

MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 12

"Se sigue negando el maltrato psicológico"

La escritora **Elisenda Roca** publica su primera novela para adultos, 'Animales heridos'



Compra
Venta

Con su pedido
obtendrá un
10% de descuento
con el código
ALCANAGEN

Librería
Alcana
2002 - 2022
Encuadernado
de libros

COMPRAMOS LIBROS
Y BIBLIOTECAS A DOMICILIO
Hacemos envíos a todo el mundo

www.librosalcana.com
info@libros-antiguos-alcana.com

912 204 263 - 629 240 523 - 617 335 988
C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid Tetuán

ACTUALIDAD | PÁG. 3

El conflicto de los médicos con Sanidad vuelve a las calles

El sindicato que ha convocado los paros en Atención Primaria acusa al consejero de Sanidad de "mentir" y de no hacer todo lo posible por resolver la situación

- Denuncian que hay un millón de madrileños sin un médico asignado

TURISMO | PÁG. 4

Fitur vuelve a la normalidad este fin de semana

La Comunidad de Madrid promociona sus atractivos y su "forma de vida"



MEDIO AMBIENTE | PÁG. 8

Fondos europeos para el compostaje

La Unión Europea enviará 14 millones de euros para financiar casi la mitad de la nueva planta de biometanización que la Mancomunidad de Residuos del Sur construirá en el vertedero de Pinto ● La nueva instalación se destinará a producir compostaje a partir de residuos orgánicos



DEPORTES | PÁG. 10

Dos madrileños con sueños de plata

Alcorcón y Castilla son los dos equipos de la región que mejor balance han tenido en la primera vuelta de la Primera Federación ● El Fuenlabrada está en zona de descenso

LA FRASE

“Esperamos tomar una decisión no muy tarde sobre las mascarillas”

Carolina Darias

La ministra de Sanidad se ha mostrado prudente sobre la retirada del uso de mascarillas en el transporte público.



LA CIFRA

460

El drama que no cesa

Ucrania denuncia que desde que se iniciara la invasión rusa han muerto cerca de 460 niños, a los que habría que añadir los más de 900 que han resultado heridos.

EL PERSONAJE



Una detención mediática

La activista Greta Thunberg fue detenida por la policía alemana. La razón, su participación en una protesta contra la ampliación de una mina de carbón.

EDITA:
GENTE EN MADRID, S.L.

EDITOR:
FERNANDO IBÁÑEZ

COORDINADORES DE REDACCIÓN:
FRANCISCO QUIRÓS
JAIME DOMÍNGUEZ

FOTOGRAFÍA:
CARLA FLECHA

JEFE DE MAQUETACIÓN:
CARLOS ZUGASTI

MAQUETACIÓN:
ENRIQUE ALONSO

JEFE DE MARKETING:
RAFAEL VARA

COORDINADORA DE PUBLICIDAD:
ANA SÁNCHEZ

DISEÑO GRÁFICO:
PATRICIA MARTÍNEZ

DPTO. COMERCIAL:
ÓSCAR BALLESTEROS
RAFAEL GARCÍA
PACO MARTÍN
ALBERTO REBOLLEDO

REDACCIÓN:
CONDE DE PEÑALVER, 17
1A PLANTA
28006, MADRID

TELÉFONO:
91 369 77 88

PUBLICIDAD:
comercial@genteenmadrid.com

TELÉFONO:
663 56 77 17

CONTROLADO POR:



EL PERIÓDICO GENTE NO SE RESPONSABILIZA NI SE IDENTIFICA CON LAS OPINIONES QUE SUS LECTORES Y COLABORADORES EXPONGAN EN SUS CARTAS Y ARTÍCULOS



Piqué y Shakira, dos de los nombres de la semana

EL APUNTE

Se les rompió el amor de tanto usarlo

La ruptura sentimental entre Gerard Piqué y Shakira, con canciones a modo de reproche mediante, vuelve a poner de manifiesto lo que ya vivimos recientemente con Tamara Falcó e Íñigo Onieva: en mayor o menor medida todos tenemos ese punto cotilla que nos lleva a aparcar los problemas cotidianos para ser espectadores de unos vaivenes cargados de puro morbo.

Al final, en el amor, como en cualquier otro orden de la vida, casi todo se mueve por la lealtad, la pasión y la comunicación. Cuando falla uno de esos tres ingredientes, todo se va al garete. Buena fe de ello pueden dar los miembros del Gobierno de la Junta de Castilla y León. La relación entre Fernández Mañueco y García-Gallardo ha encontrado una grieta en un asunto tan delicado como el aborto.

Esa relación, la del PP y Vox en Castilla y León, apenas ha escrito sus primeros capítulos, pero puede acabar como el rosario de la aurora, abriendo más dudas sobre los posibles pactos de Gobierno que surjan en las próximas elecciones autonómicas y municipales. En un escenario donde las mayorías absolutas escasean, más vale que todos se armen de talante y capacidad para el diálogo. De lo contrario corren el riesgo de poner en jaque a los Gobiernos regionales y/o locales, organismos con mucho más valor que un Twingo o un Casio.

LA FOTO DE LA SEMANA



El luto vuelve a unir a la Familia Real en Grecia

El funeral por Constantino de Grecia permitió ver de nuevo al Rey emérito, Juan Carlos I, junto a Doña Sofía y las Infantas. Algunos medios captaron también el recibimiento cariñoso de su hijo, Felipe VI, quien le saludó con dos besos afectuosos.

EL SEMÁFORO



Triste final para la búsqueda de Ángel

Las pruebas de ADN han confirmado que los restos hallados en el vertedero de Toledo son los de Ángel, un niño de 11 años desaparecido el 10 de diciembre junto a su primo.



Vuelve el calvario de lesiones para Nadal

El jugador balear cayó eliminado del Open de Australia en la segunda ronda. Con todo, lo peor no fue la derrota ante Mackenzie McDonald, sino los problemas físicos del manacorí.



Los Goya también se vuelven 'verdes'

La Academia de Cine ha anunciado que los 'cabezones' de los Premios Goya 2023 se realizarán con material reciclado. La alfombra roja y el photocall serán recicladas y reciclables.



@gentedigital

Médicos y pediatras vuelven a las calles con sus peticiones

El sindicato convocante de los paros en Atención Primaria acusa al consejero de "mentir" ● Señalan que todo se solucionaría con voluntad

GENTE
@gentedigital

Los médicos y pediatras de Atención Primaria de la Comunidad de Madrid volvieron este miércoles a las calles para protestar por sus condiciones laborales, por las que mantienen una huelga que se reanudó la semana pasada tras el parón navideño. Durante la marcha, que terminó en la Puerta del Sol, la secretaria general de Amyts, el sindicato que impulsa estos paros, Ángela Hernández, acusó al consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, de "mentir" cuando afirma que ha cubierto todas las demandas de los convocantes de los paros y le ha exigido que deje de "gestionar la miseria" y refuerce el presupuesto "ante el millón de madrileños sin médico asignado".

"Creemos que tiene una solución sencilla si el Gobierno de la Comunidad permite

RESPUESTA

La Comunidad dice haber dado respuesta

El mismo día de la protesta, el vicepresidente regional, Enrique Ossorio, aseguró que se ha intentado "dar respuesta a todas las peticiones" realizadas desde Amyts y que cada vez que se va "avanzando" se "cambian las reivindicaciones". "El motivo inicial por el que se plantea esta huelga es por los tiempos y por las personas. A eso se dio solución y se planteó 10 minutos para 35 pacientes en médicos de familias y 15 minutos para 25 pacientes en pediatría", remarcó Ossorio, quien señaló que la incidencia de la huelga "ha bajado".



Varios médicos en la manifestación del miércoles

a Sanidad apostar por la Atención Primaria", remarcó mientras los huelguistas coreaban 'Estamos en huelga, no vamos a parar hasta que Lasquetty (consejero de Economía) nos quiera escuchar'.

Trato desigual

Hernández apuntó que el problema "no es la negociación" sino los efectos de la ausencia de avances de la misma, que está generando que haya un "trato desigual" a lo largo de la región al no tener ese millón de madrileños un médico de Atención Pri-



Una de las reivindicaciones de los sanitarios

SEÑALAN QUE HAY UN MILLÓN DE MADRILEÑOS SIN MÉDICO ASIGNADO

QUIEREN QUE ESCUDERO O AYUSO ACUDAN A LAS REUNIONES CON ELLOS

maria asignado, lo que implica que no pueden "disfrutar" completamente de lo que aporta este primer nivel asistencial.

La portavoz del comité de huelga reprochó también que a ninguna de las negociaciones con dicho comité hayan acudido Escudero o la presidenta, Isabel Díaz Ayuso, mientras 5.000 médicos están llamados al paro. Ha calificado de "estancadas" las negociaciones y ha apuntado que se debería "hablar, hablar y hablar en busca de una solución". De hecho, ha recordado que ya se llegó a un acuerdo

en los pactos de salida de huelga de septiembre, que llevaba una memoria económica anexa, y que "no se cumplieron", perdiendo la oportunidad de "poner las primeras piedras" para la solución del problema.

Las movilizaciones seguirán en los próximos días, a no ser que una negociación entre las partes acabe con el conflicto entre médicos y Gobierno regional.

La Comunidad reactiva el Zendal para los pacientes con gripe

Los traslados empezaron el pasado viernes ante el pico de patologías respiratorias ● Este miércoles ya había 18 personas en el Pabellón 1

REDACCIÓN

La Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid comenzó el pasado viernes 13 de enero el traslado de pacientes al Hospital público Enfermera Isabel Zendal ante los picos asistenciales debido

a la circulación del virus de la gripe y otras enfermedades respiratorias.

Se están habilitando camas en el Pabellón 1 del centro en función de las necesidades y que se podrán incrementar de forma progresiva y

la coordinación de los traslados se realizará con el SUMMA 112. Este miércoles 18 de enero ya había 17 pacientes con distintas patologías respiratorias.

Otra huelga

El hospital cuenta actualmente con 187 profesionales de distintas categorías, entre ellos 11 facultativos, 62 enfermeras y 64 auxiliares de enfer-

mería. Hasta allí también se desplazarán, al menos en principio, los operadores del 061, teléfono de Emergencias y Urgencias sanitarias de la Comunidad de Madrid. Tras recibir la notificación del traslado de este servicio al hospital, los 120 trabajadores pertenecientes a dos subcontratas han convocado una huelga a partir del próximo 30 de enero.

Piden que se les mejoren sus condiciones económicas, que califican como "las peores de cualquier servicio de emergencias de España".



Hospital Enfermera Isabel Zendal

La región recibió más de 18 millones de pasajeros

AGENCIAS

La Comunidad de Madrid recibió más de 18 millones de pasajeros aéreos internacionales en 2022, recuperando el 91% de los viajeros que llegaron en 2019, según los datos difundidos esta semana por Turespaña. En concreto, el pasado año llegaron 18.255.471 pasajeros internacionales por vía aérea a la región, un 19% menos que en 2019, último año antes de la pandemia, y un 135,2% más que en 2021.

Del total, 14.363.399 lo hicieron a través de compañías aéreas tradicionales, con un descenso del 15% respecto a 2019, mientras que otros 3.892.072 viajeros optaron por compañías de bajo coste (-31% respecto a la prepandemia). De esta forma, la región se situó a la cabeza como la comunidad con más llegadas en 2022, un 22,7% del total de toda España. También lideró el número de llegadas en diciembre.

Monasterio será otra vez la candidata de Vox

REDACCIÓN

La portavoz de Vox en la Asamblea de Madrid, Rocío Monasterio, volverá a ser la candidata de su partido en las elecciones de la Comunidad de Madrid del próximo mes de mayo de 2023. "Será un honor seguir defendiendo en la Comunidad de Madrid los principios y valores que nos trajeron hasta aquí. Gracias a Santiago Abascal y Vox por su confianza", señaló la líder de Vox en Madrid en su cuenta de Twitter.

De esta forma, Monasterio volverá a enfrentarse una vez más en las urnas contra Isabel Díaz Ayuso, aunque, en esta ocasión con su relación bastante más enfriada después de que los de Vox rechazaran los Presupuestos regionales de la Comunidad de Madrid al no haber incluido ninguna de sus enmiendas tras presentarlas en la Asamblea de Madrid fuera de plazo.

GENTE

Los Reyes Don Felipe y Doña Letizia inauguraron este miércoles 18 de enero la 43 edición de la Feria Internacional de Turismo, Fitur 2023, que este año está marcada por la vuelta a la normalidad y el impulso al turismo internacional, con la presencia de más de 131 países invitados y 8.500 trabajadores. Además, la estimación de visitantes superará los 120.000 profesionales y se situará entre 80.000 y 90.000 de público general durante el fin de semana que dura la feria.

Según los organizadores, la celebración de esta edición de Fitur supondrá una inyección económica importante para Madrid, estimándose unos ingresos de más de 400 millones de euros para la región, en sectores como alojamiento, transporte, comercio o el ocio y restauración.

Stand compartido

En ese acto inaugural estuvieron la presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, y el alcalde de la capital, José Luis Martínez-Almeida. La región promociona en la feria sus principales atractivos turísticos, como la riqueza cultural, y el estilo de vida que la caracteriza "para seguir atrayendo turismo de calidad".

Durante el recorrido, las autoridades visitaron los seis espacios temáticos, que "bajo un gran y luminoso cielo evoca el firmamento madrileño", completan los 1.448 metros cuadrados del stand compartido entre la Comunidad y el Ayuntamiento de la capital. Delimitados por paredes proyectables a modo de grandes pantallas, estos puntos ofrecen los tres destinos urbanos declarados Patrimonio Mun-



Los Reyes, durante la inauguración de Fitur

Madrid promociona en Fitur su "estilo de vida"

La Feria Internacional del Turismo se desarrolla en Ifema durante el fin de semana • Esta edición está marcada por la vuelta de la normalidad y por el turismo internacional

LA COMUNIDAD OFRECE SUS PRINCIPALES ATRACTIVOS TURÍSTICOS

dial de la UNESCO: Alcalá de Henares, Aranjuez y San Lorenzo de El Escorial, además del eje del Prado Retiro de la capital, las 11 Villas de Madrid (Manzanares El Real, Patones, San Martín de Valdeiglesias, Torrelaguna, Villarejo de Salvanés, Buitrago del Lozoya, Chinchón, Colmenar de Oreja, Navalcarnero, Nuevo Baztán y Rascafría) y sus espacios naturales protegidos, entre los que se incluye el Parque Nacional de la Sierra de

Guadarrama. A ello se suma la variedad gastronómica y enoturística, y la oferta de ocio, deporte y compras, de las que se podrá disfrutar a través de diversas experiencias como jugar al golf, degustaciones de Vinos de Madrid o artesanía.

La tecnología de realidad aumentada hará posible que hologramas de diferentes personajes históricos "relaten y muestren la riqueza patrimonial de la región".

Cifra récord en la contratación de personas discapacitadas

E. P.

La contratación de personas con discapacidad en la Comunidad de Madrid creció un 6% en 2022 hasta alcanzar la cifra récord de 19.554 contratos, frente a los 18.424 del pasado año, y un 1% por encima de la cifra alcanzada en 2019 (19.419), según la Fundación Adecco.

De esta forma, mientras que en el último año la contratación de la población general en la región ha experimentado una recuperación de un 2% respecto 2021 y se sitúa aún un 13% por debajo de tiempos prepandemia (2019), la contratación de personas con discapacidad ha arrojado datos más positivos. En concreto, en la última década la contratación de personas con discapacidad casi se ha duplicado en la última década, pasando de 9.143 personas en 2012 a 19.554 de 2022.

Esfuerzos

"Esta cifra tan positiva que nos deja 2022 responde a los muchos esfuerzos que se están llevando a cabo en materia de diversidad, equidad e inclusión en los últimos años. Estrategias fundamentales para lograr sociedades más inclusivas, pero también para construir compañías más competitivas, en las que haya espacios y oportunidades para todos", destacó el director general de la Fundación Adecco, Francisco Mesonero.

Este año se cumple el 40 aniversario de la primera ley de discapacidad.

La Comunidad recurre el nuevo Bachillerato

El Gobierno regional señala que faltan "contenidos esenciales" y que el texto tiene "una elevada carga ideológica" • Lo lleva al Supremo

REDACCIÓN

La Comunidad de Madrid ha recurrido ante el Tribunal Supremo el Real Decreto de Bachillerato aprobado por el Gobierno central en el marco de la nueva Ley educativa estatal (LOMLOE), tras detectar

"una falta de contenidos o saberes esenciales y también una elevada carga ideológica en el texto".

Por ejemplo, según han señalado desde el Ejecutivo madrileño, "algunos términos en asignaturas con las



Enrique Ossorio, tras el Consejo de Gobierno

que no guardan ninguna relación se repiten de manera numerosa, como sostenibilidad (130 veces), perspectiva o igualdad de género (54 veces)".

Informe

Como recoge el informe en el que la Comunidad de Madrid ha basado su recurso, "el abordaje de estos temas resulta complejo y debe hacerse con la mayor seriedad y rigor, pues no parece prudente vincular, por ejemplo, la validez matemática con el consumo responsable".



GASTRONOMÍA, ENOTURISMO Y PATRIMONIO



● **Descubre y saborea**
Castilla y León en Fitur 2023

 [castillayleonesvida](#)
[visitcastillayleon](#)  [cylesvida](#)  [cylesvida](#)

www.turismocastillayleon.com


**Junta de
Castilla y León**

Siete claves para ahorrar en la cuenta de enero (y todo el año)

Estamos en uno de los meses más complicados para las economías familiares ● Seguir una serie de simples consejos ayuda a reducir el gasto global

GENTE
@gentedigital

La conocida como 'cuenta de enero' es un periodo clave para la economía de la mayoría de las familias de España y uno de los dos meses más negros para el ahorro. El otro es septiembre por los gastos extras derivados de la escolarización. Para Antoni Cunyat, profesor colaborador de los Estudios de Economía y Empresa de la Universitat Obrera de Catalunya, "el gran problema de la cuenta de enero es haber gastado más de lo que se podía durante las fiestas navideñas". Cunyat y Elisabet Ruiz-Dotras, profesora también de la UOC, desvelan cuáles son las claves para afrontar este mes de la mejor manera posible:

1: Revisar los gastos que hemos tenido a lo largo del año. Hay que evaluar si verdaderamente vale la pena pagarlos o, por el contrario, se pueden dar de baja. "Hay que saber cada día cuánto dinero ingresamos, cuánto gastamos y cómo lo gastamos", afirma Ruiz. La economista recomienda el uso de aplicaciones o servicios de control del gasto que ofrecen los propios bancos, porque "nos ayudarán a tener claro el punto de partida".

2: Hacer una comparativa de precios es importante, porque permite adquirir lo que es más conveniente según las necesidades de las familias o encontrar buenas ofertas. "Es una práctica que hay que llevar a cabo en compras presenciales y virtuales", afirma la investigadora.

3: Proponerse ahorrar. Habría que destinar cada mes una parte de nuestra renta al ahorro. Ruiz considera que

PREVISIÓN

Recuperación en el primer trimestre

Según Antoni Cunyat, este primer trimestre de 2023 será más esperanzador que el anterior. "Todo apunta a una paulatina recuperación; la inflación está bajando. No obstante, aún es muy pronto para hacer previsiones", considera.

Hace unos días se conocía que la ocupación laboral se había recuperado y había llegado a niveles prepandémicos. Sin embargo, en diciembre, el número de afiliados a la Seguridad Social bajó con respecto a noviembre. "No es que sea falso, pero sí que es una media verdad, ya que la estadística tiene muchas lecturas. Los datos de diciembre son preocupantes, pero no definitivos; habrá que ver cómo evoluciona enero para saber si estamos ante una recuperación del desempleo o no", concluye.

ECONOMÍA | CONSUMO

Las rebajas de enero, las primeras víctimas de la inflación

Una encuesta señala que el gasto medio de los españoles bajará un 2% con respecto al año pasado, situándose en los 94,38 euros

Las rebajas de enero podrían ser las primeras damnificadas por el recorte en el gasto de las familias españolas tras el desembolso realizado en el mes de diciembre con motivo de las celebraciones navideñas. Según una encuesta realizada

"es importante que tomemos conciencia cada mes que tenemos que ahorrar".

4: Revisar los servicios que tenemos contratados. Hay personas que pagan una cuota mensual del gimnasio o la televisión por cable y no lo utilizan nunca. La profesora aconseja que se valore la posibilidad de compartir este tipo de gastos.

5: Hacer la lista de la compra. Es importante ir al supermercado con una idea clara de las cosas que necesitamos. "Existen aplicaciones que pueden compartirse con la familia y que permiten apuntando todo lo que hace falta", explica la experta.

6: Esperar las ofertas. Siempre que se pueda, es necesario esperar a realizar las compras y contratos cuando haya ofertas y descuentos.



Hacer la lista de la compra es un gran método de ahorro

REVISAR LOS GASTOS Y ELIMINAR LOS INNECESARIOS ES FUNDAMENTAL

"Aprovechar las promociones genera ahorro", dice Ruiz.

7: Controlar los gastos cotidianos invisibles. Se deben vigilar los gastos que se generan a diario sin darnos cuenta ni ser muy conscientes de ellos. Hay pequeños gastos que

pueden suponer un ahorro importante, como por ejemplo apagar los dispositivos en lugar de dejarlos en espera o standby, unificar cuentas bancarias para tener solo un único gasto en comisiones o comprar los electrodomésticos más eficientes y hacer un uso racional de ellos.

94,38 euros. Si echamos la vista más atrás, el presupuesto de este año es mayor que el de 2021 (93,13 euros), pero menor que el de 2020 (96,34) y 2019 (99,34).

Nuevas gangas

Antonio Gallardo, experto financiero de Banqmi, asegura que "la subida de precios marca un presupuesto más reducido que en el año 2022, aunque también son muchos los que buscan encontrar este año mayores descuentos en rebajas".



Ofertas en las rebajas



La factura energética, un quebradero de cabeza para los hogares

España pagó menos luz que Francia o Alemania

El Ministerio de Transición Ecológica hace balance de las medidas para controlar los precios que se pusieron en marcha en 2022 tras el comienzo de la guerra en Ucrania

GENTE
@gentedigital

El precio medio anual de la electricidad en España fue inferior en 2022 al registrado en Francia, Alemania e Italia, según señaló la vicepresidenta tercera y ministra para la Transición Ecológica, Teresa Ribera, durante el balance sobre medidas energéticas.

El precio medio en nuestro país fue de 208 euros el megavatio hora (MWh), de los cuales 77,4 obedecieron al ajuste introducido con la 'excepción ibérica' y los otros 131 se ubicaron fuera del ajuste. De este modo, la mayor brecha entre precios eléctricos se observó en la comparativa con Italia, con una diferencia a favor del mercado español del 41%. A su vez, por

TERESA RIBERA
ACHACA LAS
DIFERENCIAS A
LAS INICIATIVAS
DEL GOBIERNO

primera vez el precio en España fue más barato que en Francia (-35%) y Alemania (-26%).

Vulnerables

La vicepresidenta ha subrayado que buena parte de este abaratamiento se debe a las diferentes iniciativas acometidas por el Ejecutivo durante el año. Según ha indicado Ribera, hasta el 8 de enero las medidas implicaron un ahorro de 4.577 millones de euros para los hogares españoles. En el caso de los hogares vulnerables, su factura anual de luz se habría reducido un promedio de un 17% con respecto a 2021, mientras que en los vulnerables severos la caída sería del 28%.

En cuanto a la Tarifa de Último Recurso, será un 40% más barata en el primer trimestre de este año 2023.

LAS CIFRAS

208

Euros
Fue el precio medio del megavatio hora (MWh) durante el año pasado

4.577

Millones
Es el ahorro que habría supuesto las medidas del Gobierno a los hogares

41%

Diferencia
Respecto al precio que han pagado los consumidores italianos en 2022

ENERGÍA

El precio del gas se moderó en la segunda mitad del año 2022

La vicepresidenta Teresa Ribera también hizo balance esta semana del precio del gas natural durante 2022, donde se ha apreciado una constante disminución en su cotización, especialmente durante el periodo agosto-diciembre, cuando el precio de esta materia prima se redujo un 40%, pasando de 164 a 100 euros el megavatio hora.

La ministra de Transición Ecológica hizo especial hincapié en que, en el marco europeo, el punto más importante en términos de caída en el precio del gas natural durante diciembre se observó justo después de adoptar una medida de tope al gas en el continente, lo que pone de relieve que esta cotización habría sido "mucho más alta en ausencia de un consenso europeo".

Acuerdo

De hecho, la cotización del gas natural en el Mercado Ibérico del Gas (Mibgas), cerró 2022 en un precio de 60 euros/MWh, una cotización que, no obstante, Ribera cree "elevada" si se compara con los registros históricos. Por este motivo, el Gobierno español sigue apostando por un acuerdo para limitar los precios.

BALANCE | ENERGÍA

Menor dependencia del gas de Rusia

La invasión de Ucrania ha provocado que la Unión Europea haya reducido la cuota del gas procedente de Rusia del 40% al 7% en menos de un año

- El gas natural licuado o el procedente del Mar del Norte lo han sustituido

Otro de los puntos repasados por Teresa Ribera durante su comparecencia fue la situación de Europa en términos de indicadores de seguridad de suministro. La vicepresidenta destacó la reducción de cuota de Rusia como proveedor de gas

en el Viejo Continente, pasando de proveer alrededor del 40% a apenas un 7% en diciembre, como consecuencia del inicio del conflicto bélico en Ucrania en febrero del año pasado.

La caída del aprovisionamiento del gas ruso fue

cubierta con la extracción de los almacenamientos de los estados miembros, que coparon el 29% del suministro total en la UE; seguido por el gas natural licuado (GNL), con un 28% del consumo global; y el gas procedente del Mar del Norte (19%), en-

tre otras fuentes de abastecimiento.

Almacenamiento

En lo que respecta al nivel de almacenamiento subterráneo de la UE, se sitúa en enero de 2023 al 83% de su capacidad. En España este nivel alcanza un 94%, equivalente a 33 teravatios hora (TWh); mientras que el almacenamiento de GNL se sitúa en un 69% (17 TWh), lo que en su conjunto garantiza entre 45 y 50 días de consumo nacional de gas en invierno en caso de "ruptura total".



Guerra de Ucrania

Dinero europeo para la nueva planta de biometanización

La Mancomunidad de Residuos que agrupa a los municipios de la zona Sur recibirá 14 millones de euros • La capacidad de la planta se aumentará

MEDIO AMBIENTE

GENTE
@gentedigital

La Mancomunidad de Residuos del Sur de Madrid (de la que forman parte Móstoles, Alcorcón, Parla, Pinto o Valdemoro, entre otros) recibirá 14 millones de euros de fondos europeos para “impulsar

su hoja de ruta” con el objetivo de transformar la planta de biometanización de Pinto, que data de 2003, en “un novedoso centro de tratamiento para la fracción orgánica que permitirá generar compostaje a gran escala”.

Según la Mancomunidad, la actual planta se ha “quedado obsoleta”, y con las nuevas instalaciones “se podrá hacer un mejor tratamiento de los residuos del quinto



Planta de residuos de Pinto GENTE

contenedor que los municipios han implantado en los últimos años, respondiendo así al esfuerzo ciudadano por separar la fracción orgánica para ser utilizada posteriormente en agricultura o en parques y jardines”.

Compostaje

Las nuevas instalaciones tendrán una capacidad de tratamiento aproximada de 140.000 toneladas por año,

RECICLARÁ LOS
RESIDUOS
OBTENIDOS
DEL QUINTO
CONTENEDOR

una planta que se destinará a “generar compostaje a partir de residuos biodegradables procedentes de recogida separada, mediante un tratamiento aerobio y termófilo”.

MÁS INFORMACIÓN

gentedigital.es

Todas las noticias de la zona Sur, en nuestra página web

Nuevo Centro Cívico para el barrio del Ensanche Sur

ALCORCÓN

AGENCIAS

El Ayuntamiento de Alcorcón construirá un nuevo centro cívico para el Ensanche sur que tendrá una superficie de 1.500 metros cuadrados. “Lo que queremos es darle al barrio lo que se merece, y por supuesto tener un punto de encuentro y disfrute para todos los vecinos”, anunció el portavoz del Gobierno local, Candelaria Testa, quien incidió en “se trata de un barrio que reúne a muchos miles de vecinos de la ciudad”.

Contará con un salón de actos para 200 personas, una sala de danza y movimiento de 130 metros cuadrados, dos aulas polivalentes de 40 metros cuadrados cada una, una ludoteca de 100 metros cuadrados y una sala de estudios de 150 metros cuadrados, además de otros servicios.

El PP acusa al Gobierno de “engañar al ciudadano”

MÓSTOLES

REDACCIÓN

El PP Móstoles ha acusado al Gobierno municipal, formado por PSOE y Podemos, de “engañar a los ciudadanos” con el asunto del Plan General de Ordenación Urbana (PGOU), aprobado en 2009,

que afectaba al solar del antiguo cuartel de la Guardia Civil.

“En ese momento, la parcela pertenecía al Ministerio del Interior, y contaba con un perímetro de seguridad. Es en el año 2014 cuando el Ayuntamiento obtiene por permuta ese terreno, es decir, cinco años después de la

aprobación del PGOU”, han asegurado.

Reclamación

La pasada semana, los populares reclamaban al Ayuntamiento que se incluyera la conexión de las calles Bécquer y la avenida de Portugal en el proyecto de adjudicación por parte del Instituto Municipal del Suelo (IMS) de la parcela dotacional del antiguo cuartel de la Guardia Civil. El Gobierno local asegura que no es posible.

Detenida de nuevo ‘La Bestia de Parla’

SUCESO

La Policía Nacional detuvo de nuevo la semana pasada a Galphon G.T, más conocido como ‘La Bestia de Parla’, por acercarse a un vecino con el que tenía una orden de alejamiento en vigor. Después de pasar, una vez más, a disposición judicial, el magistrado decretó su libertad.

Nueva línea circular de autobús urbano

PINTO

Este lunes 16 de enero se inauguró la nueva línea de autobús de Pinto, la L1B-azul, que realizará el recorrido completo en media hora y que se extenderá a los polígonos industriales del municipio para atender a la demanda de trabajadores e institutos.

A la venta las entradas del teatro

VALDEMORO

Desde este miércoles 18 de enero están a la venta, tanto online como de manera presencial, las entradas de los ocho espectáculos con los que el Teatro Juan Prado de Valdemoro inaugura este año. Se pueden adquirir en las taquillas o en la página web Gijon.com.

SER

40

ANIVERSARIO
SER Madrid Oeste

¿Qué es SER Madrid Oeste para ti?

Mándanos tu nota de audio

 670 06 96 85

#40AniversarioSerMadridOeste



102.3 FM



SerMadridOeste.es



APP



Altavoz Inteligente



RRSS

La afluencia a los museos municipales creció un 45,9%

A lo largo del 2022, 750.000 visitantes recorrieron estos espacios públicos de la capital ● El Museo de Historia fue el lugar preferido

CULTURA

M. A. N.
@gentedigital

Los museos y exposiciones municipales dependientes del Área de Cultura, Turismo y Deporte recibieron a lo largo de 2022 un total de 746.890 visitantes, lo que representa un incremento del 45,9% respecto de la afluencia de visitantes en 2021 y del 96% si se compara con 2020.

Unas cifras que, según Cibeles, marcan un camino de

recuperación constante que van acercando el número de visitantes al récord obtenido en 2019, un millón.

Desde el Consistorio consideran que esta tendencia al alza, compartida con todos los museos españoles, muestra "la apuesta de los ciudadanos por seguir disfrutando de la cultura en todas sus manifestaciones". "La amplia oferta museística de la ciudad es un gran activo que se potencia desde el Ayuntamiento, a través de la mejora de su oferta expositiva", añaden.

El Museo de Historia de Madrid, con casi 200.000 vi-



El Museo de Historia, situado en la calle de Fuencarral

sitantes, sigue siendo el referente de la Red Municipal de Museos, junto con dos puntos habituales: el Planetario y el Templo de Debod. Destaca, asimismo, la exposición 'Los vinil[o]s de Plásticos y Decibelios', la colección de Julián Ruiz, que tuvo lugar entre los meses de junio y septiembre de 2022 en la sala 1 de Conde Duque, que recibió a más de 15.000 visitantes.

San Isidro

Por otro lado, fue relevante el repunte de la asistencia al Museo de San Isidro en mayo, coincidiendo con la festividad del patrón de Madrid. Así, ese mes más de 12.500 personas visitaron este espacio, frente a las algo más de 5.300 que lo hicieron en abril. En total, durante 2022 fueron más de 70.000 personas las que recibió este espacio del distrito Centro.

MÁS INFORMACIÓN

gentedigital.es

Toda la actualidad de los distritos de Madrid, en nuestra web

Manuela Carmena rechaza volver a la política

AYUNTAMIENTO

M. A. N.

La exalcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, ha rechazado volver a la primera línea de la política porque "cada uno tiene su tiempo", del mismo modo que muestra su apoyo a la candidata de Más Madrid en el Ayuntamiento, Rita Maestre, a su homóloga en la Asamblea, Mónica García, y a la ministra de Trabajo y Economía Social, Yolanda Díaz.

En el podcast 'Saldremos mejores', la anterior regidora de la capital reconoció el miércoles 18 de enero que su paso por la política "valió la pena". "Me encuentro con tantísima gente que nos dice ¿y no puedes volver? No, cada uno tiene su tiempo, pero tiene que volver gente como Mónica, como Rita, como Yolanda", argumentó.



Dr. NASIMI
CLINICAS DENTALES

CLÍNICA ALCORCÓN
☎ 916 414 346 📞 648 148 851
✉ alcorcon@clnicasdoctornasimi.com

CLÍNICA PARLA
☎ 916 986 711 📞 692 867 991
✉ parla@clnicasdoctornasimi.com

Buscábamos calidad, por eso apostamos por las Clínicas del Dr. Nasimi

Francisco Ortega y Lucía López son un matrimonio de pacientes satisfechos que confían en las manos del Dr. Nasimi y su equipo.



CLÍNICAS DOCTOR NASIMI INFORMA:

SALUD DENTAL

¿Cómo conociste las Clínicas del Dr. Nasimi?

F: Conocemos las clínicas desde hace 14 años. Antes íbamos a otro dentista, pero no estábamos del todo satisfechos. Un día nos animamos a hacer el cambio. ¡No pudimos estar más acertados!

¿En qué han consistido vuestros tratamientos?

L: A mí me colocaron dos

implantes. El Doctor me hizo la extracción y me colocó los dientes provisionales en el mismo día de la cirugía. Además, me lo hizo con sedación consciente. ¡No te

imaginas lo maravilloso que es! No tuve ningún miedo y estuve totalmente relajada durante el proceso.

F: En mi caso, el Dr. Nasimi me aconsejó el tratamiento



El Dr. Nasimi con sus pacientes Lucía López y Francisco Ortega

"Es lo bueno que tiene el Doctor Nasimi, te da solución a tus problemas y te cambian la vida".

de carga inmediata. Me puso una prótesis dental provisional sobre el implante, todo en el mismo día. Es asombroso, no notas que te faltan los dientes, se siente totalmente natural.

¿Estáis satisfechos con el trabajo del doctor?

F: Sí, apreciamos mucho su

trabajo. Cuando estábamos de vacaciones se me aflojó un implante y tuve que ir a otro dentista. ¡Me cobraron 100 euros solo por apretar la corona! Luego supe que nos habían cobrado un precio desorbitado. En las Clínicas del Dr. Nasimi esto no hubiera pasado...

L: El Doctor siempre nos da facilidades, nunca sentimos que nos han cobrado de más.

¿Cómo es el trato en la clínica?

L: Tener al Dr. Nasimi como doctor es un lujo. Nos ofrece

un trato buenísimo. Al igual que todo su equipo, son muy simpáticos y agradables. Así da gusto venir.

¿Recomendarías la clínica a otros pacientes?

P: Por supuesto. A la primera a quien se lo recomendé fue a mi madre. Ella apenas contaba con dientes y la traje a la clínica. Dio un cambio espectacular, de repente podía comer como antes. Es lo bueno que tiene esta clínica, te dan solución a tus problemas y te cambian la vida.



El Alcorcón dio un golpe encima de la mesa al derrotar al Deportivo (3-1) AD ALCORCÓN

FÚTBOL | PRIMERA FEDERACIÓN

En la senda para volver a Segunda

El Alcorcón cierra la primera vuelta de la fase regular como líder, mientras que Sanse, Rayo Majadahonda y Fuenlabrada están en la parte baja de la clasificación

F. QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

La tercera categoría de fútbol español, la Primera Federación, alcanzaba el pasado fin de semana al ecuador de su fase regular, un punto de la temporada al que los representantes madrileños (todos encuadrados en el Grupo 1) llegan de formas muy diferentes.

Por arriba destaca la solidez del Alcorcón. El conjunto alfarero ha digerido bien su descenso desde la Liga Smart-Bank y, con 42 puntos, se ha proclamado campeón de invierno. En estos 19 encuentros, los pupilos de Fran Fernández solo han encajado tres derrotas (ante Linares,

CALENDARIO

La atención se concentra en el sábado

La primera jornada de la segunda vuelta depara cuatro partidos el sábado, todos ellos con presencia madrileña: Castilla-Racing de Ferrol (17 horas), Deportivo-Rayo Majadahonda (19 horas), Badajoz-Alcorcón (19 horas) y Sanse-Córdoba (19 horas). Para el domingo queda la visita de Fuenlabrada al campo de un rival directo, el Talavera, un choque que arrancará a las 12 del mediodía.

Sanse y Unionistas), todas ellas a domicilio. El fortín de Santo Domingo y la seguridad defensiva (con 14 tantos es el equipo menos goleado del Grupo 1), han cimentado un liderato que anima a la afición amarilla a soñar con el regreso a la división de plata.

Cara y cruz

En ese trayecto podría acompañarle el Real Madrid Castilla, tercer clasificado con solo tres puntos menos e igualado con el segundo de la tabla, el Córdoba.

Esas aspiraciones contrastan con la situación de los otros tres equipos madrileños. El que peor momento atraviesa es el Fuenlabrada, que ha ido perdiendo fuelle (solo ha sumado 6 de los últimos 27 puntos) hasta caer a puestos de descenso.

Eso sí, para su consuelo, los 22 puntos que aparecen en su casillero le mantienen igualado con dos equipos que, por el momento, están fuera de la zona de peligro. Uno de ellos es el Rayo Majadahonda que, al contrario que el Fuenlabrada, viene en línea ascendente de juego y resultados tras un mal comienzo que supuso un relevo en el banquillo. Con Alfredo Santa Elena al frente, los majariegos siguen dando pasos hacia la permanencia. Ese objetivo también se lo marca el Sanse, que con 23 puntos siente de cerca el aliento de los puestos de descenso.

FÚTBOL | TERCERA

Internacional-Ursaria, un duelo en toda la cumbre

F. Q.

Este domingo 22 de enero se disputará de forma íntegra la jornada 17 del Grupo 7 de Tercera Federación, con un partido que destaca por encima del resto. La Ciudad Deportiva de Valdebebas acogerá el encuentro (12 horas) entre el segundo de la clasificación, el RSC Internacional, y el líder, el Ursaria. Teniendo en cuenta que la distancia entre ambos es actualmente de 8 puntos, un triunfo de los visitantes les dejaría en una condición idónea para asegurarse la primera posición de cara al final de la temporada, un puesto que otorga el ascenso directo a Segunda Federación. En la ida, el triunfo fue para el Ursaria gracias a un solitario tanto de Jacobo Alcalde en la recta final del partido.

Oportunidad

Al margen de lo que pase en ese encuentro, el enfrentamiento directo podría ser aprovechado por el tercero en discordia, el Getafe B, que perdió algo de comba tras no pasar del empate en su visita a Aranjuez. Este domingo (11:30 horas) recibirá a un Fuenlabrada Promesas que abre la zona de descenso con 16 puntos.

Precisamente esa dualidad entre la lucha por el 'play-off' y la de evitar el descenso también se vivirá en otros partidos: Canillas-Trival Valderas, Torrejón-Las Rozas y Pozuelo-Aranjuez.

FÚTBOL | LIGA F

Otro derbi en una fecha un tanto atípica

El Madrid CFF recibirá al Atlético de Madrid el próximo miércoles 25 en partido de Liga

F. Q.

La disputa este fin de semana de la Supercopa de España en Mérida obliga a un pequeño parón en la actividad de la Liga F, de modo que la próxima

jornada, la decimosexta, se disputará entre semana.

En ella destaca el derbi que se jugará el miércoles 25 (20 horas) en el Fernando Torres, con el Madrid CFF y el Atlético como protagonistas. Las locales atraviesan algunas dudas tras encadenar tres derrotas ante Levante, Real Madrid y Sevilla, unos resultados que les han distanciado

de los puestos europeos. Ese objetivo también se aleja un poco para el Atlético de Madrid tras su empate del pasado sábado en Alcalá de Henares ante el Villarreal.

Al alza

Mejor le van las cosas a un Real Madrid que es tercero, a solo dos puntos del Levante, pero con dos partidos me-

nos. Las jugadoras que entrena Alberto Toril daban buena cuenta del Real Betis (4-0) antes de afrontar la Supercopa.

Este miércoles 25 (19 horas) regresarán a la realidad ligüera para visitar el campo del Deportivo Alavés, tercero por la cola, y al que en la ida ya superaron por un contundente 7-1.

FÚTBOL | SEGUNDA FEDERACIÓN

Cara y cruz para los equipos madrileños

GENTE

Otra de las competiciones que ha llegado al ecuador de su fase regular es la Segunda Federación, con noticias desiguales para los cinco equipos madrileños. El Atlético de Madrid B, segundo, y el Navalcarnero, sexto, son los únicos que mantienen actual-

mente aspiraciones de ascenso. El Unión Adarve está en la zona templada, mientras que Leganés B y Alcorcón B ocupan puestos de descenso. Este fin de semana: Cacereño-Alcorcón B, Unión Adarve-Don Benito, Atlético B-Segoviana, Estepona-Leganés B y Villanovense-Navalcarnero.



El equipo de Chus Mateo atraviesa un buen momento de forma

BALONCESTO | LIGA ENDESA

Con los deberes hechos para una fecha clave

El Real Madrid ya tiene asegurada su condición de cabeza de serie en el sorteo de la próxima edición de la Copa del Rey

F. Q. SORIANO
francisco@gentedigital.es

Este fin de semana tendrá lugar una de las fechas claves en la temporada de la Liga Endesa. La fase regular llega a su ecuador, instante en el que definen qué ocho equipos disputarán la Copa del Rey. El Real Madrid ya obtuvo su billete para esta importante cita semanas atrás, incluso como cabeza de serie gracias a un balance de 13-3 que, además, le permite compartir el liderato con el Barça y el Cazoo Baskonia.

Los blancos recibirán este domingo (17:30 horas) a un Río Breogán que apura sus opciones de acceder a la Copa. Antes de este encuen-

110

Derrota dolorosa: El Carplus Fuenlabrada encajó 110 puntos en su visita a la pista del Gran Canaria

tro, el Real Madrid tendrá que hacer frente a otro compromiso de la Euroliga. Será este viernes (20 horas) cuando visite la cancha del Olympiacos griego.

Más problemas

Para encontrar al otro equipo madrileño en la clasificación hay que mirar justo al otro extremo de la tabla. El Carplus Fuenlabrada fue arrollado en su visita a la pista del Gran Canaria, ampliando su mala racha de resultados. Eso sí, la buena noticia para los hombres de José Luis Pichel es que tanto BAXI Manresa como Real Betis también tienen un balance de 3-13. Este sábado (18 horas) visita el Fernando Martín el UCAM.

EN BREVE

RUGBY | DIVISIÓN DE HONOR

El Cisneros visita el campo del colista

La décima jornada de la División de Honor de rugby depara la visita del Complutense Cisneros al campo del CR La Vila (domingo, 12:30 horas). El Pozuelo Rugby Unión tendrá jornada de descanso.



Triunfo colegial

BALONCESTO | LEB ORO

El 'Estu' sigue reforzando su moral

Tras su importante triunfo en la cancha del Hereda San Pablo Burgos, el Movistar Estudiantes vuelve a jugar como local. Será este viernes (21 horas) en Magariños para recibir al colista, el Juaristi.

WATERPOLO | DIV. HONOR FEM.

Visitante ilustre para el CDN Boadilla

Con un pleno de triunfos en las 11 jornadas disputadas, el CN Sabadell Astralpool es el líder indiscutible de la División de Honor Femenina de waterpolo. Este sábado (17 horas) visita al Boadilla.

VOLEIBOL | LIGA IBERDROLA

Doble cita ante rivales canarios

Alcobendas y Chamberí reciben al Libby's La Laguna y al Sayre CC La Ballena

GENTE

Después de encajar sendas derrotas ante el Arenal Emevé y el CV Tenerife Libby's La Laguna, tanto el Depol Feel Alcobendas como el Madrid Chamberí TotalEnergies afrontan una nueva jornada de la Liga Iberdrola, la decimoquinta, en la que volverán a jugar como locales.

Las alcobendenses, que continúan instaladas en la décima posición, tendrán un examen de altura, ya que re-

ciben este sábado (19 horas) a un CV Tenerife Libby's La Laguna que se ha ganado el derecho de ocupar la tercera plaza de la clasificación gracias a los 33 puntos cosechados, solo 5 menos que el líder.

En apuros

Tampoco tiene una mala situación clasificatoria el próximo rival del Madrid Chamberí TotalEnergies. El CV Sayre CC La Ballena es quinto en la tabla, con 25 puntos y aspira a disputar las eliminatorias por el título. Para las madrileñas esta es una de las ocho finales que les restan para tratar de alcanzar el objetivo de la permanencia.



Alcobendas cayó por 3-1 ante el Arenal Emevé RFEVB

FÚTBOL SALA | PRIMERA DIVISIÓN

Pola regresa a la disciplina de Inter

El jugador gallego termina su etapa en el extranjero para suplir la baja del lesionado Raya

- Este viernes, cita liguera con el Palma Futsal

F. Q. El contratación en forma de lesión grave del cierre José Antonio Raya ha obligado a Inter Movistar a peinar el

mercado en busca de un sustituto. Finalmente el elegido es un viejo conocido, Adrián Alonso, Pola, que regresa tras un periplo en las competicio-



Pola vuelve a Torrejón

nes portuguesa e italiana para reforzar al club con el que logró todos los títulos posibles.

Entidad

Habrà que ver si Pola está ya disponible para la cita liguera de este viernes (20:30 horas). En ella, Inter Movistar recibe a uno de los equipos más potentes del campeonato, el Mallorca Palma Futsal, que ocupa actualmente la segunda posición, gracias a triunfos como el logrado ante el Barça, además de haber logrado el pase para la 'Final Four' de la Champions.

BALONCESTO | LIGA FEMENINA ENDESA

Un poco más cerca de los objetivos

GENTE

Aunque aún faltan 13 jornadas para el final de la fase regular, tiempo suficiente para enmendar cualquier error, tanto Movistar Estudiantes como Innova-tsn Leganés siguen acumulando méritos para alcanzar sus respectivos objetivos. Las colegiales se

afianzan en la octava posición después de superar a un rival directo como el Kutxabank Araski. Este domingo (11:45 horas) visita al IDK Euskotren. Por su parte, el Innova-tsn Leganés viajará a la pista del Barça CBS (domingo, 17:45 horas) después de ganar al Tenerife por 79-67.

Su voz es muy familiar para los seguidores del famoso programa 'Saber y ganar'. Sin embargo, su otra voz, la literaria, era hasta hace poco desconocida para el público adulto. Tras más de 25 años publicando libros para adolescentes y niños, Elisenda Roca lanza 'Animales heridos' (editorial Planeta), una novela que afronta de forma valiente y honesta las diferentes heridas que provoca la vida.

La novela tiene numerosos personajes que están unidos por el dolor. ¿Ha querido dar una radiografía vital más cercana a la realidad, menos edulcorada?

Vivir es arriesgarse y arriesgarse a ser heridos. Hay muchos tipos de heridas. Como esta obra es tan coral incluye la herida por ausencia, que aparece cuando muere un ser querido; por tener que marchar de la tierra en la que vives al sentirse, de algún modo, amenazado; la herida por maltrato... Hay tres personajes que encabezan la historia: Antón, que abre la novela, y Nora y Anna, que son madre e hija. A partir de ahí se hace un retrato de distintas heridas que pueden sanarse excepto una, la que sufre Anna, que padece alzhéimer.

El lector puede tener la impresión que de las historias son independientes, pero acaban confluyendo en un mismo punto. ¿Cómo ha articulado la novela? Siempre me ha gustado una película que se llama 'Short cuts', con historias que aparentemente no tienen nada que ver y que al final todas acaban entrelazadas. Eso es lo que yo buscaba. He intentado que fueran una serie de historias que funcionasen como cuentos cortos, independientes, con protagonistas distintos, es decir, desorientar un poco al lector.

La enfermedad, a través de diagnósticos diferentes, también está presente en el relato. ¿Qué quería representar? Quería mostrar a mujeres con la autoestima destrozada por un maltrato continuado y, a la vez, mujeres fuertes que aceptan lo que hay y que deciden vivir la vida hasta el final en plenitud.

Solemos decir que las segundas partes nunca fueron buenas. Este libro es de segundas oportunidades. ¿Desmentimos el refrán?

Este libro es de segundas oportunidades, pero no de las que concedemos a otras personas, sino a nosotros mismos. Esta novela no tendrá una segunda parte, aunque hay gente que me ha sugerido hacer un 'spin off' de varios personajes.

Nos centramos en el presente y nos preocupa el futuro, pero rara vez dedicamos tiempo a reparar las heridas del pasado. ¿A qué cree que se debe?

Primero a no reconocerlas como tal, las heridas deben cerrarse. En todos los personajes de la novela solo hay dos heridas inconclusas, las de Antón y Anna. Una persona que padece alzhéimer no tiene una segunda oportunidad, es una



RESPUESTA:

Entre las reacciones que le han llegado de los lectores hay "de todo menos indiferencia"

ELISENDA ROCA

"Vivir es arriesgarse, sobre todo, a ser heridos"

Después de dos décadas escribiendo para el público infantil, la periodista, escritora y directora teatral lanza una novela para adultos, 'Animales heridos' ● Entre los temas que aborda está el maltrato psicológico

ENTREVISTA DE FRANCISCO QUIRÓS SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTO DE JONA JARABA

"EL LIBRO ES DE LAS SEGUNDAS OPORTUNIDADES QUE NOS CONCEDEMOS"

"EL MALTRATO PSICOLÓGICO SE SIGUE NEGANDO Y MAQUILLANDO"

enfermedad donde el olvido se cierne como un telón, va cayendo lentamente y oscurece la escena. El libro podría haberse titulado kintsugi, en relación a la técnica milenaria japonesa para reparar vasijas con polvo de oro, pero creía que iba a resultar demasiado extraño.

Uno de los personajes, Nora, tiene una relación sentimental tóxica. ¿Por qué no pone un nombre a su pareja? Porque Él tiene muchos nombres, así que dejo a los lectores que le pongan el que quieran. Era una manera de no dar-

le la importancia que él mismo cree que merece. En una relación así, en la que los golpes son escondidos sin agresión física, ni él se ve como agresor ni la víctima se reconoce como víctima. Eso, además, es progresivo, empieza sutilmente y va creciendo. Ella es editora y él profesor universitario, el maltrato no es propio solo de un tipo de familias, este tipo de maltrato se da en parejas que nadie se imaginaría.

Por tanto, hay una intención de visibilizar ese otro tipo de maltrato...

Absolutamente. Generalmente este maltrato psicológico se niega y se maquilla con frases del tipo "tiene mal carácter", "él es así", "es su tono de hablar"... Si ya cuesta con el maltrato físico, donde hay evidencias, imagina con el maltrato psicológico, hay muchos que no creen que exista, así que siguen maquillando y encubriendo esas situaciones.

¿Qué poso le deja esta primera novela para adultos?

El empujón para esta novela me lo dio el libro de cuentos para adultos que hice con la directora de cine María Ripoll. Recuperé unos apuntes, una trama y unos diálogos que había reproducido y que yo había vivido en primera persona. Estaban aparcados en una carpeta en el ordenador que llevaba el título de 'Animales heridos'. Al final no salió algo biográfico, sino la literatura que yo quería mostrar.



MURPROTEC[®]
 Tratamientos definitivos contra la humedad

Cuidando de tu hogar, cuidamos de ti
Cuando tu casa y tú vivís
100% sin humedades,
os cambia la cara



 CONDENSACIÓN
  CAPILARIDAD
  FILTRACIONES




 Empresa líder del sector
 con certificación
 ISO 9001

Delegaciones Murprotec en: España, Portugal,
 Francia, Bélgica, Holanda, Italia, Suiza y Luxemburgo

Más de
65
 AÑOS DE
 EXPERIENCIA
 · DESDE 1954 ·



*Solicita tu diagnóstico gratuito,
 personalizado, in situ y sin compromiso*

900 30 11 30
www.murprotec.es

HÁBITOS SALUDABLES | Rutina diaria

Deporte y cero alcohol para lograr una vida sana

La OMS recomienda caminar todos los días para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares

● Para adoptar hábitos menos sedentarios es necesario establecer objetivos realistas y a largo plazo

TEXTO DE D. NEBRED A (@gentedigital)

Los propósitos de año nuevo, en la mayoría de los casos, se quedan sin cumplir. Esto se debe a que nos ponemos unas expectativas muy altas con unos objetivos que difícilmente se pueden conseguir. Queremos cambiar de golpe, pero de poco vale si vamos a estar dos meses haciendo ejercicio todos los días o haciendo dieta si no somos capaces de conseguir que los nuevos hábitos saludables pasen a formar parte de nuestra vida para siempre. El primer paso para mejorar la salud pasa, ineludiblemente, por un cam-

bio en la alimentación. Una dieta saludable, basada en vegetales, legumbres y carne blanca y pescado aportará al organismo todos los nutrientes necesarios. Además, en los últimos años se han publicado estudios indicando los beneficios que tiene la flora bacteriana sobre nuestra salud. Esta se puede mejorar incluyendo en nuestra dieta ciertos alimentos fermentados como el kéfir y el chocolate negro.

No obstante, una dieta sin ejercicio físico no tendrá el impacto que deseamos sobre nuestra salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) insta a toda la población a abandonar el sedentarismo y una de las actividades que promueve es la de andar. El mayor beneficio de caminar se traduce en un descenso en el riesgo de enfermedades crónicas comunes como diabetes, hipertensión, obesidad y apnea del sueño. Así lo corroboran los científicos



La dieta debe de ir acompañada de ejercicio físico moderado



Fumar puede provocar enfermedades cardiovasculares

CAMINAR 8.000 PASOS DIARIOS PROTEGE AL SISTEMA INMUNITARIO

ALIMENTOS FERMENTADOS AYUDAN A LA FLORA BACTERIANA

del Centro Médico de la Universidad de Vanderbilt en EEUU. Según el estudio que realizaron entre el 30 de mayo de 2018 y el 1 de abril de 2021, donde rastrear los pasos de 6.000 personas, caminar alrededor de 8.000 pasos diarios, alrededor de 6,4 kilómetros, aumenta la protección o se reduce el riesgo de sufrir estas enfermedades.

Malos hábitos

Según la OMS el tabaco es la primera causa evitable de enfermedad, invalidez y muerte prematura en el mundo. En Europa, el tabaquismo provoca cada año 1,2 millones

de muertes. En España cada año mueren más de 50.000 personas debido al consumo de tabaco, más que por los accidentes de tráfico y el consumo de drogas ilegales juntos. Por ello, es lo primero que hay que evitar para conseguir llevar una vida saludable. Asimismo, dejar de consumir alcohol evitaría sumar factores de riesgo para sufrir enfermedades cardiovasculares, hepáticas, neuropsiquiátricas e, incluso, ciertos tipos de cáncer. En el mismo sentido, también se evitarían accidentes de tráfico relacionados con el consumo de alcohol.

SANIDAD | PANDEMIA

La mascarilla saldrá pronto del transporte

La ministra de Sanidad ha asegurado que la decisión final irá "de la mano" de los expertos

● Darías insiste en la protección de las vacunas

E.P. La ministra de Sanidad, Carolina Darías, ha asegurado que "no muy tarde" se va a tomar la decisión de eliminar la obligatoriedad del uso de las mascarillas en los transportes públicos, si

bien ha comentado que será cuando la situación epidemiológica y los expertos "lo aconsejen". "Esperemos que si la situación sigue así podamos tomar una decisión que no sea muy tarde pero, como



Carolina Darías E.P.

siempre, iremos de la mano de las personas expertas", ha comentado Darías en una entrevista en la Cadena Ser.

Dicho esto, la ministra de Sanidad ha reconocido que la situación epidemiológica en España es "muy estable" y ha destacado el importante papel que juega, y ha jugado, la vacunación contra el coronavirus. Por ello, ha reiterado la petición de que la población se vacune con la segunda dosis de recuerdo, es decir, con el cuarto pinchazo en muchos casos, para seguir protegiendo y "salvando vidas".

ESTRATEGIA | PREVENCIÓN

La OMS quiere acelerar la vacuna de la tuberculosis

Pone el ejemplo de la covid, consiguiendo su desarrollo en tan solo un año

E.P.

El director general de la Organización Mundial de la Salud, Tedros Adhanom Ghebreyesus, ha anunciado la puesta en marcha de un nuevo Consejo Acelerador de Va-

cunas contra la tuberculosis siguiendo el ejemplo de la covid-19, cuando se consiguió desarrollar una vacuna nueva en tan solo un año. Dicho consejo facilitará la autorización y el uso de nuevas vacunas, "acelerando la coordinación entre financiadores, organismos mundiales, gobiernos y pacientes para identificar y superar los obstáculos a su desarrollo".



CRUCIGRAMA BLANCO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

Horizontales:

1. Planta originaria del África tropical que da nombre a una calle del distrito de Chamartín, próxima a la plaza de Sta. María de Magdalena. Voz de mando. **2.** Partes interiores de las orejas. La suma que no es bruta. **3.** Cien romanos. Seleccionado. **4.** Pedazo pequeño de teja o cosa similar que se utiliza para diversos juegos. Vulgarmente: así. **5.** Antigua invocación latina que utilizaba el sacerdote para pedir que se rezase en la misa. La segunda mitad de la novela más leída de Tolstói. **6.** Nota musical. Doy bramidos. La última vocal. **7.** Te precipitabas hacia el suelo. Tarjeta de los teléfonos móviles. **8.** Miran, observan. La muda, Rubidio. **9.** Al revés, dono. País conocido por su integrisimo fanático. Roma. **10.** Famoso fabulista griego. Mueva usted las piernas y los brazos en el agua para avanzar.

Verticales:

1. Jefe de obra. Radio control. **2.** Municipio guipuzcoano, antiguo villa señorial y condado. Percibir los olores. **3.** El objetivo en el ajedrez es dárselo al Rey. Perteneciente o relativo a la epopeya. **4.** Diminutivo de Eduardo. ¿Eres de Nocilla o de...? **5.** Donarte, entregarte. Nitrógeno. Voz de mando. **6.** Uno. Voz que denota voluntad de hacer algo. Tribu india perteneciente a Nuevo México. **7.** Instrumento para arar. Sufijo usado para formar aumentativos. **8.** Atasca, obstruye. Expediente de Regulación de Empleo. **9.** Onda de gran amplitud que se produce en la superficie del agua. Cuerno. Consonante dental oclusiva sorda. **10.** Territorio situado fuera de las fronteras de una nación, pero que le pertenece por convenio, ocupación o conquista.

SUDOKUS

		4		2					8
			2		1		5		
9	1			5					
					4		7	2	
			8	6					3
						3			
						9	8		
	8	6					2		
	5		4				6	1	

			3						2
	1			2					3
	6			1	9				
					4	8			
				8					
7									1
	5	3	1						4
		8		4	6	3			
		6	8				5	2	

Cómo jugar:

Complete el tablero de 81 casillas (dispuestas en 9 filas y columnas). Deberá rellenar las celdas vacías con los números que van del 1 al 9, de modo que no se repita ninguna cifra en cada fila ni en cada columna o cuadrado.

SOLUCIONES

CRUCIGRAMA:	SUDOKU ABAJO:	SUDOKU ARRIBA:																																																																																																																																																																																																																																																																					
<table border="1"> <tr><td>E</td><td>G</td><td>N</td><td>P</td><td>O</td><td>S</td><td>E</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>R</td><td>N</td><td>R</td><td>I</td><td>R</td><td>A</td><td>O</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>H</td><td>A</td><td>V</td><td>E</td><td>T</td><td>O</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>M</td><td>I</td><td>S</td><td>N</td><td>A</td><td>V</td><td>I</td><td>C</td><td>O</td><td></td></tr> <tr><td>U</td><td>O</td><td>M</td><td>A</td><td>R</td><td>A</td><td>R</td><td>E</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Z</td><td>A</td><td>V</td><td>S</td><td>U</td><td>M</td><td>E</td><td>R</td><td>O</td><td></td></tr> <tr><td>V</td><td>N</td><td>I</td><td>S</td><td>J</td><td>E</td><td>L</td><td>O</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>O</td><td>I</td><td>D</td><td>O</td><td>G</td><td>E</td><td>C</td><td>O</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>R</td><td>A</td><td>C</td><td>E</td><td>N</td><td>O</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	E	G	N	P	O	S	E				R	N	R	I	R	A	O				B	H	A	V	E	T	O				M	I	S	N	A	V	I	C	O		U	O	M	A	R	A	R	E			Z	A	V	S	U	M	E	R	O		V	N	I	S	J	E	L	O			O	I	D	O	G	E	C	O			A	R	A	C	E	N	O				<table border="1"> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>4</td><td>7</td><td>6</td><td>9</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>1</td><td>8</td></tr> <tr><td>2</td><td>8</td><td>5</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>9</td><td>5</td><td>3</td><td>1</td><td>7</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>8</td></tr> <tr><td>7</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td><td>8</td><td>9</td><td>1</td><td>3</td><td>5</td></tr> <tr><td>3</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>7</td><td>5</td></tr> <tr><td>5</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>9</td><td>6</td></tr> <tr><td>6</td><td>3</td><td>1</td><td>9</td><td>8</td><td>4</td><td>5</td><td>2</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>4</td><td>9</td><td>3</td><td>5</td><td>7</td><td>1</td><td>2</td><td>6</td></tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	4	7	6	9	3	5	2	1	8	2	8	5	1	4	3	9	6	7	9	5	3	1	7	2	6	4	8	7	6	4	2	8	9	1	3	5	3	8	9	6	4	1	2	7	5	5	1	2	4	8	7	3	9	6	6	3	1	9	8	4	5	2	7	8	4	9	3	5	7	1	2	6	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>3</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>2</td><td>8</td><td>6</td><td>1</td><td>7</td></tr> <tr><td>4</td><td>8</td><td>6</td><td>7</td><td>5</td><td>2</td><td>3</td><td>9</td><td>1</td></tr> <tr><td>7</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>6</td><td>9</td><td>4</td><td>5</td><td>8</td></tr> <tr><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>7</td><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>1</td><td>8</td></tr> <tr><td>5</td><td>9</td><td>3</td><td>1</td><td>7</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>8</td></tr> <tr><td>6</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>7</td><td>3</td></tr> <tr><td>8</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>7</td></tr> <tr><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>5</td><td>9</td><td>1</td><td>6</td><td>2</td><td>4</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>1</td><td>8</td><td>9</td><td>3</td><td>2</td></tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	3	5	9	4	2	8	6	1	7	4	8	6	7	5	2	3	9	1	7	2	1	3	6	9	4	5	8	2	6	4	7	5	3	9	1	8	5	9	3	1	7	2	6	4	8	6	8	9	6	4	1	2	7	3	8	1	2	4	8	5	3	9	7	9	3	7	5	9	1	6	2	4	4	5	6	7	1	8	9	3	2
E	G	N	P	O	S	E																																																																																																																																																																																																																																																																	
R	N	R	I	R	A	O																																																																																																																																																																																																																																																																	
B	H	A	V	E	T	O																																																																																																																																																																																																																																																																	
M	I	S	N	A	V	I	C	O																																																																																																																																																																																																																																																															
U	O	M	A	R	A	R	E																																																																																																																																																																																																																																																																
Z	A	V	S	U	M	E	R	O																																																																																																																																																																																																																																																															
V	N	I	S	J	E	L	O																																																																																																																																																																																																																																																																
O	I	D	O	G	E	C	O																																																																																																																																																																																																																																																																
A	R	A	C	E	N	O																																																																																																																																																																																																																																																																	
1	2	3	4	5	6	7	8	9																																																																																																																																																																																																																																																															
4	7	6	9	3	5	2	1	8																																																																																																																																																																																																																																																															
2	8	5	1	4	3	9	6	7																																																																																																																																																																																																																																																															
9	5	3	1	7	2	6	4	8																																																																																																																																																																																																																																																															
7	6	4	2	8	9	1	3	5																																																																																																																																																																																																																																																															
3	8	9	6	4	1	2	7	5																																																																																																																																																																																																																																																															
5	1	2	4	8	7	3	9	6																																																																																																																																																																																																																																																															
6	3	1	9	8	4	5	2	7																																																																																																																																																																																																																																																															
8	4	9	3	5	7	1	2	6																																																																																																																																																																																																																																																															
1	2	3	4	5	6	7	8	9																																																																																																																																																																																																																																																															
3	5	9	4	2	8	6	1	7																																																																																																																																																																																																																																																															
4	8	6	7	5	2	3	9	1																																																																																																																																																																																																																																																															
7	2	1	3	6	9	4	5	8																																																																																																																																																																																																																																																															
2	6	4	7	5	3	9	1	8																																																																																																																																																																																																																																																															
5	9	3	1	7	2	6	4	8																																																																																																																																																																																																																																																															
6	8	9	6	4	1	2	7	3																																																																																																																																																																																																																																																															
8	1	2	4	8	5	3	9	7																																																																																																																																																																																																																																																															
9	3	7	5	9	1	6	2	4																																																																																																																																																																																																																																																															
4	5	6	7	1	8	9	3	2																																																																																																																																																																																																																																																															

● Sube | ● Se mantiene | ● Baja

EMERGENCIA HAMBRE 270 millones de personas no tienen alimentos suficientes para sobrevivir. **20 PAÍSES EN ALERTA**. Colabora en accioncontraelhambre.org. ACCIÓN CONTRA EL HAMBRE

HORÓSCOPO DE LA SEMANA

<p>ARIES 21 MAR – 20 ABR</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>CÁNCER 22 JUN – 22 JUL</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>LIBRA 22 SEP – 22 OCT</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>CAPRICORNIO 23 DIC – 21 ENE</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>
<p>TAURO 21 ABR – 20 MAY</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>LEO 23 JUL – 22 AGO</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>ESCORPIO 23 OCT – 21 NOV</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>ACUARIO 22 ENE – 21 FEB</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>
<p>GÉMINIS 21 MAY – 21 JUN</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>VIRGO 23 AGO – 21 SEP</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>SAGITARIO 22 NOV – 22 DIC</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>	<p>PISCIS 22 FEB – 20 MAR</p> <p>● SALUD: ●●●●●</p> <p>● DINERO: ●●●●●</p> <p>● AMOR: ●●●●●</p>

Gente tu periódico gratuito. Las noticias de **25 municipios** de la **Comunidad de Madrid** en **14 periódicos**.



IVÁN PALOMARES

“La nominación a los Goya ayuda a confirmar que te dejas la piel en el trabajo”

El compositor madrileño vuelve a estar nominado a una estatuilla gracias a la banda sonora de ‘Las niñas de cristal’, la película de Jota Linares que triunfa en Netflix

ENTREVISTA DE F. Q. SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTOS DE NATALIA GUTIÉRREZ

Sevilla será, una vez más, el punto de encuentro para la gran fiesta del cine español. A medida que se acerca ese 11 de febrero, fecha de la gala de los Premios Goya, crece el nerviosismo entre los nominados, una lista en la que vuelve a aparecer Iván Palomares. El compositor madrileño repite experiencia gracias a la composición de la banda sonora de ‘Las niñas de cristal’, con la que espera tener mejor suerte que cuatro años atrás, cuando la nominación por ‘En las estrellas’ no se tradujo en estatuilla: “Evidentemen-

“NO ACABO DE CREERME LA NOMINACIÓN, HABÍA MUCHO NIVEL ESTE AÑO”

“UNA BSO QUE SE SIENTE PUEDE FUNCIONAR TAN BIEN COMO UNA GRAN MELODÍA”

te estoy muy contento por la nominación, pero no termino de asimilar que haya ocurrido, especialmente este año que hay un nivel impresionante. Obviamente estábamos en las quinielas y me sorprende que, como la otra vez, la banda sonora sea la única nominación de la película, así que tengo una especie de ‘dèjà vu’, también porque la ceremonia volverá a celebrarse en Sevilla, como la vez anterior”, asegura.

Este reconocimiento vuelve a poner de manifiesto el talento de Iván Palomares, quien defiende que la llave del éxito no está tanto en este tipo de galas como en otros aspectos. “Con las nominaciones tienes una visibilidad mayor y llamas la atención de gente del gremio. Sí, esto abre puertas, pero hay que entender que el hecho de estar nominado o de ganar un Goya no te genera automáticamente más oportunidades, lo que te abre las puertas es la relación que tienes con compañeros y compañeras, cómo trabajas en equipo... Ese boca a boca es lo que hace que tengas más trabajo. La nominación ayuda a confirmar que te dejas en la piel en cada trabajo y que eres alguien en quien pueden confiar”, resume el

INTROSPECTIVA

Un compositor que analiza cada detalle

Preguntado por sus referentes artísticos, Iván Palomares destaca que estos “han ido cambiando con el paso del tiempo”, aunque matiza que “me fijo en mis propias metas, en cada trabajo intento superarme, analizo cuáles han sido mis dificultades, qué podría haber hecho mejor y trato de superar esas carencias en siguientes ocasiones para poder acercarme al ideal que tengo de compositor”.

Esta bagaje notable no impide, sin embargo, que deba enfrentarse a una amenaza común en el mundo de la creación artística. “Una de mis primeras lecciones de composición me la dio Teresa Catalán y nos animaba a enfrentarnos todos los días a la partitura en blanco, ya que el mero hecho de sentarse ya es un trabajo para atravesar ese miedo”.

compositor, cuyo momento dulce le lleva a pedir que “ojalá llegue a los oídos de otras personas y productoras con los que no haya trabajado”.

A la experiencia acumulada, Iván Palomares suma la formación en Arte Dramático, lo que le lleva a catalogarse “más como un cineasta musical que un compositor de bandas sonoras”.

Proceso complejo

Palomares reconoce que la composición de esta banda sonora ha sido “un reto y un regalo absoluto”. “Es un planteamiento musical distinto al de una banda sonora habitual porque no se limita a una sola pieza de ballet, sino que influye en el guion”, detalla antes de dar su valoración personal sobre cómo debe ser el componente musical de una película: “Estamos acostumbrados a pensar que una buena banda sonora tiene que tener una gran melodía, pero en los últimos años se han hecho grandes composiciones que funcionan como un traje a medida con la historia que se cuenta. Por eso una banda sonora minimalista, pero que se siente, puede funcionar igual de bien que una gran melodía en primer plano.”

