

20
minutos

MADRID LUNES, 8 DE ABRIL DE 2019. AÑO XX, Nº 4379
www.20minutos.es

donuts[®]
*Ahora más tiernos
que nunca*



¿TE VAS A RESISTIR?

20
minutos

ABRIL ES EL MES DEL IBÉRICO



registro
gratuito

tiendagastro.20minutos.es

La tienda online
del periódico
20minutos con
la mejor selección
de productos
al mejor precio.

ofertas y sorteos
para clientes
registrados

lotes
exclusivos

Accede a las
OFERTAS



ENTREGA A TU MEDIDA



PAGO FLEXIBLE



PROMOCIONES



PRODUCTOS SELECCIONADOS

20 minutos

MADRID LUNES, 8 DE ABRIL DE 2019. AÑO XX, Nº 4379
www.20minutos.es

El alto precio de la vivienda en Madrid empuja a comprar más locales para convertirlos en casa

El ingenio de los madrileños se está agudizando por los altos precios de las viviendas y el boom de los pisos turísticos. Los habitantes de la capital comienzan a optar por comprar locales, mucho más baratos, y adaptarlos para convertirlos en su hogar. De los 9 cambios de uso que se solicitaron en 2015 hemos pasado a 368 en el pasado 2018. **PÁGINA 2**



VEEP: PORQUE NO SOLO DICE ADIÓS 'JUEGO DE TRONOS'

PÁGINA 20

La eutanasia entra de lleno en el debate político: las propuestas de los partidos

PÁGINA 8

El frío y la lluvia seguirán, al menos, hasta Semana Santa

PÁGINA 8

Nuevos hábitos en la dieta: menos mediterránea y más salada

PÁGINA 11



GENOCIDIO RUANDES: 25 AÑOS DE LA BARBARIE

Este fin de semana se ha cumplido el veinticinco aniversario del genocidio tutsi, la matanza de Ruanda que acabó con la vida de decenas de miles de personas, muchos de ellos niños (foto). **PÁGINA 10**

MGS

Seguros | Sencillamente seguros

www.mgs.es

Repulsa social y política por el crimen machista de Vinaroz

16 MUJERES han fallecido ya este año, frente a las 7 que murieron hasta abril de 2018
ÚLTIMO CASO Ayer se halló el cadáver de una mujer desaparecida; su pareja, detenida

PÁGINA 4



Pedro Sánchez
«PP y Ciudadanos abrazan argumentos de la ultraderecha»



Pablo Casado
«No permitiré que en España manden los independentistas, los terroristas y los comunistas»

La precampaña coge ritmo: todos contra todos **PÁGINA 6**



Albert Rivera
«Hay ganas de echar a Sánchez y de quitar la economía a Iglesias»



Pablo Iglesias
«No quiero un país en el que haya presos políticos»

FOGONAZOS ENCARNA SAMITIER

Sin rendirse. El hallazgo del cadáver de la mujer desaparecida en Vinaroz confirmó los peores temores: la vida de una joven de 26 años ha sido truncada por la violencia machista. Los fríos datos podrían llevar al desestimiento, a la desesperanza pero la respuesta ha de ser justamente la contraria. La sociedad no puede rendirse, no puede dar ni un paso atrás en la educación, la prevención y el castigo frente a estos terribles delitos. ●



#Deportes



EL GETAFE GANA Y SIGUE SIENDO UN EQUIPO DE CHAMPIONS / PÁG. 12

El precio de los pisos empuja a los madrileños a comprar locales para hacer viviendas

CADA VEZ MÁS vecinos optan por adquirir un bajo comercial para vivir debido a que su coste es mucho menor

EN 2015 se solicitaron al Ayuntamiento solo nueve cambios de uso frente a los 368 que se pidieron en 2018

EXPERTOS INMOBILIARIOS relacionan el 'boom' con los pisos turísticos; Cibeles lo niega al darse más lejos del centro

EL FENÓMENO afecta al pequeño comercio de forma negativa: «Hay gente que no tiene donde comprar pan»

FCO. PELAYO

madrid.local@20minutos.es / @20m

La dificultad de acceso a la vivienda en la ciudad de Madrid está modificando el comportamiento de los vecinos de la capital. Los precios al alza tanto del alquiler como de los pisos en propiedad han provocado que muchos madrileños vean en la compra de locales comerciales una opción más económica para tener una residencia tras solicitar un cambio de uso. El daño colateral de esta creciente tendencia lo está sufriendo la actividad comercial de los barrios, que están viendo cómo las tiendas o bares de toda la vida están desapareciendo.

Según datos municipales, desde 2015 el Ayuntamiento de Madrid ha autorizado la transformación de 778 locales comerciales en vivienda y se encuentra tramitando otras 500 conversiones de uso. Los distritos que más transformaciones acumulan en estos últimos cuatro años son Ciudad Lineal (102), Fuencarral-El Pardo (85) y Latina (71). Las cifras indican que se trata de un fenómeno creciente en nuestra ciudad. En 2015, se solicitaron 9 cambios de uso; en 2016 se elevó el número a los 86; y en 2017 y 2018 se ha disparado la cifra hasta los 215 y 368 cambios de uso, respectivamente. En lo que va de año se han autorizado 100.

Fuentes del sector inmobiliario consultadas por **20minutos** apuntan como causa la proliferación de los pisos turísticos. Argumentan que el motivo principal para comprar ahora



Vivienda en venta en la calle Francisco Remiro que antes era un local comercial. JORGE PARÍS

un bajo comercial para convertirlo en vivienda es la nueva exigencia municipal que plantea el recién aprobado Plan Especial de Hospedaje: que el piso tenga acceso independiente a la calle.

Sin embargo, desde el Ayuntamiento de la capital descartan este motivo y apuntan al alto precio de la vivienda como responsable: «Se están pidiendo por toda la ciudad, aunque el mayor porcentaje se encuentra en distritos que están fuera de la M-30 y el fenómeno de los pisos turísticos afecta a los distritos más céntricos», explican desde el Área de Desarrollo Urbano Sostenible. Según datos del portal *idealista.com*, el pasado enero, el precio del metro cuadrado de la vivienda de segunda mano en la capital alcan-

PREGUNTAS CON RESPUESTA

¿Qué condiciones debe tener una vivienda?

¿Qué requisitos se le exige a una vivienda? Cualquier vivienda en la ciudad de Madrid debe contar con una estancia-comedor, cocina, dormitorio y aseo. La superficie útil mínima debe ser de 38 metros cuadrados, aunque se puede reducir a 25 metros en el caso de que sea un estudio con salón-comedor-cocina, más el baño.

¿Debe tener una altura mínima? Sí. La altura libre mínima del local debe ser de 2,5 metros en al menos el 75% de

su superficie. En el resto se exige un mínimo de al menos 2,2 metros.

¿Cómo debe ser el acceso? Debe contar con una puerta de unas dimensiones mínimas de 2,03 metros de altura y 82,5 centímetros de ancho.

¿Qué dimensiones deben tener las ventanas? Los huecos para la luz natural deberán tener una superficie no inferior al 12% de la superficie útil de la pieza habitable.

zó los 3.903 euros frente a los 2.718 euros del mismo mes de 2015. El incremento es del 43,5% en cuatro años.

La razón fundamental para decidir comprar un local comercial para reformarlo como vivienda es el precio. En Usera, junto a Plaza Elíptica, por ejemplo, una vivienda de 60 m² alcanza en la actualidad los 130.000 euros mientras que un bajo comercial en la misma zona se puede comprar por unos 65.000, según los anuncios de venta que aparecen en *idealista.com*. Al precio de compra habría que añadirle la reforma necesaria para transformarlo en vivienda (entre 15.000 y 20.000 euros para 60 m², según empresas consultadas) y luego el cambio de uso, pero aún así sale mucho más económico.

Esta cuestión fue planteada en la última comisión de Desarrollo Urbano Sostenible por la portavoz del PSOE en la materia, Mercedes González. La edil socialista llamó la atención sobre lo que denomina «transformación silenciosa» de los barrios debido a que influye en la «desaparición del comercio de



20M.ES/MADRID

Consulta toda la información de la Comunidad de Madrid en nuestra página web **20minutos.es**

proximidad», un sector ya de por sí debilitado por la presencia de los grandes centros comerciales y el auge del comercio electrónico.

«En los últimos años, hemos constatado la transformación de unos 200 locales comerciales en viviendas. La mayoría de los pisos son ilegales porque no han hecho el cambio de uso», asegura Fernando Cifuentes, presidente de la Asociación de comerciantes del Barrio del Pilar, en el distrito de Fuencarral, uno de los más afectados. Cifuentes explica que, por ejemplo, en el mercado tradicional del Poblado Dirigido de Fuencarral casi todos los comercios han sido sustituidos por viviendas. «Hay gente que ya no tiene siquiera una tienda cercana donde comprar pan», lamenta. El Gobierno municipal ha mostrado su preocupación y anuncia que evaluará, si sigue gobernando, un plan para regular con más contundencia el cambio de locales a vivienda. ●

Errejón quiere que las mujeres puedan bajar del búho donde «lo necesiten»

Más Madrid llevará en su programa varias propuestas de movilidad para evitar agresiones machistas y dar «seguridad» a las mujeres. En una columna publicada este lunes en la web de **20minutos**, la número dos de la lista de Íñigo Errejón, Clara Serra, avanza que propondrán que las viajeras puedan pedir a los conductores de las líneas nocturnas de autobús que la parada «sea donde ellas lo necesiten», siempre que forme parte del recorrido. Además, defiende recuperar los buhometros y crear una *app* para comunicar agresiones al personal del suburbano «desde dentro de los vagones para contar con ayuda en la siguiente estación». ●

20'

La última planta del edificio de Pablo Neruda deberá ser demolida

La última planta del edificio situado en el 17 de la avenida Pablo Neruda de Vallecas deberá ser parcialmente demolida. Así lo han determinado los servicios municipales tras comprobar la gravedad de los daños existentes en su estructura tras la explosión causada por un supuesto escape de gas el jueves.

Aguado asegura que volvería a pactar con el PP tras las elecciones

El candidato de Ciudadanos a la Comunidad, Ignacio Aguado, apostó ayer en una entrevista con Europa Press por una «coalición» con el PP tras las elecciones del 26 de mayo y calificó de «coherente» su veto al PSOE de Ángel Gabilondo.

Valiente quiere dar una plaza a Sánchez Ferlosio

El concejal-presidente de Chamartín, Mauricio Valiente, propondrá en el último Pleno de distrito de este mandato que la plaza del Sagrado Corazón de Jesús sea renombrada para recordar al escritor Rafael Sánchez Ferlosio.

Cs pacta con los últimos ediles de UPyD de Las Rozas y Alcobendas

Cs ha llegado a un acuerdo de colaboración con UPyD para presentar candidaturas conjuntas en Alcobendas y Las Rozas, dos de los municipios madrileños donde obtuvieron representación los magentas en 2015.

EN CIFRAS

Pisos, locales y cambios de uso

778

locales comerciales han recibido la autorización municipal para ser vivienda desde 2015.

102

cambios de uso se han concedido en Ciudad Lineal, el distrito con más autorizaciones.

65.000

euros cuesta un local de 60 m² en Usera, la mitad que un piso de iguales dimensiones.

43,5%

ha aumentado el precio de la vivienda de segunda mano en la ciudad entre 2015 y 2019.

El puente de Pedro Bosch tendrá jardines y será solo para peatones

El Ayuntamiento convoca un concurso para la creación de un «eje cívico» que conecte los parques de Retiro y Tierno Galván

R. M.
madrid.local@20minutos.es / @20m

La ciudad de Madrid sigue pisando el acelerador para ponerse a la altura de las grandes capitales mundiales como París o Nueva York en materia de movilidad y urbanismo sostenibles. Por eso, el Ayuntamiento ha convocado, en colaboración con el Colegio de Ingenieros de Caminos Canales y Puertos, un concurso de proyectos para mejorar el espacio público y la movilidad entre los distritos de Retiro y Arganzuela.

La iniciativa se centra en la creación de un denominado «eje cívico» que conecte dos zonas verdes: el parque del Retiro con el de Tierno Galván. El objetivo es potenciar el itinerario Pacífico-Adelfas-Atocha mediante una nueva ordenación del espacio público que prime al peatón frente al coche y fomente el uso del transporte público, entre otras prioridades. En concreto, el área objeto del concurso comprende el paso elevado de Pedro Bosch, una infraestructura de los años 70 y cuya creación estuvo condicionada por el fuerte uso industrial del barrio de Atocha en aquellos años.

«Es una obra clave. Lanzamos este concurso para buscar las mejores soluciones a la conexión peatonal, sustituyendo coches por personas e

integrando esta infraestructura en la red de espacios peatonales de nuestra ciudad», señala a **20minutos** el responsable del área de Desarrollo Urbano Sostenible, el concejal José Manuel Calvo.

La convocatoria propondrá dos opciones de intervención en el entorno del puente de Pedro Bosch, bien reutilizando la infraestructura del paso elevado, bien demoliéndolo en su tramo comprendido entre la calle Granada hasta su encuentro con la avenida Ciudad de Barcelona. Estas alternativas se expondrán durante 15 días en Decide Madrid, la web de participación municipal, para que sea seleccionada una de ellas mediante de la votación de los vecinos de ambos distritos.

Para el Consistorio, este puente se ha quedado en bue-

LA CLAVE

Un paso elevado sobre las vías de Atocha

La calle de Pedro Bosch es una imponente arteria de la capital que nace como continuación de la calle del Doctor Esquerdo y que finaliza en la calle Méndez Álvaro. En su mayor parte transcurre por un paso elevado sobre la playa de vías de la estación de Atocha y la avenida de la Ciudad de Barcelona (en la imagen, este último tramo).



JORGE PARIS

1972

es el año de construcción del puente elevado de la calle Pedro Bosch

na medida «desfasado» ante los nuevos modelos de ciudad y los retos en sostenibilidad y movilidad que tiene por delante el Madrid del siglo XXI. Esto obliga a replantearse cuestiones sobre la movilidad (ciclismo, transporte públi-

co o transporte privado, por ejemplo), conectividad, accesibilidad para peatones o existencia de zonas verdes y espacio público, según el Ayuntamiento.

Algunos de los ejemplos de proyectos alternativos más conocidos en los que se mira la capital son el Highline de Nueva York, el Promenade Plantée de París o el reciente Skygarden de Seúl. Todos han asentado las bases de un nuevo modelo de ciudad en el que los vecinos y vecinas se han reapropiado de infraestructuras que hasta entonces les eran ajenas o suponían barreras de movilidad y sostenibilidad.

La convocatoria de este concurso se enmarca dentro de los compromisos del Ayuntamiento expresados en el Plan A de Calidad del Aire y Cambio Climático, que establece el marco director de la política de movilidad de los próximos años.

La presentación y lanzamiento del concurso tendrá lugar hoy a las 16.00 horas en un acto público celebrado por la delegación de Madrid del Colegio Oficial de Ingenieros de Caminos. ●

Descubre México con Aeroméxico



Precio final



Promoción exclusiva



Pago en 3 meses

Ciudad de México 579€ i/v

Playas de México 594€ i/v

Consulta otros destinos de México y el mundo



viajeselcorteingles.es



VIAJES El Corte Inglés
Una sonrisa de ida y vuelta

La desaparecida en Vinaroz fue asesinada y enterrada por su novio



La Policía Científica investiga el lugar donde fue hallado el cuerpo. El presunto autor, detenido. EFE



Ante las «extrañas circunstancias» que rodeaban el caso, el cuerpo armado inició distintas líneas de investigación en el entorno de la víctima, ante la sospecha de que «la desaparición no había sido voluntaria». Y, aunque todas las hipótesis estaban abiertas, la principal apuntaba a que el novio de la joven tendría «algo que ver». Practicadas las gestiones y «obtenidos datos significativos sobre su presunta implicación», en la noche del pasado viernes el compañero sentimental de la desaparecida fue detenido junto a otras dos personas que también podrían estar implicadas en la extraña desaparición de Nelea.

Ayer, finalmente el novio de la joven confesó que el cuerpo sin vida de esta moldava de 26 años se encontraba enterrado en un descampado de la localidad tarraconense de Uldecona. Los agentes efectuaron varios registros en su casa de Vinaroz y en el lugar que les indicó el joven hasta dar con el cuerpo, que presentaba signos de violencia.

No constan antecedentes policiales ni denuncias previas de la víctima sobre violencia machista, según datos de la Guardia Civil. Las investigaciones —que seguían abiertas al cierre de esta edición (23.00 horas) y no se descartaban nuevas detenciones— han sido dirigidas por el Juzgado número 4 de Instrucción y Violencia de Género de Vinaroz —que decretó el secreto de sumario de las actuaciones— y llevadas a cabo por la Unidad Orgánica de Policía Judicial de Castellón.

El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, transmitió su «cariño» a los familiares de la jo-

Tampoco había denunciado

●●● **Nelea S. no había denunciado anteriormente a su pareja, ahora su presunto asesino, por violencia de género. Y tampoco lo habían hecho 14 de las otras 15 víctimas de esta lacra machista que se contabilizan en lo que va de año. En 2018, solo 13 de las 47 mujeres asesinadas habían interpuesto denuncia previa y en otro de los casos habían denunciado terceras personas. Además, de estas 14, cuatro no continuaron con el proceso.**

ven asesinada, y en su Twitter lamentó que «el horror vuelve a golpearnos» en referencia a la violencia machista. «No pararemos hasta acabar con esta lacra. Os queremos vivas, libres, seguras», añadió.

De confirmarse el asesinato de la joven de Vinaroz como un caso de violencia machista, se elevaría a 16 el número de mujeres asesinadas por sus parejas o exparejas en lo que va de año —aún hay un caso en investigación—, más del doble de los asesinatos contabilizados durante el mismo periodo de 2018, cuando habían muerto 7 mujeres. Así, ya son 991 las víctimas mortales desde 2003, primer año del que hay estadísticas oficiales. ●

016

Teléfono gratuito de atención a las víctimas de violencia machista

Hallado el cuerpo sin vida y semidesnudo de una joven en Torre Vieja

Una mujer de 39 años y de origen marroquí fue hallada ayer muerta y semidesnuda a los pies de unas escaleras de un edificio del polígono industrial Casa Grande, a las afueras de Torre Vieja. A la espera de los datos que pueda ofrecer la autopsia, las primeras pesquisas de la Guardia Civil apuntan a «una posible muerte accidental».

Fuentes conocedoras del caso aseguraron ayer que los investigadores parecen descartar la participación de terceras personas, informó Efe. De este modo, la hipótesis que se maneja es que la víctima podría haber fallecido como consecuencia de las heridas provocadas al precipitarse por accidente por las escaleras de este inmueble, situado en una zona con numerosos locales de ocio.

El cadáver fue descubierto a las 9 por un menor que había salido a pasear a su perro. ●

20"

Muere una niña de tres años en un accidente de tractor en Cantabria

Una menor de tres años perdió la vida este domingo tras volcar el tractor en el que viajaba y caer por una ladera en la localidad cántabra de Collado de Cieza. Su padre, que conducía el vehículo, resultó herido de gravedad.

Desaparece en Ecuador un estudiante gaditano

Manuel Tundidor Cabral, un estudiante gaditano de Enfermería, desapareció ayer en Ecuador arrastrado por la corriente de un río. El joven realizaba unas prácticas en el país. La familia del joven se ha trasladado hasta el lugar de la desaparición.

Encuentran el cadáver de una mujer en Ferrol

Un bombero halló ayer el cuerpo de una mujer en una playa de Ferrol, el segundo que aparece en el mismo punto en un mes.

Regulación del autoconsumo eléctrico

El Boletín Oficial del Estado publicó este sábado el real decreto por el que se regulan las condiciones administrativas, técnicas y económicas del autoconsumo eléctrico, del que se beneficiarán comunidades de vecinos y polígonos industriales, y que entró en vigor ayer domingo.

R. A.
actualidad@20minutos.es / @20m

Nuevo presunto caso de violencia machista y ya van 16 este 2019, más del doble que los asesinatos contabilizados por esta lacra el pasado año por estas mismas fechas, cuando se habían producido siete. La última víctima, una joven moldava de 26 años que residía en Vinaroz (Castellón) junto a su pareja. Tras casi dos meses desaparecida, durante la mañana de ayer, la Guardia Civil halló el cuerpo sin vida de Nelea S., vista por última vez el pasado 17 de febrero en el municipio castellonense. Su cadáver se encontraba enterrado, con signos de violencia, en un descampado de Uldecona (Tarragona), localidad situada a unos veinte kilómetros de su lugar de residencia y en la que residen algunos

CASI DOS MESES llevaba desaparecida Nelea S., desde el 17 de febrero, cuando fue vista por última vez **TRES SEMANAS** tardó su novio, desde el día de su desaparición, en informar a la Guardia Civil de su ausencia

EL JOVEN, de 22 años, fue detenido el pasado viernes y ayer confesó que había enterrado su cuerpo en Uldecona **NELEA S.** es la víctima 16 de la violencia de género en 2019; hace solo un año se habían producido 7 asesinatos

familiares de su novio, de 22 años y natural de Rumanía.

Según testigos, ambos mantuvieron una fuerte discusión a las puertas de una discoteca a mediados del pasado mes de febrero, y después la joven no regre-

só a su casa de Vinaroz. Sin embargo, su desaparición no fue denunciada por su novio hasta tres semanas después, el día 7 de marzo, cuando informó de su ausencia en el cuartel de la Guardia Civil de la localidad.

El interés televisivo del juicio en el Tribunal Supremo no decae. Si bien la primera semana arrancó de manera letárgica, el desarrollo del juicio está siendo un espectáculo televisivo que nada tiene que envidiar a las series americanas sobre la profesión togada. Dos aspectos destacables: la petición de careo y la prueba documental e inspección ocular.

Un careo suena a confrontación y a pelea, pero la LECr [Ley de Enjuiciamiento Criminal] lo prevé como un intento de consensuar versiones. El letrado de



FIRMA INVITADA

Careos y otros medios de prueba



Alfonso Valero
Abogado y 'solicitor' (Inglaterra y Gales) —no en ejercicio—

Forn, exconsejero de Interior, lo solicitó entre Pérez de los Cobos y Ferran López, al haberse presentado versiones contradictorias por parte de ambos. Se podría pensar que el segundo habría exculpado a Forn o a los otros encausados y de ahí la petición de careo, pero no es así. La contradicción se refiere a la buena cooperación —o falta de ella— entre la Policía Nacional y Guardia Civil con los Mossos. En realidad es difícil que un careo fallido (es decir, sin establecer una versión única de los hechos), desplace el valor de la

prueba documental.

Respecto a la prueba documental e inspección ocular, el abogado de Jordi Sánchez, Jordi Pina, ha sido el protagonista de dos admoniciones por parte de Marchena, precisamente relacionados con el uso de la prueba documental. En ambas ocasiones el letrado se refirió a la supuesta contradicción entre lo declarado por los testigos y

Un careo suena a pelea y confrontación, pero la LECr lo prevé como un intento de consensuar versiones

otros medios de prueba que el abogado tenía delante de sí (un informe médico y vídeo). La intervención de Marchena fue muy oportuna. La LECr prevé la práctica de prueba documental y cualquier otro medio de prueba después de concluida la testifical.

Si la documental contradice lo declarado por los testigos, es algo que podrán denotar los abogados en su momento. No solo eso, como pusieron de manifiesto las respuestas de los interrogados, el señor Pina estaba haciendo una selección arbitraria de las pruebas a las que se refería.

AGILITY CITY 125

HIPERACTIVO



DESCÚBRELO EN KYMCO.ES

 **KYMCO**
Dondequiera que vayas

#Elecciones28-A

El PP promete rebajar los impuestos de la vivienda y el IRPF

CASADO Reitera que si llega a la Moncloa acabará con el tributo de Donaciones y Sucesiones

DECÁLOGO Presenta también diez puntos para apostar por «la libertad de elección» en la educación

AYUDAS Promete que las listas de espera para las prestaciones por dependencia «no serán superiores a 30 días»

EMILIO ORDIZ

emilio.ordiz@20minutos.es / @EmilioOrdiz

A unos días de que en la madrugada de este viernes arranque la campaña para las elecciones generales, el líder del PP, Pablo Casado, afirmó este fin de semana que su formación abordará temas de los que «otros partidos no hablan» y citó como ejemplo la economía. Y es que Casado reiteró algo que ya venía anunciando desde que ganó las primarias: eliminará o modulará los impuestos de Patrimonio, Actos Jurídicos Documentados (más conocido como el impuesto de la hipoteca), Sucesiones y Donaciones, además de reducir el IRPF por debajo del 40%.

Este es uno de los puntos que incluirá el Partido Popular en su programa electoral, que se presenta hoy con un acto en Barcelona. Otro de los aspectos fundamentales será la educación. El sábado Casado desveló un decálogo sobre una reforma



LAS FRASES DE PABLO CASADO

“ **SOBRE LAS ELECCIONES** «El 28 de abril se vota la disolución de España o el mantenimiento de la democracia»

“ **SOBRE ECONOMÍA** «[La economía] tiene mucha importancia y otros partidos no hablan. Hay que estar con la economía real»

“ **SOBRE PACTOS** «El PP no va a permitir que en España manden terroristas, independentistas y comunistas»



20M.ES/ELECCIONES

Todas las noticias sobre las elecciones generales en este enlace o en nuestra web **20minutos.es**

educativa en la que primará «la libertad de elección de las familias». El presidente popular desglosó sus medidas: «Apostamos por la evaluación pública para conocer el rendimiento

Sánchez apela al voto por el «riesgo real» de que «las tres derechas» sumen

El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, advirtió ayer contra «el viaje a ninguna parte del independentismo, que quiere violentar la Constitución» y de que «la ultraderecha está influyendo en el discurso de PP y Cs». En un mitin en el Palacio de Congresos de Zaragoza ante 1.700 asistentes (según datos del PSOE), Sánchez contrapuso a ambas posiciones políticas que, si obtiene el triunfo electoral, él defenderá «con uñas y dientes» el «autogobierno y el Estado de las autonomías».

Sobre la situación catalana, a su juicio, el problema «se llama convivencia» y, para resolverlo, «hay dos caminos», expuso: o «continuar confrontando» o «apelar al diálogo dentro del Estatuto y de la Constitución».

A renglón seguido, aseguró que «hay un riesgo real de que la derecha y sus tres siglas sumen una mayoría parlamentaria» y de que repitan el esquema de pacto de Andalucía. Así, defendió que el PSOE es «el único partido que puede sumar más». «Si nos movilizamos,



Sánchez, ayer, durante su acto en Zaragoza. J. BELVER / EFE

no van a frenar esta ola de ilusión y esperanza», abundó. Sánchez criticó que PP y Cs hayan abrazado «argumentos de la ultraderecha» en temas co-

del alumno», incluyendo una prueba al final de cada etapa formativa «que sea vinculante en Bachillerato». Añade, asimismo, el castellano como lengua vehicular. Otro de los puntos que se recogen en este plan es el llamado MIR educativo. El objetivo del mismo es, en palabras del propio Casado, «seleccionar a los mejores profesores». El PP apostará también por dar importancia a la Filosofía y al estudio de las nuevas tecnologías, así como por la FP

LA CIFRA

100

días se da Pablo Casado si llega al Gobierno para llevar a cabo las principales reformas

dual –que combina trabajo en el aula y en la empresa–. Todo ello está englobado en «la defensa de la educación concertada» y en una «apuesta por la conciliación». Así, la formación tratará de impulsar la «gratuidad progresiva de la educación de 0 a 3 años».

Pablo Casado también adquirió una promesa en materia de dependencia. «Mi compromiso es nítido, cuando yo sea presidente de España en 30 días tendrán que resolverse los casos de petición de una prestación por dependencia», recalcó, y se comprometió a poner «todos los recursos» al alcance de los pacientes. Mencionó, en este sentido, «situaciones dramáticas como la que encontró Juanma Moreno en la Junta de Andalucía, donde el PSOE escondió a medio millón de andaluces en las listas de espera», algo que «ya se está resolviendo con el nuevo Gobierno». ●

mo la homofobia, la violencia machista o el aborto.

En cuanto a propuestas programáticas, el candidato socialista se comprometió a mejorar la financiación local y autonómica de las comunidades más despobladas y recordó su idea de sacar adelante una ley de eutanasia para una muerte digna.

También, citó un nuevo estatuto de los trabajadores, el blindaje en la Constitución de la revalorización de las pensiones, la protección del sistema sanitario, el aumento del número de viviendas sociales o la derogación la ley de protección de la seguridad ciudadana. «Lo que hemos hecho durante diez meses es nuestra mejor tarjeta de visita», afirmó. ●



Albert Rivera, ayer, en un acto de Cs en Las Rozas (Madrid). EFE

Rivera pide «energía» a Casado para pactar

Ciudadanos quiere lanzar «una campaña en positivo». Con la mano de Rivera tendida para Pablo Casado, el propio líder naranja aseguró que ve «ganancias» de echar a Sánchez. Por ello, insistió en alcanzar un pacto con el PP, para lo que pidió a Casado un poco de «energía». En un acto en Las Rozas (Madrid) donde Cs presentó su lema de campaña «¡Vamos! Ciudadanos», Rivera apuntó que solo él está siendo «honesto» porque ha dejado claro con quién va a pactar. Volvió a incidir en la idea de «independizarse de Torra y Puigdemont» y de quitar

«a Iglesias la economía del país». Asimismo, desde Cs tienen claro que el PSOE volverá «a pactar con ellos». Como viene haciendo, la única alternativa es «un pacto entre Cs y PP» para lo que pidió «energía a Pablo Casado». Fue muy claro: «Lo importante es sumar los escaños suficientes para formar un Gobierno». A ese mensaje se unió una Inés Arrimadas que considera a Sánchez «un peligro público», y que instó al bipartidismo a «pedir perdón» por «todo lo que han hecho mal para España» a lo largo de estos años. ● E.O.

20"

Iglesias censura que haya «presos políticos»

El candidato de Unidas Podemos, Pablo Iglesias, aseguró este fin de semana que no quiere «vivir en un país con presos políticos». En un mitin en L'Hospitalet de Llobregat pidió «diálogo» para resolver el conflicto en Cataluña, si bien evitó mencionar la propuesta que incluye su programa sobre un referéndum pactado.

Puigdemont pide huir de «la comodidad»...

El expresidente de la Generalitat Carles Puigdemont aseguró ayer que «no se puede garantizar el progreso desde la comodidad de la política de siempre» y defendió a JxCat como la fuerza que entiende la política hecha con más generosidad que arrogancia. Así lo dijo en un vídeo proyectado en el acto de presentación de los candidatos de JxCat para el 28 de abril.

... Y Pascal no descarta crear un nuevo partido

La excoordinadora del PDeCAT Marta Pascal ha dejado la puerta abierta a la creación de un nuevo partido político al margen del expresidente de la Generalitat Carles Puigdemont, con quien ha reconocido tener discrepancias: «Es una opción».

470.000 extranjeros podrán votar el 26-M

Cerca de 470.000 extranjeros podrán votar en las elecciones municipales previstas para el próximo 26 de mayo y de ellos más de 365.000 tendrán también derecho de voto en los comicios al Parlamento europeo que se celebrarán esa misma jornada. Casi la mitad de estos electores son nacionales de Rumanía y Reino Unido.

«Quien vote a Vox va a poder resarcirse de tanto engaño y traición»

El secretario general de Vox, Javier Ortega Smith, cree que PP y Cs «están traicionando a sus votantes, pero que no se preocupen esos votantes porque el día 28 de abril van a tener la oportunidad de coger la papeleta de Vox y resarcirse de tanto engaño y de tanta traición».

«Votar al PSC en Cataluña es hacer ministra a Arrimadas. Si Sánchez se ve fuerte, pactará con Cs»

GABRIEL RUFIÁN
Número dos de ERC a las elecciones del 28-A



EL SEÍSMO
YA HA LLEGADO

¡SEIS MESES GRATIS!

EN TU SEGURO DE COCHE.

902 123 228

Una compañía
bankinter.



lineadirecta.com

HISTORIAS CON FOTO

Frío y lluvia al menos hasta Semana Santa

Las lluvias y el frío invernal que se instalaron en la Península el pasado viernes seguirán, al menos, hasta Semana Santa, según la predicción de la Agencia Estatal de Meteorología (Aemet) para los próximos días. Aunque los termómetros y la cota de nieve subirán paulatinamente, una sucesión de borrascas seguirá dejando lluvias en casi toda España durante la próxima semana. En Semana Santa, aunque aún hay mucha incertidumbre, se espera más calor y menos lluvia de lo habitual. ●



Una mujer camina por una calle nevada en Vendas da Barreira (Riós) en Orense. EFE

20"

Madrid y Cataluña lideran el alza del precio de la vivienda

La Comunidad de Madrid y Cataluña lideraron la subida de los precios de la vivienda en 2018, con alzas del 9% y el 7,8% respectivamente en relación a 2018, según un informe de la Sociedad de Tasación. En la capital, el metro cuadrado se sitúa en los 2.389 euros de media.

La banca prevé más embargos hipotecarios en segundas residencias

La banca espera un aumento de los embargos hipotecarios tras una sentencia del Tribunal de la Unión Europea sobre cláusulas abusivas favorable al sector. El repunte

afectará fundamentalmente a segundas residencias.

La Fiscalía pide 2 años de cárcel para los creadores de 'seriesyonkis.com'

La Fiscalía de Murcia pide 2 años de cárcel y 4.200 euros de multa para los cuatro responsables de la web de descargas ilegales *seriesyonkis.com*. En el juicio, que comienza hoy, se les juzgará por delitos contra la propiedad intelectual.

La familia de José Couso pide justicia 16 años después de su muerte

Familiares y amigos del periodista español José Couso —muerto hace 16 años tras un ataque estadounidense durante la guerra de Irak— exigieron ayer en una protesta frente a la embajada de EE UU que se revise el archivo de la causa.

ENTRE UNA LEY DE EUTANASIA Y LOS CUIDADOS PALIATIVOS

El caso de Carrasco mete la muerte digna en la campaña. PSOE y Podemos apuestan por legalizar; el PP pide un testamento vital y Cs prefiere aplicar primero cuidados paliativos

EMILIO ORDIZ

emilio.ordiz@20minutos.es / @EmilioOrdiz

El caso de María José Carrasco, enferma de esclerosis múltiple que falleció asistida por su marido, ha propiciado que el debate sobre la eutanasia entre de lleno en la campaña electoral. Los partidos están divididos en este sentido. Las posturas van desde la propuesta de una ley de eutanasia —defendida por PSOE y Podemos—, hasta el rechazo total planteado por Vox. En el medio, Ciudadanos incide en la necesidad de regular, pero pide hacerlo por partes. Precisamente la formación naranja lanzó en la legislatura que acaba de terminar una ley de cuidados paliativos, que inició su tramitación. Otra norma que se tumbó fue la de Unidos Podemos, antes de que los socialistas presentaran la suya. En el PP no quieren hablar de derecho a la muerte.

PSOE

LEY DE EUTANASIA. «Aprobaremos una ley para regular la eutanasia y la muerte digna, defendiendo el derecho a elegir con libertad hasta el últi-

mo minuto de nuestra vida, y el derecho a recibir la mejor atención médica en su tramo más difícil». Este es, literalmente, un apartado del programa del PSOE para el 28-A. Sigue los pasos marcados en la pasada legislatura, y el caso de Carrasco ha devuelto esta medida a la primera línea. En el partido defienden la «legalidad» de la eutanasia, pero son partidarios de que se controle «todo el proceso», desde la voluntad del paciente hasta el trabajo médico que se realice con él. Además, los socialistas no encontraron grandes rechazos a su medida (salvo por parte del PP). La ministra de Sanidad, María Luisa Carcedo, apuntó que esta medida es necesaria para «evitar sufrimientos tan penosos», con una regulación «con todas las garantías» y en unas condiciones de «dignidad y seguridad».

PP

CUIDADOS PALIATIVOS. Desde el Partido Popular prefieren no entrar en el debate. Fuentes de Génova rechazan hacer valoraciones, dado que no han pre-

sentado su programa electoral y teniendo en cuenta «las diferentes posiciones» que se dan tanto a nivel interno como entre partidos. Casado, de hecho, reiteró en varias ocasiones que este es un debate que en la actualidad «no existe» y este sábado aseguró que no va a promover una ley en este sentido si llega al Gobierno.

Aún con eso, los populares están más cercanos a los cuidados paliativos, y no quieren ver la muerte como «un derecho». Son partidarios de centrarse en «facilitar el proceso médico». A la espera de ver si incluyen algún cambio en este sentido en su programa, el PP apoya el llamado testamento vital, que es la declaración voluntaria de una persona en la que especifica las voluntades de una persona en caso de llegar a padecer de una enfermedad terminal.

PODEMOS

POR LA «MUERTE DIGNA». Unidas Podemos, igual que el PSOE, incluye en su programa electoral una ley de muerte digna. «Toda persona que padezca un sufrimiento irrever-

sible debe tener reconocido el derecho y la libertad de poner fin a ese sufrimiento», expresan en el documento. El partido morado ya presentó en 2017 una propuesta para despenalizar la eutanasia, y que no fue apoyada ni por PP ni por Ciudadanos. Aunque en buena medida coincide con la idea socialista, Podemos explica que la norma tiene que asentarse en la «libertad de decidir» y no en «el nivel de sufrimiento del paciente». Consideran que no se trata de «ver quién sufre más». En su planteamiento, no especifican que el solicitante tenga que tener necesariamente nacionalidad española o residencia legal en España, algo que sí ocurre en la medida propuesta por los socialistas.

Apoyo a Ángel

●●● **Más de 440.000 personas habían firmado al cierre de esta edición (23.00 h) una petición en Change.org para que la Fiscalía no presente cargos contra Ángel Hernández, el marido de María José Carrasco. En materia legislativa, ya existen varias comunidades autónomas que cuentan con leyes propias en el ámbito de muerte digna, pero algunas de ellas, como Cantabria y Castilla y León, no las han aplicado a la espera de que el Estado apruebe una normativa a nivel nacional.**

«Registraremos una ley con todas las garantías necesarias para las personas que deciden poner fin a su vida, así como para los y las profesionales que las asisten», añade la formación en su programa para el 28-A. Asimismo, en el caso concreto de María José Carrasco, Pablo Iglesias ha prometido «indultar» a su marido Ángel llegado ese escenario.

«Registraremos una ley con todas las garantías necesarias para las personas que deciden poner fin a su vida, así como para los y las profesionales que las asisten», añade la formación en su programa para el 28-A. Asimismo, en el caso concreto de María José Carrasco, Pablo Iglesias ha prometido «indultar» a su marido Ángel llegado ese escenario.

CIUDADANOS

PRIMERO PALIATIVOS. Ciudadanos condiciona su apoyo a una futura ley de la eutanasia a obtener antes el apoyo parlamentario a su norma sobre muerte digna. Además, pone el foco en el PSOE: «La ley de muerte digna es de Cs y estaba en el Senado cuando el señor Sánchez decidió convocar elecciones», dijo el secretario general, José Manuel Villegas. El partido naranja, eso sí, pide «ser responsables» y «no usar el tema como arma política».

«Es una de las urgencias para un Gobierno de Albert Rivera, será una de nuestras primeras medidas», expresó. Los de Rivera, en su proyecto, renuncian a usar la palabra eutanasia, pero el propio líder naranja solicitó al PP que rectificara su posición porque «hay mucha gente a favor» de una ley en este aspecto. «En este caso se pone de manifiesto

que se necesita esta regulación», añadió Villegas, quien considera que las normas en este sentido «ya se tenían que haber aprobado» en la legislatura que acaba de terminar. «El sufrimiento no tiene ideología y la caridad tampoco», apostilló Rivera.

VOX

RECHAZO TOTAL. Vox ni se plantea dar apoyo o proponer medidas en este sentido. El partido de Santiago Abascal está completamente en contra de la eutanasia, y así lo ha hecho saber en numerosas ocasiones. En sus 100 medidas ni menciona el asunto. El propio Abascal ha llegado a calificarlo como «un invento de los progres».

«Vox propone crear unidades del dolor para que nadie tenga que estar en su casa retorciéndose de dolor. Hay que estar con estas personas y ofrecerles alternativas», explican, antes de añadir que son «un partido provida».

Las formaciones políticas, en este escenario, dudan si incluir en sus mensajes un tema tan delicado o por contra mantenerse alejadas de él. Lo que parece quedar claro es que, tras las elecciones y una vez que se vuelvan a constituir las Cortes, este debate se tendrá que abordar. Actualmente el consenso parece lejano, pero que se legisle o no en materia de eutanasia dependerá de las mayorías que se formen. ●



20M.ES/ELECCIONES

Todas las noticias e información sobre las elecciones generales en este enlace o en 20minutos.es

EN FOTOS

25 años del genocidio: una herida aún sin cicatrizar



La llama del recuerdo

En un acto celebrado ayer para conmemorar los 25 años después de la matanza, el presidente ruandés Paul Kagame aseguró que «hoy la luz ilumina este lugar. Ruanda volvió a ser una familia». En la imagen, Kagame enciende la llama del recuerdo junto al jefe de la Unión Africana, Moussa Faki Mahamat; su mujer, Jeannette Kagame, y el presidente de la Comisión Europea, Jean-Claude Juncker.



El país enterrará a sus muertos en mayo

Casi 81.000 cadáveres recuperados de fosas comunes halladas en abril de 2018 serán enterrados de forma digna el 4 de mayo en el Monumento al Genocidio en Nyanza, al sureste de Kigali.



En memoria de las víctimas

Las imágenes de los pequeños que perdieron la vida hace 25 años se encuentran expuestas en el monumento conmemorativo de Kigali, en el que hay más de 250.000 personas enterradas.

RUANDA RECUERDA SU EPISODIO MÁS TRISTE

Unas 800.000 personas fueron asesinadas en el genocidio del país, que duró 100 días. La tragedia cumple 25 años

C. CH.
actualidad@20minutos.es / @20m

Nada tiene que ver la Ruanda de 2019 con la que vivió el horror en 1994. Ahora, a nadie se le ocurre preguntar por la etnia de sus compatriotas: la ley lo prohíbe de forma rotunda y, además, la memoria sigue demasiado fresca. Pero en 1994 las reglas eran otras, y entonces la etnia y la violencia se impusieron a la razón. De abril a julio de ese año, en tan solo tres meses, 800.000 personas fueron asesinadas en una de las páginas más tristes de la historia reciente. Fueron 100 días de atrocidades y machetazos en los que se intentó exterminar a la población tutsi (el 70% de los muertos), aunque también cayeron hutus moderados.

Ayer, precisamente, se cumplieron 25 años de este genocidio, el de Ruanda, uno de los episodios más sangrantes de

El héroe trágico

●●● El teniente general Roméo Dallaire aún tiene pesadillas por no haber podido impedir el genocidio estando él al manó de la misión de la ONU: «Nunca dejé de sentir remordimiento», confesó a Efe. Dallaire informó en varias ocasiones sobre la situación del país y su plan para acabar con las reyertas. Sin embargo, se topó con la indiferencia de las potencias occidentales. «Para evitarlo requería mucha más implicación internacional».

70%

de los muertos en el genocidio que duró tan solo tres meses fue población tutsi.

la historia poscolonial de África. Ese país presume hoy de ser otro: una nación más unida, más segura, más próspera y de las menos corruptas del continente. «Ruanda es ahora una familia, por ello seguimos existiendo, a pesar de todo por lo que hemos pasado», dijo ayer su presidente, Paul Kagame, en el acto de conmemoración.

Para entender la herida aún abierta no hay que remontarse a 1994, sino muchas décadas atrás. Y es que la historia de rivalidad entre los tutsi y los hutus venía de lejos. Los primeros representaban el 14% de la población total, pero tenían el poder, los privilegios y el escalón social que los segundos —que representaban el 85%— ansiaban. Con los años, las disputas fueron creciendo y las formas, radicalizando. Eran muchos los enfrentamientos que arrastraban en diferentes países y muchos los refugiados que dejaron tras de sí.

El detonante de la barbarie fue, sin embargo, el derribo del avión en el que viajaba el presidente ruandés, Juvénal Habyarimana (de etnia hutu), el 6 de abril de 1994. Un día después fue asesinada la primera ministra, Agathe Uwilingiyimana, junto a su escolta (10 soldados de la ONU). Los hutus —que llamaron a hacer una limpieza étnica— culparon al Frente Patriótico Ruandés (FPR), una milicia formada por tutsis que querían que los miles de exiliados retornaran. La matanza comenzó poco después y duró poco más de cuatro meses. Las 800.000 personas fallecidas y el posterior éxodo hutu dejaron a Ruanda casi desierta.

Ahora, 25 años después de aquello, 80.931 cadáveres serán enterrados en mayo después de que fueran localizados en abril del año pasado en unas fosas comunes excavadas durante el genocidio. «En el último año se han exhumado 30.923 cuerpos solo en el municipio de Kabuga, parte del distrito de Rusororo», dijo a Efe el coordinador de la asociación de supervivientes Ibuka en el distrito de Gasabo, Theogene Kabagambire.

En el vecino barrio de Masaka, en el distrito de Kicukiro que alberga el Monumento al Genocidio de Nyanza, otros 50.158 cuerpos han sido exhumados, según el jefe de excavaciones, Innocent Gasinzigwa, de un total de «128 fosas comunes». «Es triste que los ruandeses de esta área hayan guardado silencio durante 24 años y, sin embargo, supieran de la existencia de estas tumbas», sentenció Kabagambire.

En la actualidad, el 60% de la población no ha vivido el genocidio. Son los hijos de los exiliados y de los supervivientes, cuyas heridas siguen abiertas y cuyo deseo no es otro que el de empezar a olvidar.

May mantiene su intención de pactar el 'brexit' con la oposición

La primera ministra británica, la conservadora Theresa May, afirmó ayer que mantener las negociaciones con la oposición es la única vía abierta para evitar que el *brexit*, previsto en principio para el próximo viernes día 12, descarrile.

En un comunicado divulgado por Downing Street, May reconoció que no tiene «otra opción» que alcanzar un «acuerdo» con los laboristas de Jeremy Corbyn, después de que una parte del Partido Conservador haya votado en contra (hasta en tres ocasiones) del *brexit* diseñado por la *premier*. Las conversaciones de May con la oposición, defensora de una relación comercial más estrecha, se hallan estancadas. ●

20"

Semana electoral para Netanyahu, que lucha por recuperar votos

En un último intento de evitar fuga de votos a otros partidos de la derecha, el primer ministro, Benjamín Netanyahu, prometió anoche, si gana las elecciones del martes, anexionar para Israel al menos parte de los territorios palestinos ocupados, donde la comunidad internacional apuesta por crear el futuro Estado palestino.

Rusia ataca a Estados Unidos por Siria

El ministro de Exteriores de Rusia, Serguéi Lavrov, afirmó ayer, durante una visita a Jordania que la presencia de Estados Unidos en Siria se trata de una «ocupación injustificable».

Manifestaciones en Venezuela

Miles de venezolanos salieron a la calle este fin de semana para manifestarse en contra del Gobierno de Nicolás Maduro en una jornada en la cual el presidente encargado de Venezuela, Juan Guaidó, denunció que el régimen venezolano secuestró el sonido porque tiene miedo de que su «voz se haga sentir».

Protestas por los niños nacidos en Kiev por gestación subrogada

Una treintena de personas protestaron ayer por la mañana frente al Ministerio de Justicia para reclamar a la ministra Dolores Delgado «la nacionalidad española» de los niños que han nacido en Ucrania y Georgia mediante la gestación subrogada.

La dieta de España, menos mediterránea y más salada

Nutricionistas alertan sobre el cambio de hábitos: la dieta saludable pierde peso y se consumen más alimentos procesados

LOLITA BELENGUER

lbelenguer@20minutos.es / @lolitabelenguer

Comer mal mata más que fumar. Esta es una de las conclusiones que se extraen del último estudio publicado en la revista médica *The Lancet*, titulado *Carga global de enfermedad*, que examinó las tendencias de consumo según quince factores dietéticos clave entre 1990 y 2017 en un total de 195 países.

El estudio concluye que los factores de la dieta con más incidencia en los fallecimientos fueron el excesivo consumo de sodio junto con la insuficiente ingestión de frutas, verduras, legumbres, frutos secos y leche. Según los datos recabados, de las 11 millones de muertes atribuibles a una dieta inadecuada en 2017, unos 10 millones fueron por dolencias cardiovasculares; 913.000 por cáncer y 339.000 por diabetes de tipo 2. Mientras que el tabaco se asoció con un total de 8 millones de muertes.

Si bien los autores del análisis, financiado por la fundación de Bill y Melinda Gates, advierten de que hay cierto margen de error —pues no todos los datos estaban disponibles de la misma manera en todos los países—, los expertos consultados por **20minutos** señalan que las conclusiones de este estudio confirman la tendencia actual de la población española, que cada vez más va abandonando la dieta mediterránea y consume más alimentos procesados con exceso de sal, azúcar y grasas añadidas. «También va en línea con los indicadores de salud», explica Óscar Picazo, profesor de Nutrición de la Universidad Europea de Madrid.

En España, el 54% de los adultos y el 40% de la población infantil sufre sobrepeso —y el 17% de los adultos y el 18% de los menores padece obesidad—, según las datos del Ministerio de Sanidad. Con todo, el citado informe sitúa a España en el tercer lugar de la clasificación de los 195 países con una mejor alimentación, por detrás de Israel y Francia. «Desde que se hacen este tipo de es-

tudios, España se ha situado siempre entre los diez primeros países porque todavía persiste el patrón de la dieta mediterránea, aunque por desgracia no todo lo deseado y la tendencia actual no es buena», comenta el vocal de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), el doctor Francisco Botella Romero. «La comida rápida y los alimentos procesados, especialmente entre los más jóvenes», concreta Picazo.

Los países con mejores hábitos alimenticios

1. Israel
2. Francia
3. España
4. Japón
5. Andorra

REGLAS BÁSICAS

- 1 **Tomar menos sal.** La OMS recomienda no superar los 5 gramos de sal añadida al día, que equivalen a 2 gramos de sodio. En los productos procesados hay que leer bien las etiquetas: «Otras fuentes de sodio, que son igual de malas que la sal, son el bicarbonato sódico, la sacarina sódica, el fosfato sódico o el glutamato sódico», apunta el doctor Botella.
- 2 **Más fruta y verdura.** Contiene potasio que ayuda a prevenir la hipertensión o los ictus, por ejemplo.
- 3 **Los cereales, integrales.** El grano entero tiene toda la fibra. Desaconsejan las harinas refinadas.
- 4 **Menos azúcar.** La OMS aconseja no más de 25 gramos al día.
- 5 **Más legumbres.** En definitiva, que el 50% de la ingesta sea de origen vegetal.

El estudio es «interesante» para la directora del Servicio de Endocrinología del Hospital Gregorio Marañón de Madrid, Susana Monereo, porque «demuestra que la dieta puede ser dañina tanto por exceso de productos poco saludables —la sal— como por deficiencia de alimentos saludables —fruta y cereales integrales—. Monereo anota además, que estas conclusiones van «en sintonía» con el estudio Predimed, que demuestra que la dieta mediterránea ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares o el cáncer.

Y es que, en palabras de Picazo, «el potasio de la fruta y la verdura fresca nos protege frente a la hipertensión, ayuda a amortiguar el efecto del exceso de sodio en el cuerpo». Por ello, tomar mucha sal y poca fruta «es la peor de las opciones», señala.

En opinión de Botella, las reglas básicas para seguir una dieta saludable son «comer menos sal, que todos los cereales sean integrales e ingerir más fruta y verdura fresca». Picazo agrega moderar el consumo de alimentos procesados, reducir el azúcar añadido y aumentar la ingesta de legumbres. «Que el 50% de los platos sea de origen vegetal» abunda Monereo.

Respecto a la carne y el pescado, el vocal de la SEEN apunta que no se recomienda ingerir más de 50 gramos de carne roja al día, e insta a sustituirla por carne blanca y pescado. «Se toma poco pescado, hay que aumentarlo a dos o tres veces por semana como mínimo», añade el profesor de la Universidad Europea, que sobre la carne indica «que sea de calidad y evitar las procesadas como embutidos o salchichas».

Entonces, ¿de qué huir? «De alimentos procesados que contengan sal, azúcar o grasas saturadas. Casi todos los procesados tienen uno, dos o las tres cosas», señala el doctor Botella. Y, aunque parezca obvio, conviene repasar qué se considera por procesado. Según este profesor, «todo aquel que ha sido transformado desde un producto fresco para su consumo» y que «tiene varios ingredientes y viene envasado de una fábrica», amplía Botella.

Para ayudar a la población a comer más sano, Monereo insta a realizar grandes acciones como «bajar el IVA» al pan integral o reducir el precio de la fruta y verdura. «Los sectores más deprimidos suelen tener peores hábitos de alimentación, pero también altos cargos con poco tiempo. Además, los jóvenes no saben guisar porque no se ha transmitido esa cultura, e ir a la compra y planificar las comidas ocupa mucho tiempo», indica la endocrina del Gregorio Marañón. ●



La cascada de Antoni Gaudí reproducida en el Museu de les Aigües. FOTO: AIGÜES DE BARCELONA

Gaudí renace en el Museu de les Aigües

La reproducción de la gran cascada de la Casa Vicens muestra el vínculo entre agua y ciudad

A. B.

El agua como una cortina simbólica que protege y da paso al jardín y a lo privado. El agua también como sinónimo de frescor y como precursora del moderno aire acondicionado.

El magistral Antonio Gaudí, siempre preocupado por la función de cada elemento de su cosmología arquitectónica, diseñó una original cascada para que cumpliera esas dos misiones en la Casa Vicens, en la entonces Vila de Gràcia de Barcelona, su primera gran obra residencial y una joya modernista reconocida como Patrimonio de la Humanidad. La cascada tuvo un carácter efímero porque el desarrollismo de la época del alcalde Porcioles hizo que desapareciera, debido a la especulación parcelaria que afectó a toda la ciudad.

Ahora esta obra fugaz, que estuvo en pie menos de 60 años (1883-1941), ha vuelto de nuevo a la vida gracias a una iniciativa inédita que ha permitido levantar, en solo seis meses, una fiel reproducción a escala real en el Museu de les Aigües, en Cornellà de Llobregat, en un para-

Historia sobre el agua

●●● El Museu de les Aigües es un espacio para divulgar el conocimiento sobre el agua, un bien esencial para la vida y el desarrollo de la sociedad ubicada en la antigua Central Cornellà, construida en el año 1909 y aún en funcionamiento. En el museo, con experiencias adaptadas a todos los públicos, se puede conocer el papel extraordinario del agua en la historia de la humanidad, y cómo ha evolucionado la técnica para que hoy llegue a los hogares.

je en el que cobra un nuevo sentido. La naturaleza era una de las principales fuentes de inspiración para Gaudí, quien fue pionero en la utilización del agua como elemento funcional en sus obras. La cascada, que fue construida en un momento de optimismo en la Barcelona de finales del siglo XIX, tiene 10 metros de alto y 17 de ancho.

Con un arco parabólico y una gran simplicidad y contundencia estructural,

su estilo, según el responsable del proyecto de reconstrucción e historiador del arte, Daniel Giralt-Miracle, no se puede inscribir en el modernismo, sino que enlaza con la obra del norteamericano Louis Kahn o de los arquitectos rusos de principios del siglo XX.

La reproducción de la cascada de Gaudí, construida con materiales y procedimientos propios de su época, ayuda a mostrar el vínculo entre el agua y la ciudad. A ello contribuye aún más su ubicación en el Museu de les Aigües, cuyas instalaciones, situadas en un recinto rico en patrimonio industrial modernista obra de Josep Amargós i Samaranch, conviven con una central de bombeo en funcionamiento que es la responsable de impulsar el 50% del agua que se consume en Barcelona y su área metropolitana. Con esta joya arquitectónica, el Museu celebra sus 15 años de vida, ampliando además sus jardines y con la renovación de la exposición temporal.

Servicio y conocimiento unidos para albergar un legado histórico de la arquitectura del agua.

PRIMERA DIVISIÓN J-31

Valladolid	0-2	Sevilla
Levante	2-2	Huesca
Girona	1-2	Espanyol
R. Madrid	2-1	Eibar
Barcelona	2-0	At. Madrid
Getafe	1-0	Athletic
R. Vallecano	2-0	Valencia
Celta	3-1	R. Sociedad
Betis	2-1	Villarreal
Alavés	1-1	Leganés

PRÓXIMA JORNADA

Valencia	-	Levante
Valladolid	-	Getafe
R. Sociedad	-	Eibar
Sevilla	-	Betis
Huesca	-	Barcelona
Espanyol	-	Alavés
Leganés	-	R. Madrid
Girona	-	Villarreal
At. Madrid	-	Celta
Athletic	-	R. Vallecano

EQUIPO	PT	CASA				FUERA				TOTAL				GF	GC
		PJ	PG	PE	PP	PJ	PG	PE	PP	PJ	PG	PE	PP		
★ 1 Barcelona	73	16	12	3	1	15	10	4	1	31	22	7	2	81	31
★ 2 At. Madrid	62	15	12	2	1	16	6	6	4	31	18	8	5	45	21
★ 3 R. Madrid	60	16	11	1	4	15	8	2	5	31	19	3	9	55	37
★ 4 Getafe	50	15	9	1	5	16	4	10	2	31	13	11	7	38	27
▲ 5 Sevilla	49	15	9	3	3	16	5	4	7	31	14	7	10	51	37
▲ 6 Valencia	46	16	5	10	1	15	5	6	4	31	10	16	5	33	26
7 Alavés	45	15	6	7	2	16	6	2	8	31	12	9	10	32	38
8 Athletic	43	16	7	7	2	15	3	6	6	31	10	13	8	33	35
9 Betis	43	16	7	4	5	15	5	3	7	31	12	7	12	36	40
10 R. Sociedad	40	15	5	5	5	16	5	5	6	31	10	10	11	37	38
11 Leganés	40	15	7	6	2	16	3	4	9	31	10	10	11	31	35
12 Eibar	39	16	8	5	3	15	1	7	7	31	9	12	10	41	43
13 Espanyol	38	15	8	2	5	16	2	6	8	31	10	8	13	35	45
14 Girona	34	16	2	6	8	15	6	4	5	31	8	10	13	33	43
15 Levante	33	15	4	5	6	16	4	4	8	31	8	9	14	44	56
16 Celta	32	16	6	4	6	15	2	4	9	31	8	8	15	45	53
17 Valladolid	30	15	3	4	8	16	4	5	7	31	7	9	15	24	43
▼ 18 Villarreal	30	16	3	7	6	15	3	5	7	31	6	12	13	39	45
▼ 19 R. Vallecano	27	16	4	5	7	15	3	1	11	31	7	6	18	34	54
▼ 20 Huesca	24	15	3	5	7	16	2	4	10	31	5	9	17	35	55

PICHICHI

Leo Messi (Barça)	33
Luis Suárez (Barça)	20
Christian Stuani (Girona)	18
karim Benzema (R. Madrid)	17
W. Ben Yedder (Sevilla)	16

QUINIELA

1 Girona - Espanyol	2
2 R. Vallecano - Valencia	1
3 Barcelona - At. Madrid	1
4 Alavés - Leganés	X
5 Getafe - Athletic	1
6 Valladolid - Sevilla	2
7 Levante - Huesca	X
8 Celta - Real Sociedad	1
9 Betis - Villarreal	1
10 Deportivo - Rayo Majad.	2
11 Granada - Málaga	1
12 Oviedo - Las Palmas	X
13 Lugo - Osasuna	X
14 Elche - Córdoba	1
15 Real Madrid - Eibar	2-1

SEGUNDA J-33

Tenerife	0-1	Sporting
Gimnàstic	2-0	Numancia
Oviedo	1-1	Las Palmas
Elche	1-0	Córdoba
Extremadura	1-0	Almería
Alcorcón	0-1	Albacete
Mallorca	1-0	Reus Dep.
Lugo	2-2	Osasuna
Granada	1-0	Málaga
Deportivo	0-2	Majadahonda
Cádiz	-	Zaragoza

ACB J-26

Breogán	75-92	Barcelona
Canarias	71-77	R. Madrid
S.P. Burgos	99-76	Fuenlabrada
Unicaja	88-63	Juventut
Manresa	91-87	Tenerife
Murcia CB	75-86	Baskonia
Obradoiro	84-91	Zaragoza
Deltec GBC	93-92	Estudiantes
M. Andorra	72-73	Valencia B.

CLASIFICACIÓN

Barcelona Lassa	22	Real Madrid
20. Kirobet Baskonia	19	Unicaja
16. Valencia B.	16	Divina Seguros
Juventut	14	Baxi Manresa
14. Tecnycanta Zaragoza	14	Mora-Banc Andorra
13. S.P. Burgos	12	Tenerife
12. Obradoiro	11	Montakit Fuenlabrada
10. Herbalife C. Canaria	9	Movistar Estudiantes
9. UCAM Murcia	8	Café Candelas Breogán
8. Deltec GBC	8	

CLASIFICACIÓN

Osasuna	64	Granada	61	Albacete	60	Málaga	55	Deportivo	54
Mallorca	54	Cádiz	52	Sporting	49	Oviedo	49	Almería	46
Elche	45	Alcorcón	44	Las Palmas	43	Majadahonda	40	Numancia	39
Zaragoza	37	Tenerife	37	Lugo	34	Extremadura	33	Gimnàstic	27
Córdoba	26	Reus	21						

Todas las estadísticas deportivas en 20minutos.es

Caparrós anuncia que padece leucemia crónica

EL ENTRENADOR DEL SEVILLA asegura que está controlada y no requiere tratamiento: «Quiero disfrutar de mi profesión»

R. D.
deportes@20minutos.es / @20mDeportes

El entrenador del Sevilla FC, Joaquín Caparrós, anunció ayer en rueda de prensa que padece «leucemia crónica», pero que está controlada y no necesita tratamiento, por lo que no le impedirá seguir entrenando al cuadro andaluz. «Siempre he dicho que me hierva la sangre roja y ha habido un pique entre la sangre roja y la blanca. Ha querido la sangre blanca equilibrar a la roja y por tanto me han dicho que tengo una leucemia crónica. No me impide para mi profesión. Estoy haciendo mi vida normal. Quiero disfrutar de mi profesión y por tanto quiero dar las gracias a los jugadores, al presidente», dijo.

El preparador andaluz confesó su enfermedad en rueda de prensa y también ante los medios del club, ante los que compareció junto al presidente, José Castro, y el director deportivo, Monchi. «No tengo ningún tipo de tratamiento y por tanto, a disfrutar la oportunidad que me ha dado la di-



Joaquín Caparrós, técnico del Sevilla, en rueda de prensa. EFE

rección deportiva de estar otra vez de entrenador y con los cinco sentidos, enchufado más que nunca», afirmó el técnico, que recibió ánimos desde todos los estamentos del

fútbol y del deporte español, como de su exclub, el Athletic. «Lo que sí que quiero aclarar es que no voy a volver a hablar de este tema y para que todo el mundo se quede tranquilo»,

EL DETALLE

Victoria andaluza en Valladolid (0-2)

El Sevilla sigue en línea recta en su camino hacia la Liga de Campeones tras imponerse por 0-2 en los últimos minutos a un Real Valladolid que mereció más, pero que no terminó de encontrar soluciones en el área contraria. Roque Mesa, en el minuto 84, y Munir, ya en el 92, los goleadores de un equipo que mira alto.

confesó el propio Caparrós, tras la rueda de prensa posterior a la victoria de su equipo en Valladolid (2-0), de la jornada 31 de LaLiga.

Caparrós, que ejercía esta temporada como director deportivo, sustituyó a Pablo Machín en el banquillo del Sevilla el pasado 15 de marzo, por lo que ha dirigido al club en cuatro partidos, con tres victorias y una derrota. El año pasado, el utrerano ya se hizo cargo del equipo en el tramo final con la destitución de Vincenzo Montella. ●

El Levante se complica el futuro ante el Huesca (2-2)

Levante y Huesca empataron ayer en un encuentro vibrante y cargado de emoción, aunque el 2-2 final solo sirve para comprometer el futuro de los valencianos en Primera División y apenas mejora la situación del colista Huesca.

Al final, ambos equipos buscaron la victoria como consecuencia de sus respectivas urgencias, pero tras el empate, el Levante deberá mejorar para que los equipos del descenso no se le acerquen y al Huesca le queda la heroica para salvarse.

Marcaron Roger y Morales, de penalti, para los valencianos y Gallego y Chimy Ávila para los oscenses. ● R. D.



Iago Aspas saca al Celta del descenso (3-1)

Un doblete de Iago Aspas sacó ayer al Celta de Vigo de la zona de descenso tras remontar el tanto inicial de William José para la Real Sociedad, que jugó la última media hora con un jugador menos por expulsión de su goleador. FOTO: EFE

Ángel atornilla al Getafe en la cuarta plaza que da la Champions

Una aparición fugaz de Ángel Rodríguez en medio de un partido muy táctico, aburrido y con pocas ocasiones, dio al Getafe ayer la victoria ante el Athletic (1-0) con la que se atornilló en la cuarta y última

plaza que da derecho a disputar la próxima edición de la Liga de Campeones.

El Coliseum se preparaba para otro envite de Liga de Campeones. En esta ocasión, el conjunto visitante, al contra-

rio que el Leganés hace dos jornadas, mantenía opciones de acercarse a la cuarta plaza en posesión del cuadro de José Bordalás, que presentaba síntomas de globo pinchado después de tres duelos sin ganar.

El guion, pues, se presentaba más favorable para el Athletic, que, por lo menos durante los primeros 45 minutos, fue algo menos rácico que el Getafe.

En la reanudación, Bordalás dio un paso al frente. Sacó del campo a Olivera para introducir a Ángel y el Geta definitivamente cambió su registro. El gol llegó a 12 del final como premio a la insistencia local. ● R. D.

20'

Victoria agónica del Betis ante el Villarreal

El Real Betis logró ayer la victoria (2-1) ante el Villarreal, que pudo empatar el partido en el último minuto si no hubiera fallado un penalti Cazorla. Con este resultado, los amarillos caen a zona de descenso mientras los verdiblancos miran a Europa.

Deulofeu y el Watford, a la final de Copa

Un doblete del español Gerard Deulofeu resucitó al Watford, que remontó frente al Wolverhampton (3-2) para sellar, en la prórroga, la clasificación para la segunda final de la Copa de Inglaterra de su historia.

El Dépor echa a Natxo

El Deportivo destituyó ayer a Natxo González como entrenador del primer equipo.

Cambie su bañera por un **PLATO DE DUCHA**



Todo el proceso incluye:

- Plato de ducha blanco.
- Superficie antideslizante.
- Medidas hasta 120 x 70 cm.
- Retirada de escombros.
- Retirada de bañera antigua.
- Albañilería y rematado.
- Mano de obra incluida.
- 5 Años de Garantía

599€^{IVA incluido}

Disponible en 7 colores, color en masa, 3 cm de grosor certificado antideslizante C3. Consultar otras opciones y medidas disponibles.

**PAGUE EN
CÓMODAS CUOTAS***



REGALO
TV LED 19"
O CONJUNTO
DE BARRA Y GRIFO
MONOMANDO
Haciendo la obra
completa



Además por 400 € más, instale mampara de cristal de alta seguridad de 6 mm de espesor



MAMPARA CON CERTIFICACIÓN EUROPEA EN 12150

ECODUCHA MADRID

C/ Marcelino Roa Vázquez 60
28017 Madrid - Metro Ascao L7
info@ecoducha.net • www.ecoducha.net
Instalamos en toda la Comunidad de Madrid

913 673 864
913 682 098
650 176 767

INFORMACIÓN Y OFERTAS A HOTELES: 677 403 287

ECODUCHA CREA, LA MAYORÍA NOS IMITA

*Consulte nuestras modalidades de financiación en los establecimientos de Ecoducha o en www.ecoducha.net. Financiación ofrecida por Banco Cetelem S.A.U. Importe mínimo a financiar 144 €. Fotos no contractuales. Oferta de la instalación válida hasta fin de mes. Modelo y marca de TV variará según la disponibilidad. Regalo canjeable por otro de igual categoría y precio.

El Real Madrid apaga a un combativo Herbalife en la ACB

El equipo de Gran Canaria plantó cara a los de Laso hasta prácticamente el final del partido, pero acabó sucumbiendo

71-77

HERBALIFE - REAL MADRID

Herbalife G. C.: Hannah (19), Ra-baseda (1), Strawberry (5), Wiley (18) y Tillie (3) -quinteto inicial-, Eriksson (7), Vene (8), Balvin (2), Paulí (4), Radicevic (0) y Oliver (4).

Real Madrid: Campazzo (18), Rudy Fernández (9), Taylor (2), Randolph (10) y Tavares (9) -quinteto inicial-, Causeur (9), Carroll (9), Deck (0), Prepelic (0), Thompkins (7) y Reyes (4).

Parciales: 18+17+14+22; 14+13+24+26.

R. D.

deportes@20minutos.es / @20mDeportes

El Herbalife Gran Canaria plantó cara hasta prácticamente el final al Real Madrid, pero acabó sucumbiendo ayer ante el conjunto merengue, en un encuentro que culminó con las sonoras protestas de

los aficionados locales a la labor de los colegiados.

Tras un comienzo errático en ataque por parte de ambos conjuntos, el cuarto acabó liderado por el equipo local, mucho más metido en el partido que los merengues.

Pablo Laso varió sensiblemente su equipo al inicio del segundo cuarto, aunque el Madrid se veía incapaz de frenar la ofensiva local.

El choque entró en una fase en el que los colegiados señalaron varias personales a los jugadores del Herbalife, lo que motivó encendidas protestas del graderío, que entonó el «así, así, así gana el Madrid».

El conjunto de Pedro Martínez se iba de 8 con canasta de Vene y posteriormente Strawberry estuvo a punto de anotar un triple que no quiso entrar. Los locales se gustaban y Hannah ponía el 35-25, aun-



Felipe Reyes, con el balón ante la defensa de Ondrej Balvin. EFE

que desaprovecharon dos tiros libres de Strawberry y una entrada posterior de Wiley para irse de 12, y finalmente Facu Campazzo redujo la diferencia con tiros libres hasta el 35-27 con el que se llegó al descanso. El Madrid, liderado por Campazzo, se situó rápida-

mente tras el paso por vestuarios a solo dos puntos, justo antes de que Tavares realizase una falta personal sobre Wiley, castigada además con falta técnica por la protesta del pívot caboverdiano.

Los de Laso vivían sus mejores momentos y le daban la

vuelta al choque con enceste de Randolph, si bien Wiley restableció la igualdad con un espectacular mate, a 2.55 para llegarse al último cuarto, que los madridistas afrontaron con una mínima ventaja (49-51), ante un Gran Canaria que tenía a Strawberry con cuatro personales.

Los visitantes, por medio de Thompkins, obtuvieron su máxima renta (51-56), pero Herbalife reaccionó y volvió a apretar el electrónico con canastas de Strawberry y Wiley (55-56), y poco después un triple de Vene puso el empate a 58 y desató el júbilo en las gradas, a falta de 6.38. Otro triple de Vene enloqueció a los seguidores isleños (63-61), con poco más de cinco minutos para acabar, aunque la mano de Campazzo volteó el marcador (63-66), si bien con Hannah volvió la emoción (65-66).

Hannah cometió falta sobre Campazzo y le fue pitada técnica, lo que exasperó a los inhinchas locales, que a 2.20 ganaba de cuatro tras canasta de Tavares (67-71). Vene erró un triple y Causeur puso en 69-73 con solo 44 segundos por delante. Strawberry falló otro tiro de tres, y con 32 segundos para concluir el choque el Herbalife no pudo completar la remontada. ●

Goliath vence a David: la Copa de balonmano vuelve a ser azulgrana

El Barça de balonmano cumplió los pronósticos y sumó ayer su sexto título de Copa consecutivo al imponerse por 34-18 a un Liberbank Cuenca que solo pudo resistir 25 minutos antes de sucumbir ante el rodillo azulgrana.

Consciente de la superioridad física del Barça, que a diferencia del equipo conquesino pudo rotar a sus jugadores durante los encuentros de cuartos y semifinales, el Cuenca apostó por imponer un pausado ritmo de juego.

Y es que a correr, hoy por hoy, nadie puede vencer al equipo azulgrana, como demostró el extremo internacional español Aleix Gómez, que castigó cada mínimo fallo castellanomanchego con un fulgurante contraataque.

Contra el previsible guion solo se rebeló el guardameta argentino Leo Maciel, uno de los héroes de esta Copa del Rey, que con sus intervenciones retrasó el despegue barcelonista, aunque no pudo evitar lo inevitable. ●

20"

Josué Brachi, sexto en el Europeo

El español Josué Brachi, campeón de Europa el año pasado en 56 kilos, se clasificó ayer sexto en la categoría de hasta 61 kilos de los Campeonatos de Europa de halterofilia, que se disputan en la localidad georgiana de Batumi.

Nuevo doblete de Jorge Prado

El piloto español Jorge Prado (KTM) sigue contando por victorias sus participaciones en el Mundial de MX2 de motocross, del que es el vigente campeón, y ayer se impuso en las dos mangas del Gran Premio del Trentino, disputado el circuito italiano de Pietramurata.

Cambridge vuelve a ganar a Oxford

La Universidad de Cambridge se impuso ayer a la de Oxford en las dos modalidades de la tradicional regata sobre el río Támesis, cumpliendo la edición número 165, y ampliando su ventaja a 84-80 en hombres, y a 44-30 en mujeres.

España se cuelga el bronce en Zagreb

La selección española de waterpolo logró ayer el consuelo de la medalla de bronce de

la Copa Europea tras superar a la de Italia por 9-7 en Zagreb.

Belmonte gana en 400 libre y 200 mariposa

Mireia Belmonte ayer dos nuevos títulos, en los 400 libre y en los 200 mariposa, en el Campeonato de España que se celebró en el CN Sabadell, aunque en ninguna no hizo la mínima para los Mundiales de Gwangju (Corea del Sur).

Victoria de los Raptors

Los Raptors de Marc Gasol y Serge Ibaka derrotaron ayer, en la prórroga, a los Heat por 117-109. Los de Miami podrían quedarse fuera de los playoffs de la NBA.

LA FRASE

«Afronto un parón para aprender a disfrutar otra vez con el atletismo. Cada entrenamiento suponía una angustia»



SABINA ASEENJO Plusmarquista española de disco

HISTORIAS CON FOTO

20.000 personas y dos récords en Madrid



Los corredores, frente a la Puerta de Alcalá al inicio del Movistar Medio Maratón de Madrid. EFE

El keniano Kipkemoi Kiprono se ha impuesto ayer, con nuevo récord de la prueba (1:01:47), en el Movistar Medio Maratón de Madrid, que se disputó conjuntamente con la carrera solidaria de 5km Pro-

Futuro y que congregó a más de 20.000 corredores, mientras que la etíope Tigist Teshome conquistó la victoria en la prueba femenina. La cifra de participantes en la cita madrileña supuso un nuevo récord de

la prueba, la mejor manera de estrenar el sello de bronce de la Federación Internacional de Atletismo (IAAF). Entre los corredores se encontraron, entre otros, Martín Fiz, Javi Gómez Noya o Álvaro Arbeloa. ● R. D.

NO ERÉS TÚ SOY YO

2019

ESTA SEMANA SANTA
ROMPE CON LA RUTINA



Y VENITE A PROBAR COSAS NUEVAS

 Financiación hasta 10 meses*

CANTABRIA

Suances
3 noches
Gran Hotel Suances 4* - AD

desde **216€**

COSTA BLANCA

Benidorm (Alicante)
3 noches
Hotel Deloix Aqua Center 4* - MP

desde **304€**

COSTA DEL SOL

Torremolinos (Málaga)
3 noches
MS Amargua 4* - SA

desde **363€**

COSTA DE LA LUZ

Punta Umbría (Huelva)
3 noches
Barceló Punta Umbría Beach
Resort 4* - TI

desde **373€**

DUBROVNIK

4 noches - Salida 17 de abril
Hotel Vis 3* - AD

desde **594€**

LA RUTA DE LOS FENICIOS

7 noches - Salida 14 de abril
Buque Horizon - TI

Cam. Interior desde **599€**
Atenas (El Pireo), Chania, Malta,
Cagliari, Cartagena, Málaga.

BUDAPEST-VIENA-PRAGA

7 noches - Salida 13 de abril
Hoteles 4* - AD + 2 Almuerzos

desde **999€**
Incluye visitas panorámicas.

SUIZA

7 noches - Salida 14 de abril
Hoteles 3*/4* - AD
+ 3 Almuerzos + 6 Cenas

desde **1.850€**
Incluye: visitas, paseo en barco en el Rhin.
Ginebra, Zermatt, Interlaken,
Lucerna, Zurich, Berna.

Precios desde por persona en habitación/camarote doble, válidos para determinadas estancias/salidas de abril 2019. Incluye avión ida y vuelta desde Madrid para Dubrovnik, Suiza, para el paquete "Budapest, Viena y Praga" ida desde Madrid a Budapest y vuelta desde Praga a Madrid, para crucero sólo vuelo de vuelta hasta Madrid o Málaga, estancia en hotel/buque de categoría y régimen indicado, tasas de aeropuerto, traslados para Budapest, Viena, Praga y Suiza y crucero y seguro básico de viaje. Para el crucero tasas y otros cargos no incluidos: 220€, ni cargos por servicio y administración: 77€. AD: Alojamiento y Desayuno; MP: Media Pensión; TI: Todo Incluido. *Financiación en 10 meses, consulta condiciones de financiación sujeta a estudio y aprobación por parte de Santander Consumer Finance S.A. Gastos de gestión por reservar en Nautalia 11€.

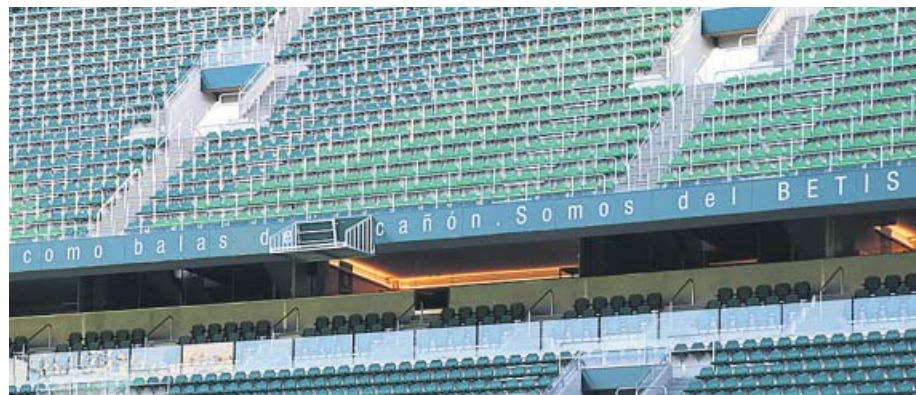
Las VUELAS DAN MUCHA VIDA

200 oficinas
900 811 006
nautaliaviajes.com

C.I.C. MA 2468Mm



NAUTALIA
Viajes



Los campos de Getafe, Leganés, Betis y Villarreal, sembrados de frases motivadoras.

Frases motivadoras: tocando la fibra sensible del futbolista

Varios clubes de LaLiga Santander utilizan la motivación como un recurso más, pintando sus gradas o pasillos con frases para estimular a los jugadores y a su afición

Los equipos se han propuesto acceder a la motivación del futbolista. No basta con un buen entrenamiento, una buena dieta o un buen descanso, la mente y el ánimo también hay que entrenarlos. Nadie lo hizo mejor -y quizás nadie lo hará- que Bill Shankly, aquel genio del Liverpool que madrugaba a sus jugadores para llevárselos a la mina y los reunía, antes de los partidos y rodilla hincada en tierra, para contarles alguna batallita. El mensaje era contundente: «Sois privilegiados por estar aquí, en el Liverpool». Shankly ordenó también construir y colgar junto al césped la mayor campaña de motivación en la historia del fútbol: 'This is Anfield'. Tres palabras que decían poco pero hacían/hacen sentir mucho. El camino iniciado en tierra de Beatles migró a nado rápido y son ya muchos los equipos de LaLiga Santander que se han aplicado a juntar palabras mágicas para llegar a sus jugadores y mo-

tivarlos antes de cada partido. Daniel González, socio del Real Betis de por vida, debe controlarse para evitar el lagrimeo cuando recuerda o lee en la grada alguna de esas arengas santo y seña del club verdiblanco: 'De padres a hijos, de abuelos a nietos, una pasión llamada Betis'. Una sentencia con origen en 1994 y creación del fallecido periodista Manuel Ramírez Fernández. «Esa frase nos representa como pocas», concluye Daniel. **'Ejemplo, superación, coraje...'** En Vitoria, el D. Alavés se propuso motivar a jugadores y aficionados creando una familia numerosa. Lo consiguió en 2016, con una pregunta muy sencilla que tiraba a dar en zonas blandas: '¿Qué significa para ti el Alavés?' Los aficionados respondieron en cascada: 'Ejemplo, emoción, superación, amor, lucha, coraje, trabajo, humildad' viajaron desde el corazón albiazul a las paredes de los vestua-

rios de Mendizorroza, y allí siguen varios años después, reflejando la historia de aquel aficionado que ya lleva al campo a su bebé, a la hinchita que desde pequeña veía el fútbol con su padre o a la nieta que aprendió a no rendirse nunca, como el Alavés, gracias a su abuelo.

«La gasolina del cerebro»

El uso de frases motivadoras en el mundo del fútbol siempre tiene un sitio en el maletín del psicólogo. «Tienen un efecto muy positivo en cuanto a que, al fin y al cabo, los pensamientos son palabras y cualquier frase que conecta con pensamientos y nos motiven pueden lograr el objetivo. Es la gasolina del cerebro», explica María Martínez, psicóloga del deporte.

«Nosotros las usamos como un recurso, pero no de una manera constante, porque son efímeras y debes conocer bien a la persona a la que motivas, sus características personales para decirle una cosa u otra. Si las usas mucho entonces pierden el sentido», avisa María.

Vecinos y motivadores

Curiosamente, dos de los equipos que más se han aplicado en tareas emocionales son vecinos de la capital: Getafe CF y CD Leganés. Azulones y pepineros saltan al campo a 100, imposible no

«Ganemos juntos ahora y caminaremos juntos para siempre» (Villarreal CF)

«Hay una leyenda que recorre el mundo entero» (Real Betis)

«Solo tú puedes hacer que tus sueños se cumplan» (CD Leganés)

«Lo único imposible es aquello que no intentas» (Getafe CF)

hacerlo si desfilas por el corazón de sus estadios, forrados de arengas.

En Butarque, los dos pasillos están sembrados de frases, quedando la mayor justo antes de pisar verde: 'Esto es Butarque y aquí solo juega el Lega', reza la frase que inunda la lona, idea del antiguo responsable de comunicación del club madrileño, Dani Abanda. Antes ocupaba la grada del estadio, pero con su amplia reforma se quedó sin destino, hasta que llegó primero a los vestuarios y al corazón de los jugadores después.

El vestuario del Leganés es otro santuario motivacional: «Los jugadores tienen que salir a tope, pero también deben darse cuenta de dónde están, de lo que ha costado al club llegar hasta aquí. Hace apenas 10 años estábamos al borde de la desaparición», recuerda José Bermejo, responsable de administración, speaker del equipo y, pues, motivador nato.

Recuerden, susurran las paredes del Alfonso Pérez getafense a sus jugadores: 'Lo único imposible es lo único que no intentas', 'Si no te esfuerzas al máximo ¿cómo sabrás dónde está tu límite?' y por último, 'El fracaso solo existe cuando te rindes'.

Las arengas en el submarino

En el recorrido de arengas ligueras, también hay un buen surtido en el campo del Villarreal CF, de parecido tono a las de Getafe: 'Los campeones se hacen cuando nadie está mirando' o 'El trabajo más duro será que el que consiga que no te rindas', gritan sus paredes. «A mí me gusta que se hagan este tipo de cosas -explica la socia amarilla Cristina López-, se motiva al jugador y se toca su fibra sensible, y la del hinchita». Y vuelta a la fibra sensible, aquella que nadie sabe dónde está pero adonde todos quieren llegar. Una frase más o una frase menos puede ser la diferencia. El fútbol, además de ser fútbol, es cuestión de detalles.

¿Humedades en su vivienda?

¡En ACUASEC Tenemos la Solución!

1

PIDA SU DIAGNÓSTICO GRATUITO Y SIN COMPROMISO

2

GARANTÍA POR ESCRITO EN TODOS NUESTROS TRATAMIENTOS



Premio Innovación y Tecnología En el Tratamiento de Humedades



Tratamientos DEFINITIVOS contra la humedad

900 535 625

www.acuasec.com

NO TE PIERDAS EL **NÚMERO DE ABRIL**

CINEMANÍA

El
ÚLTIMO
INVIERNO
JUEGO de TRONOS

EXCLUSIVA

EMILIA CLARKE & KIT HARINGTON
Hielo y fuego
ANTE
LA BATALLA FINAL

Además
LOS 15 MEJORES MOMENTOS
VENGANZAS,
DRAGONES
y MUCHA SANGRE

ABRIL 2019
Nº 283. 3,50 €

Jason CLARKE / MARVEL, DE PEOR A MEJOR / GUIONISTAS DE COMEDIA / BUÑUEL en LAS HURDES

YA
A LA
VENTA
3,50 €

EL ÚLTIMO INVIERNO DE **JUEGO DE TRONOS**

Y ADEMÁS, LOS 15 MEJORES MOMENTOS DE LA SERIE, TODO EL CINE MARVEL, DE PEOR A MEJOR; Y BUÑUEL EN LAS HURDES

CINEMANÍA

LOCOS POR EL CINE Y LAS SERIES



BAUTISTA YA ES EL JEFE EN SUPERBIKES

El piloto de Talavera ha ganado todas las carreras y lidera el campeonato en su primer curso con las motos de serie

J.A.
deportes@20minutos.es / @20mDeportes

Después de nueve temporadas sin una moto competitiva y peleando con más pena que gloria en el Mundial de MotoGP, Álvaro Bautista ha encontrado este año la redención en el campeonato de Superbikes. Con nueve victorias en las nueve pruebas disputadas, el piloto de Talavera de la Reina manda con holgura en este Mundial de motos de serie modificadas: el debutante lo ha ganado todo.

A los mandos de una Ducati Panigale V4, Bautista prolongó

este fin de semana su dominio absoluto al imponerse en las tres carreras disputadas en el circuito turolense de Motorland Aragón. Venció el sábado con siete segundos de ventaja sobre el actual campeón del mundo, el británico Jonathan Rea; y ayer se impuso en la Superpole y en la segunda carrera, en ambas también por delante de la Kawasaki de Rea, que parece resignado a escoltar en el podio al piloto español.

Antes de la cita aragonesa, Bautista había demostrado la misma autoridad en los dos es-

cenarios previos, Australia y Tailandia, en los que también subió siempre a lo alto del podio, Superpoles incluidas.

El talaverano, que ya fue campeón del mundo de 125cc en 2006, está disfrutando a sus 34 años de una segunda juventud y va camino de añadir un segundo título mundial a su palmarés: lidera el campeonato de Superbikes con 186 puntos, 39 más que Rea, su principal rival y defensor de la corona.

LA CRUZ ES PARA BARBERÁ

Y si la vida es de color rosa para Bautista, todo lo contrario es-

9

victorias en nueve carreras disputadas lleva Bautista en el Mundial de Superbikes

tá viviendo Hector Barberá, otro ex-MotoGP, en el Mundial de Supersport, la segunda división de las Superbikes.

Después de arrastrar numerosos problemas de pagos con un patrocinador desde que em-

pezó la temporada, el piloto valenciano anunció ayer que se retira del campeonato al no disponer del material necesario para competir en Aragón, donde este fin de semana causó baja.

«Hasta aquí hemos llegado. Por mi seguridad y por la de los demás pilotos no podré salir a la carrera, no tenemos medios», anunció en las redes sociales. Su equipo, sin embargo, dio otra versión y explicó que la moto de Barberá, una Yamaha YZF R6, había desaparecido del box e interpuso una denuncia ante la Guardia Civil. ●



Álvaro Bautista celebró su victoria, ayer, en la segunda carrera en Motorland Aragón. EFE

Valverde y los otros favoritos se dejan sorprender en Flandes

El italiano Alberto Bettiol, sin una sola victoria profesional hasta ayer, sorprendió este domingo a los favoritos y se consagró en el Tour de Flandes, segundo 'monumento' de la temporada ciclista, que cumplió su 103 edición con el campeón mundial, Alejandro Valverde, en octava posición.

Bettiol atacó en el muro de Kwaremont, penúltima cota de la clásica, y esquivó la persecución del reducido grupo de los favoritos, que no se pusieron de acuerdo para batir al intrépido italiano, cuyo mejor resultado era un segundo puesto en la clásica de Bretaña en 2016. Hacia doce años que no ganaba un italiano en Flandes (Alessandro Ballan en 2007). El danés Kasper Asgreen y el noruego Alexander Kristoff ocuparon las otras dos plazas del podio.

Valverde, que con 38 años era el más veterano del pelotón, se mantuvo siempre en el grupo de aspirantes hasta que el ataque de Bettiol rompió la carrera. ●

Las mejores ofertas para viajar en FAMILIA

Disfrutad de unas vacaciones únicas

Especial
FAMILIAS

Destinos
espectaculares

Costas españolas
Baleares
Canarias
Caribe
Grandes Viajes

Reserva antes del 8 de mayo y
AHÓRRATE hasta un

6%
dto.

Descuento válido para reservas realizadas antes del 8 de mayo. Consultar condiciones de aplicación según destino. Establecimientos que en alguna fecha, habitación y régimen, dentro de la validez de la promoción, ofrecen descuento o gratuidad de 1 o más niños, compartiendo unidad de alojamiento con dos adultos. Consulta edades de aplicación en cada establecimiento. Plazas Limitadas. Gastos de gestión (20€ por reserva)

Y además, **Niños GRATIS**
o con grandes descuentos

Reserva YA en tu agencia de viajes más cercana, en el 900 842 900, en halconviajes.com o viajesecuador.com

Mira lo que te estás **PERDIENDO...**
Piérdete con **nosotros**

VIAJES
VE ECUADOR

HALCÓNviajes

ADIÓS, SELINA: 'VEEP' LANZA SU ÚLTIMA PAPELETA



La expresidenta Meyer (Louis-Dreyfus) y Gary (Tony Hale), su asistente personal. HBO

ANTONIO MARTÍN GUIRADO
@CINEMANIA_ES

Este año siempre será recordado por ser el del adiós de *Juego de tronos*, pero HBO también se despedirá de *Veep* (ya disponible en la plataforma), una de las mejores comedias del siglo XXI que, además, está protagonizada por la reina absoluta del género, la actriz Julia Louis-Dreyfus, que ganó el Emmy durante seis años seguidos.

En febrero, durante una de las jornadas de la Asociación de Críticos Televisivos (TCA), HBO presentó un avance de la séptima y última temporada

Julia Louis-Dreyfus y David Mandel despiden a un personaje redondo: la vicepresidenta Selina Meyer

de esta sátira política, un momento que fue calificado de «agridulce» por Amy Gravitt, encargada de la programación de series de comedia para la cadena. «Han sido ocho años desde que conocimos a Selina Meyer, y la hemos acompañado en el viaje: su vicepre-

sidencia, su estancia en la Casa Blanca, su breve retirada... y ahora, justo cuando más la necesitamos, la encontramos luchando por volver a la primera plana», indica Gravitt.

Veep regresa después de que el rodaje se detuviera por completo para que la actriz, de 58 años, recibiera quimioterapia para tratar su cáncer. Esa es la razón por la que esta nueva temporada llega casi dos años después del final de la sexta. «Cuando paramos por el cáncer de Julia, tuvimos una inesperada recompensa. Fue el año pasado y presté mucha atención a la tormen-

ta política y los cambios que sufría el país», explica David Mandel, *showrunner* de *Veep* desde su quinta temporada.

Para Louis-Dreyfus, además, supone decir adiós a otro personaje icónico, tanto o más que la célebre Elaine de *Seinfeld*. «Me he sentido sobrepasada, tanto de alegría como de pena. Aunque soy sensible, no me esperaba una reacción así. Esta serie ha sido mi bebé durante ocho años en los que he sentido que lo he protegido, y ahora estoy orgullosa de ver en qué se ha convertido», cuenta la actriz a través de una videollamada desde Austria, donde rueda el *remake* de *Fuerza mayor*, de Ruben Östlund. «Hemos pasado por muchas cosas todos juntos, con enfermedades y perdiendo a parte del equipo durante el trayecto. Sé que cosas así no ocurren a menudo, así que decir adiós ha sido muy difícil», reconoce.

Mandel, que ya había trabajado con Louis-Dreyfus en *Seinfeld* y *Curb Your Enthusiasm*, retomó su característica vis cómica para afrontar esa realidad. «Yo no soy una persona sensible. Estoy en la zona baja de las personas con síndrome de Asperger y tengo dificultades para mirar a la gente a los ojos. A pesar de eso, no paré de llorar hacia el final del rodaje. Fue horrible», recuerda. Pese a esas lágrimas, ambos prometieron que el desenlace estaría a la altura de las expectativas y que

DE CAMPAÑA

La política en la pequeña pantalla

1 'El ala oeste de la Casa Blanca'

Sorkin hizo de Martin Sheen el mandatario que EE UU necesitaba en tiempos de George W. Bush. El presidente Matt Santos se inspiró en un tal senador Obama...



2 'House of Cards'

Con los Underwood (Kevin Spacey y Robin Wright), llegó la revolución de Netflix. La primera ficción de la plataforma de VOD estrenó su primera temporada al completo. Las estrategias políticas, mejor verlas de golpe.



3 'Madam Secretary'

Elizabeth McCord (Téa Leoni) regresó a la televisión tras *La cruda realidad*, analista de la CIA y profesora en la Universidad de Virginia, cambió Langley por el puesto de secretaria de Estado cuando murió su predecesor.



4 'Scandal'

Kerry Washington se puso a las órdenes de la aclamada *showrunner* Shonda Rhimes en este drama político sobre una mujer que se dedicaba a proteger la imagen pública de la élite de EE UU, incluido el presidente del país. ● J.Z.



la serie seguiría bebiendo de la realidad política de EE UU. «De hecho —precisa Mandel— a veces pienso que la Casa Blanca es una serie rival y nos roban las ideas».

Louis-Dreyfus está convencida de que Selina se despedirá por todo lo alto. «Es fiel a

sí misma. Dejo a juicio del público si eso es bueno o malo. No creo que evolucionar sea precisamente su objetivo. La serie acaba en un lugar feliz para mí y que sorprenderá al público», concluye. A lo que Mandel añade: «Es el final adecuado para América». ●



CLÁSICOS EN SERIE

'Sí, ministro': la serie que enamoró a Thatcher

Por Yago García

Así como en estas alturas, y en estas coyunturas, anunciar una serie clásica diciendo que era la favorita de Margaret Thatcher sería hacerle un flaco favor. Pero es lo que hay: aunque sus asesores le hicieran citar a los Monty Python en sus discursos, la Dama de Hierro se pirraba por *Sí, ministro* (1980-1984, disponible en Filmin), la sátira política ideada por Jonathan Lynn y Antony Jay que ha influido sobre creadores como Armando

Iannucci (*Veep*). En esto, al menos, Thatcher demostró un gusto exquisito.

Narrando los enfrentamientos entre el político lechuguino James Hacker (Paul Eddington) y su némesis Sir Humphrey Appleby (Nigel Hawthorne, el Mefistófeles del *civil service*), *Sí, ministro* no solo sirvió de altavoz a la guerra de la primera ministra contra el Estado del bienestar o a los ideales de Antony Jay, un libertario de derechas que habría aplaudido el *brexit* con las orejas. También expresó

una visión desencantada del mundo que se dejaba ver en los títulos de crédito dibujados por Gerald Scarfe y en guiones afilados como cuchillos («Para destruir la Unión Europea tuvimos que meternos dentro: es como en los viejos tiempos»). El humor de derechas, ya se sabe, suele funcionar bien porque nos recuerda lo peor de nosotros mismos.

Tal vez por eso, *Sí, ministro* fue un éxito rotundo: aclamada como una de las mejores comedias británicas de la historia, la serie generó una



Los protagonistas de la serie *Sí, ministro*. FILMIN

secuela (*Sí, primer ministro*, 1986-1988) que le alegró a Margaret Thatcher sus días de declive en el poder.

Por lo menos, Maggie pudo dar dos pruebas de su fanatismo antes de que su partido la defenestrara: no solamente escribió un guion para que los protagonistas de su *show* favorito lo interpretasen en vivo durante una convención de productores, sino que también bautizó al Ratoneo Jefe de Downing Street —un felino orondo y con mucho carácter— con el nombre de Humphrey. ●



PLAN RENOVE DUCHA

Cambie su bañera por un **plato de ducha antideslizante**

PÍDANOS PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

Le haremos un estudio personalizado, sin compromiso y totalmente gratis



(Foto no contractual)

Regalo*
duchón
termostático
Sólo durante
este mes

*Sólo para instalaciones completas

Seguridad
Elimine riesgos de caídas

Comodidad
Fácil acceso y mantenimiento

Ahorro
Reduzca el consumo de agua

Alta calidad
Trabajamos con primeras marcas



INFÓRMESE TAMBIÉN DE NUESTRAS OFERTAS EN:
Muebles y accesorios de baño ■ Ayudas técnicas
FINANCIACION EN 12 MESES SIN INTERESES. TAE 0%

*Importe mínimo 144 euros. Mensualidad mínima 12 euros. Ejemplo de financiación para 600 euros en 10 meses. Mensualidad 50 euros. TIN 0% TAE 0%. Importe total adeudado 600€ Intereses subvencionados por Duchavida. Oferta sujeta a la previa autorización de Banco Cetelem S.A.U, tras el estudio de la documentación aportada y firma del contrato. Fecha de validez de la oferta financiera hasta el 31/07/2019.

Duchavida

Electrodo 94

28522 RIVAS VACÍAMADRID

info@duchavida.es • www.duchavida.es

910 558 602 | 686 640 677 | 679 946 277

Instalamos en toda la comunidad de Madrid

DESCUENTO Y FINANCIACIÓN A HOTELES: 616 507 524

Los hologramas, una buena alternativa a los circos con animales

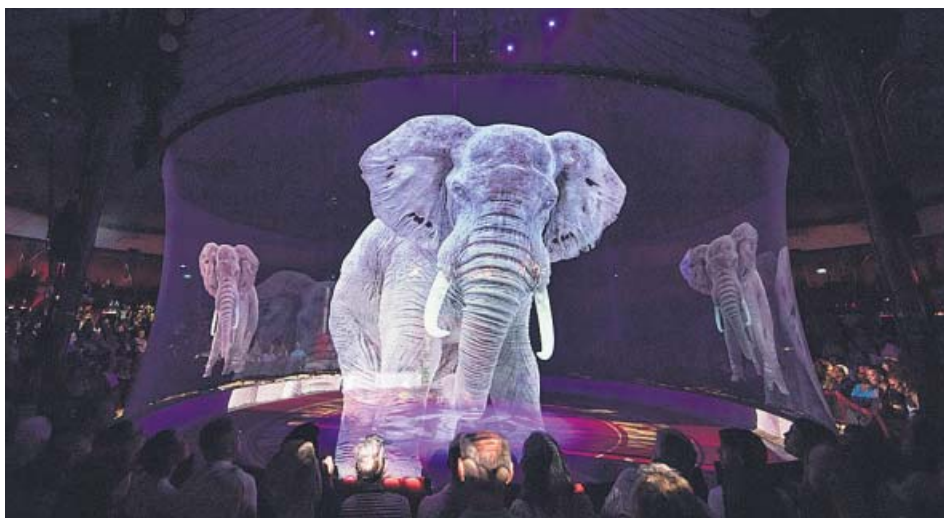


Imagen holográfica de un elefante en una representación del Circus Roncalli. CIRCUS RONCALLI

INÉS LÓPEZ

ines.lopez@20minutos.es / @ineslpz94

Son muchos los que están en contra de que los animales sean utilizados como forma de entretenimiento. En los circos es donde más casos de maltrato animal se han dado y, por ello, ca-

da vez son más las ciudades que prohíben el uso de animales salvajes en los mismos. Antes de que las leyes empezasen a cambiar en favor del bienestar animal, el Circus Roncalli ya había encontrado una alternativa a utilizarlos: los hologramas.

El Circus Roncalli de Alemania cambió los animales reales por elefantes, peces y caballos virtuales en favor de su bienestar

Este circo alemán desplegó su carpa en 1976, de la mano de Bernhard Paul y André Heller. Paul tenía «el deseo de mostrar animales en el circo de una manera poética y moderna» y supo como hacerlo gracias a la Super Bowl: «Cuando vi a Justin Timberlake cantando con Prince, me impresionó mucho la técnica holográfica y me adentré en ella». En marzo de 2018 mostraron la primera escena holográfica de 300 grados.

El director cuenta que «el enfoque del Roncalli estuvo siempre centrado en payasos, acróbatas y poetas» y asegura que en los más de 30 años de negocio solo se utilizaron caballos. «Tras anunciar que no habría ningún animal, recibimos más de 20.000 correos electrónicos y cartas de todo el mundo, el 95% comentarios positivos», explica. «Nos volvimos virales por ser el primer circo en utilizar animales holográficos», añade el director del Roncalli.

Para crear este innovador proyecto, Paul tuvo que hacer una inversión de 500.000 euros. Un equipo compuesto por 15 diseñadores 3D e ingenieros de *software* se encargan de dar vida a los hologramas a partir imágenes de animales reales. Once rayos láser dibujan una imagen en una pantalla de proyección holográfica de 300 grados.

Los materiales y los colores están previamente pensados para que la iluminación del propio circo no distorsione la imagen, que cuenta con una resolución de más de 13.000 por 1.900 píxeles (una foto de alta calidad tiene unos 1.200 por 800).

Para la producción del contenido son necesarios hasta

«Cuando vi a Justin Timberlake cantando con Prince, me gustó tanto la técnica holográfica que me adentré en ella»

BERNHARD PAUL
Fundador y actual director del Circus Roncalli

3.000 procesadores sincrónicos, que son capaces de reproducir hasta veinte minutos de imágenes en movimiento durante una función.

Además, los hologramas de los caballos o elefantes, entre otros, intentan imitar sus movimientos reales para que la inmersión y el realismo sea todavía mayor para el espectador.

Todo ello para poder ofrecer al público un espectáculo libre de maltrato animal, con una calidad envidiable y a la altura de otras grandes carpas como el Circo del Sol, el Big Apple Circus o el Circus Krone. ●

David Bisbal y Rosanna Zanetti ya son padres

David Bisbal y su actual pareja, Rosanna Zanetti, han sido padres de su primer hijo en común, Matteo, tal y como anunció ayer el cantante a través de su cuenta de Instagram: «Ya somos cuatro corazones», escribió en referencia a su primogénita, Ella, la pequeña que tuvo con la diseñadora Elena Tablada.

«Matteo y Rosanna se encuentran muy bien», añadió Bisbal, quien no se ha separado de su mujer desde el parto. «Ha sido una experiencia superbonita que compartimos con vosotros ya que estamos llenos de felicidad [...] La mamá está fantástica, guapísima, y el bebé fortísimo», indicó en un vídeo posterior. ●



Fotografía de las manos de los papás y Matteo. INSTAGRAM D. BISBAL

20"

Rosalía reivindica la legalización del aborto

La cantante catalana fue aclamada el sábado durante el concierto que ofreció en las afueras de Ciudad de México por reivindicar el aborto libre en el país. El concierto de Rosalía se enmarca en su gira por algunos festivales de Latinoamérica. Antes de su paso por México pisó Argentina y Chile.

Presentan en Comic Barcelona la biografía sobre Andy Warhol

La biografía gráfica *Andy* (Reservoir Books) fue una de las novedades que se presentaron en la 37 edición de Comic Barcelona, que concluyó ayer. Su autor, el dibujante holandés Typex, explicó el arduo trabajo de documentación que hay detrás de las 600 páginas del libro, que le sirvieron para crearse una imagen sobre Andy Warhol: «Era como una luciérnaga que atraía a muchas polillas».

Weimar estrena el museo de la Bauhaus

Un nuevo museo dedicado a la legendaria Bauhaus —la escuela de arquitectura, arte y oficios artísticos más influyentes del siglo xx— abrió este fin de semana en Weimar (este de Alemania) las puertas al público

con dos días de fiesta, con horarios de entrada libre y un amplio programa que ha incluido desde conferencias y debates hasta conciertos.

A3 despide 'La Voz' este miércoles

Los cuatro finalistas de *La Voz* competirán por última vez el miércoles durante la gala final, junto a artistas invitados como Alejandro Sanz. El programa que pondrá el broche de oro a esta edición —la primera de Antena 3 después de que comprara el formato a Telecinco— se emitirá a las 22.40 h en directo.

El rock progresivo de Crimson cumple 50 años

King Crimson, la banda pionera de rock progresivo que rompió moldes en 1969 con *In the Court of the Crimson King*, celebra su 50 aniversario con un objetivo: introducir su música en los «oídos inocentes» de nuevos públicos. «Los retos son necesarios para mantener el cuerpo en movimiento», dijo Fripp, su líder.

Carlos Baute anuncia que será padre de nuevo

El cantante Carlos Baute y su esposa, la arquitecta y modelo venezolana Astrid Klisans, anunciaron ayer que van a ser padres por tercera vez. «Estamos felices de confirmar nuestro tercer embarazo. A por familia numerosa, amor», escribió el artista.



Un artista realiza un tatuaje durante la Expo Tattoo 2019, celebrada este fin de semana en República Dominicana. ORLANDO BARRIA / EFE

HISTORIAS CON FOTO

Santo Domingo se estrena en la tinta a flor de piel

Santo Domingo (República Dominicana) clausuró ayer Expo Tattoo 2019, la primera feria dedicada al tatuaje en el país. Lejos quedan los tabúes que vinculaban los tatuajes a gente de mal vivir; este arte corporal es actualmente algo más que una moda, es una cultura cada vez más extendida en todo el mundo, y que va ha-

ciéndose fuerte en la República Dominicana, que acogió desde el jueves esta feria.

En este encuentro, celebrado en el Hard Rock Live Santo Domingo, participaron más de 60 expositores nacionales e internacionales. Allí, los asistentes pudieron ver de cerca cómo se hacen los tatuajes, así como las técnicas más usa-

das en este arte. Además, aquellos que desearon un dibujo indeleble sobre su piel contaron con una amplia oferta de expositores y artistas para elegir. Entre ellos, destacó el venezolano Emilio González, prestigioso *body piercer* y empresario pionero en las prácticas de las modificaciones corporales. ●

FILMES QUE INSPIRARON A 'JUEGO DE TRONOS'

Las referencias cinematográficas son continuas en los libros de R. R. Martin y en la serie de HBO, que regresa el domingo

CARLES RULL
cultura@20minutos.es / @CieloTatooine

Se acerca el invierno y promete dejarnos helados con las sorpresas que traerá. La serie más vista de los últimos años, *Juego de tronos* (*JdT*), llegará a su octava y última temporada con seis episodios este domingo. La adaptación de la saga literaria (aún inconclusa) escrita por George R. R. Martin se ha convertido en el mayor fenómeno fan, con el permiso de *The Walking Dead*, pese a que ambas mueven cifras millonarias: un estudio de Parrot Analytics en 2017 estimó que la audiencia diaria de *JdT*, teniendo en cuenta todas las opciones de visualización (incluidos *streaming* o dispositivos móviles), podría cifrarse en unos espectaculares 11,28 millones; *The Walking Dead* se quedaba en 11,11.

Original y rompedora en muchos aspectos, tanto R.R. Martin como los responsables de trasladar en imágenes la serie estrella de HBO han recurrido a fuentes de inspiración como el cine para el desarrollo de la historia o para dar con el empaque visual más efectivo.

Por ejemplo, para la secuencia más cara y espectacular de *La batalla de los bastardos*, el realizador Miguel Sapochnik reconoció a *Business Insider* que le había influenciado la del abismo de Helm de *Las dos torres* (segunda parte de la trilogía de *El señor de los anillos* de Peter Jackson). Además, manejó otras referencias como «*Ran*, de Kurosawa, *Salvar al soldado Ryan* y *Zulú*».

Sapochnik fue también el director del siguiente capítulo, *Vientos de invierno* (T6 E10), de los mejor valorados por los fans. La secuencia en la que Cersei (Lena Headey) evitaba ir a juicio, mientras consumaba su venganza contra el Gorrión Supremo y sus fanáticos, tuvo un desenlace final similar a un gran momento de la historia del cine: el montaje en paralelo de *El Padrino* entre el bautismo del hijo de Michael Corleone y la *vendetta* contra sus enemigos.

También se identifica el rastro de *Los siete magníficos* en *Guardaoriente* (T7 E5), del humor de Monty Python o de *La princesa prometida* en las lecciones de esgrima de Arya Stark. ●

ESCENAS DE PELÍCULA

La batalla de los bastardos

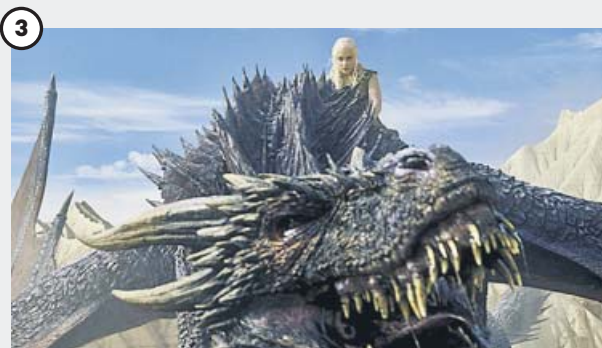


1 **Enfrentó** a los ejércitos del sádico Ramsay Bolton (Iwan Rheon) y Jon Nieve (Kit Harington), a quien ayudaron los salvajes [foto]. Sucedió en el episodio noveno de la sexta temporada.



2 **Reconstrucciones** de batallas con Alejandro Magno y filmes con cargas de caballería, especialmente *Braveheart* [en la foto], sirvieron a su realizador «para ver lo que funcionaba».

Madre de dragones



3 **Los dragones** han aparecido en infinidad de películas. Eso no quita para que el vuelo de Daenerys sobre Drogon en *Danza de dragones* (T5 E9) fuera espectacular.



4 **El mejor** de la historia del cine es, según R. R. Martin, Vermithrax Pejorative de *El dragón del lago de fuego*, una producción de Disney de 1981 [foto]. En él se basó para los «hijos» de Daenerys.

Experimentos en un inquietante laboratorio



5 **Impactantes** fueron también los experimentos de Qyburn (Anton Lesser), el maestro sangriento, para revivir el cadáver de Gregor Clegane alias La Montaña (Hafþór Júlíus Björnsson).



6 **Clásicos de terror** en blanco y negro de Universal como *El doctor Frankenstein* [foto], de 1931, influyeron a R. R. Martin. La Montaña resucitaba en el laboratorio en *Gorrión Supremo* (T5 E3).

CONOCE EL PRONÓSTICO DEL CLIMA DE ESTA PRIMAVERA Y DÉJATE DE EXCUSAS PARA SALIR A CORRER.

tiempo temperatura.es

tiempo temperatura.es

ADÉLANTATE HOY AL TIEMPO DE MAÑANA

Conoce al instante y de forma fiable la previsión meteorológica

20 minutos

Anuncios Localizados

... Y PARA CUALQUIER OTRO ANUNCIO

en 20 minutos, entra en www.blumedia.es o contacta en el 917 0115 600 o envía un correo electrónico a publicidad@blumedia.es

Para contratar un anuncio en esta sección, escríbenos con al menos 48 horas de antelación a publicidad@blumedia.es

Tu restaurante en esta sección

Publicidad Localizados

Contacta con tu agencia habitual

MINICRÉDITOS con nómina o pensión CAPITAL PRIVADO en 24 horas.

91 548 39 68

91 542 11 89

“Rotule su vehículo para acceder a la zona SER”

RÓTULOS LUMINOSOS Y OPACOS

DECORACIÓN DE FACHADAS

VINILOS DECORATIVOS

PUBLICIDAD EXTERIOR

GLOBAL ROTULOS

Avd. de la Mancha, 38
28915 Leganés (Madrid)

91 680 09 46

69 22 11 22

rotulos@globalrotulos.es

TELEVISIÓN

El 'reality' chileno donde la está liando Aída Nízar llega hoy a MTV



La española ha sufrido un ingreso hospitalario y una agresión en 'Resistiré', un programa de telerealidad extremo

R. C.
cultura@20minutos.es / @20m

Ha cobrado mucho protagonismo, como suele pasar allá donde va Aída Nízar. La española está concursando en *Resistiré*, un reality show chileno muy extremo en el que ya ha pasado por una hipotermia que la llevó al hospital y sufrido la agresión de uno de sus compañeros.

«¿Cuánto dinero estarías dispuesto a pagar para sobrevivir?». Esta es la pregunta con la que lidian cada día los 24 participantes de este programa de supervivencia, que llega desde hoy a España, vía MTV, que lo emitirá de lunes a viernes. En *Resistiré*, los concursantes tendrán que sobrevivir en medio de la cordillera de los Andes (Chile) sin agua, comida, techo y abrigo e incomunicados con el exterior, pero con medio millón de dólares en el bolsillo.

Además de la siempre polémica Aída Nízar, en el concurso hay otros dos españoles: Isaac Torres, que se dio a conocer al público con su participación en la tercera temporada de *MTV Super Shore*; y Jessica Pires, canaria que trabaja como modelo y presentadora.

La mecánica del reality dice que los participantes tendrán que administrar el medio millón de dólares en efectivo con el que cuentan para sobrevivir. Podrán comprar facilidades (pero a un alto precio) y se les descontarán del premio final. ●

Cuándo y dónde

DESDE HOY, A LAS 21.00 H, EN MTV

QUÉ VER HOY

SERIES



La caza, Monteperdido

LA 1. 22.45 H

La Guardia Civil lleva a cabo la primera detención en el curso de la investigación. Los agentes tienen la sensación de que están acercándose a la verdad, pero su trabajo no está siendo bien recibido en el pequeño pueblo de Monteperdido.



45 revoluciones

ANTENA 3. 22.40 H

El sencillo de Robert es un éxito en la radio y Guillermo quiere aprovechar el tirón para promocionar a su joven estrella. Fotos, entrevistas en radios, fiestas... una promoción demasiado intensa que traerá problemas a la delicada salud del cantante.



Yo soy Betty, la fea

NOVA. 16.45 H

El canal estrena este lunes un clásico de la televisión. Es la historia de Betty, una joven muy preparada, con un aspecto muy comentado, que entra en el mundo de la moda y encuentra el amor en su jefe, aunque no sea siempre correspondido...

CINE



'El loft'

LA SEXTA. 22.30 H

Cinco hombres comparten en secreto un apartamento para poder escaparse con sus amantes, relajarse y evadirse de la rutina. Hasta que un día hallan el cuerpo de una mujer asesinada en el apartamento y empieza un juego de sospechas entre ellos.



'Barcelona, noche de verano'

LA 2. 23.45 H

Seis historias de amor y una única ciudad. La noche del 18 de agosto de 2013 el cometa Rose cruzó la ciudad, ofreciendo un espectáculo que no se repetirá en varios siglos. Esa noche hubo 567 historias de amor.



'xXx Reactived'

CUATRO. 22.45 H

Cuando un grupo de mercenarios roba un arma de alta tecnología que supone una amenaza global, el mundo necesita al superespía Xander Cage (Vin Diesel). Xander lidera un equipo de defensores de la muerte en una misión para salvar al mundo.

VIARIOS



TALENTOS

Got Talent IV

TELECINCO. 22.00 H

14 artistas de los seleccionados en las audiciones actuarán para conseguir un pase a la final. Paz Padilla, Eva Isanta, Edurne y Risto Mejide podrán catapultar a uno de ellos con un «pase de oro» conjunto.



CIENCIA

Órbita Laika

LA 2. 22.00 H

La ciencia del sexo. Eduardo Sáenz y el equipo de expertos descubren los alimentos afrodisíacos o las fases de la excitación sexual y muestran el funcionamiento de los cromosomas en la determinación sexual.



EDUCACIÓN

Proyecto Arkano

LA 1. 00.05 H

El programa hablará esta semana sobre *bullying*. Rakso, Bruno, Cristina, Laia, Judit y Óscar, jóvenes de entre 18 y 20 que participan en Proyecto Arkano, debatirán sobre el tema y contarán sus experiencias.

PROGRAMACIÓN

Parrilla completa y otros servicios (tiempo, sorteos...), en nuestra web: 20M.ES/SERVICIOS

LA 1
08.30 Los desayunos.
10.00 La mañana.
13.25 Hacer de comer.
14.30 Corazón.
15.00 Telediario 1.
16.15 El tiempo.
16.25 Servir y proteger.
17.20 Acacias 38.
18.20 Derecho a soñar.
19.15 España directo.
20.30 Aquí la Tierra.
21.00 Telediario 2.
22.05 T vemos.
22.45 La caza, Monteperdido.
00.05 Proyecto Arkano.
01.50 Cine: *Algo novedoso*.
03.15 La noche en 24 h.

LA 2
08.55 El escarabajo verde.
09.30 Aquí hay trabajo.
09.55 La aventura del saber.
10.55 Documentales.
12.40 Cine: *Lo quiero muerto*.
14.05 Documentales.
15.45 Saber y ganar.
16.30 Documentales.
20.30 La 2 Noticias.
20.55 Metrópolis.
21.25 Ese programa del que usted me habla.
22.00 Órbita Laika.
22.55 Documental.
23.45 Cine: *Bacelona, noche de verano*.
01.15 Conciertos Radio 3.

ANTENA 3
08.55 Espejo público.
13.15 Arguiñano.
13.40 La ruleta.
15.00 Noticias.
15.45 Deportes.
16.00 Karlos Arguiñano.
16.05 El tiempo.
16.30 Amar es para...
17.30 Puente Viejo.
18.45 Ahora caigo.
20.00 ¡Boom!
21.00 Noticias.
21.30 Deportes.
21.40 El tiempo.
21.45 El hormiguero.
22.40 45 revoluciones.
00.00 Cine: *Yo acusó*.
01.30 Cine: *Más allá del deber*.

CUATRO
09.30 Alerta Cobra.
12.20 Mujeres y hombres y viceversa.
13.25 El concurso del año.
14.20 Cuatro al día.
14.45 El tiempo.
14.50 Deportes.
15.45 Todo es mentira.
17.25 Cuatro al día.
20.20 El tiempo.
20.25 Deportes.
20.30 Ven a cenar conmigo.
21.30 First Dates.
22.45 Cine: *xXx Reactived*.
00.55 NCIS Los Ángeles.
03.10 Puro Cuatro.
04.00 La tienda en casa.

TELECINCO
08.55 El programa de Ana Rosa.
13.30 Ya es mediodía.
15.00 Informativos Telecinco.
15.40 Deportes.
15.50 El tiempo.
16.00 Sálvame Limón.
17.00 Sálvame Naranja.
20.05 Pasapalabra.
21.10 Informativos.
21.40 El tiempo.
21.50 Deportes.
22.00 Got Talent IV.
01.45 Got Talent Momentazos.
02.40 La tienda en casa.
02.55 El horóscopo.
03.00 Mejor llama a Kiko.

LA SEXTA
07.30 Previo Arusity.
09.00 Arusity.
11.00 Al rojo vivo.
14.00 laSexta Noticias.
14.55 Jugones.
15.30 laSexta Meteo.
15.45 Zapeando.
17.15 Más vale tarde.
20.00 laSexta Noticias 2.
20.55 Estación Sexta.
21.05 laSexta Deportes.
21.30 El intermedio.
Con Wyoming y Cía.
22.30 El taquillazo: *El loft*.
00.40 Cine: *El guardián*.
02.10 Las primeras 48 h.
02.50 Poker Cash Challenge.

TELEMADRID
07.00 Buenos días.
11.30 120 minutos.
14.00 Telenoticias.
15.05 Deportes.
15.20 El tiempo.
15.30 Cine: *Bandido*.
17.25 Está pasando.
19.20 Madrid directo.
20.30 Telenoticias.
21.00 Entrevista a Ángel Garrido, presidente de la CAM.
21.30 Deportes.
21.35 El tiempo.
21.40 Aquí hay madroño.
22.40 Cine: *Windtalkers*.
00.50 Cine: *Tess y su guardaespaldas*.
02.25 Aquí hay madroño.

HORÓSCOPO

Por Amalia de Villena

Aries Contemplarás la vida con un cierto escepticismo porque hay cosas que no entiendes pero eso no significa que te pongas demasiado pensativo, al contrario, deja que todo fluya a tu alrededor y te sentirás mejor.

Tauro Alcanzas hoy algo que deseabas hace mucho tiempo, probablemente, en un aspecto material o profesional y lo cierto es que eso te hace estar de buen humor y con ganas de contárselo a todo el mundo. Celébralo.

Géminis Hoy se recomponen ciertas cosas que estaban pendientes de un hilo y que ves mucho más claras ya, especialmente en los estudios o en el trabajo. Eso te da mucha tranquilidad y un magnífico humor.

Cáncer La calidad de vida te importa y ahora puedes mejorarla si te lo propones con una buena alimentación y deporte. Alejarás posibles riesgos de la salud si te pones a ello. No es tan complicado.

Leo No empezarás la semana con demasiado ánimo, pero ese pequeño bajón se irá pasando poco a poco porque alguien te planteará un reto que te interesa. Puede que sea algo profesional o intelectual. Despierta.

Virgo Juegas un papel importante en un tema de negocios o de un proyecto que aún está comenzando pero en el que hay muchas ilusiones. Hoy tendrás conversaciones muy interesantes en este sentido.

Libra Cada vez que piensas en una persona te pones triste quizá porque se ha alejado de tu lado de golpe y no te lo esperabas. Deja que el tiempo pase y no le des demasiadas vueltas. Lo mejor es que te distraigas.

Escorpio Una amiga te trae buenos recuerdos y ratos muy entretenidos que te lo hacen pasar muy bien. Si estás retomando esa amistad, no fuerces nada, todo vendrá por sí solo, aunque debes poner mucho de tu parte.

Sagitario Si te lo propones, conseguirás acabar un trabajo que te está resultando muy largo y pesado. Merece la pena hacerlo bien porque de lo contrario alguien puede echártelo en cara. No escatimes esfuerzos.

Capricornio Será un buen día para viajar o para encuentros de cualquier clase. Serán momentos agradables porque hablarás con gente muy interesante e incluso es posible que hagas amigos nuevos muy interesantes.

Acuario Te costará mucho asumir ciertos acontecimientos. Tu actitud será muy importante para paliar en parte todo eso que sucederá. Intenta ser positivo y pensar en lo que se puede solucionar y no en lo imposible.

Piscis La salud de un familiar que te ha tenido muy preocupado comienza ahora a mejorar. Verás soluciones muy positivas. Debes transmitir toda tu fuerza positiva a esa persona y mostrarle todo tu cariño.

📁 | HOY FIRMA

Iñaki Ortega ¿Antihistamínicos para todos?

Levas dos semanas pegado a un clínex, te levantas de la cama como si te hubiese atropellado un autobús, en tu cabeza se ha instalado una tala-

dradora y pasas de tiritar de frío al sofoco. Si así te sientes, formas parte de una gran mayoría: los damnificados de esta primavera loca. Es verdad que todos los años aparece esa astenia o cansancio en marzo y abril y que padecer una alergia se ha convertido en algo tan común como criticar a nuestro cuñado en el café de media mañana. Pero esta vez en una sola semana –además del cambio horario que nos ha robado una hora de sueño– hemos soportado lluvia, solazo, nieve, calor y nieblas. Por si esto fuera poco en la mayor par-

Hemos visto a políticos que cambian de partido en una semana y programas irrealizables

te de España habrá cuatro citas con las urnas en la primavera de 2019.

Pero inopinadamente siempre hay algún colega que soporta estos meses del año como si nada. Para este tipo de personas no hay alergias, ni desgana y jamás rebuscan en sus bolsillos a la caza de un pañuelo de papel. No le echas la culpa a tu mala genética. La explicación es más sencilla y además te ayudará a sobrellevar esta estación: antihistamínicos.

El antihistamínico es el nuevo chicle. Se reparte en las oficinas y en las cafeterías como el bálsamo de Fierabrás. Ante el mínimo síntoma primaveral, un alma caritativa te ofrece una dosis sanadora. De modo y manera que cada día somos más los que gracias al consumo de esos bloqueadores de la histamina, sobrevivimos a esta época del año. Funciona. Y a cambio, no vendes tu alma al diablo sino simplemente tienes un poco más de sueño.

Últimamente los antihistamínicos parece que se han

consumido con fruición porque tengo la sensación de que los españoles vivimos dopados. Si no cómo se explica nuestra indiferencia, por ejemplo, ante tanta manifestación. Tras las concentraciones feministas vinieron las de «la España vaciada» pasando por las de la equiparación salarial de los policías, la defensa de la familia, sin olvidar el tren extremeño o las demandas de los cazadores. Sin embargo, vemos las noticias con la mirada perdida porque todos los días hay una manifestación que parece justa, pero ya no nos impacta.

Cuando tomas un antihistamínico te recomiendan no conducir porque relaja la atención. Así estamos. Ya nada nos sorprende. Ya no nos escandaliza nada en la política. Llevamos quince días de primavera y hemos visto a políticos que cambian de partido en una semana, presidentes que se contradicen en una misma mañana, pactos que ofenden la inteligencia o programas electorales irrealizables. Nada nos afecta. Candidatos que no quieren ir a debates o ser entrevistados en televisión, partidos creados solo para molestar y barbaridades que creíamos que solo se proponían en otros lares. Pero la mayoría seguimos nuestras vidas como si nada. Los antihistamínicos tienen estas cosas, te quitan unos síntomas pero traen otros. ●

Iñaki Ortega es director de Deusto Business School y profesor de la UNIR



📣 | COLUMNA

Mujeres en campaña



Por **Lara Contreras**
Responsable de Contenidos
e Incidencia de Oxfam Intermón

Sin duda el movimiento feminista es líder en influencia en el momento actual. Pero analicemos el reflejo de esa influencia en la precampaña electoral. Una de las evidencias más importantes: ¿quiénes son los candidatos, los números uno, de los principales partidos? ¿Los responsables económicos? ¿Los encargados de la política exterior? Todos hombres. Sin embargo, las responsables de políticas sociales son mujeres.

El pasado 8 de marzo todos los partidos se comprometieron de un modo u otro con reivindicaciones de la agenda feminista. En debates y declaraciones públicas, los principales partidos con representación parlamentaria han hecho propuestas concretas contra la violencia hacia las mujeres, en la ley y en los presupuestos. Es un cierto consenso que deberíamos ver plasmado en los programas electorales.

También hay compromisos claros para garantizar la igualdad de las mujeres en el empleo. Corresponsabilizar al Estado y a los hombres en el trabajo de cuidados no remunerado, prolongar las bajas de paternidad y que sean intransferibles, garantizar la educación pública de 0 a 3 para facilitar el acceso de las mujeres al mercado laboral...

Algunos partidos proponen una política exterior con sello feminista, y la mayoría reconoce que uno de los aportes de España a la comunidad internacional es la defensa de los derechos de las mujeres. La agenda de mujer, paz y seguridad fomenta la protección de las mujeres en conflictos y su participación en los procesos de paz. No solo esperamos ver cómo se cumplen estos compromisos. También queremos ver paridad en los liderazgos. Que las estructuras partidistas sean un lugar de igualdad. Y en consecuencia, con parlamentos y gobiernos igualitarios. ●

📱 | PIM, PAM, PUM

Por **Asier**



🔊) NOS DICEN LOS LECTORES

🐦 EN TWITER

Sobre el ruido a horas intempestivas

Quisiera responder a Blanca González Morais sobre su comentario publicado hace unos días en esta misma sección, *Recogida de basuras: imposible dormir*. Decirle a Blanca que suscribo al 100% lo que dice. Que efectivamente afecta negativamente a la salud de muchísimas personas que no gozamos del privilegio de tener un sueño «muy muy profundo». Que los Ayuntamientos tienen que respetar el descanso de las personas y para ello deben realizar esas labores fuera del «horario nocturno». Me alegro que, al parecer, haya otras personas que opinan de manera parecida a la mía en esta cuestión. Muchas veces pienso y he pensado que soy la única persona con este problema o que piensa de esta manera. personalmente he sufrido durante muchos años esa situación, y que aunque me costó muchísimo, actualmente está solucionada. **Tomás Antequera, Madrid**

📧 Escríbenos a lectores@20minutos.es

Las cartas no deberán superar los 800 caracteres (espacios incluidos). 20minutos se reserva el derecho de editar o extraer los textos.

A3 nos revela que jugar videojuegos resiente las espaldas y la vista, no como estar 8 horas currando frente a un ordenador, que te deja como una puta rosa. **@paroxia**

Ese horrible ciclo de la vida cuando coges el montón de ropa y se te cae un calcetín, lo recoges y se te cae una camiseta, lo recoges y luego se caen tus ganas de vivir. **@MellamoRalphW**

Con lo difícil que es que un bebé diga los sonidos del perro, del gato o del pajarito; ¿cómo harán los australianos con el koala, el canguro o el emú? **@DaniBordas**

20 minutos

Una publicación de
20 MINUTOS EDITORA, S. L.

HENNEO

Directora
Encarna Samitier
Director de Opinión
Carmelo Encinas
Subdirectores
Jesús Morales y Raúl Rodríguez
Redactores jefe
Pablo Segarra y Álex Herrera
Redes **José Mª Martín Camacho**

Primer diario con licencia Creative Commons. Queremos que te sientas libre de copiar, distribuir y usar nuestro trabajo. Lee nuestras condiciones de copia en 20minutos.es

EDITA
20 Minutos Editora, S.L.

PUBLICIDAD (BLUEMEDIA): **Hortensia Fuentes** (directora general), **Gabriel González** (director Madrid), **Mercè Borastero** (directora Barcelona) y **Rocío Ortiz** (directora Andalucía). Tel.: 91 701 56 00

Coordinación y Tráfico **Rafael Martín Marketing** **Álvaro Fernández-Villa**. Operaciones **Héctor Mª Benito**. Administración **Luis Oñate**

Madrid Condesa de Venadito, 1. 28027 Madrid. Tel.: 91 701 56 00
Barcelona Plaza Universitat, 3. 08007 BCN. Tel.: 93 470 62 50

Valencia Xàtiva, 15. 46002 Valencia. Tel.: 96 350 93 38
Andalucía Plaza del Duque, 1. 41002 Sevilla. Tel.: 95 450 07 10

20minutoseditora@20minutos.es

Imprimen **Impresa Norte, S.L.U.** **Bermont, Inicativas y CREA**
Depósito Legal: **M-10774-2012**

donuts[®]

*Ahora más tiernos
que nunca*



Comparte tu **#MomentoIrresistible**



/Donuts



@Donuts_es



@Donuts_es