de ello. Ante mí: José Antonio Girón». (2)

No menos curioso resulta este caso en el que vemos que se celebra con alegría la festividad de san Juan Evangelista en casa de Manuel Serrano por ser uno de sus hijos mayor domo, y tal cargo cofradiero llevaba implícito el agasajo o invitación abundante a dulces y licores junto al disfrute de la música de flauta y tamboril. En ello estaban cuando llegaron los hermanos Agustín y Manuel-Marcos Fabián y sin venir a cuento refleja el escrito que lo hicieron salir a la calle, donde comenzaron a darle golpes y con un palo lo hirieron en la cabeza cayendo como muerto al suelo y como consecuencia se encuentra en cama gravemente enfermo, motivo por el cual Manuel Fernández León,

padre del lesionado, presenta la querrela correspondiente dando todo su poder a Rafael Francisco Menéndez, procurador de Causas de la Audiencia de Fermoselle.

Hechos como este que acabamos de ver ocurrían con frecuencia y solían producirse al correr en exceso el buen vino de la tierra. En este caso creemos que hubo premeditación y alguna otra cosa más.

Relacionado con el tema y en el Archivo Diocesano se conserva un documento del año 1741 que lleva el siguiente título: «Auto para que el Convento no impida y consienta que el cura y beneficiados y los mayordomos de san Juan Bautista y san Afauro puedan hacer sus funciones los días y horas acostumbrados desde antes de la fundación del dicho Convento de Franciscanos». (3)

Y para concluir transcribimos el último documento anunciado:

«Sébase cómo yo, Antonio García Lorenzo, vecino de esta villa de Fermoselle y su diputado del Común otorgo:

Que doy todo mi poder cumplido el que de derecho se requiere y es necesario, especial y con cláusula de sustituir a Rafael-Francisco Menéndez, procurador de Causas del Número de esta villa para que en mi nombre y representando mi propia persona, derechos y acciones como tal diputado parezca ante la Justicia Real y Ordinaria de ella y demás Señores Jueces, Justicias y Tribunales que convenga y siga y prosiga el expediente instaurado por el oficio del infrascrito Escribano contra Juan Coscarón, tabblajero en esta villa, sobre los repetidos excesos cometidos por éste en dar corazón de las reses por contrapeso y hueso de muermos, contra la expresa condición y bajo de la cual y otras se remató dicho abasto para todo el presente año, y pida se le imponga el condigno castigo y multas a que se ha hecho acreedor, así por los excesos que constan de los autos como los que haya acometido dicho Coscarón aun después de principiado dicho expediente...

Y por firme lo otorgo así ante el presente escribano y testigos, que lo fueron José Asensio de Agustín, Ignacio González y Antonio Montes, vecinos de esta villa de Fermoselle, en ella a 14 de octubre de 1796, y el otorgante, a quien yo el escribano doy fe conozco, lo firmó y firmé en fe de ello. Ante mí: Gregorio Tejedor». (4)

La pifia del tabblajero abastecedor de carnes de la villa nos recuerda la música y letra de aquella zarzuela que decía «aprende a sisar, aprende a sisar». El señor Juan Cascarón, tabblajero (el que vende carne), es el adjudicatario por subasta del abasto de carnes en Fermoselle para el año en curso, que es denunciado por el diputado del Común por los repetidos excesos cometidos al dar corazón de las reses por contrapeso y hueso de muermos estando prohibido según contrato. Creo que en nuestra niñez al comprar una cantidad de carne de solomillo, lomo, cadera, aguja, morcilla, babada, redondo, pez, concha, traviesa, costillas etc. recibías la mayoría del peso del tipo de carne solicitada y una menor, el contrapeso, que era hueso con o sin caña, y tal vez una porción de asadura, bofe, corazón, vísceras, menudos...

Fuente:

(1) A. H. P. Z. N.º 8.726. Folio n.º 303. Año 1773.

(2) A. H. P. Z. W 8.731. Folio n.º 242. Año 1786.

(3) Archivo Diocesano. Doc. n.º 50. Año 1741.

(4) A. H. P. Z. N.º 8.740. Folio n.º 81. Año 1796.

A MI QUERIDA ANA Y FAMILIA, A LOS QUE LA VIDA LES ACABA DE DAR UNA FEA PUÑALADA



delfinario  
DELFIN RODRIGUEZ

# Una picadura mortal

EN VERANO SON FRECUENTES LAS PICADURAS DE INSECTOS. LO QUE NO ES FRECUENTE QUE TENGAN TAN GRAVES CONSECUENCIAS COMO TUVO LA MÍA

La frase  
Sin la mujer, la  
vida es pura  
prosa

RUBÉN DARÍO

Las vi cuando era demasiado tarde. Había entrado por la ventana del váter y bajo el brazo traía un agujijón como una lanza. Planeó sobre el papel del Elefante antes de elegir a su víctima. Luego se dirigió directamente a mi aparato reproductor y antes de que pudiera subirme el bañador, zas, aterrizó allí, sobre el testículo izquierdo. Quise atraparla tirándole mandobles con una toalla, pero fue imposible. Reinició el vuelo camino de las fresas del huerto.

Un dolor intenso, un escalofrío de navaja me recorrió el vientre. Me encogí y salí al jardín donde mis amigos estaban preparando una humilde barbacoa a base de panceta y escarbaderas de gallina.

—¡Me ha picado! —grité— ¡me ha picado una avispa!

Me miraron de forma indolente, como si hubiera dicho una tontería. Cuando señalé la parte de mi bañador que ocultaba el picotazo, se revolucionaron. Aquello era otra cosa. Una picadura ahí era un asunto serio. Mi mujer se dirigió a mis amigos:

—Quién fuma, —preguntó con ansiedad, como si en un pitillo le fuera la vida.

Ya ves, yo tenía un horrible dolor en el testículo izquierdo y a ella todo lo que se le ocurría era pedir tabaco. La hubiera cogido y le hubiera retorcido el pescuezo. Luego entendería su actitud. El tabaco, mezclado con agua tibia, era un buen remedio para las picaduras de avispa.

Mi amigo Fulgencio, el de «Cortinas Manolo», dijo que tabaco no, que mejor un diente de ajo pelado, una cebolla abierta a la mitad... A una hermana suya le había picado un insecto como el mío y esos remedios habían sido mano de santo.

Pero no todos estaban de acuerdo con Fulgencio. La solución más efectiva prometía tenerla Leonardo, el de «Leotardos Sisí», en la calle Doncellas del Amor de Dios. Decía que barro. Había que coger un puñado de barro y restregarlo en el testículo. Pero en mi jardín solo había hierba y cemento. A no ser que nos pusiéramos a cavar...

Mi prima Mamerta Lanseros, la de «Sujetadores Lanseros, tallas supergrandes», era partidaria del vinagre y el bicarbonato. A su madre, mi tía Mamerta, cuando era joven, le había picado una abeja en la miel de su pezón derecho. El vinagre y el bicarbonato le habían amargado el paladar

a su marido, mi tío Vitín, pero a ella se le había quitado el dolor.

Mientras discutían sobre los remedios, yo notaba que la hinchazón subía y subía y que dentro del bañador comenzaba a aparecer un bulto como el de una pelota de tenis. Todos querían que me lo bajara para ver la picadura, pero yo me negué. Me parecía una obscenidad exhibir mis partes pudendas como si estuviera en el escenario de un circo.

Lo que parecía una cosa sin importancia, se fue poniendo fea. Comencé a respirar con cierta dificultad y a tragar mal. Era como si en la garganta se me hubiera atravesado un tropezón de madera. Mi amigo Fulgencio se alarmó: anafilaxis, dijo y se quedó tan pancho. Como vio mis ojos desorbitados de terror, explicó: es que, a lo que se ve, eres alérgico a las picaduras de avispa...

Al cabo de un rato tenía el testículo como un melón de Villaconejos. Comencé a sentir pánico, un dolor agudo de aguja de calceta atravesando la piel y un ardor insostenible. Era como si me estuvieran prendiendo fuego. Por un instante pensé que se me iba a freír el huevo...

Pero la cosa no era de risa. Uno de mis amigos que estudiaba segundo de medicina, murmuró, tienes un boco de sibilancia. Joder con las palabrejas. La sibilancia, según este amigo, era dificultad para respirar. Comencé a toser y a tener dificultad para pronunciar palabras. Como si estuviera tocado por el Espíritu Santo, comencé a hablar de forma confusa, como si supiera varios idiomas y ninguno a la vez.

Pensé que lo mejor era ir al médico. El aprendiz de doctor me dijo que si tenía epinefrina en casa, que una inyección de eso era la solución. Pero yo qué iba a tener. Como si todos los días nos picaran avispas...

Otra amiga dijo que para neutralizar el veneno y disminuir la hinchazón que ya amenazaba con romper el bañador, lo mejor era el desodorante o una solución de bicarbonato de sodio.

Me estaba asustando. En el rostro de mis amigos comenzaba a ver el miedo. La panceta se estaba quemando sobre la plancha y las escarbaderas de gallina humeaban como si fueran sarmientos ardiendo. Nadie les prestaba atención. Todos me rodeaban casi como si estuvieran asistiendo



Al cabo de un rato  
tenía el testículo  
como un melón de  
Villaconejos

La panceta se  
estaba quemando  
sobre la plancha y  
las escarbaderas  
de gallina  
humeaban...



a una muerte anunciada. El medio médico dijo que hielo durante diez minutos. O acetamitofén. Yo pensé que quería darme toda la farmacopea que conocía para presumir. Todos decían cosas, pero nadie hacía nada. Ni barro, ni desodorante, ni bicarbonato... Tomé la iniciativa antes de que aquello condujera a un trágico desenlace. Me fui al frigorífico y saqué una bolsa de hielo. La vacié en una cazuela y me bajé el bañador. Cuando me vi el huevo casi me da un pasmo...

Todos habían venido detrás de mí. Cuando mi prima Mamerta, la de «Sujetadoras Lanseros, tallas supergrandes», me vio el accidente, se echó a reír. Creo que la hubiera abofeteado si no hubiera sido porque había cogido el hielo, lo había echado en una servilleta y me lo había puesto sobre el huevo herido.

Sentí un pequeño mareo y me senté. Apoyé un brazo en la mesa y sobre él mi frente. Tenía la boca abierta. Me faltaba el aire. La dificultad de respirar cada vez era mayor. Y de pronto, ¡lo que faltaba! Sentí que me clavaban un alfiler frío,

que un extraño ser alado revoloteaba tratando por escapar de la saliva de la boca.

Sí. Como lo lees, pasó. Otra avispa me picó en el cielo de la boca. Aquello era demasiado. Ni que yo estuviera hecho de merengue y todas las avispas del pueblo acudieran a mi pastel.

Me puse de pie de un salto. Mis amigos no entendían lo que me ocurría hasta que vieron como escupía el insecto en el suelo. Este picotazo comenzó a crecer mucho más de prisa que el del huevo. Cogí otro cubito de hielo y me lo metí en la boca. Tocaba la picadura con la punta de la lengua y sentía que aquella vez la muerte era inevitable.

Sentí como aquel granito comenzaba a hacerse gordo. Primero como una canica y luego como un huevo cocido, de blanda textura y superficie gelatinosa. Si llegaba a hacerse como el melón de Villaconejos que tenía por huevo izquierdo, la muerte era segura. ¿Por dónde me iba a entrar el aire a los pulmones?

No había tiempo que perder. Me llevaron a don Moisés el médico a

toda prisa. Dijo que había que poner una inyección urgentemente. ¡Otra picadura, pensé! Pero esta, en teoría, era la de la salvación.

Mientras desinfectaba la jeringa sobre un trocito de alcohol hirviendo, sentí que la inflamación del huevo remitía. Remitía como si fuera un globo al que hubieran pinchado. Es el miedo, dijo el aprendiz de médico. Y no le faltaba razón. Yo pensé que don Moisés me iba a poner la inyección en el huevo y sólo de pensarlo, se me deshinchó.

Lo de la boca no me preocupaba. Cogí una pajita con la que un nieto del médico estaba tomando una Mirinda de limón, me la metí en la boca y pensé, por este pequeño agujerito podré respirar. Hay quien dice que con muy poquito aire se sobrevive mucho tiempo.

Y, efectivamente, sobreviví, aunque al testículo le quedaron algunas secuelas, como fue una pequeña mancha marrón igualita que una bota de montar. Como el mapa de Italia, vamos.

delfin\_rod@hotmail.com

## Lenguas venenosas

Las lenguas viperinas no descansan ni de día ni de noche. Ni en verano ni en invierno. Es más, aprovechan el calor para darse un baño de saliva venenosa que emponzoña la paz de los que, en esta época, solo quieren un poco de paz y sosiego.

La cosa viene a colación de que, días pasados, se puso en el pueblo sanabrés de Trefacio, mi pueblo a pesar de todo, una calle dedicada a una querida prima mía. Entrando los méritos de mi prima para que la distinguieran con tan alto honor en el terreno de lo opinable, alguna persona, a la que todos conocemos bien, se apresuró a la maledicencia. Difundió que un comentario negativo al artículo que sobre ella, desde aquí mismo se publicó, llevaba mi firma.

El hermano de la homenajead, primo respetado por mí, se creyó tal dislate y tal infundio y se le ha fruncido el ceño. Sentí pena por mi primo. A estas alturas, creer lo que dice un alma vomitiva, repugnante, dedicada por sistema al rumor y al infundio, es insultar a la inteligencia.

Ignoro cómo le colarían el gol a mi pariente. El farsante es muy hábil a la hora de fabular conspiraciones, trampas y mezquindades pero, puede estar seguro el ofendido que jamás de mi bolígrafo ha salido anónimo alguno. Ni ayer, ni hoy ni nunca. Gozo de un magnífico escaparate en el que expongo mi lienzo, con mayor o menor acierto, en libertad de pensamiento y conciencia.

Dedico este articulo a los calumniadores porque, meses pasados, aunque yo me entere ahora, quizás de la misma mente retorcida salió escribir un comentario en este diario firmado con mi nombre. Se dirigía al buen alcalde de Asturianos Leonardo Gallego. En este caso, el repugnante urdidor de falsedades, ignoraba que Leonardo es un hombre cabal, muy apreciado por mí. Leonardo lo sabe y no dio crédito al estúpido comentario.

Controlar este tipo de anónimos, con la vigente legislación, es imposible. La Guardia Civil investiga a estos emponzoñados seres, pero solo a los de mayor rango en la hijoputez: los que se dedican al porno infantil y esas cosas. Los que se dedican al desnudo y a la ofensa menor, viven en libertad sin que nadie acote sus tropelías.

La red es el caldo de cultivo en el que crecen estos garbanzos negros de la sociedad más podrida. En ese caldo se rebozan y desde el lanzan sus excrementos a los aires electrónicos.

Asuntos urgentes me requerían en Madrid el día en que me achacaron el negativo comentario a la calle de mi prima. Sería muy fácil demostrar que desde primera hora estuve en la ciudad del Manzanares. Desde los tickets del peaje y el parking, a primera hora, pasando por reuniones, facturas de comidas a mediodía y tickets de bebidas a media tarde. Pero no merece la pena.

Si alguien cree los chismorreos que vienen de bocas infectadas de pus y no trata de sajarlos para expulsar la materia y averiguar la verdad, es que tal vez no merece la pena ni hacer este pequeño artículo.

Es asombroso la amargura en la que deben de vivir estas escorias para dedicar su tiempo a la maledicencia y la trampa. Tal vez tienen poco que hacer. Tal vez sus empresas comienzan a encontrar cortapisas y dificultades, a tropezarse con la ley y tienen menos tiempo para el trabajo y más para la ponzoña.

Desde aquí mi desprecio para todos los que utilizan la red de redes como arma para denostar, zaherir, insultar, sembrar la duda y emponzoñar. Quien se ampara en el parapeto del anónimo para hacer esto, no es más que un cobarde. Mi respeto para quien critica con criterio, respeto y, cuando menos, un poquito de gusto.



## Rutas a pie por tierras

### DE ZAMORA

♦ Javier Sainz

# Subida a las lagunas altas desde Ribadelago

Viajamos en esta ocasión hasta Sanabria, la esquina verde zamorana, para realizar por esta comarca uno de los itinerarios más espléndidos de todos los que pueden disfrutarse en nuestras tierras. Bien es verdad que el gozo que vamos a sentir no es gratuito, ya que todo el trayecto se desarrolla por laderas empinadas, obligados superar bruscamente unos desniveles de más de 600 metros a través de veredas pedregosas

Tomamos como punto de partida la localidad de Ribadelago Viejo, o mejor la sede de la central hidroeléctrica de Moncabril, a la cual habremos de acudir por una sinuosa y angosta carretera que arranca hacia la izquierda junto a las primeras casas del pueblo citado. Antes de iniciar la verdadera caminata, conviene dedicar un breve tiempo a conocer las instalaciones hidroeléctricas, aunque solo las podemos examinar a prudencial distancia, separados de ellas por una fuerte alambrada. Impacta la compleja maraña de cables y torretas y el desazonador zumbido de generadores y turbinas en su productiva actividad. Los caudales que proporcionan la energía bajan entubados de los embalses construidos en las altiplanicies serranas, desde donde adquieren, debido a la gran caída, una presión tremenda. Para subir los materiales de las obras de allá arriba, se acondicionó un espectacular plano inclinado o funicular, el cual yace ahora en un aniquilador abandono, ceñido por la maleza. Los empleados y directivos vivieron en preciosos chalets edificadas bien cerca, con los que se formó una pequeña y grata urbanización. Con la automatización de las instalaciones ya no es precisa la estancia continua de personal alguno, por lo que esas viviendas han quedado vacías, destinándose ahora para residencias veraniegas o de fines de semana. Se palpa así cierto abandono, una intensa soledad y una imprecisa melancolía. Cualquier sombra de los grandes abetos que allí prosperan es un lugar apropiado para dejar aparcado el coche.

Antes de iniciar el reco-



Vista panorámica del Lago de Sanabria.

rrido tenemos que saber que el cauce acuático que cruza inmediato es el del río Cárdena y que será por el barranco por donde desciende desde lo alto de la sierra por donde nosotros vamos a subir. Aún así, en breve trecho nos asomaremos también al curso del río Secundera, al que nunca dejaremos a mucha distancia. Ambos lechos fluviales se funden entre sí pocos metros más abajo de donde estamos, para entregarse a su vez al río Tera del cual son importantes afluentes.

En un corto tramo hemos de retornar a pie por la carretera por donde llegamos, hasta divisar los carteles que indican la salida del camino de ascenso. Balizas de madera pintadas de rojo, estratégicamente colocadas y que aparecen desde el primer momento, nos orientarán a lo largo de todo el recorrido. Tras la cuesta inicial subimos hasta un rellano desde el que se domina el po-

blado de Moncabril, arropado por las frondas agudas de los abetos citados, de un verde más intenso que el del entorno boscoso circundante. Pocos pasos más adelante sentimos el estruendo de caudales acuáticos al despeñarse. Atraídos por ese fragor nos asomamos a una cortada contigua, desde donde descubrimos el chorro de una notable cascada. Las aguas pertenecen al río Secundera y se precipitan entre pedrones desgajados, con una caída libre de unos diez metros, seguida de otros saltos menores. Impacta la atormentada orografía del enclave, con peñas irregulares y un incipiente cañón por cuyos fondos es complicado el acceso.

Avanzamos más adelante aprovechando una sección enlosada del viejo camino, cuya caja se acondicionó rompiendo diversas peñas de la cuesta. Las lastras irregulares del firme se muestran desgastadas, ca-



La laguna Roya.



Cabaña junto a las cumbres.

(●) Fotos J. S.

## Rutas a pie por tierras DE ZAMORA



Distancia desde Zamora: 125 km  
 Longitud total del trayecto: 12 km  
 Tiempo aproximado: 4 horas  
 Dificultad: alta (mucho desnivel, sendas pedregosas y empinadas, despeñaderos)  
 Detalles de interés:  
 Paisajes de alta montaña  
 Vista panorámicas  
 Cascadas  
 Lagunas  
 Árboles centenarios  
 Monumentos



si bruñidas, tanto por el paso de las innumerables reses como de los carros usados para el transporte de leña y heno. Al lado, en paralelo y durante un centenar de metros, descienden espumosas las corrientes del citado río Secundera, batiéndose por un lecho rocoso y con algunos árboles a sus orillas. Pujantes brezos, arraigados en las grietas donde se acumuló algo de tierra, colonizan los demás espacios. Tras separarnos del cauce fluvial, ascendemos decididamente, casi en línea recta, hasta alcanzar un breve espacio de praderas, húmedo y productivo. Algún chopo prospera por allí. Más arriba, a mano izquierda, se yergue un risco enorme, de laderas cortadas en vertical y con una gruesa pedriza en su base. Es éste el pico de La Boulla, referencia y símbolo inconfundibles. El bosque, fundamentalmente de robles, resulta ser intermitente compañía, nunca muy espeso y con ejemplares, casi siempre, o jóvenes o de talla media. Cruzamos ya junto a una gran roca, desgajada del cantil superior por la acción de los hielos o algún tremendo cataclismo. El paisaje resulta bravo y primitivo, tremendamente escabroso. Volviendo las miradas hacia atrás se presentan ventajosas panorámicas sobre el Lago, cuya superficie queda seccionada en unos primeros momentos por la cresta del agudo cerro del Castro. Hacia la derecha, el Pico del Fraile se yergue como centinela gigante, siempre en guardia.

Tras superar de nuevo agrios desniveles alcanzamos un valle alto, con angostas praderías limitadas por el bosque. Subiendo diversos repechos, nos asomamos decididamente hacia el curso del río Cárdena, cuyos caudales producen un intenso fragor al despeñarse por los fondos. Su cinta plateada, de momento, solo la veremos parcialmente y desde muy arriba. En la umbría aparece otra gran pedriza, con imponentes bloques caídos anárquicamente, sin duda desgajados por la actividad glaciár. De esas tremendas piedras, una destaca sobre las demás por su masa enorme. Una tenaz mata de hiedra aprovecha una de sus caras como soporte para sujetar su espesa fronda. Debido al gran desnivel, el cansancio va instalándose en los músculos y en el ánimo. Además, en un trecho el avance resulta más complejo aún, ya que por el lecho de la senda descien-



Monumento a los desaparecidos por la riada.



den los caudales de un arroyuelo.

Después de un corto, aunque fatigoso declive pasamos a una depresión íntima y recogida. Se percibe allí una especie de sosiego absoluto, la sensación de haber encontrado un enclave en el que quisiéramos quedarnos para siempre. El bosque es más frondoso, y ahora sí hay árboles muy viejos supervivientes de aniquiladores incendios. Al lado se yerguen los leños carbonizados de otros que sucumbieron. Un ejemplar hay con su grueso tronco horadado a modo de cueva. Junto a los robles hallamos algunos acebos y escasos enebros.

Reiniciamos la escalada, enfrentándonos a un tramo muy empinado. En un recodo pasamos por encima de una especie de cornisa, con caída impetuosa hacia el cauce del Cárdena, en el cual se divisan sucesivos rápidos y cascadas. Vamos faldeando por los quebrados espacios de la Majada Lladeira, cuyos decli-

ves acaban allá arriba en cantiles graníticos cortados a plomo. Al lado de una de las innumerables peñas brota una fuente y se forma un sinuoso regato. Al reclamo de tan fresco manantial no solo acudimos nosotros, pues sorpresivamente, salta un corzo, en rápida huida, asustado por nuestra presencia. Percibimos que nos acercamos ya a las cumbres, casi al alcance de la mano en las crestas agrestes del monte de 1642 metros de altitud denominado Salto del Valiente. Al frente, al otro lado del barranco se alza una bien construida cabaña o refugio de montañeros.

Hemos de vadear ahora el cauce del río, tarea compleja si es copiosa la esorrentía. Por arriba asoma el muro de la presa del embalse de Cárdena. Animados por su proximidad superamos las últimas cuestas hasta llegar a las bien diseñadas pistas superiores. De repente dominamos la gran superficie acuática artificial. Las panorámicas son impac-

tantes. Pálpase esa indefinible impresión de las alturas, ese sentir de hallarnos muy por encima de la ambición y mezquindades de abajo. El cielo y las aguas muestran unas tonalidades azules absolutamente puras, en contraste con el gris de las peñas y la blancura destellante de los neveros que permanecen hasta bien avanzado el verano.

Tomamos el camino que sube hacia el norte. Sobre la collada topamos con varios lagunajos y un depósito acuático mayor, la laguna Roya. Descendemos de nuevo, ahora hacia la cuenca árida y vacía del embalse de Garandones, en cuyos fondos queda retenida el agua en las depresiones de un par de antiguas lagunas. Pasamos por encima de su dique, largo y aparentemente frágil, sin servicio actualmente. En un empalme tomamos un ramal hacia la derecha y tras poco más de un kilómetro divisamos la preciosa y diminuta laguna del Payón. Sabemos que detrás, más lejos, quedan la de Mancas y la del Cuadro, como ejemplares destacados de un copioso conjunto. Acudimos al fin a la terminal superior del antiguo funicular, el plano inclinado que vimos desde abajo, por el que elevaron los materiales de las obras de aquí arriba. Las panorámicas que se nos ofrecen son espectaculares. El Lago y toda Sanabria queda ante nuestra vista, a modo de estampa de cuento idílico poblado por supuestos seres que han de ser felices al participar de tanta hermosura.

Desde aquí iniciamos el retorno. Podemos regresar por las sendas por donde vinimos, lo cual sería lo más cómodo. Pero bajamos por una trocha que desde aquí y en continuos zigzags se precipita, cruzando incesantemente la abandonada plataforma. Las piedras sueltas y la maleza dificultan el avance, lo cual, junto al cansancio hacen desear vivamente el fin del trayecto. Ese remate tiene lugar en la propia urbanización de Moncabril de donde partimos. En su totalidad hemos recorrido unos doce kilómetros, característicos de alta montaña.

Si aún contamos con cierto tiempo, preciso es acudir hasta el casco urbano de Ribadelago Viejo. Allí podremos depositar alguna flor silvestre a los pies del monumento en recuerdo de los desaparecidos en la tremenda riada del 9 de enero de 1959. La emotiva figura, en bronce, de la madre sanabresa arrojando a su tierno infante contra el pecho, agradecerá estoicamente nuestro gesto.



Embalse de Cárdenas.

## Salustiano del Campo Urbano

Sociólogo, presidente del Instituto de España

# «La opinión pública es muy estable, nada volátil, en contra de lo que creen los políticos»

● «La familia que predominará en el futuro será la reconstituida, en la que el padre y la madre aportan los hijos de anteriores uniones»

● «Hay dos casos únicos de sociedades que se han industrializado sin tirar por la borda el acervo tradicional, que son Japón y España»

◆ Andrés Montes

Salustiano del Campo Urbano (La Línea de la Concepción, 1931) observa con estricto afán científico los cambios sociales que España ha vivido en el último medio siglo. Sentó en nuestro país la sociología al estilo en la que hoy la entendemos, como disciplina volcada en el conocimiento sistemático de la sociedad y, además de darle un rango universitario del que carecía, promovió algunos de los instrumentos indispensables para la prospección sociológica en un tiempo en el que esta labor carecía del peso y el interés de ahora. Del Campo es un estudioso del ámbito de la familia, a la que atribuye un papel clave en la protección social que alcanza allí donde no llega el Estado y como gran paraguas en momentos de crisis como el actual. Pero también considera que la familia es un factor contrario a la movilidad poblacional que ha contribuido a hacer de la tendencia general a anclarse en el lugar de origen una limitación en la actividad económica.

—A los sociólogos se les supone una visión privilegiada del momento en que vivimos.

—Pero eso no se valora tanto ahora.

—¿En qué sentido?

—He conocido una etapa en la que no se había introducido la sociología moderna en España. Hubo sociología antes, pero era de corte teórico, que más bien daba principios sobre cómo tenía que ser la vida. La sociología empírica, que requiere de la observación, la comparación y la medición era algo muy deseado después de la Guerra Civil, todo el mundo tenía puesta una gran fe en la sociología, también en la economía. De ambas se esperaba que contribuyeran a que España fuera mejor. Los sociólogos hemos tenido una edad de oro porque hemos vivido un cambio en la sociedad española que no había acontecido nunca. Sin embargo, los economistas han mantenido su ciencia bastante unida y fueron capaces de organizarse muy bien en términos institucionales, de tener colegios, facultades y escuelas sin demasiadas divisiones. Y los sociólogos, en eso, lo hemos hecho peor: hemos sido más críticos con nosotros mismos, hubo una desunión muy considerable y esto se ha traducido en menor institucionalización. Se puede pensar que la economía da más de sí que la sociología, en la que hay un tope en términos científicos mensurables

y empíricos. Existe un límite a partir del cual empieza una explicación que ya no está estrictamente ligada a los datos y está referida a otras cosas, el medio cultural, a la ideología... Cada una tiene sus propias dificultades, pero las de la sociología, sumadas a la desunión de los sociólogos, tiene peores oportunidades.

—Pero las encuestas tienen una incidencia directa en la acción política, por encima, a veces, de los informes de los economistas.

—Y más les vale a los políticos hacerles caso. Ellos están convencidos de cosas que son falsas, como que la opinión pública es errática y volátil. Todo lo contrario: la opinión pública suele ser bastante estable. También están convencidos de que la gente no sabe lo que le conviene, algo también falso porque esa opinión pública considera la clase política como uno de los grandes problemas de este país. Es un lugar común hoy que la transición la hizo el pueblo, que no fueron los políticos, a quienes sí son atribuibles los defectos de ese período, como los problemas en torno a la Constitución.

—¿Cuales serían los elementos clave de ese cambio que usted ha podido seguir en toda su amplitud?

—España era un país que, pese a que en 1857 se acordó la Enseñanza Primaria, hasta la época de Ruiz-Giménez al frente del Ministerio de Educación (1951-56) no desapareció el analfabetismo. Éste fue un tránsito muy lento. Hubo una transformación en el paso de la sociedad agrícola a la industrial y, posteriormente, a la de servicios. Hay dos países en el mundo que se han industrializado sin tirar por la borda su acervo tradicional, que son Japón y España. Son dos casos únicos, singulares en el esfuerzo de la industrialización, de la transformación en sociedad moderna. La industria turística ha salvado a España y no era algo que económicamente se pudiera considerar muy modernizador. De hecho, el turismo español resultaba una desesperación para los ministros de Hacienda porque los turistas gastaban mucho menos de lo que se hubiera podido esperar. En cambio, el turismo tuvo un efecto social, al mostrar a la población que había la posibilidad de un recreo que ya no era de balneario y resultaba accesible a trabajadores medios y de baja especialización, quienes hasta entonces no podían pensar en esta forma de ocio. Esto modificó las costumbres españolas de una forma extraordinaria.

”

El núcleo familiar contribuye a fijar la población y a que la movilidad ocupacional en nuestro país sea mínima

—Usted ha estudiado muy de cerca la familia, que en España se ha convertido en un gran paraguas frente a la crisis.

—En uno de mis libros escribí que si la familia hubiera sido lo que quería el Gobierno de aquel entonces, en los años noventa, ese Gobierno hubiera tenido que soportar millones de jóvenes en las calles protestando contra su política económica y social. Afortunadamente para ese Gobierno que pretendía echar por la borda lo que caracterizaba la familia, se encontró con que el gran elemento de contención de la sociedad española fue la familia; de manera que le debe perpetua gratitud a que su política en este terreno no alcanzara el éxito. La protección social nos llega a través del Estado —como en el modelo escandinavo—, comprándola en el mercado —por medio de los seguros de enfermedad— y de la familia, que es un factor importante de la protección social. De hecho, es una gran proveedora de protección social; pero además, comparándola con la que nos llega por las otras vías —el Estado y los medios privados—, la que mejor se recibe es la de la familia, que tiene un añadido de proximidad, de afectividad, de la que los otros carecen.



Salustiano del Campo, durante su estancia en Oviedo. / Fo



FOTO MIKI LÓPEZ

## «Fraga promovió que se conocieran las corrientes de opinión»

— A. M.

—Usted fue en la década de los sesenta del siglo pasado fundador del Instituto Español de la Opinión pública, antecedente del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). Lo que opinaba la población no debía inquietar mucho de aquella a quien gobernaba.

—En aquel momento Fraga, que era el ministro de Información y Turismo y que destacaba dentro de aquella clase política, tenía la idea de que había que seguir las corrientes de opinión, algo que es elemental pero que también constituye lo más difícil de todo. Diseñé el Instituto al estilo del centro en el que estuve trabajando en la Universidad de Chicago. En aquel momento sólo se hacían encuestitas sobre qué pensaba la gente del gol de Zarra. Reuní a un grupo de universitarios que después han destacado. El mismo año en que se fundó el Instituto en España, que era una dictadura, se constituyó en Polonia, que era un dictadura de otro tipo y también en Argentina. Pues el único que sobrevivió fue el de España, porque tenía

una ambición científica. El CIS conserva todas las encuestas que nosotros hicimos. No eran encuestas como las de ahora, pero recuerdo que llegamos a preguntar si se prefería que el país estuviera dirigido por un hombre poderoso o que la gente decidiese lo que quiere. Fue un buen trabajo, pero vinieron tiempos en los que la cosa cambió, aunque no hubo que desmontar lo que hicimos entonces.

—El CIS mantiene una fiabilidad elevada pese a estar muchas veces bajo el fuego cruzado de los partidos políticos.

—Tiene más medios que ninguna otra entidad para realizar encuestas muy amplias y entrevistas personales. La calidad del trabajo sigue siendo elevada, aunque habrá presiones o situaciones como que su actual directora, Belén Barreiro, analizase en un reciente foro de la Fundación March los datos sobre intención de voto de abril cuando a buen seguro que ya tiene los de mayo. A veces no todo es consecuencia de la influencia política, puede ocurrir también que en algunos resultados haya errores de estimación.

”

España es amiguista, localista y particularista, y para modernizar el país hace falta una política que alivie esas singularidades

—¿Ese papel se mantiene pese a que el concepto de familia también ha experimentado un cambio sustancial?

—El concepto de familia ha cambiado, pero todavía es comprensible, quiero decir que no es algo caótico. La mitad o más de todas las familias en el continente europeo son familias nucleares, conyugales; «como Dios manda», por así decirlo. Hice con Jean Trost, de la Universidad sueca de Upsala, una encuesta en varias universidades europeas en las que presentábamos una relación de 17 uniones, de distinto y del mismo sexo, y tomando en consideración diversos factores —vida conjunta, hijos, residencia conjunta, haber contraído matrimonio o que la unión fuera consensuada...—. De éstas, sólo un tipo de unión era concebido en Europa como la familia, que era la que formaban padre, madre e hijos. Hay confusiones en este terreno. Por ejemplo, que los padres estén o no casados. Este factor no diferencia a la familia, es algo que atañe a la forma legal de la unión, pero no es una característica de la fami-

lia en sí. Después de la familia nuclear, el segundo gran tipo más numeroso es el monoparental, en el que en el 90 por ciento de los casos falta el padre y está encabezada por una mujer. El tercer modelo es la familia reconstituida, en la que el padre y la madre forman un grupo aportando hijos de anteriores uniones a los que se añaden los propios. Ése es el tipo de familia que predominará en el futuro. Estos tres constituyen los grandes tipos. Las uniones consensuales es algo que afecta a la forma de la unión pero no al contenido de la unión. De hecho, la ruptura de una familia de este tipo tiene, según revelan algunos estudios, problemas personales, económicos y sentimentales similares a los de un matrimonio formalizado. La última palabra sobre los cambios de la familia está todavía por decir.

—Pero con independencia del vínculo o la forma, la familia es un elemento clave en España.

—Lo primero a lo que uno recurre en una situación de dificultad es a la familia. Incluso el asentamiento de la población en el territorio ha cambiado mucho menos en España que en otros países. Nuestras capitales están por debajo del tamaño de otras grandes ciudades del mundo y mantenemos el mismo número de pueblos, aunque con una población envejecida. Hay una estabilidad ecológica, por así decir, en la sociedad española.

—¿Ése también sería un efecto del peso de la familia en nuestra sociedad?

—Está clarísimo. En España hay una gran dificultad para el desarrollo y la movilidad ocupacional es mínima, la gente quiere trabajar en su casa. Algo que impulsara que esto no fuera así sería bueno para economía, pero, desgraciadamente, nuestros gobernantes están haciéndolo al revés. Así como antes había un desplazamiento hacia los centros universitarios, ahora hay una Universidad a la puerta de cada español y eso no creo que sea bueno para un país que tiene un problema de asentamiento desde hace siglos y una dinámica que cuesta mucho trabajo romper. España es amiguista, localista, particularista y para modernizar nuestra sociedad conviene que haya una política que alivie esas singularidades.





En forma

# Convivir con la enfermedad y el enfermo



♦ Martín Caicoya  
Médico

«Es vuestro escudo marca registrada», decía Agustín de Foxá, felizmente olvidado escritor que consideraba impuro el dinero ganado con el trabajo, aunque los Domecq, ridiculizados en ese soneto, son el prototipo de señorito andaluz «Horda del sur envanecida y boba / que venís con el pelo de la dehesa / para adorar a estúpidas marquesas». Debe ser un orgullo que tu apellido llegue a ser una palabra común, que haya trascendido a la persona. Como le ocurre a James Parkinson. Hijo de un cirujano londinense al que sucedió en la consulta, Parkinson fue un hombre admirable, un adelantado a su época. Baste decir que fue un defensor de la variedad en la sociedad inglesa a la vez que luchaba contra los privilegios de clase. Como es lógico dentro de esta manera de pensar, apoyó la Revolución Francesa y la igualdad de derechos. Pero su nombre pasó a ser común por «Una descripción de la parálisis temblorosa» en 1817. Hasta no hace mucho se creía que la enfermedad de Parkinson era un trastorno del movimiento caracterizado por temblor, rigidez y lentitud de movimientos. Hoy se sabe que es algo mucho más complicado.

El temblor, al contrario que la mayoría de otros movimientos, se nota en reposo. Entonces, se puede observar cómo el pulgar pasa sobre las yemas de los dedos, como contando billetes. Se ve muy bien si se logra relajar muscularmente el paciente, por ejemplo, concentrándose en una tarea, mientras deja la mano en reposo bien apoyada. En las primeras fases, con la enfermedad aún latente, algunos notan un temblor intermitente en reposo que no se puede ver. Excepto en casos severos, no es el temblor lo que incapacita, es esa sensación de debilidad, de descoordinación o cansancio que afecta progresivamente a todos los miembros, empezando por las manos. No se puede abrochar los botones, le cuesta manejar el ratón o atarse los zapatos.

Más tarde afectará a la marcha —«una irresistible tendencia a dar pasos cada vez más cortos y rápidos» en la descripción original—. Debido al temblor y el aumento del tono muscular se produce una rigidez que va congelando progresivamente las articulaciones y el gesto. Más tarde puede aparecer inestabilidad postural por un fallo en los reflejos. Varios centros dan órdenes a los músculos posturales de contracción y relajación para que vayan corrigiendo en tiempo real los desequilibrios por cambios del centro de gravedad. Eso falla en el párkinson. El problema no es solo motor, que ya es bastante. El paciente puede sufrir alteraciones cognitivas, desde demencia a psicosis con alucinaciones; alteraciones del carácter, insomnio, dolor; disfunción del sistema vegetativo, trastornos del olfato, seborrea y otras manifestaciones.

Afortunadamente, la demencia, que afectará a casi el 80 por ciento de los casos, aparece en las últimas fases de la enfermedad. La psicosis es más rara, pero las alteraciones del humor son muy frecuentes, casi el 50 por ciento tiene síntomas depresivos: tristeza, incapacidad para disfrutar y falta de interés por las actividades son los más comunes. Ansiedad y malhumor también lo son. Una gran proporción de varones tiene disfunción eréctil, en parte por la afectación del sistema vegetativo: se necesita un buen parasimpático



En el párkinson, el problema no es solo motor, que ya es bastante. El paciente que lo sufre puede padecer también alteraciones cognitivas

para que se llenen de sangre las «esponjas» del pene que le dan turgencia. A veces, incluso combinado con la anterior, la terapia farmacológica produce hipersexualidad.

A un paciente, el médico le debe tres cosas: el diagnóstico, el pronóstico y el tratamiento, o cómo modificar favorablemente el pronóstico. El diagnóstico de esta enfermedad es clínico. La mayoría de los enfermos puede vivir una vida casi normal con la medicación durante muchos años, hasta veinte. Sin embargo, en algunos puede progresar rápidamente. No sabemos cómo predecir quiénes lo harán. Dado que es una enfermedad neurodegenerativa, probablemente no se pueda modificar su curso natural, pero sí se pueden controlar los síntomas, y muchas veces con un éxito

espectacular. La medicación, con una sustancia llamada dopamina, que es deficiente en el enfermo, mejora mucho los síntomas. Realmente se da levodopa para que el cuerpo haga dopamina. Lo que mejora más es la rigidez y la lentitud de movimientos. Hay más fármacos que el médico utilizará según los síntomas y otros criterios. Incluso se puede plantear la colocación en el cerebro de un generador de pulsos con una programación externa.

Hay que hacer más que tomar pastillas. El ejercicio produce bienestar físico y mental. Solo por eso es muy recomendable en enfermos de párkinson. Posiblemente no evite la progresión de los síntomas, pero puede aliviar algunas consecuencias de la rigidez. Es buena idea hacer estiramientos para mantener la flexibilidad y el rango de movimiento de las articulaciones. Los ejercicios de piscina son muy recomendables, mejor en grupo con un monitor. También conviene entrenar el equilibrio. Los trastornos del movimiento afectan a la articulación de las palabras y al volumen de voz. Es posible que la foniatría ayude a mejorarlo.

Es una enfermedad que afecta la convivencia. Los familiares y amigos pueden ser un apoyo o un obstáculo. Ellos, que sufren al paciente, también tienen que hacer un esfuerzo.



# guia sanitaria

**ORTODONCIA**  
**CLINICA DE ORTODONCIA**  
Herederos de M<sup>a</sup> José MONTERO DE PAZ  
ODONTOLOGIA General  
ORTODONCIA exclusiva niños y adultos  
San Torcuato, 20 - 1<sup>a</sup> • 980 515848  
ortodontal2008@hotmail.com

**PSICOTECNICOS**  
**PSICOTECNICO "PABLO MORILLO"**  
Le facilitamos la renovación de su carnet sin ir usted a Tráfico  
Cazadores Conductores Seguridad Privada  
Pablo Morillo, 10 - entpa. Tel. 980 512 878

**ANGIOLOGÍA Y CIRUGÍA VASCULAR**  
**TRATAMIENTO DE LAS VARICES**  
Dr. Francisco Domínguez Hernández  
Nº de Registro: 509-0141  
Angiología y Cirugía Vascular  
Policlínica Tecnológica VIS MEDICA  
C/ Antón de Cárdenas, 8 - Tel. 980 671051  
**PRIVADOS Y COMPAÑÍAS**

**CLÍNICA DENTAL**  
**clínica dental fernández doval odontología**  
Dr. Javier A. Fernández Doval  
Implantes, Periodoncia, Endodoncia, Prótesis, Cirugía oral, ATM  
Cortinas de San Miguel, 6 - 1<sup>a</sup> 980 16 76 77 / 662 63 63 68

**DERMATOLOGÍA**  
**DR. J. SANCHEZ ESTELLA**  
Dermatología - Venereología  
Cirugía de la piel  
Laser: angiomas, depilación, varicelas  
Pl. Alemania, 3 - 9º Pta.4  
Tel. 980 524 234  
Consulta por las tardes (Previa petición de cita)

**PSIQUIATRÍA**  
**DR. JUAN DIEZ BOIZAS**  
**MEDICO PSIQUIATRA**  
Santa Teresa, 2 - 1ºB  
Tel. 980 670 507  
**PRIVADOS Y COMPAÑÍAS**  
CONSULTA TARDES CITA PREVIA

**TRAUMATOLOGÍA**  
**Dr. RUANO MARTÍN**  
Traumatología y Cirugía ortopédica del niño y del adulto  
Cita previa  
Tel. 980 67 14 17  
Avda. Cardenal Cisneros, 44. Zamora

**PODLOGÍA**  
**CLINICA PODOLOGICA**  
Salvador Ausina  
Podólogo col. nº 238  
Tfn. 676 520 077  
**CITA PREVIA**  
C/ Peña de Francia, 31 - bajo  
49019 ZAMORA

**AUDILOGÍA**  
**¡¡ ATENCIÓN SORDOS !!**  
Campana 2010  
Prevención de la pérdida auditiva  
**AHORA OIR BIEN NO CUESTA TANTO**  
**AUDIOCENTRO**  
Hefitener  
**2 Audifonos Digitales en adaptación Binaural desde 1.700 €**  
Santa Clara, 19 • Tel. 980 53 09 11  
Solicite cita previa

**DERMATOLOGÍA**  
**Dra. PEREZ TRUFERO**  
**Depilación Láser Diodo**  
Todos los martes de 10:30 a 20 h. (ininterrumpidamente)  
☎ 902 40 35 40  
MULTISALUD  
Av. Tres Cruces, 11 - bajo  
Tel. 980 53 54 53

**PSIQUIATRÍA**  
**Dra. Lorena Bartolomé Herrero**  
**MEDICO PSIQUIATRA**  
Profesora USAL  
Cortinas San Miguel, 38 - 3ªA  
Consultas, cita previa en el Tel. 980 533071 (sólo tardes)

**ENDOCRINOLOGÍA**  
**Dr. SANTIAGO PEÑA**  
Diabetes Nutrición Endocrinología  
Privados y compañías  
Tfno: 980 166583  
**CLINICA TRES CRUCES**  
C/ Campo de Marte, 5 - bajo

ESPACIO RESERVADO PARA SU PUBLICIDAD

El placer es mío

# Manos a la piel



♦ Carlos Patricio  
San Martín  
Pedagogo y  
Terapeuta sexual

El contacto de las manos con un cuerpo y el masaje tienen propiedades terapéuticas. El masaje produce vasodilatación, disminuye la presión arterial, aumenta el transporte de oxígeno a los tejidos, especialmente a los músculos, relajándolos y mejorando el drenaje del sistema linfático además de elevar el nivel de endorfinas en sangre.

Las endorfinas son hormonas que se asemejan a la morfina, por lo que a mayor cantidad, mayor sensación de bienestar.

El masaje es muy eficaz contra el dolor y el estrés, dado que tiene una gran capacidad para elevar la cantidad de endorfinas en sangre.

Al iniciar una sesión de masaje es preciso cuidar ciertas cuestiones situacionales como preparar la sala de masaje creando un entorno agradable, higiénico, claro, amplio, con una temperatura adecuada (24° ó 25 °C), con una iluminación suave y sedante, sin corrientes de aire, silencioso y tranquilo.

Sería conveniente estar desnudo para recibir el masaje. Sin embargo lo mejor es que no se produzcan situaciones tensas por vergüenza o pudor. En este caso se recomienda la utilización de un traje de baño.

Para contribuir a la fluidez del contacto, se recomienda la utilización de aceites que, además, entreguen aromas agradables existiendo tablas con sus propiedades que indican para el tipo de tratamiento que sirven con mayor eficacia.

Para la realización de un masaje, es preciso tener amplios conocimientos de anatomía y fisiología humana.

Hay diferentes tipos de masaje. Unos son distensionales, donde el objetivo es relajar, recomponer eliminando contracturas musculares entre otras cuestiones. Ejemplo de este tipo de masaje es el terapéutico. Otros son tensionales como el sensitivo relacional, cuyo objetivo es, paralelamente a calmar, predisponer al contacto. En los primeros se relaja y en los segundos se tensa para la acción amorosa.

El masaje sensitivo relacional está vinculado a la psicología Humanista y tiene parte de sus raíces en el llamado «masaje californiano» de los años 60. Reúne aspectos occidentales de trabajo muscular y circulatorio con conceptos orientales vinculados con los centros nerviosos y el contacto energético entre el emisor y el receptor.

Los objetivos esenciales son abrir las sensaciones para el intercambio de emociones de manera suave, sedante y distensionada. Se trata de distensionar muscularmente para tensionar el deseo del contacto, por lo que excita en términos más amplios y no solo genitualmente. Predispone para el intercambio de experiencias facilitando el aumento de sensibilidad y ca-

pacidad de percepción a niveles internos y externos, lo que redonda en un mayor y mejor contacto consigo mismo y con el mundo.

En el masaje sensitivo, como en prácticamente todos los tipos de masaje, podemos encontrar algunos tipos de movimientos específicos. En general estas maniobras pueden aplicarse de manera firme o suave dependiendo de la zona que se trate. Estos movimientos específicos pueden ser de torsión, de amasamiento, de fricción, de percusión o golpeteo, pellizcos, rodamientos, roces o peinados, presiones o de vibración.

Las maniobras pueden tener tres niveles de profundidad: superficial que afecta principalmente la piel y tejido subcutáneo, con una mínima intensidad. Se aplica especialmente a ancianos, niños y enfermos ya

”

El masaje beneficia a los sistemas circulatorio y linfático, se activa el metabolismo y se producen endorfinas

que poseen una musculatura débil. Medio que incide en la musculatura superficial y media, y que se aplica con maniobras de mayor intensidad. Es el masaje normal. Finalmente el profundo con el que se trata de llegar al fondo de la musculatura, aportando el máximo de intensidad.

Los efectos directos del masaje recaen sobre la circulación sanguínea activando su velocidad, la circulación linfática con efectos de drenaje, el sistema nervioso con procesos de reactivación, la piel con efectos beneficiosos reflejos en distintos órganos internos, el tejido muscular desarrollando su fuerza y capacidad de movimiento y facilitando el metabolismo muscular, el tejido adiposo disminuyendo los depósitos de grasa, los huesos por efecto indirecto, el metabolismo ya que aumenta la cantidad de orina por una mayor filtración renal y aumenta la eliminación de nitrógeno, cloruro sódico y fósforo inorgánico, otros órganos internos especialmente el aparato digestivo, ayudando a eliminar excrecencias al aumentar la función peristáltica. También sus efectos alcanzan aspectos psicológicos y sociales ya que ayudan a producir endorfinas y predisponen al acercamiento interpersonal.

carlossanmartingonzalez@yahoo.es

## CONSULTORIO

Hola Amaranta, gracias por tus aportaciones a través del periódico, es genial tener en una ciudad de Zamora a alguien que nos ofrezca una sección como la tuya. Hace unos días vi un programa de sexo donde salía una persona con el síndrome de Klinefelter, pero llegué algo tarde y no pude escuchar la explicación completa. Me gustaría saber qué es exactamente.

Gracias.

El Síndrome de Klinefelter es una condición que afecta a uno de cada quinientos varones aproximadamente, está provocado por un cromosoma X extra, así el hombre tiene un patrón XXY en lugar del XY. Los hombres con esta estructura cromosómica no desarrollan de manera adecuada caracteres sexuales secundarios. Tienen grandes pechos, un desarrollo muscular muy pobre y como dejan de producir esperma, son estériles. También puede aparecer un ligero retraso mental.

Un saludo

amarantafincias@gmail.com





Los acampados visitan el santuario de Doney.  
 (●) Foto R. A. G.

# Doney 2010

## en un rincón de Sanabria

La singularidad de una iniciativa que va más allá de las actividades de un campamento de verano

♦ Verónica García, Fernando Lobo y Rafael Ángel García

Resulta cuando menos curioso comprobar las dificultades que la mayoría de los campamentos generalmente tienen para completar las plazas que ofertan. En una época especialmente propicia para otras actividades que el curso escolar no permite los campamentos eran la opción predilecta. Para la socialización, para el contacto con la naturaleza, también para enderezar vicios como el «no me gusta» de algunas comidas. Incluso para despegar a algunos niños de la falda materna. Hoy día, en un contexto social en el que a veces los padres no saben qué hacer con los hijos en el periodo estival por la inverosímil conciliación de la vida laboral y familiar, los campamentos podrían ser la solución óptima. Pero ni por esas. En ocasiones si no se oferta la luna o la actividad de moda, los campamentos tienen poco que hacer. Afortunadamente Doney no sufre este mal. Por arte de no se sabe qué (bueno, quizá sí se sabe, el estilo propio) el campamento completa su oferta de una centena de acampados por turno al segundo día de abrirse el plazo de inscripción. Fuera de toda vanagloria esta situación se vuelve un auténtico estímulo para seguir adelante y la confirmación de que se camina por un sendero adecuado. Con todo, un campamento, sea cual fuere, es siempre una actividad que todo niño debería experimentar en su vida al menos una vez. Por todo lo que descubre de sí mismo y de su alrededor. Invertir en un campamento conlleva rentabilidad absoluta.

### La Guerra de las Galaxias

Empieza a sonar una música que cada vez es más fuerte. Te sientes raro, tu cuerpo no está acostumbrado a esta situación y tu cerebro empieza a reaccionar, permite que tus ojos se abran poco a poco, tus brazos y piernas comienzan a moverse, y confirmas las sospechas que tuviste al escuchar los primeros acordes de esa canción. Acabas de despertarte por primera vez en Doney 2010. Instantes más tarde suena una voz que nos amina a levantarnos. Debemos asearnos, lavarnos los dientes y peinarnos. La hierba huele fenomenal, a naturaleza, y está mojada por el rocío. El sol mañanero de este rincón de Sanabria nos ayuda a desperezarnos. Posteriormente me cambio y ya estoy listo para desayunar. El día es muy largo y tenemos que coger fuerzas para disfrutar.

Este año nos encontramos en el planeta Naboo, que según nos han dicho está en una galaxia muy muy lejana. Ante nosotros se hace pre-



Participantes durante las actividades de verano.  
 (●) Fotos R. A. G.

sente la Reina Amidala, que es muy joven y muy amable. Nos enseña los alrededores de su palacio y nos presenta a una serie de personajes conocidos como Siths y Jedis, que por lo visto quieren el bien para la galaxia pero de distintas formas. Nos cuentan que tienen una gran rivalidad. Pero un día más tarde, en una cena de gala en el Palacio de la Reina, ésta nos cuenta que Darth Vader quiere liderar la galaxia construyendo la Estrella de la Muerte y formar un Imperio. Así que los Siths y los Jedis deciden unirse para derrotarle. Al día siguiente el Maestro Yoda, un enano verde que hablaba muy raro, nos cuenta que la única manera de derrotar a Darth Vader es viajar por distintos planetas para conseguir fragmentos de un arma legendaria que, una vez ensamblados, nos darán la victoria. Por estos planetas nos hemos encontrado al Senador Organa, a los Ewoks o a Chewacca y junto a ellos, y después de mil aventuras vividas, conseguimos juntar los cuatro trozos del arma. Ya estábamos preparados para la batalla final pero, ¡atención!, ¿qué sucede? Los Siths están actuando de forma muy extraña, ¡se han aliado con Darth Vader! Los Maestros Jedis nos tranquilizan: todavía poseemos el arma final y Yo-

da se une a la batalla. Gracias a nuestro pundonor y a todo lo aprendido estos días finalmente conseguimos derrotar a Darth Vader y a los Siths. La galaxia respira tranquila y en paz. ¡Viva la galaxia! ¡Viva la Reina Amidala!

Pese a las mil aventuras vividas, el grupo humano que hace capaz que este campamento funcione no se conforma sólo con esto. Si nos quedáramos únicamente aquí no estaríamos siendo fieles a nuestro estilo. El campamento de Doney no tiene como único objetivo la diversión de 300 niños cada verano. Buscamos algo más. La intención es educar en el cuidado a la naturaleza y los bienes, en el trabajo en equipo, en la ayuda y el servicio. Nuestro fin es conseguir que sean unos días inolvidables basándonos en los valores cristianos que, desde nuestro punto de vista, todo ser humano debe poseer. Doney es un campamento con entidad cristiana y todos los días después de juegos, talleres, manualidades, canciones, baño o demás diversión conseguimos sacar un ratito para acordarnos dónde nacieron los valores aprendidos.

Doney no acaba este verano con Star Wars. Noventa y seis niños han disfrutado de las aventuras de Obi Wan Kenobi, La Princesa Leia o el Senador Palpatine, pero son otros tantos los que disfrutaron de las aventuras de Frodo Bolsón o Aragorn en «El Señor de los Anillos» durante la segunda quincena de julio. A mediados de agosto los más poderosos superhéroes de todo el mundo harán las delicias de los más pequeños de la casa. Y no nos olvidemos de Doney Aventura 2010, un turno que tendrá lugar a principios de agosto, orientado para adolescentes, nuestra amplia cantera. Porque por suerte contamos con multitud de jóvenes interesados en aprender y formarse para algún día llegar a disfrutar de ser monitor en estos campamentos.

Porque para los monitores es un placer ir a Doney. Muchos padres se nos acercan el último día, dedicado especialmente a la familia, y nos agradecen nuestra colaboración y nuestro trabajo. Siempre contestamos lo mismo, las gracias las damos nosotros, porque todos y cada uno de los niños que acuden a Doney consiguen hacer de estos días de verano los más felices de nuestras vidas, y sin su presencia no podríamos continuar cada año con este proyecto. Sin ello cada día de verano sería un día más, uno de esos días en los que no te sientes raro, en los que tu cerebro sabe perfectamente dónde estás, uno de esos días en los que sales de tus sueños por culpa de un despertador y no por los primeros acordes de esas canciones matutinas que luego tanto echamos de menos.

### Días de experiencias

Descubrí Doney –afirma una de las monitoras– hace ya tres años. Aún recuerdo los nervios que me recorrían el estómago el día antes de irme, probablemente la misma sensación que tenían la mayoría de los niños que iba a conocer durante los días siguientes. Esos mismos niños que durante doce días son capaces de hacer que te olvides del cansancio, del sueño, de las comodidades... Durante estos días tu vida queda en un segundo plano, para tenerles a ellos en un primerísimo. Además de los niños en Doney tratas con compañeros monitores, te ves en la necesidad de aprender a funcionar como equipo, a estar siempre ahí, y, la verdad, no es difícil, porque esos compañeros tardan muy poco en convertirse en amigos.

La mayoría de la gente no entiende que vayamos a un campamento a cuidar de un montón de niños, así, por amor al arte, y es que en realidad es la mejor definición de por qué lo hacemos, por amor. Por amor a conseguir que por unos días de nuestro verano haya niños que ganen algo que esperar con ilusión durante el año, amor por disfrutar juntos, compartiendo todo, ayudándonos, amor por enseñar a unos niños a ser un poco mejores y sin darnos cuenta ellos nos hagan lo mismo a nosotros. En definitiva, nuestro trabajo se basa en puro amor a lo que hacemos, y no lo cambiaría por nada.