

# Gente

AÑO 16, NÚMERO 644  
DEL 21 AL 28 DE ENERO DE 2022

FUENLABRADA



MUYFAN | PÁG. 12

“Trato de disfrutar de cada momento”

El cantautor **Paco Candela** regresa con 'Paseo por lo eterno', un nuevo disco con 15 versiones

## COMPRA VENTA DE LIBROS

COMPRAMOS LIBROS Y BIBLIOTECAS A DOMICILIO  
HACEMOS ENVÍOS NACIONALES E INTERNACIONALES

[www.librosalcana.com](http://www.librosalcana.com)

[info@librosalcana.com](mailto:info@librosalcana.com)

C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid

☎91.220.42.63 ☎629.240.523 📍684.442.863

Libros Alcana

FUENLABRADA | PÁG. 8

## El pleno pide tres nuevos accesos para la carretera M-506

El Ayuntamiento señala que estas infraestructuras tienen que ser abordadas por parte de la Comunidad de Madrid ● El Gobierno local considera que la inversión en la ciudad en las cuentas regionales es insuficiente

ACTUALIDAD | PÁG. 5

## Las medidas de seguridad marcan la vuelta de Fitur

La Feria del Turismo se celebra hasta el domingo en Ifema con protocolo anticovid



CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

ENTREVISTA A DAVID PÉREZ | PÁGS. 6 Y 7

“Hay gente que no volverá al transporte público”

El consejero de Transportes de la Comunidad analiza los cambios que ha traído la pandemia y señala que algunos serán permanentes ● Asegura que no es el momento de subir los precios de las tarifas y que el Gobierno regional está en contra de los peajes



DEPORTES | PÁG. 10

## Más cuesta de Enero para el Real Madrid

El conjunto de Pablo Laso se enfrenta a un tramo del calendario muy exigente, después de varios aplazamientos por covid ● Los blancos podrían jugar hasta 14 partidos en un mes





## LA FRASE

"Sánchez quiere que los madrileños paguen 2.200 euros por heredar"

**Fernández-Lasquetty**

El consejero de Hacienda critica que el Gobierno central trate de imponer su criterio en el Impuesto de Sucesiones.

## LA CIFRA

2,7

**Más jóvenes en exclusión**

Cáritas advierte de que la pandemia ha elevado hasta 2,7 millones el número de jóvenes afectados por procesos de exclusión social "intensa y multidimensional".

## EL PERSONAJE



**Amaina 'La Galerna'**

El mundo del fútbol despidió a Paco Gento, una leyenda que conquistó con el Real Madrid 6 Copas de Europa, una cifra que aún nadie ha igualado.

**EDITA:**  
GENTE EN MADRID, S.L.

**EDITOR:**  
FERNANDO IBÁÑEZ

**COORDINADORES DE REDACCIÓN:**  
FRANCISCO QUIRÓS  
JAIME DOMÍNGUEZ

**JEFE DE FOTOGRAFÍA:**  
CHEMA MARTÍNEZ

**JEFE DE MAQUETACIÓN:**  
CARLOS ZUGASTI

**MAQUETACIÓN:**  
ENRIQUE ALONSO

**SECRETARIA DE REDACCIÓN:**  
ELENA HORTA

**JEFE DE MARKETING:**  
RAFAEL VARA

**COORDINADORA DE PUBLICIDAD:**  
ANA SÁNCHEZ

**DISEÑO GRÁFICO:**  
PATRICIA MARTÍNEZ

**REDACCIÓN:**  
CONDE DE PEÑALVER, 17  
1ª PLANTA  
28006, MADRID

**TELÉFONO:**  
91 369 77 88

**E-MAIL:**  
info@genteenmadrid.com

**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



**La violencia, otra vez presente en el fútbol**

## EL APUNTE

## Un vergonzoso espejo en el que mirarnos

Como en prácticamente cualquier domingo invernal, el fútbol acaparó buena parte de las noticias la semana pasada. Eso sí, en esta ocasión no fue por hechos demasiado positivos. Una Supercopa de España que se celebra en Arabia Saudí, dando la espalda a los aficionados y que sirve de excusa a la Federación Española para tratar de vendernos que este torneo cambiará

aspectos sociales en un país donde, por ejemplo, las mujeres están relegadas a un plano marginal.

Claro, que uno apartaba la mirada de Oriente y se topaba con una agresión a un jugador, para volver a darnos de bruces con una realidad, la de la violencia, que parecía erradicada de nuestros estadios. El lanzamiento de ese objeto es muy condenable, pero una vez abierta la puerta de la irracionalidad, el entrenador del Sevilla se metió hasta la cocina con una comparación desafortunada sobre las violaciones y las agresiones en el fútbol. Lopetegui estaba en fuera de juego, tanto como los comentaristas de la Cadena Cope que quisieron ir de graciosos al señalar en la reanudación de ese Betis-Sevilla que la mujer del entrenador sevillista no le había dejado planchado el chándal. No, no es solo fútbol, es un espejo de una parte de la sociedad que, entre todos, debemos cambiar.

## LA FOTO DE LA SEMANA



### Greenpeace engorda la polémica

La Gran Vía madrileña ha sido el emplazamiento escogido por Greenpeace para colocar una enorme pancarta con el lema 'Las macrogranjas no existen', una frase cargada de ironía que alimenta más si cabe la polémica en torno a este tipo de explotaciones ganaderas.

## EL SEMÁFORO



### Horror en los centros de menores tutelados

La Operación Sana se ha saldado con la liberación de diez menores a las que se les obligaba a ejercer la prostitución e incluso a vender droga. Tres de ellas estaban tuteladas por la Comunidad.



### El Bono Alquiler, no es oro todo lo que reluce

La ayuda de 250 euros para menores de 35 años deja bastantes dudas. Desde algunos sectores se alerta de que llegará a un sector muy bajo de la población y que encarecerá los alquileres.



### Un reconocimiento cocinado a fuego lento

El Gobierno ha concedido la Orden del Mérito Civil al chef José Andrés "por su labor en momentos de crisis", entre ellos tras la erupción del volcán Cumbre Vieja en la isla de La Palma.



@gentedigital



# MURPROTEC

Tratamientos definitivos contra la humedad

## Aunque por fuera se vea bien, su interior pone en juego tu salud.

Las humedades son como las naranjas: lo esencial no está al azar de la vista.

Siempre que vas al mercado, te encuentras una persona escogiendo las naranjas más coloridas y brillantes pensando que son las mejores. Nada más distante de la realidad cuando las abre en el hogar.

Con las humedades es similar cuando solo lo arreglamos visualmente. Siguen apareciendo las manchas al poco tiempo, el moho, las enfermedades respiratorias crónicas y poniendo en peligro hasta la seguridad del hogar a nivel estructural.

Por ello es imprescindible eliminar de raíz el problema y solo confiar en los profesionales con certificados garantizados por escrito. Esta es la base definitiva para su eliminación.

**NO tomes decisiones al azar, decide por la efectividad garantizada 100%.**



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

**900 30 11 30**  
[www.murprotec.es](http://www.murprotec.es)

IDEADO  
FABRICADO EN  
**EUROPA**



CONDENSACIÓN



CAPILARIDAD



FILTRACIONES



CALIDAD DEL AIRE



Más de  
**65**  
AÑOS DE  
EXPERIENCIA  
DESDE 1954

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



Empresa líder en España con certificaciones ISO 9001



## GENTE

@gentedigital

El sistema de la videoconsulta a través de la Tarjeta Sanitaria Virtual, que ya ha comenzado a funcionar en los hospitales de El Escorial y de Coslada, estará disponible en toda la red sanitaria madrileña antes de que finalice este año 2022. Esta nueva herramienta permitirá la realización de videoconsultas de los profesionales sanitarios (médicos, enfermeros, matronas, fisioterapeutas, psiquiatría o trabajadores sociales), con los pacientes, tanto en Atención Primaria como en hospitalaria.

Para poder acceder, el único requisito es instalarse la aplicación de la Tarjeta Sanitaria Virtual. En el apartado de citas aparecerán las ventanas de Presencial y Telefónica, ya existentes, y la nueva de Videoconsulta. El paciente recibirá una notificación de la cita en su móvil que debe confirmar. Poco antes, recibirá también en su móvil un recordatorio de la convocatoria, que le permitirá mantener la videoconsulta de forma "sencilla, segura y sin necesidad de otra aplicación".

## Visita de Ayuso

La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, realizó el anuncio durante su visita este martes 18 al Hospital del Henares, en Coslada. "Es todo un hito asistencial que se traducirá, este mismo año, en más accesibilidad, mejor atención, menos desplazamientos y una relación médico-paciente más cercana", indicó Ayuso, que explicó que con este sistema, por ejemplo, un dermatólogo podrá vigilar una



Presentación de la nueva videoconsulta en el Hospital del Henares

## La videoconsulta médica estará disponible antes de final de año

La Comunidad de Madrid ya ha implantado esta nueva herramienta en los hospitales de El Escorial y Coslada ● Se podrá acceder a través de la aplicación de la Tarjeta Sanitaria Virtual para evitar desplazamientos de los pacientes

## A LAS POLÍTICAS DE LA COMUNIDAD

## Críticas de los alcaldes socialistas

Los alcaldes de Coslada, Ángel Viveros, y San Fernando de Henares, Javier Corpa, así como representantes de Velilla y Mejorada entregaron a Isabel Díaz Ayuso una carta en la que exponen la "precaria situación por la que atraviesa la sanidad pública en esta zona, en particular, y en el conjunto de la Comunidad de Madrid, en general".

mancha en la piel sin necesidad de que el ciudadano salga de casa o seguir de cerca a un paciente inmunodeprimido, que se podrá ahorrar posibles colas y "aumentar así su seguridad y comodidad". La presidenta regional aclaró que "para tranquilidad de todos, la consulta no puede ser grabada y no se transfieren datos".

En esta primera fase, la videoconsulta será prescrita por el profesional sanitario en centros de salud y en los hospitales acogidos al programa piloto del Henares y en el Hospital de El Escorial. En una segunda etapa podrá ser solicitada por el propio paciente siempre que esté indicada para su patología o seguimiento de tratamiento.

## COVID-19

### Las aguas residuales adelantan el fin de la sexta ola

La presencia de covid-19 en las aguas residuales de la Comunidad de Madrid sigue bajando, tras el pico registrado el 4 de enero, lo que previsiblemente se traducirá en una tendencia a la baja en la incidencia del virus los próximos días. Así lo aseguró el Gobierno regional este miércoles 19, recordando que este indicador suele adelantarse entre tres y once días a las subidas o las bajadas en el número de hospitalizaciones en planta o en las UCI.

El sistema Vigía publica cuatro gráficos. Los tres primeros muestran la evolución general para toda la Comunidad de Madrid, Madrid capital y resto de la región y el cuarto expone la evolución del estado general de los puntos de muestreo por colores.

## Seguimiento

Canal de Isabel II ha puesto a disposición de los ciudadanos en su página web un mapa interactivo de libre acceso, en el que pueden consultar la tendencia en cada zona, fecha del último análisis validado, indicador de la presencia del virus y un valor comparativo del último dato con respecto a los anteriores en ese mismo punto.

## VACUNACIÓN | DOSIS DE REFUERZO

## Turno para los madrileños de 30 a 39 años

La Comunidad abrió este miércoles el sistema de autocita para que puedan recibir el tercer pinchazo ● Los padres de los niños de 5 a 11 años que tienen la primera dosis serán avisados para ponerles la segunda

Los madrileños de entre 30 y 39 años comenzaron a recibir la tercera dosis de la vacuna contra la covid-19 este jueves 20 de enero, un día después de que se habilitase el sistema de autocita para que pudieran solicitarla en los puntos de vacunación

ofrecidos por la Comunidad de Madrid.

Por su parte, los niños de entre 5 y 11 años que ya se han vacunado de la primera empezarán a recibir un aviso para que se le suministre la segunda dosis, cuando se cumplan ocho semanas de la

inoculación de la primera.

## Por mensaje

A través de un mensaje de texto los padres o tutores de los pequeños podrán confirmar la cita que se les ofrece en el mismo centro donde re-

cibieron la primera. El objetivo es facilitar los trámites a las familias para que puedan completar en plazo la pauta de inmunización de sus hijos. Si no puedan acudir a la cita que reciban por SMS en su teléfono móvil, podrán cambiarla a través del enlace que les será facilitado en el propio mensaje y que les dará acceso a la aplicación de autocita, introduciendo el DNI o el Código de Identificación Personal Autonómico CIPA) que figura en la Tarjeta Sanitaria pública.



Vacunación en la Comunidad de Madrid



# Fitur vuelve a Ifema con fuertes medidas sanitarias

La Feria del Turismo se celebra hasta el domingo • Hay que presentar Pasaporte Covid

GENTE @gentedigital

Los Reyes de España Felipe y Letizia inauguraron este miércoles la 42ª edición de la Feria Internacional de Turismo (Fitur), que se celebra en Ifema hasta el domingo 23. Se trata de un evento marcado por las fuertes medidas de seguridad para evitar contagios, lo que provoca largas colas a la entrada. Para acceder, los asistentes tendrán que mostrar el Pasaporte Covid o bien acreditar una PCR o un test de antígenos negativo realizado en las últimas 24



Inauguración de Fitur

MÁS DE UN CENTENAR DE PAÍSES ESTÁN REPRESENTADOS EN EL EVENTO

horas. Además, tienen que llevar mascarillas FFP2.

La feria reúne en total a 6.933 participantes con presencia de todas las comunidades autónomas, de empresas y destinos de 107 países, 70 de ellos con representación ofi-

cial internacional, encabezados por República Dominicana, que este año participa como País Socio Fitur 2022.

## Símbolo

Un abanico es la imagen de la Comunidad de Madrid y del Ayuntamiento de la capital, con un stand protagonizado por jardines verticales como símbolo del fomento del turismo sostenible.

El propio espacio cumple requisitos especiales de sostenibilidad, como garantizar que la vegetación que se utilice para los espacios verdes cuente con un certificado de origen, de modo que no

provengan de bosques en los que se haya favorecido la deforestación, y deberá ser replantado tras su uso. Para evitar el papel, el material informativo de los diferentes productos turísticos está en formato QR.

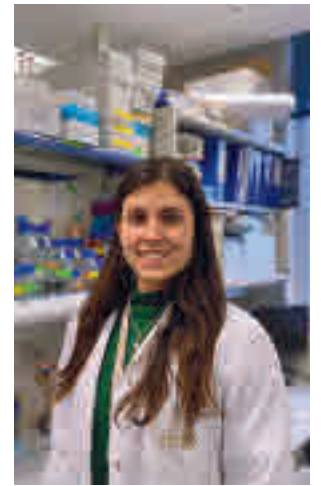
# Becas para ayudar a 110 jóvenes investigadores

La Fundación 'la Caixa' desarrolla este proyecto en centros de España y Portugal • La entidad destina una inversión de 19,2 millones de euros

## REDACCIÓN

La Fundación 'la Caixa' ha concedido 110 becas de doctorado y posdoctorado a investigadores que llevarán a cabo sus proyectos en universidades y centros de investigación de referencia de España y Portugal. En concreto, se han otorgado 65 becas de doctorado y 45 de posdoctorado a investigadores excelentes, a los que se ofrece un entorno atractivo para realizar sus proyectos. La entidad destina a este proyecto 19,2 millones de euros.

De los 65 becarios seleccionados, 24 son españoles de 11 provincias distintas y 41 son extranjeros de 30 países diferentes. El objetivo es retener talento local de excelencia, así como atraer a investigadores extranjeros ofreciéndoles salarios competi-



Uno de los becarios

tivos y oportunidades complementarias para la capacitación en habilidades transversales.

Cada una de las becas concedidas tiene una duración de tres años.

CASTILLA Y LEÓN

(Fitur)

Feria Internacional de Turismo

19-23 de enero  
Pabellón 9, stand 9C10

Junta de Castilla y León





**DAVID PÉREZ**  
CONSEJERO DE TRANSPORTES DE LA COMUNIDAD DE MADRID

## "No es el momento de subir las tarifas del transporte público"

El responsable político de la red que utilizan diariamente millones de madrileños para moverse por la región repasa los principales aspectos de su gestión ● La pandemia ha afectado notablemente a estos servicios

POR JAIME DOMÍNGUEZ Y FRANCISCO QUIRÓS | FOTOS DE CHEMA MARTÍNEZ

**L**a reestructuración del Gobierno regional que siguió a la salida de los consejeros de Ciudadanos provocó que David Pérez dejara la cartera de Vivienda y Administración Local para asumir las responsabilidades de Transportes. Desde esta consejería gestiona varios de los aspectos que más afectan al día a día de los madrileños.

### ¿Cómo está el transporte público de la Comunidad de Madrid?

El transporte público es una de las claves del éxito económico de la Comuni-

dad de Madrid. Contamos con una red muy potente, sin comparación en el resto de España. Por un precio muy asequible, los madrileños se pueden mover libremente por la Comunidad y permite vertebrar territorialmente la región, dando oportunidades a todos los ciudadanos, vivan donde vivan.

### ¿Qué porcentaje de viajeros se ha recuperado?

Estamos prácticamente en el 80% de viajeros que tenía-

mos hace dos años. La recuperación es mayor en los autobuses que en el Metro. En cuanto al otro 20%, es posible que haya una parte que no se vuelva a recuperar, porque el transporte no deja de ser un barómetro de la marcha de la sociedad. Hay que tener en cuenta que todavía hay mucha gente que está teletrabajando o que se ha mudado a otras zonas de la región. Son cambios que afectan al transporte.

### POLÉMICA

#### La difícil convivencia entre taxi y VTC

Con respecto a la polémica respecto al reglamento del taxi y a las críticas a la Comunidad de Madrid, David Pérez explica que "el sector nos merece el máximo respeto y la máxima valoración y deseamos ayudarles a afrontar su futuro en condiciones de seguridad, para lo que estamos trabajando en un nuevo reglamento escuchando a todos los representantes". Sin embargo, añade que "taxi y VTC pueden y deben convivir, pero son realidades distintas y así lo afrontamos a la hora de tomar decisiones. No se pueden equiparar, son servicios distintos y requieren normativas diferentes". El consejero descarta tomar medidas que limiten a los VTC, ya que "son una realidad tanto en España como en Europa".

"HAY UNA PARTE DE LOS USUARIOS QUE NO VOLVERÁ AL TRANSPORTE"

"HEMOS REFORZADO LAS MEDIDAS SANITARIAS EN ESTA SEXTA OLA"

#### ¿Se plantean cambios en el servicio debido a esta nueva situación?

Tenemos que adaptarnos tanto desde el punto de vista financiero, porque bajan los ingresos, como desde el punto de vista logístico. De hecho, ya hemos trasladado algunas inversiones a la periferia de la Comunidad, como las actuaciones en la carretera M-600 o la eliminación de las tarifas más lejanas para abaratar el transporte a los madrileños que viven más lejos de la capital.

#### ¿Se han reforzado las medidas sanitarias en esta sexta ola?

Hemos reforzado las medidas en los últimos meses con una desinfección más exhaustiva en la red de Metro. También nos hemos dirigido a las empresas concesionarias de los autobuses para que extremen la precaución y hemos pedido a todos los responsables que nadie se relaje en la vigilancia del cumplimiento de estas medidas. El transporte público es seguro frente a la covid-19.

#### ¿Cuáles serán las principales actuaciones en la red de Metro en esta legislatura?

Lo más inmediato es la conexión de la Línea 3 con MetroSur entre Villaverde y El Casar, el intercambiador de Valdebebas y el primero de los tres tramos de la Línea 11, que es el que se corresponde con Plaza Elíptica. Esta última es una gran diagonal que va a unir el suroeste con el noreste entre Plaza Elíptica y Valdebebas y en la que vamos a invertir 1.800 millones de euros.

#### ¿Habrá obras este verano en el Metro?

En verano aprovecharemos para remodelar 30 estaciones y adecuarlas a los criterios tecnológicos y de accesibilidad que estamos implantando en toda la red. También eliminamos el





amianto que queda en algunas instalaciones. Dentro de poco habrá un corte en la Línea 8, pero en verano no tenemos planteado ninguna gran obra.

**Una de las líneas que más problemas ha dado es la 7B, con afectación a algunos edificios de San Fernando. ¿En qué punto están esas actuaciones?**

Ahora estamos trabajando en la consolidación de la zona y monitorizando al minuto la aparición de cualquier grieta o cualquier desfase que se produzca en los suelos. Los últimos edificios que han sufrido problemas de este tipo los hemos desalojado para evitar riesgos. Uno de ellos está gravemente afectado y sus habitantes están en un apartahotel a la espera de una solución.

Nuestro compromiso es rehabilitar las viviendas afectadas y, cuando no se pueda garantizar la seguridad, indemnizar a sus propietarios. Lamentamos la utilización política que se está haciendo de este tema por parte del Ayuntamiento de San Fernando, que debe-



**RELACIÓN CON EL EJECUTIVO CENTRAL**

**“Le he pedido tres veces una reunión a la nueva ministra”**

David Pérez asegura que en los últimos meses ha pedido hasta en tres ocasiones una reunión con la ministra de Transportes, Raquel Sánchez, hasta ahora sin ningún éxito. El consejero reprocha al Gobierno central que no esté invirtiendo en Cercanías, una parte muy importante de la red madrileña que depende del Ejecutivo central. También se opone a la intención del Ministerio de implantar peajes en las carreteras nacionales, algo que descarta en las regionales.

ría arrimar el hombro en lugar de sacar rédito de una desgracia.

**Las tarifas de la Tarjeta de Transportes llevan ocho años congeladas. ¿Está prevista una subida?**

Ahora no es el momento de subir los precios del transporte por la situación que atravesamos por culpa de la pandemia. De hecho, estamos abaratando la red de transporte con medidas como el abono joven, que subvencionamos al 80%. También hay bonificaciones para mayores, personas con discapacidad o familias numerosas y ahora hemos eliminado zonas de transporte más caras, como la C1 y la C2. Nos gusta que los servicios sean más eficientes y reducir los costes a base de una mejor gestión sin que ello suponga subir los impuestos.

**¿Cómo va el proceso de integrar la Tarjeta de Transportes en el móvil?**

Ya estamos con la primera fase, que consiste en pagar el abono con el teléfono móvil. Actualmente se puede hacer en dispositivos Android y en

**“TRABAJAMOS PARA ARREGLAR LOS PROBLEMAS DE LOS EDIFICIOS DE LA LÍNEA 7B”**

**“MUY PRONTO SE PODRÁ INTEGRAR LA TARJETA DE TRANSPORTES EN EL MÓVIL”**

breve también en iOS. Estamos trabajando para que dentro de muy poco se pueda integrar la tarjeta en el ‘smartphone’ y sea un documento virtual. Tecnológicamente ya es posible, pero hay que hacer que varios sistemas se entiendan entre sí, algo en lo que ya está un departamento del Consorcio de Transportes. Tenemos más de 60 proyectos tecnológicos en la actualidad para todo el proceso, desde la realización de las infraestructuras, la información, los medios de pago o la seguridad.



**¿No tiene que ser así! Esta es una forma de reactivar el intestino**

**Pinchazos, distensión, sensación de presión: la digestión lenta o la hinchazón abdominal son incómodas y pueden arruinarte el día. ¡Las causas pueden ser muchas, pero hay solución!**

El estrés, el poco ejercicio o una dieta baja en fibra suelen provocar una reducción de la actividad intestinal. Las consecuencias: el transporte de alimentos a través del

intestino necesita mucho más tiempo, lo que puede provocar irregularidad a la hora de ir al baño y estreñimiento. Con frecuencia, también se produce una desagradable

hinchazón abdominal. Los afectados se sienten hinchados porque la digestión lenta suele aumentar el contorno del abdomen. Gracias a la investigación hay una ayuda:

**Reactiva el intestino específicamente.**

El producto sanitario Kijimea Regularis (disponible en farmacias sin receta médica) reactiva el

intestino. Las fibras contenidas en Kijimea Regularis se hinchan en el intestino y lo dilatan suavemente. Esto les da a los músculos intestinales el impulso para moverse. El intestino se reactiva y vuelve a transportar los alimentos con normalidad. Además, Kijimea Regularis reduce activamente los gases del intestino y por lo tanto la hinchazón abdominal. La tripa recupera de nuevo su forma.

**Así de sencillo para una nueva sensación intestinal.**

Simplemente hay que añadir una cucharada del granulado en un vaso con agua, removerlo y beberse 2 ó 3 veces al día, según su necesidad. El efecto de Kijimea Regularis es únicamente físico y no produce ninguna adicción o efecto hábito, ni siquiera con el consumo a largo plazo. Kijimea Regularis se puede adquirir sin receta médica en la farmacia.

**Kijimea Regularis:**

- ✓ Reactiva el intestino
- ✓ El estreñimiento se alivia de forma suave y efectiva
- ✓ La hinchazón abdominal desaparece



Para su farmacia:  
**Kijimea Regularis**  
(CN-193085.9)

La imagen principal es una ilustración.  
Kijimea Regularis cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios.  
07/2021/11/21



# El pleno pide tres accesos para la M-506

El asunto se trató en una moción de la última sesión plenaria ● El Gobierno local exige que la Comunidad de Madrid asuma sus compromisos en este asunto

## MOVILIDAD

GENTE  
@gentedigital

La concejala de Urbanismo de Fuenlabrada, Ana Pérez, ha pedido en la última sesión plenaria a la Comunidad de Madrid que ejecute los tres accesos necesarios en la carretera M-506 a su paso por la localidad. La moción aprobada en el pleno solicita dinero para mejorar el acceso a la ciudad a la altura de las piscinas y el polideportivo Fermín Cacho, donde, además, se registran continuas inundaciones cuando llueve

intensamente. También solicitaba la "reforma" del acceso al barrio de Parque Miraflores y construir un nuevo acceso al barrio de El Vivero, a la altura de la calle Oasis, que, según la regidora, "lleva 13 años de retraso".

Pérez criticó que el presupuesto regional para este 2022 vaya a destinar una media de 5 euros por habitante en la ciudad, algo más de un millón

SE TRATA DE LAS ZONAS DONDE SE REGISTRAN INUNDACIONES CUANDO LLUEVE

de euros, frente a los 65 euros de media de inversión municipal. Mientras, el alcalde, Javier Ayala (PSOE), ha recordado que la petición no va "contra Ayuso", sino en favor de los fuenlabreños.

### Respuesta del PP

Por su lado, la portavoz del PP, Noelia Núñez, destacó la inversión de la Comunidad de 4 millones en el centro de salud de El Vivero. Respecto a las inundaciones, la edil popular señaló que el PSOE "ha tenido 40 años para solucionar este problema, cuando era una com-



Carretera M-506 a su paso por Fuenlabrada

### MÁS INFORMACIÓN

[gentedigital.es](http://gentedigital.es)  
Toda la actualidad de Fuenlabrada, en nuestra página web

petencia municipal". En cuanto al acceso de Parque Miraflores, indicó que el Consistorio trata de "pasar la pelota a la Comunidad ya que la pasada legislatura acordó con el Ayuntamiento de Móstoles financiar esta reforma.

## El colegio Yvonne Blake no tendrá aulas prefabricadas

### EDUCACIÓN

#### AGENCIAS

El concejal de Educación del Ayuntamiento de Fuenlabrada, Isidoro Ortega, ha asegurado que la Dirección de Área Territorial Madrid-Sur de la Comunidad de Madrid ha mantenido su compromiso de que el colegio Yvonne Blake no contará con aulas prefabricadas el próximo curso, para acoger a los alumnos que pasan a Educación Primaria. Como alternativa, según han informado fuentes municipales, se reformarán "varios espacios ya existentes para convertirlos en aulas donde los alumnos puedan recibir sus clases en espacios adecuados". Las obras de la segunda fase deberían haber empezado este mes de enero, pero el Gobierno regional las ha aplazado hasta septiembre.

**COPLACO.COM**  
Comunicación publicitaria

Soluciones eficaces para pymes en progreso

- ✓ Páginas web
- ✓ Campañas publicidad
- ✓ Contratación medios
- ✓ Vinilos, lonas, roll ups
- ✓ Redes sociales
- ✓ Video y audio
- ✓ Impresión publicitaria
- ✓ Diseño gráfico

**COPLACO**  
Calle de Valparaíso, 2  
FUENLABRADA

☎ 91 615 11 50  
✉ [sur@coplaco.com](mailto:sur@coplaco.com)  
🌐 [www.coplaco.com](http://www.coplaco.com)

## Los contagios empiezan a descender en la localidad

### SANIDAD

J.D.  
Por primera vez en dos meses, Fuenlabrada ha reducido su incidencia acumulada de covid-19. Así lo asegura al menos el informe epidemiológico publicado este martes 18 de enero por la Consejería de Sanidad, donde se refleja que la tasa ha bajado más de 200 puntos con respecto a la semana pasada, situándose ahora en 3.026 casos por cada 100.000 habitantes. En cualquier caso, se trata de cifras muy abultadas, por lo que habrá que esperar a las próximas semanas para ver si esta tendencia a la baja se consolida o si incluso se puede acelerar.

En cuanto a las Zonas Básicas de Salud (ZBS) en las que se divide la localidad, la incidencia más elevada esta semana está en Parque Loranca (3.440) y la más baja en El Naranjo (2.411).



Contenedor de residuos orgánicos

## Comienza la recogida de los residuos orgánicos

### MEDIO AMBIENTE

#### REDACCIÓN

Fuenlabrada inició este miércoles la recogida selectiva de residuos de materia orgánica, para su reciclado, en galerías comerciales y supermercados. La implantación se hará de manera progresiva, extendiéndose paulatinamente a todas las zonas comerciales y posteriormente a las vivien-

das del municipio, según explicaron fuentes municipales. Hasta la aprobación de la ley, los comercios pueden sumarse de manera voluntaria.

El Ayuntamiento recogerá los residuos orgánicos depositados en estos contenedores, generalmente identificados con el color marrón, y los trasladará a Planta Municipal de Residuos para su reciclado.



# Penúltimo paso para la ordenanza de terrazas

El Gobierno municipal sacó el texto adelante en comisión gracias a los votos de Recupera Madrid ● Su aprobación se producirá en el Pleno de Cibeles de la semana próxima

## URBANISMO

M. A. N.  
@gentedigital

La nueva ordenanza municipal de terrazas superó el penúltimo paso en su tramitación, tras salir adelante en Comisión este lunes 17 de enero, gracias al imprescindible apoyo de los ediles escindidos de Más Madrid, que forman parte de Recupera Madrid y del Grupo Mixto. La aprobación definitiva se producirá la próxima semana en el Pleno de Cibeles.

Las principales novedades del texto, tras la incorpora-

## REACCIONES

### División entre los vecinos y los hosteleros

Vecinos y hosteleros de Chamberí valoran de forma muy diferente la ordenanza. La portavoz de la Asociación El Organillo de Chamberí, Pilar Rodríguez, califica la nueva norma como "más permisiva" que la anterior. Por otro lado, los empresarios defienden la necesidad de mantener las terrazas abiertas mientras el virus circule.

ción de 23 enmiendas de los grupos políticos, son que las terrazas de la capital estarán condicionadas por las clasificadas 'zonas saturadas', que las estufas de gas quedarán prohibidas en dos años y que las nuevas sanciones incluirán el cierre inmediato.

Tres serán los criterios para hablar de 'zona saturada': la alta ocupación del espacio público, el elevado tránsito peatonal (más de 33 personas por minuto) y las afectaciones medioambientales.

Por otro lado, las terrazas que a la entrada en vigor de esta ordenanza estén instaladas en bandas de estacionamiento podrán mantenerse durante los años 2022 y 2023



Una de las terrazas situadas en la capital

quedando limitado su funcionamiento hasta la medianoche, salvo las situadas en 'zonas saturadas', de protección acústica especial (ZPAE) y ambientalmente protegidas cuando ocupen más de un

## MÁS INFORMACIÓN

[gentedigital.es](https://gentedigital.es)

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

40% de las bandas existentes en el tramo de calle. Para Más Madrid, la nueva normativa no satisface ni a hosteleros ni a vecinos, mientras que el PSOE lo califica de "chapuza mayúscula".

# Los patinetes se llevan la palma en cuanto a las multas

Sus usuarios fueron los más sancionados en cuanto a los vehículos de movilidad personal

## MOVILIDAD

M. A. N.

Los controladores del Servicio de Estacionamiento Regulado (SER) sancionaron en 2021 150.023 vehículos de movilidad personal, la mayoría, el 81,9%, patinetes, seguidos de motocicletas (13,3%) y bicicletas (4,8%).

Según fuentes del Área de Medio Ambiente y Movilidad, incumplían la normativa vigente por estacionar en lugares indebidos, ya que "representaba una conducta problemática y creciente en la capital que urgía corregir".

### Balance mensual

La media de sanciones mensuales fue de 12.502, siendo



Un agente multa a un patinete junto a El Retiro

junio y julio los meses donde más denuncias se realizaron al detectar más prácticas irregulares, alcanzando las 20.506 multas en junio y las 21.496 en julio. Los barrios más problemáticos resultaron ser Palacio, Embajadores, Justicia, Recoletos y Universidad. Estacionar una bicicleta o un vehículo de movilidad urba-

na en lugar no permitido supone una sanción leve de 30 euros, mientras que si se trata de una motocicleta sobre acera inferior a 3 metros, junto a fachadas o zona de carga y descarga, PMR o de transporte público asciende a 60 euros. La más grave (200 €) es para las motos que obstaculizan el tránsito de peatones.

**MÁS DE UNO**  
TODA LA INFORMACIÓN Y ACTUALIDAD

**CARLOS ALSINA**

LUNES A VIERNES  
DE 6:00H A 12:30H

Y TAMBIÉN CON MUCHO HUMOR Y ENTRETENIMIENTO

**ONDA CERO**

TU RADIO  
Madrid Sur  
92.7 FM



## BALONCESTO | LIGA ENDESA

# Un mes sin margen para el descanso

El alto número de partidos aplazados podría llevar al Real Madrid a jugar 14 encuentros en un mes • El calendario también afecta al Urbas Fuenlabrada

F. QUIRÓS

@FranciscoQuiros

Cuando a comienzos de la temporada el Real Madrid examinó su calendario ya comprobó que se presentaba un curso de máxima exigencia. Lo que no era tan previsible es que la pandemia volvería a hacer de las suyas, provocando numerosos aplazamientos tanto en la Liga Endesa como en la Euroliga.

Este contratiempo ha dejado una buena noticia para el conjunto que prepara Pablo Laso, con un final de 2021 y un arranque de enero donde el técnico vitoriano ha podido encadenar varias sesiones de entrenamiento, algo poco habitual en una temporada siempre cargada de partidos y viajes, pero a cambio ahora deberá afrontar unas semanas frenéticas.

**En dos frentes**

La visita de este jueves a la pista del Alba Berlín dio luz

verde a un carrusel de 12 encuentros entre el 20 de enero y el 20 de febrero, una cifra que podría incrementarse en el caso de que los blancos logran llegar a la final de la Copa del Rey que se jugará en Granada. Pero para llegar hasta esa gran cita, aún deberán pasar varios exámenes. El primero de ellos, de gran altura. Este domingo 23 (18:30 horas) habrá un nuevo 'Clásico' en el WiZink Center, un encuentro que si bien no es definitivo en cuanto a la clasificación sí podría marcar los partidos futuros que se puedan dar entre el Real Madrid y el Barça. Por el momento, el balance en este curso está igualado: el triunfo merengue en la Supercopa fue contestado en la Euroliga por los culés.

Sin margen para evaluar demasiado lo que pase en el 'Clásico' del domingo, el Real Madrid volverá a vestirse de corto el martes 25 para recibir al Unics Kazan ruso, para viajar tres días después a la can-



Heurtel en el derbi jugado esta temporada en el Fernando Martín

EL ÚLTIMO PARTIDO DEL URBAS SE JUGÓ EL 27 DE DICIEMBRE

cha del Mónaco. Este será un aperitivo de lo que espera a los de Laso en la Euroliga en febrero, con citas frente a Olympiacos, Zenit, Fenerbahçe, Barça y Zalgiris.

**Largo parón**

Un poco menos ajetreado se presenta el futuro a corto plazo del Urbas Fuenlabrada, pero no por ello menos decisivo. El equipo que prepara Josep María Raventós regresa-

rará este domingo (20 horas) a la competición casi un mes después de su último partido, el que jugó el 27 de diciembre en la cancha del Breogán. En esta ocasión, el Urbas recibirá a un Joventut de Badalona que es tercero en la tabla. Por tanto, un rival complicado para tratar de abrir más brecha respecto a una zona de descenso que ahora mismo ocupan Hereda San Pablo Burgos y Coosur Real Betis.

## BALONCESTO | LEB ORO

## Dura prueba para el 'Estu' en su carrera por el primer puesto

F. Q.

Después de solventar con nota los compromisos ante el Basquet Girona de Marc Gasol (triunfo por 88-80) y el Levitec Huesca La Magia (victoria por 70-59), al Movistar Estudiantes le toca este domingo (12:30 horas) visitar a uno de los candidatos al ascenso, el Unicaja Banco Oviedo, tercer clasificado gracias a un balance de 9 triunfos y 4 derrotas. En lo que va de temporada solo un conjunto ha sido capaz de ganar en Pumarín, el Tau Castelló, y eso que por allí han pasado equipos de la talla del líder, el Covirán Granada.

Esta cita será, por tanto, una buena piedra de toque para un Movistar Estudiantes que, poco a poco, va cogiendo ritmo competitivo después de haber tenido que aplazar varios partidos por casos covid. Esa es la razón por la que la agenda de las próximas semanas será un poco más exigente.

**Recomposición**

Con el deseo de que la sexta ola llegue a su fin y ya no se aplacen más encuentros, el conjunto colegial ya conoce cuándo jugará los partidos que tiene pendientes. El 9 de febrero visitará la cancha del Acunsa Gipuzkoa, mientras que cuatro días después repetirá como visitante, esta vez con el Easycharger Palencia como rival. Con esos partidos, el Estudiantes ya estará al día.

## BALONCESTO | LIGA FEMENINA ENDESA

## El Europa se viste de gala para el derbi

El choque entre Leganés y Estudiantes se disputará el próximo miércoles 26 de enero

F. Q.

Lo que iba a ser un regalo anticipado de Reyes se ha convertido en prácticamente la despedida del mes de enero. Innova-tsn Leganés y Movis-

tar Estudiantes disputarán el próximo miércoles 26 de enero (20:30 horas) el primer derbi entre ambos conjuntos en la máxima categoría nacional. Pero antes de pensar en ese partido de rivalidad vecinal, los dos equipos deberán hacer frente este domingo a sendos encuentros de la fase regular. El Leganés recibirá (17 horas) a un rival directo

por la permanencia, el Durán Maquinaria Ensino, del que solo le separa un triunfo.

Por su parte, el Estudiantes visitará la cancha del colista, el Tenerife, que con un balance de 3-11 no quiere descolgarse.

**Baja sensible**

De cara a estas próximas citas, el cuadro colegial ya sabe que

no podrá contar con una de sus jugadoras más importantes. Laura Quevedo ha tenido que pasar por el quirófano para someterse a una artroscopia, a causa de un problema en el cartílago de una de sus rodillas. La jugadora internacional ha comenzado ahora un proceso de rehabilitación que impide fijar una fecha exacta de regreso.

## BALONCESTO | LIGA FEMENINA CHALLENGE

## Pequeño paso atrás del Pacisa Alcobendas

F. Q.

Aunque gozó de alguna ocasión para anotar la canasta ganadora, el Pacisa Alcobendas terminó hincando la rodilla ante el Hozono Global Jarris (76-77). De este modo, el equipo que entrena Julián Sánchez cede terreno respecto al líder, el Barça CBS, al mismo

tiempo que ve cómo el tercer clasificado, el propio Hozono Global Jarris, se pone a tiro de una sola victoria.

Este fin de semana tocaría visitar la cancha del Barça, pero el partido ha sido aplazado. El que en principio sí se jugará será el Canoe-Azpeitia (sábado 22, 20 horas).





Navarro S. GALINDO / FMN

## NATACIÓN | CTO MASTER

### Carmen Navarro bate el récord de Europa en los 200 libre

#### GENTE

El pasado fin de semana se celebraba en el Centro de Natación M86 una nueva edición del Campeonato de Madrid de Invierno Master, una cita que fue aprovechada por Carmen Navarro para añadir un nuevo éxito a su prolífica trayectoria deportiva.

La nadadora madrileña, perteneciente al Real Canoe, batía el vigente récord de Europa en la prueba de 200 metros libre, categoría +60, con un tiempo de 2:24,84, que al cierre de estas líneas está pendiente de validación administrativa por la LEN.

No fue el único récord logrado en este Campeonato de Madrid de Invierno Master, ya que otro madrileño, Javier Rodríguez de la Rivera, establecía una nueva plusmarca en los 50 braza de la categoría +80.

## FÚTBOL | PRIMERA RFEF

### El Rayo Majadahonda vuelve a ilusionarse

El conjunto que dirige Abel Gómez aprovechó los dos partidos aplazados para situarse tercero • La competición llega a su ecuador este fin de semana, con el Sanse en séptima posición

F. Q. SORIANO  
@FranciscoQuiros

Lo que en un principio pudo verse como un contratiempo ha terminado dejando buenas noticias para el Rayo Majadahonda. El equipo que dirige Abel Gómez aprovechó el parón en Primera RFEF para ponerse al día, obteniendo un botín de cuatro puntos sobre seis posibles en los choques aplazados ante Badajoz y Tudelano. Ese empujón lleva al equipo majariego hasta

# 8

#### Goles clave:

Raúl Sánchez, del Rayo, es el segundo máximo goleador del Grupo 1

la tercera posición del Grupo 1 de Primera RFEF, a solo tres puntos de distancia del segundo, el histórico Racing de Santander.

Con el Deportivo como líder indiscutible, los pronósticos apuntan a que la verdadera lucha de la zona alta se centrará en acceder a los puestos de 'play-off'. La com-



Los jugadores majariegos celebrando su último triunfo

petición llegará a su ecuador este fin de semana y el Rayo Majadahonda acumula argumentos para volver a pelear por un hueco en la categoría de plata: solo ha perdido cinco de sus 18 partidos.

#### Rival directo

Con ese aval, el Rayo Majadahonda afronta una salida a priori complicada. Será este domingo 23 (17 horas) cuando visite el campo de un Unionistas que ha perdido fuele con el paso de las jornadas y que ahora está fuera de los puestos de promoción, aunque también es cierto que tiene solo tres puntos menos que el propio Rayo Majadahonda.

También está metido de lleno en esa carrera por el 'play-off' la Unión Deportiva San Sebastián de los Reyes, séptimo en la tabla y empatado a puntos con Unionistas. El conjunto que entrena Marcos Jiménez actuará como local este sábado 22 (17 horas) ante un Celta B que cuenta con los mismos puntos en su casillero, 28.

En la zona templada (es undécimo) se halla un DUX Internacional que tratará de dar la sorpresa este domingo (12 horas) ante el Deportivo, mientras que en el Grupo 2 el Real Madrid Castilla visita al Alcoyano en su lucha por meterse entre los seis mejores.

## VOLEIBOL | LIGA IBERDROLA

### El Centro Insular acoge la reedición de la final copera

#### REDACCIÓN

Una vez más, los caminos del Gran Canaria Urbaser y el Feel Volley Alcobendas vuelven a cruzarse, aunque el choque de este domingo (16 horas) no tiene un cariz tan definitivo. Como ya sucediera en la final de la última Copa de la Reina y en el 'play-off' por el título, canarias y madrileñas se reencuentran sobre la pista, en esta ocasión buscando puntos en el torneo de la regularidad que les permitan alcanzar sus respectivos objetivos.

El Gran Canaria Urbaser trata de no perder la estela del actual líder, Sanaya Libby's La Laguna, a la espera de jugar sus dos partidos aplazados, mientras que el Feel Volley Alcobendas sigue dando pasos para asegurar la permanencia tras vencer al Barça y, quién sabe, acercándose al sueño de repetir experiencia en el 'play-off'.

#### En apuros

Por su parte, el Leganés vio como se aplazaba su partido de la semana pasada ante el Cajasol Voley Dos Hermanas. Su regreso a la competición tendrá lugar este sábado 22 (19 horas) en el Pabellón Europa, con el Arenal Emevé como rival, un conjunto que atraviesa un buen momento tras clasificarse para la próxima edición de la Copa. Las pepineras siguen como colistas, pero no se han descolgado de la carrera por la permanencia.

## RUGBY | DIVISIÓN DE HONOR

### El Alcobendas sigue en buena dinámica

El conjunto que dirige Tiki Inchausti visita este domingo al colista Gernika • El Complutense Cisneros continúa en la zona media de la tabla

#### REDACCIÓN

La visita del CR La Vila a Las Terrazas sirvió para volver a poner de manifiesto que el Lexus Alcobendas Rugby atra-

viesa un buen momento de forma. El conjunto que dirige Tiki Inchausti no tuvo problemas para superar a un rival que solo presentó oposi-

ción en los primeros compases del encuentro, pero que acabó cediendo por un resultado que deja poco margen a las dudas: 46-10.

Esa nueva victoria permitió al cuadro granate mantener la distancia de dos puntos con el líder, un honor que ahora recae en el SilverStorm El Salvador, que ha desbancado del primer puesto a la UE Santboiana.

#### Próximas citas

Con tanta igualdad, cualquier jornada puede ser propicia para que se den cambios en la



El Alcobendas superó claramente al CR La Vila

zona noble de la clasificación, como la fecha que se celebrará este fin de semana, en la que el Alcobendas visita este domingo (12 horas) el campo del colista, el Grupo Intxausti Gernika R.T.

Por su parte, el Complutense Cisneros viajará en la tarde del sábado (16 horas) al campo de Les Abelles para disputar un partido que se presenta muy parejo, ya que la clasificación refleja un empate a 17 puntos entre ambos conjuntos. El Complutense caía la semana pasada ante la Santboiana (38-26).



**E**n medio de la incertidumbre que genera una pandemia, Paco Candela no pierde la sonrisa. Su visión optimista se ha visto respaldada con el lanzamiento de un nuevo disco, 'Paseo por lo eterno', en el que versiona 14 canciones de artistas tan diversos como Rocío Jurado, Raphael, Triana o Los Chichos, un álbum hecho desde "el respeto" y con el que quiere mandar un mensaje: "Que disfrutemos de la vida y de la salud, que es lo más importante; lo demás es secundario".

**¿Qué te ha llevado en este momento de tu trayectoria a dar este 'paseo por lo eterno', a grabar este disco de versiones?**

Esto es una idea que surgió cuando la pandemia comenzó a dar un respiro. En todos los trabajos siempre he metido una versión, así que cuando se planteó la posibilidad de hacer un disco con temas de otros artistas me gustó muchísimo. Me puse manos a la obra a recordar temas de mi niñez, incluso de la adolescencia. Cuando vi el material que tenía me ilusioné más si cabe. Este 'Paseo por lo eterno', que consta de 14 temas, a mucha gente la va a llevar a muchos momentos de su vida. La gente joven que me sigue, muchos temas que quizás los escuchen por primera vez no van a saber de dónde vienen. Quiero que estas canciones, que han sido tan importantes en mi carrera musical, sean también importantes para la gente joven, para que nunca se pierdan.

**Son catorce canciones, aunque se puede decir que son prácticamente quince, porque hay dos de Triana solapadas. ¿Ha sido muy difícil el proceso de selección?**

Ha sido complicado. Me puse a mirar temas y salían más de veinte, así que tuve que parar porque se lo comuniqué a la oficina y me dijeron que era imposible. Total, que al final pusimos el corte en catorce, y ha sido difícil la elección, me gustaban todas las canciones. Es normal, todas pertenecen a mi trayectoria musical, las he cantado en muchas ocasiones, incluso cuando no era conocido, desde pequeño. Podrían haber salido dos discos perfectamente.

**Del 'Me quedo contigo' a 'Tu frialdad' hay un gran viaje melódico. ¿Ha habido alguna canción que te haya costado especialmente llevar a tu terreno?**

No. He intentado respetar la forma original que dieron los diferentes artistas, no quería hacer muchos cambios. Creo que lo bonito de cada tema, de cada versión, es que tú respetes esa música de origen. Sí que es verdad que había que trasladarla a esta época actual. Siempre he tenido presente ese respeto, y lo disfruto, porque lo hago desde el corazón, son canciones que me han emocionado en muchas ocasiones.

**Siempre que un artista se lanza a hacer una versión se suele hacer hincapié en la cuestión del respeto. ¿Es un**



#### AGRADECIDO:

Para el cantaor "es una sensación increíble cuando alguien me dice que es 'candelista'"

## PACO CANDELA

# "En la vida y en la música lo importante es la ilusión"

El cantaor sevillano hace un homenaje a artistas y canciones legendarias con un disco de versiones, 'Paseo por lo eterno' ● Espera que la pandemia dé un respiro para presentarlo en directo a todos los 'candelistas'

ENTREVISTA DE FRANCISCO QUIRÓS SORIANO (@FranciscoQuiros)

"QUIERO QUE ESTAS  
CANCIONES SEAN  
TAMBIÉN IMPORTANTES  
PARA LA GENTE JOVEN"

"NUNCA PIENSO EN SI  
ESTOY ARRIBA O ABAJO,  
SINO EN DISFRUTAR  
DE CADA MOMENTO"

**guiño a quien la compuso originalmente?**

Sí, este es un pequeño homenaje. Que otros artistas canten tus temas, aunque ya fueran importantes en su momento, se pretende que esas canciones sigan teniendo esa vigencia y que no se pierdan en la trayectoria.

**Mirando al futuro, ¿hay algún proyecto que se vaya dibujando en el horizonte?**

Ahora mismo estamos inmersos plenamente en este 'Paseo por lo eterno', no

queremos saltarnos ningún paso de este proceso tan bonito que es presentar un nuevo disco. Cuando acabe esta promoción, que es algo que nos lleva prácticamente todo el año porque siempre hay cosas que hacer y que decir, iremos anunciando los conciertos, que si Dios quiere y esta pandemia nos va dejando respirar, habrá muchas fechas, por lo menos 30 ya cerradas. Eso sí, nos toca ir adaptándonos a lo que el bichito nos diga.

**¿Cómo se convive con esa incertidumbre?**

Nos ha tocado vivir así. Lo bueno es que haya fechas previstas, que la gente esté con ganas de hacer cosas y recuperar, en la medida de lo posible. ¿Que después tenemos que adaptarnos y cambiar días u horas? Eso ya es secundario. Lo importante es que haya ilusión de seguir con la música y con la vida en general.

**¿Cómo ha sido ese viaje desde que diéras sus primeros pasos en el mundo del cante con apenas siete años?**

A mí se me ha hecho cortísimo. Cuando miro al presente, nunca sé si estoy en lo más alto, en lo más bajo o en el medio, solo intento disfrutar cada momento. Por supuesto que ha habido altibajos, pero siempre he tratado de disfrutar de cada instante, es una filosofía que también tengo en la vida. De las cosas más bonitas que pueden pasarte en la vida es dedicarte a la música.





## AGENDA CULTURAL EN LA COMUNIDAD DE MADRID

## Alcobendas

## 'Zenetianos' abre un intenso menú musical

El concierto de Zenet es la primera entrega de las actuaciones de Inverfest en Alcobendas.

» Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas. Viernes 21, 20 horas

## Sorpresa argentina

La argentina Delfina Cheb presenta canciones de su disco debut 'Doce Milongas de Amor y

un Tango Desesperado', en el que mezcla el tango con el folklore y la milonga con el jazz.

» Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas. Sábado 22, 20 horas

## Getafe

## Risas aseguradas con 'Pijama para seis'

La comedia, escrita por Marc Colometti y dirigida por José Manuel Díaz del Pulgar, presenta una hilarante historia con

personajes de lo más diverso: un marido, una esposa, una amante, el amigo común, una cocinera y el bruto de su marido.

» Teatro Federico García Lorca. Domingo 23, 19 horas. Entrada gratuita.

## Las Rozas

## 'Ilusia', más que teatro

David Ottone, de la prestigiosa compañía Yllana, dirige un espectáculo con títeres y actores que profundiza en el amor, la es-



'Ilusia' llega a Las Rozas

peranza y la ilusión por vivir. Un espectáculo para todos los públicos, que sigue la tradición de las grandes historias infantiles.

» Teatro Federico García Lorca. Sábado 22, 18 horas. Precio: 5 euros.

## S. S. Reyes

## Tradinvierno homenajea a Joaquín Díaz

Una de las grandes figuras del folclore nacional será protago-

nista de un concierto con grandes actuaciones.

» Teatro Adolfo Marsillach. Sábado 22, 19 horas. Precio: 5 euros.

## Tres Cantos

## Faemino y Cansado, incombustibles

El dúo cómico presenta '17 veces', el espectáculo "más rupturista" de su trayectoria.

» Teatro Municipal. Sábado 22, 19 horas. Precio: 13-15 euros.



Su director, Fran Saure, junto con uno de los cuentos ambientados en Madrid, 'Una duende en el Thyssen'

## LITERATURA | INICIATIVA

## Un viaje a través de las letras

La plataforma Lucky Books y la editorial Saure ponen en marcha un concurso de microrrelatos con la sostenibilidad como eje ● Es un ejemplo del trabajo que llevan a cabo para promover la lectura y el respeto por el medio ambiente

F. QUIRÓS  
francisco@gentedigital.es

El pasado miércoles 19 arrancaba una nueva edición de Fitur y, casi de forma paralela, se daba el pistoletazo de salida a la Bienal Viaje Sostenible, una iniciativa de la plataforma Lucky Books y la editorial Saure que su director, Fran Saure, ha bautizado

como "el Fitur literario". El mecanismo es sencillo, se trata de un concurso de microrrelatos que consta de dos categorías (joven y adulto) y que tiene a la sostenibilidad como protagonista indiscutible, con cuatro temáticas a escoger: movilidad ecológica, recursos naturales, turismo sostenible y ocio y sostenibilidad.

**Origen y funcionamiento**  
Todos los interesados pueden presentar sus relatos y

SAURE HA EDITADO LIBROS LIGADOS A MADRID, COMO VARIOS CUENTOS

conocer al detalle las bases del concurso en [Bienalviajesostenible.luckybooks.es](http://Bienalviajesostenible.luckybooks.es).

Esta es una de las numerosas iniciativas que lleva a cabo la editorial Saure, cuyo origen es explicado a GENTE por su director: "Tuve una web con más de 600 libros, pero me di cuenta que era diferente a ser una compañía como la Casa del Libro; si alguien busca un libro en particular, acaba haciéndolo en la Casa del Libro o una librería especializada en determinada temática". Por eso puso en marcha Lucky Books, una plataforma que funciona a través de suscripciones y que, promueve la lectura y el respeto por el medio ambiente. La editorial también ejerce de embajadora de Madrid, a través de libros como el cuento 'Una duende en el Thyssen', con "El Retiro como elemento de aventura para los niños y escenario en el que se desarrollan historias con reflexiones psicológicas".

## ARTE | PROPÓSITOS DE FUTURO

## El Prado ya tiene hoja de ruta hacia la nueva normalidad

La pinacoteca trata de hacer frente a las secuelas de la pandemia con un Plan de Actuación que incluye una respuesta a las nuevas demandas

## AGENCIAS

El Museo Nacional del Prado ha puesto en marcha su Plan de Actuación para los próximos cuatro años, un período en el que espera "normalizar" la institución tras el impacto de la covid-19, responder a las nuevas demandas culturales o abrir al público el Salón de Reinos.

El Plan de Actuación 2022-2025 establece la hoja de ruta de la institución y expresa la visión sobre cuál ha de ser su papel en la sociedad como una institución cultural "comprometida con todos los públicos, referente de accesibilidad universal y en integración social y cultural", al tiempo que marca la necesidad



Museo del Prado

de renovar su discurso expositivo de acuerdo a las "nuevas líneas de investigación" y una "búsqueda permanente de la excelencia".

## EXPOSICIÓN | ARQUITECTURA

## La mente de Arturo Soria, bajo la lupa

El Museo de Historia alberga del 20 de enero al 27 de febrero una exposición, 'Arturo Soria. Una mente poliédrica. 1844 -1920', que repasa la vida y la obra del urbanista el impulsor de la Ciudad Lineal de Madrid, ciudad a la que ayudó a resolver los problemas de higiene, aglomeración y transporte.

## TEATRO | LA ABADÍA

## 'Pundonor', una reflexión sobre la conciencia social

Rafael Spregelburd y Andrea Garrote presentan por primera vez en Europa hasta el 30 de enero, de martes a domingos, en la Sala José Luis Alonso del Teatro de La Abadía 'Pundonor', un intenso monólogo sobre las bases de la conciencia social. La propia Andrea Garrote da vida al personaje protagonista.



## VIDA SANA | CAMBIO DE HÁBITOS

# Protege tu corazón con unos cambios en las rutinas de tu día a día

El sedentarismo está ligado al aumento de las enfermedades cardiovasculares • Dieta equilibrada y ejercicio, pilares de una vida sana

D. NEBRED  
@dnebreda\_

Llevar un estilo de vida saludable es más que una moda. No movernos y comer mal hace que aumente de manera exponencial sufrir una enfermedad cardiovascular. El sobrepeso y el aumento del colesterol LDL están íntimamente relacionados. Esta es la primera causa de mortalidad en España. Según los últimos estudios, el 30% de los fallecimientos se producen como consecuencia de algunas de estas patologías. Según los últimos datos de la encuesta nacional de salud realizada por el INE, en nuestro país hay más de diez millones de personas con enfermedades y patologías relacionadas con el corazón. Las medidas de prevención deben de comenzar por cambios en nuestros hábitos, en-

tre lo que no puede faltar llevar una dieta equilibrada, evitar el alcohol y el tabaco y realizar ejercicio físico.

**1. Pon color a tus platos:** Haz menús con verduras o frutas variadas de distintas tonalidades, ya que, además de ser sanos, están cargados de antioxidantes, vitaminas y nutrientes que entran mejor por los ojos al producir un impacto emocional y psicológico mayor que un simple plato de coliflor cocida, por ejemplo.

**2. Grasas saludables:** Aunque tengan muy mala fama, existen grasas saludables, ya sean de origen animal o vegetal. Podemos encontrarlas en el aguacate, frutos secos, semillas y aceitunas, así como en el salmón, las sardinas y el atún, que contienen altos niveles de Omega-3, que protegen al corazón y a las neuronas. Además, colaboran en la absor-



Caminar una hora tres o cuatro días a la semana es suficiente para estar activos E.P.

EL 30% DE LAS MUERTES ESTÁN RELACIONADAS CON DOLENCIAS CARDIACAS

LAS VITAMINAS A Y D SE ABSORBEN A TRAVÉS DE LAS GRASAS

ción de ciertas vitaminas, como es el caso de la A y D.

**3. Ejercicio físico:** No es necesario convertirse en un deportista de elite para estar sano. Basta con adquirir ciertos hábitos para pasar a ser una persona activa. Se puede comenzar por salir a caminar una hora tres o cuatro veces por semana para luego ir aumentando los objetivos. Es muy importante conocer tu cuerpo y gustos para encontrar el ejercicio que mejor se adapte a uno mismo.

**4. Elimina el azúcar:** Este ingrediente no aporta ningún beneficio a la salud. Está relacionado de manera directa con la obesidad, la presión arterial y el colesterol.

**5. Cuidado al cenar:** La última comida del día tiene que ser ligera, ya que no da tiempo a quemar las calorías ingeridas. Lo ideal es combinar proteína con alimentos de baja carga calórica, como las verduras y las hortalizas, evitando los carbohidratos.

## SALUD MENTAL | DESÁNIMO

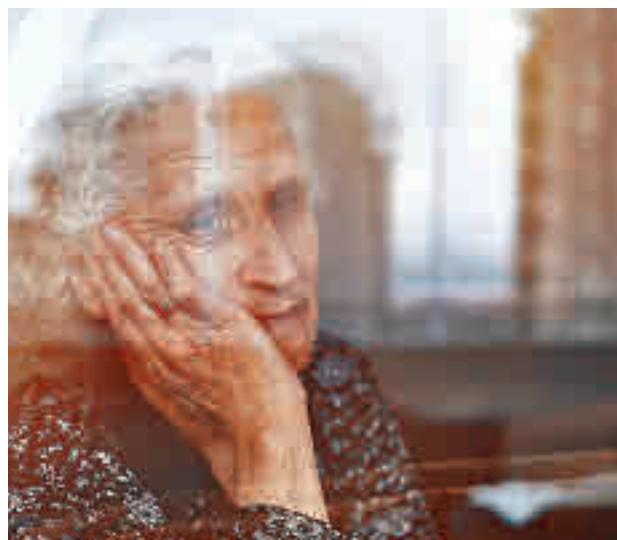
## Expertos advierten de no confundir tristeza con depresión

Se convierte en un problema de salud cuando perdura durante mucho tiempo

E.P.

“El problema viene cuando la tristeza se convierte en depresión, términos que solemos confundir”, asegura el jefe del Servicio de Salud Mental del Hospital Universitario de

Vinalopó, el doctor Luis Fabián Mahecha. En concreto, la depresión provoca síntomas como falta de interés o capacidad para experimentar placer, apatía, insomnio, alteración de la alimentación, pérdida de energía y dificultad para concentrarse. Por su parte, la psicóloga clínica del Hospital Ribera Juan Cardona, Paula Marcos, añade, en este sentido, que “la tristeza,



La depresión provoca apatía e insomnio

como el resto de emociones, se convierte en un problema de salud mental cuando perdura durante mucho tiempo, y cuando invade todos los espacios de la vida, y la persona deja de ser capaz de disfrutar de aquellas cosas positivas y que nos hacen felices”.

### Evitar el rechazo

Marta Rojo, psicóloga clínica del Hospital Universitario de Torrejón, aconseja, para afrontar momentos de tristeza, mantener una vida activa, enriquecida con actividades placenteras y “personas que aportan alegría y estimulan la

curiosidad”. También aboga por “intentar parar, pensar en uno mismo, en aquello que ha conseguido, y en compartir, planificar a medio y corto plazo acciones y proyectos que provoquen ilusión y fortalezcan, y mantener unos hábitos de vida saludable: ejercicio, dieta, y adecuado ritmo de sueño y afrontar los miedos y pensamientos desde la positividad”. Por último, Lorena Cerezo, psicóloga clínica en el Departamento de Salud de Denia, aconseja, además del apoyo del entorno, “entender que hay que vivir la tristeza y transitarla sin rechazarla ni evitarla”.

## ESTUDIO

## España es el sexto país de Europa más saludable

E.P.

El mejor país para vivir de forma saludable en Europa es Finlandia, seguido por Suiza, Países Bajos, Dinamarca, Suecia, España Luxemburgo, Francia, Reino Unido, cerrando la clasificación de los diez mejores Bélgica, según un estudio elaborado por Reebok para encontrar los lugares europeos que promueven y practican hábitos saludables. Para ello, ha analizado la incidencia de hábitos negativos como fumar y beber, así como los niveles de actividad física y la salud resultante en diferentes países y ciudades del continente. Así, señala que Finlandia supera a sus vecinos, ya que el tiempo dedicado a actividades físicas es alto y las tasas de mortalidad causadas por diabetes y enfermedades cardíacas son bajas.

Si bien la mayoría de los países con las mejores condiciones para una vida saludable se encuentran en el norte, los climas soleados de España también ofrecen la posibilidad de desarrollar una vida saludable, “unido al hecho de que el país ibérico cuenta con una buena atención sanitaria y una esperanza de vida alta”, apunta el estudio. Sin embargo, presenta más muertes causadas por la diabetes y niveles moderados de fumadores.





### CRUCIGRAMA BLANCO

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

**Horizontales:**

1. Esencia con mucho olor. Partido político precursor del PP. 2. Desafiar. Coloquialmente adiós, al revés. 3. El impuesto más común en España. Cambiar de canal de manera compulsiva. 4. Tontería típica de los ánades. Sociedad Civil. 5. Marchar. Escrito y no publicado. 6. Lo hace en la piscina. Vallas. 7. El mejor. Miccionarás. 8. 50 romanos. Jornaleras que trabajan en cosas materiales. Oxígeno. 9. Pronombre personal. Sociedad Limitada. Coeficiente de eficiencia energética estacional en modo calor. 10. Añadios. Cuidado.

**Verticales:**

1. Escritos que sirven de modelos para sacar copias. 2. Recogerás el ancla. Lugo. 3. Tratado de organizaciones del Atlántico Norte. 500 romanos. Fósforo. Madrid. 4. Dios egipcio. Hermana unida a su hermana por una parte de su físico. 5. Inclinan la proa hacia el viento. Dios del viento. 6. Azufre. Movimiento del cuerpo con el que se manifiesta disposición. Superman. 7. Arañazos, rasguños. 8. Unión europea. Macho de la cabra. 9. Provisiones. ... Simpson, famoso ex jugador de fútbol americano acusado del asesinato de su ex esposa. 10. Cortos, escasos, moderados. Coloquialmente oposición.

### SUDOKUS

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

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

**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:

O	F	O	S	O	V	N	S	
d	O	L	O	E	Y	O	T	
O	S	V	N	O	E	d		
S	V	R	Y	T	W	S	V	
S	O	R	N	W	O	Y	N	
O	L	I	O	E	N	I	B	I
J	S	V	O	V	S	N	V	D
R	V	E	d	Z	V	A	T	
V	B	N	R	R	V	L	E	R
d	V	V	S	O	R	O	T	O

SUDOKU ABAJO:

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

SUDOKU ARRIBA:

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

● Sube | ● Se mantiene | ● Baja

**EMERGENCIA HAMBRE** 270 millones de personas no tienen alimentos suficientes para sobrevivir. **20 PAÍSES EN ALERTA**. Colabora en [accioncontraelhambre.org](http://accioncontraelhambre.org). ACCIÓN CONTRA EL HAMBRE

### HORÓSCOPO DE LA SEMANA

**ARIES**  
21 MAR – 20 ABR

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**CÁNCER**  
22 JUN – 22 JUL

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**LIBRA**  
22 SEP – 22 OCT

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**CAPRICORNIO**  
23 DIC – 21 ENE

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**TAURO**  
21 ABR – 20 MAY

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**LEO**  
23 JUL – 22 AGO

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**ESCORPIO**  
23 OCT – 21 NOV

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**ACUARIO**  
22 ENE – 21 FEB

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**GÉMINIS**  
21 MAY – 21 JUN

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**VIRGO**  
23 AGO – 21 SEP

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**SAGITARIO**  
22 NOV – 22 DIC

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**PISCIS**  
22 FEB – 20 MAR

● SALUD: ●●●●●  
● DINERO: ●●●●●  
● AMOR: ●●●●●

**El Comercio Local NOS NECESITA**

Ahora más que nunca compra en tu localidad para ayudar a mantener viva tu ciudad, a generar empleo, a dinamizar la economía local, a apoyar a emprendedores de la zona...

Queremos verlos prosperar...

Gente la acción del comercio social



ISAÍAS LAFUENTE

# "Si Clara Campoamor hubiera nacido en Nueva York, tendría 30 películas"

El periodista palentino vuelve a abordar la figura de esta política española, clave en la conquista del derecho al voto femenino, en el libro 'Clara Victoria' (Planeta)

ENTREVISTA DE F. Q. SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTO DE CARLOS RUIZ

**E**n medio de la lucha diaria por la defensa de los derechos de la mujer, a veces conviene echar la vista atrás para recordar que muchas de las conquistas se alcanzan después de años de reivindicaciones. Un buen ejemplo de ello es el derecho a votar, adquirido en España en 1931 gracias especialmente a la labor de Clara Campoamor, "un ejemplo único en la historia del sufragismo mundial". Así define el periodista Isaías Lafuente a la protagonista de 'Clara Victoria', su nuevo libro, que toma el testigo, quince años después de, 'La mujer olvidada'. "Creía que con el libro de 2006 ya estaba hecha mi aportación a la historia de esta mujer, pero es que en este tiempo hay un montón de gente que sigue sosteniendo falsedades o medias verdades sobre lo que sucedió, sobre lo que ella hizo y, en especial, en relación a lo que hicieron quienes intervinieron en aquel proceso del sufragio".

A juicio del periodista y escritor palentino, este logro de Clara Campoamor alcanza cotas internacionales: "Otras mujeres empujaron desde las calles, se jugaron el prestigio, la libertad y algunas, incluso, la vida para que parlamentos de hombres otorgaran ese derecho. La única que lo consigue desde una tribuna parlamentaria es Clara Campoamor, es una figura que no solo merece ser conocida en España, sino a nivel internacional". Por eso, se muestra "convencido de que si en vez de haber nacido en el que entonces era el barrio madrileño de Maravillas lo hubiera hecho en Nueva York ya habríamos visto 30 películas sobre su historia, porque es apasionante y muy relevante".

**Relegada**

En estos últimos años, políticos como Alberto Ruiz-Gallardón o Albert Rivera han recordado la lucha de Clara Campoamor, pero no siempre desde la fidelidad a los



**ANÁLISIS**

**Un ensayo para conocer la España de 1931**

El propio autor define 'Clara Victoria' como "la anatomía de un instante". "Es un ensayo puro y duro en el que cuento lo que pasó y, sobre todo, lo contextualizo, porque Clara Campoamor sí logró el sufragio, pero lo hizo con el apoyo de 160 diputados más", resume.

El título es un juego de palabras sobre la confrontación parlamentaria entre Clara Campoamor y Victoria Kent, "dos mujeres ideológicamente parecidas, ilustradas, republicanas de los pies a la cabeza y feministas", y que se diferenciaban por un aspecto importante: el criterio de oportunidad. "Kent defendía la igualdad de derechos, pero consideraba que no era el momento oportuno, ya que había muchas mujeres analfabetas, que estaban influidas por la Iglesia".



**SIN SUCESOR:**  
Lafuente opina que no ve a ningún político en la actualidad "jugarse la carrera por defender algo que cree justo".

"LO QUE HIZO CAMPOAMOR YO LO EQUIPARO AL FIN DE LA ESCLAVITUD"

"FUE LA ÚNICA QUE LOGRÓ ESTE DERECHO DESDE UNA TRIBUNA PARLAMENTARIA"

hechos. "Me sorprende que se utilice ahora a esta figura como arma arrojadiza contra el adversario político, cuando ha sido una figura olvidada durante tantos años, apunta Lafuente, quien lamenta que, durante muchos años, el nombre de Clara Campoamor no apareciera en los libros de texto: "Lo importante realmente es que, al incorporar a las mujeres, España pasó a ser una democracia plena. Lo que hizo Clara Campoamor yo lo equiparo al fin de la esclavitud o al final de la segregación racial en Estados Unidos, y estos episo-

"ME SORPRENDE QUE SE UTILICE SU FIGURA COMO UN ARMA ARROJADIZA"

"ACTUALMENTE HAY MUCHO MÁS MATERIAL SOBRE ELLA: ARTÍCULOS, TESIS, LIBROS..."

dios sí son estudiados por nuestros chicas y chicos en diferentes etapas educativas".

En ese oscurantismo, a juicio de Isaías Lafuente, ha tenido mucho que ver "la persecución que sufrió por el franquismo" y que llevó a Clara Campoamor al exilio. Eso sí, parece que se van dando pasos para que esta mujer obtenga el reconocimiento que merece: "La mejor sorpresa que he recibido es que ahora hay muchas más obras sobre Clara Campoamor que en 2006: tesis doctorales, artículos, libros... Hay muchísimo más material", remarca.

