

# 20 minutos

MADRID MARTES, 9 DE ABRIL DE 2019. AÑO XX, N° 4380  
www.20minutos.es

«FOGONAZOS»  
JESÚS MORALES



**Promesas incumplidas.** Los partidos están esta semana dedicados a vender sus programas electorales. Muchas grandes medidas, tan necesarias como habitualmente incumplidas. Nos han prometido muchas veces que acabarán con la corrupción, que habrá pleno empleo, que harán accesible la vivienda o que combatirán la violencia de género. Pero los hechos se empeñan en demostrar lo contrario. Los mítines serían menos vistosos si solo asumiesen pequeñas promesas, pero seguro que a medio plazo todos ganábamos. ●



APRISIÓN POR  
EL ASESINATO  
DE LA JOVEN  
DE VINARÓZ

El juez decretó ayer prisión sin fianza para el novio de la joven de Vinaroz hallada muerta el domingo. **PÁGINA 8**

**El creador de 'seriesyonkis' descarga la culpa en los usuarios**

En el primer juicio en España contra la piratería en el cine, y rodeado de una gran expectación, ayer declaró Alberto G. S., principal acusado por las descargas en su web *seriesyonkis*. Según su versión, eran los usuarios de la página de internet los que ponían los enlaces que dirigían hacia las películas. **PÁGINA 8**

# La contaminación mejora en el área de Madrid Central, pero empeora fuera

**VALOR MEDIO DE NO<sub>2</sub>**  
Durante el mes de marzo subió un 24% respecto al mismo mes de 2018

**ZONA CENTRO** La polución cayó un 17%, según los datos del medidor allí ubicado

**EN LOS ALREDEDORES** las cifras han empeorado notablemente en el mismo periodo

PÁGINA 2



**Madrid Central: los coches se quedan fuera... y la polución también**

JORGE PARIS

**Sánchez rechaza el cara a cara con Casado, pero sí estudia acudir al debate a cinco**

El PSOE descartó ayer que su candidato a la Presidencia, Pedro Sánchez, participe en un cara a cara con el líder de la oposición, Pablo Casado. Los socialistas estudian si Sánchez acude a un debate a cuatro (con Casado, Iglesias y Rivera) o a cinco, con Abascal. **PÁGINA 4**

**Pablo Iglesias publicará la lista de amnistiados si gobierna**

PÁGINA 6

**Algas, el nuevo alimento que triunfa en la mesa**

PÁGINA 10

**Messi-Suárez, un dúo que no admite comparación**

PÁGINA 12

**#KateMorton**



JORGE PARIS

«POR NATURALEZA, LAS MUJERES SOMOS MÁS ADAPTABLES» / PÁG. 14

EL SEÍSMO YA HA LLEGADO

# ¡SEIS MESES GRATIS!

EN TU SEGURO DE COCHE

902 123 228

lineadirecta.com

Promoción sujeta a normas de suscripción de la compañía. Consúltalas en [www.lineadirecta.com](http://www.lineadirecta.com)

## #MadridCentral

# La contaminación mejora en el centro pero empeora a su alrededor

**EN EL MES DE MARZO** el valor medio de NO<sub>2</sub> en Madrid subió un 24% respecto al mismo mes del año pasado

**LA MAYORÍA** de las estaciones colindantes a Madrid Central registraron peores datos que hace un año

**EN PLAZA DEL CARMEN** (Centro) sí se redujo la contaminación de forma significativa: hasta un 17%

**EL BUEN TIEMPO** es un factor clave para explicar que los niveles de NO<sub>2</sub> sigan este año en aumento

**FCO. PELAYO**  
madrid.local@20minutos.es / @20m

Los niveles de contaminación en la ciudad de Madrid por dióxido de nitrógeno (NO<sub>2</sub>), sustancia química que procede fundamentalmente de la combustión de los motores diésel de los coches y las calefacciones, están mejorando en el distrito Centro, pero aún mantienen niveles preocupantes en el resto de las zonas de la capital. Los últimos datos conocidos correspondientes al mes de marzo, recogidos en un informe de Ecologistas en Acción sobre la calidad del aire en la ciudad, indican que la entrada en funcionamiento de Madrid Central el pasado 30 de noviembre aún no ha tenido el efecto deseado en el conjunto de la ciudad, aunque sí dentro del área de bajas emisiones.

De esta forma, el pasado mes de marzo se registraron de media en las 24 estaciones de la red de medición municipal hasta 36 microgramos por metro cúbico de NO<sub>2</sub> frente a los 29 del mismo mes del año anterior (+24%). De hecho, solo tres estaciones (ver gráfico) obtuvieron mejores resultados este mes de marzo en comparación con marzo del año pasado.

Además, hasta cinco estaciones –Plaza de España, Escuelas Aguirre, Villaverde, Embajada y Plaza Elíptica– superaron en marzo el valor límite anual de NO<sub>2</sub> marcado por la legislación europea, que establece 40 microgramos por metro cúbico de media anual, frente a las dos del año anterior. Esta situación se viene repitiendo desde que se inició la medida para restringir en el centro el tráfico privado y mejorar la calidad del aire. El pasado diciembre, la media de la red experimentó un incremento mínimo de la contaminación del 1,8% respecto al mismo mes del año anterior; mientras que en enero la subida media de la polución fue del 22% y en febrero, del 17%.

Los datos también indican un empeoramiento en marzo respecto a hace un año de los valores de NO<sub>2</sub> en la mayoría de las estaciones situadas en zonas colindantes a la gran área de prioridad residencial como Plaza de España, Ramón y Cajal, Retiro, Farolillo, Méndez Álvaro o Cuatro Caminos, produciendo así el temido ‘efecto frontera’ (el desplazamiento de la polución del centro a zonas limítrofes).

## LA CLAVE

## La contaminación, al alza en la mayoría de estaciones

### Mejoran solo 3 de las 24 estaciones

Marzo 2018-2019

- Aumenta la contaminación
- Disminuye la contaminación

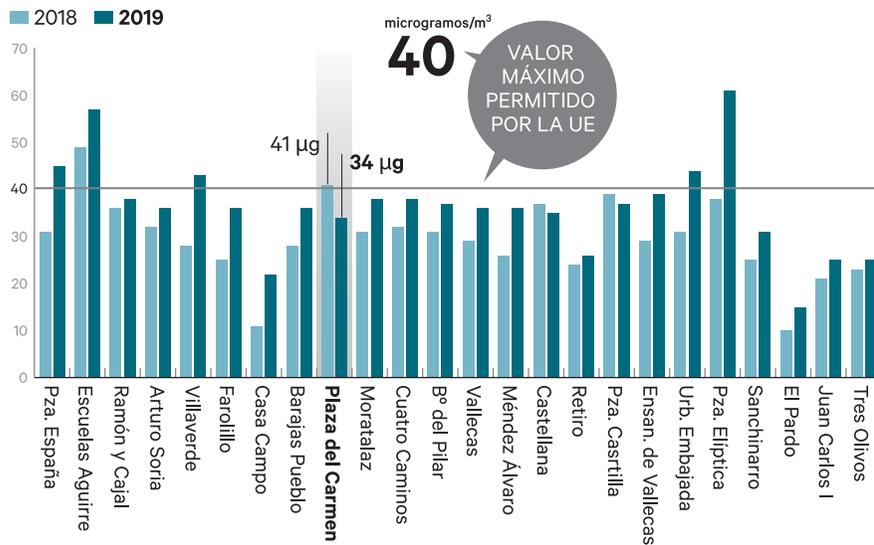
- 1-Barrio El Pilar
- 2-Plaza de Castilla
- 3-Avda. Ramón y Cajal
- 4-Cuatro Caminos
- 5-Castellana
- 6-Escuelas Aguirre
- 7-Retiro
- 8-Plaza de España
- 9-Plaza del Carmen
- 10-Méndez Álvaro

### MADRID CENTRAL

Plaza del Carmen, la única estación de la red municipal que se encuentra dentro de la zona de baja emisión de Madrid Central, registró el pasado mes de marzo un valor medio de 34 µg/m<sup>3</sup> de NO<sub>2</sub>, lo que supone una mejora considerable respecto al año anterior.

### Valores medios de NO<sub>2</sub> en Madrid en el mes de marzo

■ 2018 ■ 2019



FUENTE: Ecologistas en Acción.

GRÁFICO: Carlos G. Kindelán



Tráfico congestionado en la calle Alberto Aguilera, en el límite con Madrid Central. JORGE PARÍS



20M.ES/MADRID

Consulta toda la información de la Comunidad de Madrid en nuestra página web [20minutos.es](http://20minutos.es)

Donde sí están dando resultado las restricciones al tráfico de Madrid Central es en el distrito Centro. Los datos correspondientes a la Plaza del Carmen, la única estación de

la red ubicada dentro del perímetro de Madrid Central, indican que el valor alcanzado en marzo fue de 34 µg/m<sup>3</sup>, lo que supone una reducción del 17% respecto al año anterior (41

## EN CIFRAS

# 36

microgramos por metro cúbico es el valor medio de NO<sub>2</sub> registrado en Madrid en marzo.

# 5

estaciones superaron en marzo el límite de anual de NO<sub>2</sub> marcado por la UE.

# 24

estaciones forman parte de la red municipal que mide los niveles de contaminación.

µg/m<sup>3</sup>). Esta cifra está por debajo incluso del valor medio de la red. En las estaciones del Paseo de la Castellana y Plaza de Castilla también se produjeron mejores datos en la comparación interanual.

Detrás de estas cifras hay un factor que es imposible de controlar y que influye de forma medular en la contaminación atmosférica: las condiciones meteorológicas. El buen tiempo reinante en estos meses, con mucho sol y ausencia de lluvias y viento, han favorecido, sin duda, que los niveles de contaminación no hayan descendido hasta los límites esperados después de la puesta en marcha de Madrid Central.

El documento elaborado por Ecologistas en Acción, sin embargo, concluye que la contaminación no solo ha mejorado en el centro sino también en el resto de la ciudad. Este colectivo comparó marzo de 2019 con la media del mes de marzo en el periodo 2010-2018. Así, la media mejora ligeramente, ya que en la serie histórica el valor medio de NO<sub>2</sub> de la red municipal se sitúa en 37,8 frente a 36,2 de este año, lo que supone una variación del 4,2%.

Ecologistas en Acción concluye el informe asegurando que «Madrid Central no es una medida suficiente por sí misma para resolver todos los problemas de la contaminación atmosférica de la ciudad de Madrid, como el de los puntos más conflictivos de tráfico en la ciudad (Plaza Elíptica o Escuelas Aguirre), o el tráfico en las zonas de la periferia urbana». ●



#Elecciones28-A

# Sánchez rechaza el cara a cara que reclama Casado

**DEBATES** Quedan dos opciones en la mesa: un encuentro a cuatro sin Vox y uno a cinco que incluya a Abascal

**PSOE** El presidente duda si acudir al debate a cinco con Vox para no dotarles de legitimidad

**CS Y PODEMOS** Ambos partidos están abiertos a cualquier fórmula durante la campaña electoral

E. O. / J. G. M.

actualidad@20minutos.es / @20m

Los debates electorales de la campaña para el 28 de abril todavía continúan en el aire. Cada partido tiene sus prioridades y desde el PSOE siguen demandando la decisión sobre las citas en las que participará el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez. Según fuentes de su Comité Electoral, la opción de un cara a cara con el líder del PP, Pablo Casado, está descartada.

El coordinador electoral y secretario de Organización del partido, José Luis Ábalos, explicó ayer que tomarán la decisión esta semana, pero garantizó que Sánchez participará al menos en un debate: «Participación habrá», expresó. Sobre la mesa ahora hay solo dos propuestas: un debate a cuatro (con PSOE, PP, Cs y Podemos) el 22 de abril en TVE, y la de Atresmedia pa-

ra un debate a cinco que incluya a Vox, el día 23. La del cara a cara entre Casado y Sánchez, que tenía intención de emitir Mediaset, queda descartada.

En Ferraz creen que a Vox le beneficia un debate a cuatro en el que ellos queden excluidos, pero a la vez dudan en reconocerles legitimidad nacional, cuando aún no se han presentado a unas elecciones generales. Según Ábalos, el Comité Electoral —que codirige con el consultor Iván Redondo— «no

«Esta semana se reunirá el Comité Electoral y tomaremos la decisión final. Sabemos las propuestas que hay»

**JOSÉ LUIS ÁBALOS**  
Secretario de Organización del PSOE

abordó la cuestión del debate» en su reunión de ayer, pero lo hará y tomará una decisión antes del inicio de la campaña.

Desde el PP tiran de paciencia. En su calendario de campaña, la formación había reservado el martes 16 de abril para ese debate a dos. Fuentes de la dirección de partido no contemplaban la posibilidad de que Sánchez «se escondiera», pero ya dan por hecho su rechazo. Consideran que esta demora en las filas socialistas es «una tomadura de pelo», pero aseguran que la paciencia es «infinita». Esperan que la de los grupos de comunicación que proponen los debates también lo sea. No entra en sus planes tampoco que los socialistas recurran a figuras de segundo nivel como Carmen Calvo o el propio Ábalos. En las filas populares recuerdan que Pedro Sánchez criticó duramen-

EL APUNTE



Pedro Sánchez, ayer en un acto del Comité Olímpico. EFE

## Los debates que quiere cada uno

**PSOE.** Desde Ferraz han confirmado que tendrán presencia en alguno de los debates, pero sin aclarar más aspectos. Sánchez no acepta la propuesta para un debate a dos que le ha lanzado Casado y no aclara si debatirá con Vox.

**PP.** Pablo Casado no he hecho ningún tipo de veto de cara a los debates. Estará en todos los que pueda. Fue el primero en plantear un debate a dos con Pedro Sánchez y pidió que no se «escondiera».

**Ciudadanos.** De puertas hacia fuera, la formación naranja no ha cerrado la puerta a ningún debate. Igual que Casado, Rivera había propuesto un cara a cara con Sánchez, una posibilidad que ahora también queda descartada.

**Podemos.** Aunque la formación todavía perfila su estrategia, Pablo Iglesias pretende participar allá donde se le convoque y confía en movilizar el voto en estas intervenciones.

te a Mariano Rajoy por delegar en Soraya Sáenz de Santamaría en 2015 y 2016.

Pablo Casado fue el primero en lanzar esta propuesta de duelo con Sánchez. Los populares consideran que son los dos líderes que tienen opciones de gobernar, toda vez que Ciudadanos, Unidas Podemos y Vox cumplan con el papel de sumar sus escaños a un pacto.

En Cs, en cambio, no comparten esta postura. Albert Rivera, como Casado, también quería un debate a dos con el presidente y dio los mismos motivos. La formación naranja centra su estrategia de campaña en polarizar los futuros acuerdos. Para Rivera hay dos opciones: un pacto entre Ciudadanos y PP o uno que incluya a PSOE, Podemos y las fuerzas nacionalistas.

Así, el líder liberal apuesta todo a quedar por delante del PP y comandar el bloque de centro derecha. Desde la formación, eso sí, no quisieron marcar un día en el calendario. «No podemos hablar de fechas hasta saber si Sánchez acepta el debate o no», esgrimieron en su momento fuentes naranjas a **20minutos**. Su secretario general, José Manuel Villegas, describió esta propuesta como «una oportunidad para diferenciar entre quienes, como Rivera, promueven los acuerdos entre constitucionalistas y tienen un proyecto para España». Ahora, también se antoja completamente imposible.

Podemos aún perfila su estrategia. En realidad, su posición es simple: un «sí» de partida, allá donde se les convoque. De hecho, de momento, es la única formación que ha confirmado la presencia de su número uno en el encuentro de la Asociación Demos de la Universidad Carlos III, una cita que comienza a consolidarse en el calendario. La razón: Podemos apuesta mucho a su capacidad para crecer en campaña y activar lealtades, lo que les vale para desdeñar las predicciones de las encuestas.

Si el esquema es similar al de las últimas generales, Iglesias participará en todos los debates de candidatos. Si no, los representantes serán segundas espadas como Irene Montero, Pablo Echenique o Noelia Vera, caras mediáticas y voces solventes para el cuerpo a cuerpo. En este contexto, también aspira a jugar un papel nacional Alberto Garzón, el coordinador de IU, que encabezaría la lista de Málaga. ●



20M.ES/ELECCIONES

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

## Imputado el exdirector de información nacional de Moncloa

El juez Manuel García Castellón imputó ayer por revelación de secretos al exdirector general de Información Nacional, Alberto Pozas. Este ex alto cargo —que dimitió el viernes— empezó su comparecencia como testigo, tras declarar el excomisario Villarejo que Pozas le había entregado —cuando era director de *Interviú*— un *pen drive* con información íntima de Pablo Iglesias. El juez cambió ayer a imputado la situación procesal de Pozas. Días antes, el presidente del Grupo Zeta, Antonio Asensio, declaró que había entregado a Pablo Iglesias la documentación recibida. ●

20"

## Toni Cantó asegura que cerrará la televisión valenciana

El candidato de Ciudadanos a la Generalitat valenciana, Toni Cantó, anunció ayer que cerrará la televisión autonómica À Punt si logra la victoria en las elecciones de abril. El gobierno de Ximo Puig resucitó esta emisora después de que el PP cerrara Canal 9.

## El 'exconseller' de ERC Toni Comín será el dos de Puigdemont

El *exconseller* Toni Comín, instalado en Bruselas desde finales de 2017, será el número dos de Carles Puigdemont en la lista de JxCat a las europeas. Comín formó parte de su Gobierno a propuesta de ERC.



Albert Rivera, ayer, en un acto en Mérida junto a las cabezas de lista de Cs por Cáceres y Badajoz. EFE



HISTORIAS CON FOTO

## Cs propone una asignatura de Constitución Española

El presidente de Cs, Albert Rivera, anunció ayer que si gobierna incluirá dentro del pacto nacional de la Educación la implantación de una nueva asignatura, troncal y obligatoria, que se llamará Constitución Española. Desde la formación naranja confirmaron a **20minutos** que la asignatura se impartiría en Primaria y Secundaria. «A quien le moleste esta asignatura tiene un problema con la democracia y con la Constitución», sentenció Rivera. ●

Precio "desde" por persona y estancia en habitación doble válido para reservas realizadas entre el 22 de marzo y el 30 de abril de 2019. Hasta 12% de descuento no aplicable a tasas ni visados, ni acumulable a otros descuentos ni promociones. Mejor precio garantizado: consulta condiciones de cada touroperador. Reserva por 60 € por persona, consulta condiciones. Pago en 6 meses: Financiación ofrecida por Financiera El Corte Inglés, E.I.C., S.A. y sujeta a su aprobación. Consulta condiciones y planes de financiación en Viajes El Corte Inglés. Plazas limitadas. C.I.C.M.A. 59. Hermsilla, 112 - Madrid.

# MES DEL CIRCUITO

## UNA VUELTA POR EL MUNDO



Reserva desde 60€



Hasta 12% de descuento



Pago en 6 meses

**SI ENCUENTRAS UN PRECIO MEJOR, ¡TE LO IGUALAMOS!**

Financia tus viajes en:  
WEB | AGENCIA | TELÉFONO

Más de **1.500 CIRCUITOS** por **todo el mundo**

Incluido Semana Santa, Puente de Mayo y Verano

**España**

desde **230€**

**Europa**

desde **658€**

**Grandes Viajes**

desde **960€**

Con los mejores operadores:



y además, consulta nuestros cruceros fluviales.

902 400 454  
viajeselcorteingles.es



**VIAJES El Corte Inglés**  
Una sonrisa de ida y vuelta

# El PP promete penar los referéndums ilegales y más vigilancia en las fronteras

EMILIO ORDIZ

emilio.ordiz@20minutos.es / @EmilioOrdiz

Pablo Casado ya ha desvelado el «contrato con España» del PP. Los populares presentaron ayer en Barcelona su programa electoral para el 28-A, que incluye un total de 500 medidas. Divide el plan en diez bloques que van desde el «fortalecimiento de la nación» hasta una «regeneración democrática». Rehuyen temas como la corrupción, el aborto o las propuestas enfocadas al colectivo LGTBI.

La formación tipificará como delito la convocatoria ilegal de referéndums y se prohibirán los indultos por rebelión y sedición. Esta es la vía para defender «la unidad de España y la Constitución». Es más, se compromete a trabajar «por la independencia» del poder judicial. En este sentido, se puede hablar de una intención de recentralizar el poder del Estado. El PP propone reforzar la presencia estatal en todas las comunidades autónomas y no ceder más competencias a las mismas, así como una moratoria para aquellas que «no cumplan».

También destaca su propuesta para controlar las fronteras. Casado promete dotar de más recursos a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado que trabajan tanto en las costas andaluzas como en la frontera de Ceuta y Melilla. Así, incluye en



De izquierda a derecha, Levy, Montserrat, Bou, Álvarez de Toledo y Casado. ANDREU DALMAU / EFE

**PROGRAMA** Casado incluye 500 medidas en su «contrato con España» para el 28-A  
**PLAN** Incluye también una ley de concordia, una reforma educativa y prevé quitar poder a las autonomías

el programa «un Plan Especial de lucha contra la inmigración irregular», para lo que pretende mejorar los vínculos con los países de origen. «Ampliaremos los tratados internacionales de retorno y expulsión de inmigrantes irregulares», sentencian.

Una gran mayoría de las medidas redactadas ya habían sido anunciadas por el propio Casado. Destaca, en este sentido, la llamada ley de Concordia, que sustituiría a la ley de Memoria Histórica ahora vigente. Asimismo, reitera su idea de apro-

bar una Ley de Símbolos para prohibir, por ejemplo, la presencia de lazos amarillos en edificios públicos.

Otro de los bloques incluye la ya renombrada por el partido como «revolución fiscal». Además, el PP, como ya anunció hace semanas, apuesta «por blindar fiscalmente el ahorro para la jubilación». Y es que la economía resulta «fundamental» para Casado. El programa electoral recoge el compromiso de agilizar al máximo el proceso de constitución de empresas,

poniendo en marcha «una autopista administrativa para que en siete días, como mucho, puedan crearse nuevos proyectos».

Por otro lado, tratará de llevar a cabo una reforma educativa, que incluirá un MIR para profesores y que tendrá el castellano como lengua vehicular. Tal como explican desde Génova, «se aprobará una ley que garantice la libertad educativa» y defenderán la educación concertada.

También se añade al programa una de las medidas «estrella» de la formación: una ley de apoyo a la maternidad «que contemple un conjunto de medidas para poner en valor la ma-

**«Proponemos un proyecto político y moral de largo plazo en España que encara de frente lo más urgente»**

CAYETANA ÁLVAREZ DE TOLEDO  
Número uno del PP al Congreso por Barcelona

ternidad, ampliar las medidas de conciliación y corresponsabilidad, e impulsar medidas fiscales en favor de las familias», expresan.

En materia de violencia de género, la formación reformará el Código Penal para extender los supuestos de prisión permanente revisable. Además, extienden su compromiso a cumplir con el Pacto de Estado y optan por mejorar la formación del personal sanitario.

En Génova plantean un giro total en materia de movilidad. «Derogaremos el Decreto Abalos en los sectores del taxi y de los VTC, garantizando la libertad de elección del usuario». Y es que además asegura que suprimirá «las restricciones indiscriminadas a los vehículos diésel», en contra de las políticas de la izquierda. ●

## Casado acusa a Sánchez de preferir «manos manchadas de sangre»

Pablo Casado sigue manteniendo un tono muy duro contra Pedro Sánchez. El líder del PP acusó ayer al presidente del Gobierno de preferir «las manos manchadas de sangre a las manos manchadas de blanco. Manos pintadas de amarillo que manos abiertas a todos los españoles» para pactar después del 28-A. Así lo expresó en el acto de presentación del programa electoral del PP. La respuesta del PSOE llegó por parte de José Luis Ábalos. El secretario de Organización socialista apuntó que la «irresponsabilidad» de Casado «le inhabilita para gobernar» y criticó el nivel *in crescendo* «de su delirio». ●

20"

## Abierto el plazo del voto por correo

Los votantes comenzaron a recibir ayer la documentación necesaria para ejercer el voto por correo. Esto se produce a partir del trigésimo cuarto día posterior a la convocatoria de elecciones. El plazo para enviar al votante la documentación finaliza el 21 de abril.

## Puigdemont ofrece a Junqueras una lista unitaria en las europeas

El cabeza de lista de JxCat a las europeas, Carles Puigdemont, que ha fichado como número dos al *exconseller* de ERC Antoni Comín, va a mantener «hasta el último momento» la oferta de una candidatura unitaria para esos comicios en el líder de Esquerra, Oriol Junqueras, como número uno.

## Piratería de una cámara de Interior en el chalé de Iglesias y Montero

Podemos denunció a Interior a finales de octubre que una cámara que formaba parte del dispositivo de seguridad de la Guardia Civil instalada en el exterior del chalé de Pablo Iglesias había sido pirateada, y que las imágenes circulaban por internet a través de una web que emitía en directo.

## ERC incluye en su programa celebrar un referéndum

ERC presentó ayer un decálogo que sirve de avance del programa para el 28-A, y que defiende un referéndum de autodeterminación «sin el cual no será posible solucionar el conflicto» en Cataluña.

## Iglesias quiere publicar la lista de la amnistía fiscal

Pablo Iglesias presentó ayer el programa electoral que la formación morada defenderá dentro de la coalición Unidas Podemos. El secretario general detalló algunas de las 264 medidas que plantean para el 28 de abril, plasmadas en un soporte que imita la Constitución Española, ya que, aseguró, su programa es «de estricta aplicación de los artículos que protegen a la gente» y que no citan los «autodenominados constitucionales».

Iglesias prometió que, si gobierna, publicará la lista de todos los amnistiados fiscales y prohibirá este mecanismo. «Nosotros sí lo haremos», expli-

citó, afeando que el PSOE no lograra cumplirlo escudado en una sentencia judicial.

Apoyado en el artículo 31 de la Carta Magna, reclamó un sistema fiscal «justo» donde las rentas más altas paguen más impuestos. Iglesias citó así una subida del IRPF para rentas superiores a 100.000 euros, la reforma del impuesto de Sociedades para elevar los tipos mínimos, crear un nuevo tributo que grave las grandes fortunas o recuperar el rescate bancario.

Por su parte, el secretario de organización, Pablo Echenique, presentó una de las ideas clave para el partido: una renta básica de, al menos, 600 euros, cu-



Iglesias, con el programa en formato Constitución. C. MOYA / EFE

ya viabilidad la garantizaría esa redistribución fiscal.

En cuanto al empleo, Iglesias abogó por reducir la temporalidad impidiendo que la concadenación de contratos su-

pere el medio año, al tiempo que avanzó iniciativas para penalizar a las empresas que tengan una brecha salarial de más de 20 puntos. También, refirió la subida del salario mínimo a

los 1.200 euros, la jornada de 34 horas y frenar la «uberización».

Podemos, que concurre con IU y Equo, también aspira a comprometerse con un «horizonte verde» a través de un banco de inversiones, una vicepresidencia ecológica y la rehabilitación de 500.000 viviendas al año para hacerlas eficientes.

En materia social, el partido dotará el plan estatal contra las violencias machistas con 600 millones y quiere garantizar la cobertura universal y gratuita de la educación de 0 a 3 años, así como incorporar el servicio de dentista a la sanidad pública y regular el derecho a morir. Por último, propone rebajar la edad de voto a los 16, lanzar un plan de lucha contra la corrupción y las «cloacas», así como auditar el «expolio» de bienes por el franquismo. ●

# Podemos rivalizará en Zaragoza con el alcalde Santisteve

Violeta Barba, actual presidenta de las Cortes, optará a la Alcaldía tras hacerse IU con el control de la confluencia de 2015



Fernando Rivarés, Maru Díaz y Violeta Barba. JORGE PARIS

JAVIER GARCÍA

actualidad@20minutos.es / @20m

A cuatro días de que finalice el plazo para registrar las coaliciones de las municipales, la disgregación de las principales candidaturas de unidad se acentúa. Tras lo ocurrido con Ahora Madrid y las tribulaciones en Barcelona, en Zaragoza la izquierda también se fragmentará. Habrá cuatro papeletas el 26 de mayo: las de PSOE, Chunta, Zaragoza en Común (ZEC) —la formación del alcalde, Pedro Santisteve, controlada ahora por IU— y Podemos —que apoyó al regidor en 2015 y esta vez se emancipa—.

El esquema lo dibuja la propia candidata morada, Violeta Barba. Para ella, «vistas las fechas», las cartas están ya sobre la mesa: no ven «voluntad» en la otra

## REACCIONES

«Puede parecer un drama, pero la gente pide tener más opciones para llegar a acuerdos»

VIOLETA BARBA

Candidata de Podemos a la Alcaldía de Zaragoza

«Se nos acusó de novatos y radicales. Resulta que también somos más eficientes»

FERNANDO RIVARÉS

Candidato por la lista de Podemos al Ayuntamiento

«Nuestro escenario es que haya un acuerdo progresista, pero entrando a gobernar»

MARU DÍAZ

Candidata de Podemos a la Presidencia de Aragón

parte. Tras esperar «días» una «propuesta formal», hoy renuncia a un acuerdo y metaboliza que el alcalde se quede con IU y con las siglas comunes. «Te puede dar más o menos rabia, pero no se puede vivir de recuerdos. Tenemos que potenciar la esperanza», afirma a **20minutos**. Su proyecto rivalizará con «compañeros», que no «adversarios», reconoce, pero permitirá que «la gente pueda elegir». «No es un drama. Lo relevante será acordar tras las elecciones».

La todavía presidenta de las Cortes anunció en enero su intención de dar el salto a la arena municipal. Lo hizo después de que Santisteve también se hubiera postulado. Unos y otros se repartieron fidelidades y, tras semanas de tiras y aflojas, no han logrado recomponer la unidad. «Ha habido diferencias desde el principio y no se han gestionado bien», indica.

Barba llevará de número dos al actual edil de Economía y Cultura, Fernando Rivarés, hombre fuerte del Gobierno municipal. «ZEC era un espacio de confluencia de voluntades. Ahora, pretenden disolver las diferencias», reprocha. Rivarés saca a relucir la «capacidad de gestión» de la que quieren hacer gala los morados. La quinta ciudad más poblada de España ha pasado, afirma, de los mil millones de euros de deuda a los 664 y su modelo cultural «está copiándolo Berlín». «En 2015 se nos acusó de radicales, novatos e incapaces. Pues sí: éramos radicales y novatos, pero resulta que más eficientes», afirma.

El movimiento ha sido seguido con cautela desde la dirección estatal, ocupada en sofocar otros incendios por el país. Maru Díaz, candidata a la presidencia de la comunidad, siente el respaldo de Pablo Iglesias, pero reivindica la «autonomía» de la federación aragonesa, «una Galicia frente a Madrid». Actual portavoz en las Cortes, hará tándem con Barba y confía en que los números den para frenar la entente «recentralizadora» de PP-Cs-Vox. Asegura que, si hay posibilidad de reeditar el pacto con el PSOE, se hará. «Pero entrando a gobernar». ●

## May aborda con Merkel y Macron su plan del 'brexit'

La primera ministra británica, Theresa May, viaja hoy a París y Berlín para reunirse con el presidente francés, Emmanuel Macron, y la canciller alemana, Angela Merkel, con el fin de discutir la prórroga al *brexit* que solicitó el viernes pasado a sus homólogos europeos. Los encuentros se producirán un día antes de la cumbre europea extraordinaria

convocada para mañana en Bruselas, donde los 27 esperan que May les ofrezca argumentos que justifiquen una nueva prórroga, habida cuenta de que ya le concedieron una inicial hasta el 22 de mayo si lograba el apoyo parlamentario antes del 29 de marzo. El presidente del Consejo Europeo, Donald Tusk, ha propuesto una prórroga más

larga de hasta doce meses y de carácter «flexible», lo que permitiría a Reino Unido aprobar el acuerdo antes y abandonar el bloque sin esperar a que se cumpliera dicho plazo. Por otro lado, el negociador jefe de la Unión Europea para el *brexit*, Michel Barnier, afirmó ayer en Dublín que la salvaguarda fronteriza es la «única solución» para evitar una barrera dura entre las dos Irlandas —clave en términos comerciales— tras la salida del Reino Unido del bloque comunitario.



Los doctores Rafael Martos y María Yuste, especialistas en hematología. QUIRÓN SALUD

## Tomar anticoagulantes, también cosa de niños

El Hospital General de Villalba tiene un programa pionero en Madrid que 'telecontrola' seis pacientes de entre uno y ocho años.

M2OM

Cada vez hay más tratamientos que no solo se suministran a los adultos, sino también a los niños. Éste es el caso de los anticoagulantes orales, unos fármacos que evitan la formación de coágulos o impiden su crecimiento, además de favorecer su disolución en el caso de que se hayan formado. La Fundación Española del Corazón (FEC) recuerda que su formación puede derivar, por ejemplo, en un infarto de miocardio o en un infarto cerebral.

Por ello, mantener el control y un tratamiento en estos casos es fundamental. Así, desde hace año y medio, el Hospital General de Villalba, perteneciente a la red sanitaria pública de la Comunidad de Madrid, incluyó en su Programa de seguimiento de la anticoagulación oral mediante Telecontrol, al primer paciente pediátrico, y actualmente ya cuenta con seis pacientes de entre uno y ocho años con un balance altamente satisfactorio.

El doctor Rafael Martos, jefe del Servicio de Hematología y coordinador de la consulta de Hematología Pediátrica del citado hospital, lamenta que el alto riesgo de complicaciones hemorrágicas o trombóticas secundarias vinculado al tratamiento crónico con antagonistas de la vitamina K (*sintróm*, un fármaco an-

## Principales problemas

**Son muchos y variados: visitas repetidas y esperas en el hospital o centro de salud a las que se añade el coste humano: el sentimiento de enfermedad, el miedo a los médicos, ausentarse del colegio o que sus padres tengan que lidiar con pérdidas de días u horas de trabajo.**

ticoagulante), requiere de múltiples controles de coagulación para monitorizar su efecto. A su juicio, esto ocasiona un importante deterioro de la calidad de vida, no sólo del menor, sino también de sus familias.

### BENEFICIOS DEL PROGRAMA

La iniciativa permite a los padres realizar desde su domicilio el control de la coagulación del menor mediante una punción capilar en su dedo, que se analiza posteriormente en un coagulómetro portátil. Sus resultados se remiten al hematólogo a través del Portal del Paciente, una aplicación de desarrollo propia del hospital, para que el especialista envíe de forma rápida y por la misma vía la pauta de tratamiento a seguir, así como la fecha de la siguiente visita.

El doctor Martos destaca que «se optimiza el control de la anticoagulación, ade-

más de que se mejore la calidad de vida tanto del niño como de sus familiares, ayudando a paliar la angustia que supone tener un hijo con problemas de salud, en un subgrupo poblacional especialmente vulnerable, ya que necesita mayor precaución para evitar efectos secundarios (infra/sobredosificación más impredecible)».

El grado de satisfacción con el programa llega al 100%, según destaca el hospital, y a su vez el 100% lo recomendaría a otros niños en situación similar y considera sus dudas resueltas, dado que a iniciativa ofrece comunicación directa, ya sea por vía telefónica o mail, con la enfermera de coagulación, Delia Cornejo. Asimismo, los controles se han mantenido en los rangos adecuados en un 95% de todas las determinaciones, y no ha habido ninguna consulta a Urgencias por problemas derivados de la anticoagulación (sangrados o hematomas).

Estos dos últimos datos son «muy importantes», según resalta el jefe del Servicio de Hematología y coordinador de la consulta de Hematología Pediátrica del centro hospitalario. Estos beneficios, además, se encuentran ya al alcance de cualquier menor de 16 años de Madrid que precise este tipo de tratamiento. ●

# A PRISIÓN EL NOVIO DE LA ASESINADA DE VINARÓZ

El Ministerio de Igualdad incluyó ayer el crimen en su listado de víctimas de la violencia de género, que ascienden a 16

LARA MONTOTO

lara.montoto@20minutos.es / @larusMG\_12

El Juzgado de Primera Instancia e Instrucción número 4 de Vinaroz (Castellón) ordenó ayer el ingreso en prisión provisional, comunicada y sin fianza del hombre de 22 años y nacionalidad rumana que, presuntamente, asesinó a la que era su pareja, Nelea S., una joven moldava de 26 cuyo rastro se perdió a mediados de febrero. Su cadáver apareció este domingo enterrado en un descampado de Uldecona (Tarragona), a unos 20 kilómetros de Vinaroz, donde la pareja vivía. Esto es lo que se sabe hasta ahora.

**LUGAR Y CIRCUNSTANCIAS EN LAS QUE SE PRODUJO EL CRIMEN**

El novio fue el que condujo a las autoridades castellonenses al paradero en el que se encontraba el cuerpo de la joven: bajo tierra, enterrado en un descampado ubicado en Uldecona. Allí, según publica el diario local valenciano *Las Provincias*, hallaron su cuerpo con signos de violencia y descuartizado, una descripción que la Guardia Civil y el Tribunal Superior de Justicia de la Comunitat Valenciana no han confirmado ni desmentido a este diario.

En cuanto al lugar concreto donde se perpetró el asesinato, «posiblemente» fuese en Vinaroz, según indicó el delegado del Gobierno en la Comunitat Va-

lenciana, Juan Carlos Fulgencio. No obstante, este dato está pendiente de confirmación.

**INSPECCIONES EN DOMICILIOS Y EN VEHÍCULOS**

Desde el pasado sábado, la Guardia Civil ha realizado varios registros en viviendas y vehículos, tanto en Vinaroz como en Uldecona. En esta última zona, el presunto asesino tiene familia y, después de haber cometido el crimen, se habría trasladado allí.

Además, ayer el sospechoso acudió esposado y escoltado por los agentes de la Policía Judicial a la vivienda que compartía con Nelea en el municipio castellonense con el propósito de hallar pruebas relacionadas con el crimen. Las autoridades, según Efe, acudieron con varias maletas a la vivienda —que forma parte de un bloque de pisos— con material científico y perros del Servicio Cinológico, para tratar de determinar si el crimen se perpetró allí.

**TRES INVESTIGADOS**

La Guardia Civil detuvo el pasado viernes a tres individuos de origen rumano: la expareja de Nelea, ahora en prisión, y otros dos sujetos, amigos del anterior, que ayer quedaron en libertad provisional, aunque están investigados por un delito de homicidio o asesinato. Ambos tendrán que comparecer en el juzgado una vez al mes y, en teoría, uno

de ellos habría ayudado al presunto asesino a trasladar el cadáver en el coche. Fulgencio precisó que «no se descarta ninguna posibilidad; tampoco que las detenciones finalicen donde están, bien por participación o por encubrimiento».

**EL DÍA DE LA DESAPARICIÓN Y LA FECHA DE LA DENUNCIA**

La joven desapareció el 17 de febrero tras mantener una discusión con su pareja. Sin embargo, hasta el 7 de marzo no se registró la denuncia. En aquella fecha su compañero sentimental —y presunto homicida— se presentó en el cuartel de la Guardia Civil de Vinaroz para advertir de la ausencia de Nelea.

**CASO DE VIOLENCIA DE GÉNERO**

El Ministerio de Presidencia, Relaciones con las Cortes e Igualdad incluyó ayer el caso en su *Ficha estadística de víctimas mortales por Violencia de Género*. Esta última incorporación eleva a 16 el número de mujeres que han sido asesinadas a manos de sus parejas o exparejas desde que empezó 2019. En el recuento histórico que se tiene desde 2003, la cifra ya alcanza las 991 víctimas de esta lacra. En el caso de este crimen, no constan antecedentes policiales ni denuncias previas de la víctima sobre violencia machista, una tendencia que se repite en la mayoría de los casos. De hecho, en lo que va de año solo una de las 16 asesinadas había presentado una denuncia previa.

**CONDENA DE LOS POLÍTICOS**

Numerosos actores políticos no tardaron en reaccionar a este nuevo caso de violencia machis-



Minuto de silencio ante el Palau de la Generalitat, ayer, por el asesinato de Nelea. KAI FÖRSTERLING / EFE



**HISTORIAS CON FOTO**

## Minutos de silencio por Nelea

Tanto el Ayuntamiento de Vinaroz (Castellón) como el Palau de la Generalitat Valenciana se concentraron ayer para guardar silencio por la joven Nelea, asesinada a sus 26 años. La Comunitat Valenciana ya lleva este año a sus espaldas tres crímenes fruto de la violencia de género, lo que la sitúa —junto a Madrid y Andalucía, con tres crímenes

cada una— como la autonomía donde más mujeres han muerto a manos de sus compañeros o excompañeros sentimentales este año. «Cuando algunos cuestionan la realidad de este drama, es necesario seguir avanzando en medidas y acciones institucionales», publicó ayer el alcalde de Vinaroz, Enric Pla, en su Twitter. ● L. M.

ta, entre ellos, el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, a través de Twitter: «El horror vuelve a golpearlos. Dos jóvenes mujeres han aparecido muertas, asesinadas, en Torre Vieja [ayer se aclaró que este caso no ha sido fruto de la violencia de género] y Vinaroz. Víctimas de la #violenciamachista. Mi cariño a sus familias y seres queridos. No pararemos hasta acabar con esta lacra». También condenó el crimen el presidente de la Generalitat Valenciana, Ximo Puig, que calificó este asesinato de «fracaso social, de todos», y dijo que la lucha contra la violencia de género «tiene que ser una prioridad». ●

**016**

**Teléfono gratuito**

de atención a las víctimas de violencia machista

## La mujer de Torre Vieja murió por un accidente

Esta vez la mano del hombre no estuvo detrás de la muerte de la mujer de 39 años que apareció muerta y semidesnuda en su portal de Torre Vieja (Alicante) el domingo. Los golpes que tenía en la cabeza y que fueron los culpables de que perdiera la vida fueron fruto de un accidente fatal por las escaleras, por las que cayó, según los resultados de la autopsia que ha llevado a cabo el Instituto de Medicina Legal de Alicante.

Los testimonios y unas imágenes grabadas también han sido determinantes para esclarecer lo sucedido y descartar la hipótesis de un caso de violencia de género. En las grabaciones se podía observar cómo

la mujer, antes de dar el paso fatal, deambulaba por el bloque de viviendas en un aparente estado de embriaguez, matizó la Guardia Civil. En la planta menos uno se desvistió por sí misma de cintura para abajo para orinar. Cuando terminó, no se volvió a poner la ropa y continuó vagando por el edificio. A las 1.21 horas de la madrugada se encaminó a la primera planta. Después, vino el tropiezo mortal. Así, «gracias a las cámaras del edificio se puede descartar por completo la participación de terceras personas en estos hechos», aclararon los agentes de la Benemerita, que aseguran que lo sucedido se debe a un «accidente fortuito». ● L. M.

## El creador de 'seriesyonkis' descarga su culpa en los usuarios

El creador de la web *seriesyonkis.com* culpó a los usuarios del contenido ilegal que difundía la página, en la apertura del primer juicio contra la piratería en el cine en España, que arrancó ayer en Murcia.

Alberto G. S. aseguró que él únicamente se encargaba de los aspectos técnicos y que

nunca colgó un enlace que dirigiera a películas protegidas por la propiedad intelectual. También afirmó que, cuando tenía conocimiento de dichos enlaces, procedía a borrarlos.

Los tres gestores que se hicieron cargo de la plataforma tras comprársela a Alberto G. S. se pronunciaron en los mismos términos. Según declararon, sus ingresos provenían de la publicidad y el contenido de la web lo definían los usuarios. La Fiscalía pide dos años de cárcel para los acusados, por perjuicios que ascienden a los 546 millones de euros. ●

**20**

## Disuelta una red de trata que marcaba a las mujeres con tatuajes

La Policía Nacional detuvo ayer a cinco personas en el marco de una operación contra una red de prostitución que llegó a tatuar a mujeres para indicar que les pertenecían. La red operaba en Dinamarca y Polonia.

## Acusado de apuñalar a su hijo por querer estudiar

La Audiencia Provincial de

Madrid juzga desde ayer a un hombre acusado de intentar matar a su hijo apuñalándole varias veces por negarse a abandonar sus estudios para dedicarse a trabajar.

## Archivadas en Italia las ocho denuncias por maltrato a Juana Rivas

La Fiscalía italiana archivó ayer las ocho denuncias por violencia de género presentadas por Juana Rivas contra su expareja, el italiano Francisco Arcuri, al considerarlas «faltas de fundamento» e «inconsistentes».



## La vida entre las ruinas de la antigua capital del ISIS

Al Raqqa, la antigua capital del Estado Islámico, vive paralizada un año y medio después de su liberación. Su reconstrucción y la eliminación de las minas son prioritarias. FOTO: AHMED MARDINI / EFE

# Ramona Maneiro: «No nos hemos movido en 21 años»

La mujer que asistió en su suicidio a Ramón Sampredo vuelve a exigir que la eutanasia sea legal tras el caso de Ángel y M.<sup>a</sup> José

JORGE MILLÁN MUÑOZ  
jorge.millan@20minutos.es / @jmillan94

El pasado 12 de enero se cumplieron 21 años desde la muerte de Ramón Sampredo. Los homenajes se sucedieron, pero la cuestión de la eutanasia se mantuvo en un discreto segundo plano. Sin embargo, el fallecimiento de María José Carrasco, una mujer que padecía esclerosis múltiple desde hacía casi 30 años, devolvió el derecho a la muerte digna a la conversación pública el pasado 5 de abril. En plena precampaña electoral y con los partidos políticos peleándose por los votos.

Ángel Hernández, marido de María José, se grabó en vídeo asistiendo el fallecimiento de su esposa. Así asumía la responsabilidad y convertía el caso en el más mediático de eutanasia que se recuerda desde el suicidio asistido de Ramón Sampredo.

Ayer, Ramona Maneiro, la mujer que, junto a otras 10 personas, facilitó la muerte de Sam-



## LAS FRASES DE RAMONA MANEIRO

“ **SOBRE LA EUTANASIA**  
«A la gente que realmente necesita ayuda no hay quien les ayude. Es triste, es incomprensible»

“ **SOBRE LA LEGALIZACIÓN**  
«Yo no lo pido para nadie, lo pido para mí, que se legalice para mí. Y el que quiera sufrir que sufra»

“ **SOBRE EL CASO DE MARÍA JOSÉ**  
«Siento envidia de que Ángel pudo despedirse de su mujer de cara al público. Eso fue muy bonito»

pedro hace dos décadas, dio una rueda de prensa en Boiro (A Coruña) para reivindicar el derecho a una muerte digna por última vez. «Me sorprendió mucho porque fue algo muy parecido a cuando yo estuve con Ramón», comentaba Maneiro sobre las similitudes del caso de Sampredo con el de María José Carrasco. «Con la diferencia de que Ángel pudo despedirse

de su mujer de cara al público y agarrando su mano, eso fue muy bonito» aseguraba. Esta mujer se mostró pesimista con la situación legal de la eutanasia: «Ya pasaron 21 años y no nos hemos movido una mierda del cuento», expresó, visiblemente molesta. «No sé porque ese miedo a legalizarla, seguramente si se legaliza habrá muy pocos casos que den el paso», aseguró.

También pidió «avanzar» en los casos de muerte asistida para «hacerlo mejor». «Lo de Ramón fue muy chapuza», se quejó. «Yo no lo pido para nadie, lo pido para mí, que se legalice para mí. Y el que quiera sufrir que sufra», aseguró. «A la gente que realmente necesita ayuda no hay quien les ayude. Es triste, es incomprensible», apostilló.

Maneiro, preguntada sobre qué palabras le dedicaría al viudo de María José Carrasco, quiso transmitirle «besos, abrazos y ánimos» y aseguró que «no le va a pasar nada porque no interesa que se hable mucho del cuento». El caso de Ramón Sampredo fue el primero en in-

troducir la eutanasia en el debate público español. Sampredo había quedado tetrapléjico cuando, a los 26 años, se partió el cuello tras saltar al mar y estrellarse contra unas rocas. No sentía nada de barbilla para abajo. Al ver sus capacidades limitadas, decidió poner fin a su vida, pero de forma legal y asistida. Para ello, inició un periplo judicial en el año 1993, cuando se encontró con la negativa de todos los tribunales a los que llegó su petición.

Tras agotar la vía judicial y gracias a la colaboración de otros 10 amigos, Ramona Maneiro grababa en vídeo a Sampredo ingiriendo un vaso de cianuro disuelto en agua que le causó la muerte.

En su testamento, eximía de responsabilidad a quienes contribuyeron con el proceso, y dejaba escrita una reflexión dedicada a jueces, autoridades políticas y religiosas: «Yo, igual que

algunos jueces, y la mayoría de las personas que aman la vida y la libertad, pienso que vivir es un derecho, no una obligación. Sin embargo, he sido obligado a soportar esta penosa situación durante 29 años».

Su testimonio quedó inmortalizado en el documental *Eutanasia: morir para vivir* —que posteriormente inspiraría la película *Mar adentro*— en el que Sampredo aparecía postrado en su cama, reflexionando sobre su vida, su deseo de morir dignamente. «Yo solo pido ayuda para morir. Si yo no puedo hacerlo creo que es injusto que se me prohíba que otro me ayude», expresaba.

Ramón Sampredo escribió dos libros en los que recopiló todas las reflexiones y los poemas que escribió tras su accidente. Desde su fallecimiento, el 12 de enero se conmemora en Galicia el Día de la Muerte Digna en su memoria. ●

## El hombre que inspiró 'Mar adentro'

●●● Alejandro Amenábar llevó a Ramón Sampredo a la gran pantalla, interpretado por Javier Bardem, en su galardonada película *Mar adentro*, que recibió el Óscar a la mejor película extranjera y arrasó en los Goya alcanzando el premio en 14 categorías. La película se basó en un documental creado por la periodista Laura Palmés, que falleció de esclerosis múltiple, en el que Sampredo aparecía postrado en su cama, expresando su deseo de poder disfrutar de una muerte digna y legal.

## Cambie su bañera por un PLATO DE DUCHA

599€  
IVA incluido

PAGUE EN CÓMODAS CUOTAS\*

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



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

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



MAMPARA CON CERTIFICACIÓN EUROPEA EN 12150



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



**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.

## EN FOTOS

## La recolección de algas



SURALGAS

## Algas naturales en la zona de los esteros de Cádiz

Consuelo Guerra, gerente de la empresa Suralgas, recoge hasta cinco variedades de algas en una zona conocida como los esteros de Cádiz, unas antiguas marismas en las que antaño se producía sal y que ofrecen unas condiciones idóneas de salinidad, oxígeno y luz para la proliferación de estas verduras del mar. «El agua se renueva de forma natural y hacemos una extracción manual», cuenta.



PORTOMUIÑOS

## ¿Buscadores de percebes? No, recolectores de algas

Muchos *percebeiros*, acostumbrados a jugar el tipo en la costa gallega, también se dedican ahora a la recolección de algas en zonas de difícil acceso. Aprovechan las mareas bajas.



PORTOMUIÑOS

## Cosechando a cinco metros de profundidad

Todas las algas para consumo humano se recolectan vivas y para llegar a algunas hay que bucear hasta cinco metros de profundidad. En la imagen, un buceador de la empresa Porto Muiños.

# LECHUGAS Y ESPÁRRAGOS QUE SALEN DEL MAR

España es el primer productor de algas para consumo humano en la UE, un producto que gana terreno en la mesa

JACOBO ALCUTÉN  
jalcuten@20minutos.es / @jalcuten

Las verduras no solo crecen en la tierra, también lo hacen en el mar: son las algas marinas, un producto consumido en Asia desde tiempos inmemoriales y que poco a poco va haciéndose hueco en la cocina española. En la última década la producción de estos vegetales acuáticos se ha disparado un 248% en España —el mayor incremento de la UE, según Eumofa— y nuestro país se ha convertido en el principal proveedor comunitario de algas frescas para consumo humano.

«Hace 20 años apenas había mercado en España, pero la cosa ha cambiado. Aunque todavía nos falta cultura gastronómica para que se popularice su consumo, la demanda ha crecido muchísimo desde que empezamos en los años 90», cuenta Rosa Miras, cofundadora de

## Un alimento ecológico

«Una vez recolectada, el alga fresca se somete a un proceso de selección, lavado y depuración antes de ser envasadas», explican en Suralgas, cuyos productos «no tienen conservantes ni colorantes» y cuentan «con sello ecológico». En Porto Muiños realizan sus propios «análisis microbiológicos para detectar posibles metales pesados», cada vez más abundantes en el mar debido a la contaminación.

Porto Muiños, empresa gallega pionera en el sector y que actualmente recolecta «entre 400 y 450 toneladas anuales».

El grueso de su producción se destina al mercado nacional, pero también exporta a Euro-

pa y Singapur, y está penetrando en EE UU: «Procesamos las algas de todas las formas posibles: las trabajamos frescas, que van directamente a restauración o fruterías selectas, también en salazón, liofilizadas, congeladas, deshidratadas o en conserva».

Rosa explica que tienen «un plan de recolección de algas silvestres por toda la costa gallega y cultivos propios en las Rías Altas, una zona privilegiada» para su crecimiento: «Estamos en el golfo Ártabro, donde confluyen el Cantábrico y el Atlántico, una región de aguas frescas y ricas en nutrientes, con rías naturales muy parecidas a las de Japón». Esos cultivos son «parecidos a las bateas de mejillones o almejas» que tanto abundan en las rías gallegas y son todos autóctonos: «Trabajamos con 27 tipos de algas, pero en Galicia hay catalogadas más de 600 especies distintas».

Además de Galicia y Asturias, la otra gran región productora de España es el litoral atlántico andaluz. Allí se encuentra Suralgas, una empresa más pequeña —20 toneladas anuales— que solo recolecta algas que crecen de forma natural en los esteros de Cádiz, una zona de marismas. «Hacemos una extracción manual de las poblaciones naturales que tenemos de lechuga de mar, aonori verde, ogonori rojo, codium y espárrago de mar», detalla Consuelo Guerra, gerente de la empresa y graduada en Ciencias del Mar.

Las cosechas, dice, dependen en buena medida de las condiciones ambientales, como en el campo: «El año pasado llovió mucho y recogimos un montón, este año ha llovido menos y se nota. También afectan las horas de luz, la temperatura y claridad del agua, las mareas...». Y recolectan siempre bajo pedido: «Sacamos alga fresca en función de la demanda porque es un producto que caduca muy pronto, solo dura entre 15 y 20 días».

En Suralgas también hacen labor de divulgación y en su web ofrecen recetas tradicionales con alga fresca. «Se pueden hacer tortillas, empanadas, croquetas, arroces... platos que siempre has comido, pero con un toque diferente. Por ejemplo, en vez de condimentar con aceites y vinagres de sabores tan de moda, que son refinados y aromatizados, se puede condimentar de forma natural echando una picadita de lechuga de mar: te cambia todo el sabor del plato», subraya Consuelo.

«Las algas son alimentos sanos con un potencial enorme porque son ricas en minerales, fibras y proteínas. Tienen mucha demanda en el mercado vegetariano y vegano», apunta Rosa. Algunos nutricionistas aconsejan, no obstante, un consumo moderado debido a su alto contenido en yodo. ●

## Loterías del Estado anuncia un nuevo juego de apuestas deportivas

La Sociedad Estatal de Loterías y Apuestas del Estado (Selae) lanzará un nuevo juego asociado a la Liga de fútbol y a la quiniela la próxima temporada. Así lo anunció ayer el propio presidente de Selae, Jesús Huerta, en el IV Congreso Nacional de la Federación Nacional de Receptores Mixtos de Loterías y Apuestas, donde, además de adelantar la puesta en marcha del nuevo juego, que se llamará *Elige 8*, avanzó que se creará un *ranking* de peñas que juegan a La Quiniela. También confirmó un aumento de 75.000 números de la Lotería de Navidad que los puntos de venta mixtos podrán comercializar a través del terminal. ●

20'

## Retirados una línea de helados y sorbetes con presencia de alérgenos

La Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición informó ayer de la presencia de leche o de proteína de clara de huevo no declarados en el etiquetado de cuatro lotes de helados y sorbetes de La Sirena, empresa que ordenó su retirada.

## Investigado por dejar a sus hijos en el coche para jugar en el casino

La Guardia Urbana de Barcelona investiga a un padre que el pasado sábado dejó solos a sus dos hijos de siete y ocho años dentro de su coche en un *parking* mientras iba a jugar al casino. Los pequeños estuvieron casi dos horas solos.

## Los notarios podrán verificar si los clientes entienden su hipoteca

Los bancos deberán volcar en la plataforma tecnológica de los notarios las condiciones que ofrezcan a sus clientes hipotecarios. La nueva legislación del ramo prevé que este gremio pueda realizar un test de comprensión e informar a los clientes de forma gratuita.

## El Supremo confirma tres meses de cárcel para un tuitero

El Tribunal Supremo ha confirmado la pena de tres meses de cárcel por enaltecimiento del terrorismo a un tuitero que justificó y apoyó la violencia contra policías, políticos y banqueros, y que en un primer momento fue absuelto por la Audiencia Nacional.

## #Motociclismo

# Barberá, una carrera marcada por la polémica

La desaparición de la moto del valenciano y su retirada posterior cierran una trayectoria con muchos incidentes fuera de la pista

SPORTYOU  
@Sportyou

Este domingo, mientras el resto de pilotos salían al circuito de MotorLand (Aragón), Héctor Barberá hablaba con la Guardia Civil, que investigaba la desaparición de su moto. Minutos después, anunció que dejaba el campeonato «por seguridad» y denunció las penurias económicas del Team Toth. El jefe, Imre Toth, no disimuló sus sospechas: «Héctor no quería co-

rrer y para él era mejor venir y coger la moto», añadió. «Es muy buen piloto, pero personalmente...». Se trata del último escándalo de un historial extenso. A mitad de temporada pasada, cuando corría en Moto2, Pons Racing despidió a Barberá tras dar positivo por alcoholemia (0,67 mg/l, una tasa muy superior a la permitida). Fue condenado a no conducir vehículos de motor durante un año.

Seis años antes, en 2012, ya había sido detenido en Valencia por conducir ebrio y de manera peligrosa. Fue condenado a diez meses sin permiso de conducir y una multa de 1.200 euros. Y en 2014 fue multado con 3.600 euros por conducir sin puntos en el carnet. Su incidente más grave tuvo lugar en 2013. Él y



Barberá, durante una reunión en su periodo en MotoGP. ARCHIVO

su pareja se denunciaron de forma recíproca por violencia doméstica, lo que llevó a su detención. Según el relato de la mujer, que deseaba poner punto final a su relación, Barberá le «apretó del cuello» y la tiró al suelo. Ella reaccionó mordiéndole. Barberá fue condenado a seis meses de prisión, conmutable por trabajos sociales al no contar con antecedentes. ●

## Dos subcampeonatos

●●● Con 32 años, Héctor Barberá apuraba su carrera en Supersport, una categoría del Campeonato Mundial de Superbikes. El piloto nacido en Dos Aguas (Valencia) cuenta en su palmarés con diez victorias en grandes premios, seis en 125cc (fue subcampeón en 2004) y cuatro más en 250cc (subcampeón en 2009), cuando despuntaba como una de las grandes promesas del motociclismo español. No logró refrendar estas esperanzas en MotoGP, en la que corrió ocho temporadas y nunca se subió al podio. En 2018 corrió en Moto2 pero fue despedido en junio por Pons Racing.

20"

## Insultos a Marcelino en el campo del Rayo

La Liga de Fútbol Profesional investigará los insultos que recibió Marcelino García Toral, técnico del Valencia, durante el encuentro del sábado pasado en Vallecas ante el Rayo. El equipo madrileño podría ser sancionado.

## Mínimas mundiales

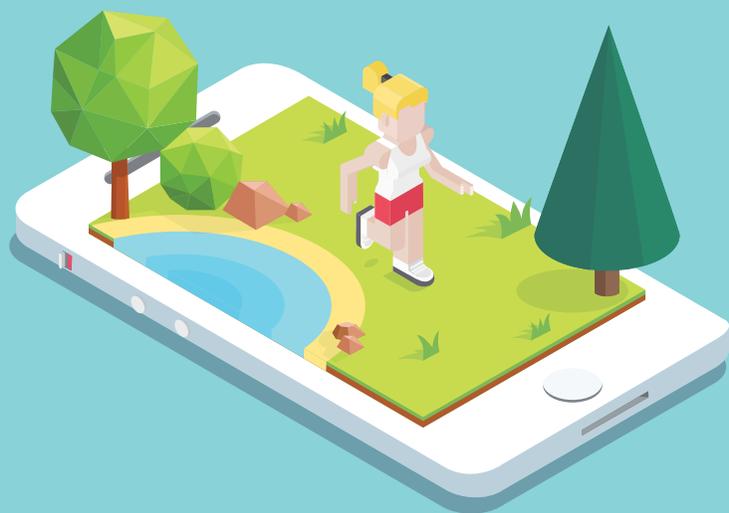
Tanto Mireia Belmonte como Jimena Pérez, oro y plata en la prueba de 1.500, obtuvieron las marcas mínimas para el Mundial de Gwangju (Corea del Sur) de este próximo verano en esta prueba durante el Campeonato de España, Open de Primavera, que se nada en la piscina Can Llong del CN Sabadell.

## Los campeones de la NBA cogen velocidad de cruce

Los Warriors de Golden State, actuales bicampeones de la NBA, aseguraron la mejor marca de la Conferencia Oeste y tendrán la ventaja de campo durante toda la competición de los playoffs tras disputar el último partido de la historia del equipo en el Oracle Arena.

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

tiempo temperatura.es



tiempo temperatura.es

Available on the iPhone  
App Store

DISPONIBLE EN  
Google Play

ADELÁNTATE HOY  
AL TIEMPO DE MAÑANA  
Conoce al instante y de forma fiable  
la **previsión meteorológica**

20  
minutos

JEAM  
ABOGADOS

MÁS DE 40 AÑOS DE EXPERIENCIA



Recupere  
lo que es suyo

PRODUCTOS BANCARIOS

CLÁUSULA SUELO

GASTOS HIPOTECARIOS

COMISIÓN DE APERTURA

HIPOTECA MULTIDIVISA

I.R.P.H.

PLUSVALIA

Somos pioneros en conseguir el dinero de los clientes.

ALTAS  
PROBABILIDADES  
DE ÉXITO

SIN  
COSTE

Siempre que la entidad bancaria  
sea condenada en costas

+  
INTERESES

Su dinero, más  
los intereses devengados

LLAME SIN COMPROMISO  
91 457 60 96

despacho@jeamabogados.com  
www.jeamabogados.com  
c/Conde de Peñalver 4, 4ºB, 28006 Madrid

# LEO MESSI Y LUIS SUÁREZ, LA PAREJA DEL AÑO



Messi y Suárez celebran uno de los goles que el astro argentino marcó esta temporada en Champions, ante el Lyon. EFE

Los dos delanteros del Barcelona suman esta temporada en la Liga 53 goles y 20 asistencias. Ningún otro dúo atacante de Europa se acerca a estos números

**MIGUEL GUTIÉRREZ**  
deportes@20minutos.es / @SportYou

Leo Messi y Luis Suárez son la pareja de la Liga. Con el título amarrado, el dúo atacante del Barça quiere ser también la pareja de la Champions League, en la que esta semana (mañana, 21.00 h) afrontan la ida de cuartos de final en Old Trafford, ante el Manchester United. De momento, no hay una delantera en Europa que pueda hacer sombra a sus números.

En apenas un minuto y medio, ambos futbolistas liquidaron al Atlético de Madrid y decidieron la Liga. Abrió el marcador Suárez y Messi dio la puntilla. El argentino lidera la clasificación del Pichichi con 33 goles. Su perseguidor más inmediato es su compañero e íntimo amigo, aunque a gran distancia: 20 tantos.

Después de tres años cayendo en cuartos de final de la Champions League, y viendo cómo el Real Madrid acababa levantando el trofeo, el Barça se ha marcado este año el reto de reconquistar el título europeo —«esa copa tan linda», en palabras de Messi—, que consiguió por última vez en 2015 con la delantera MSN, de la que también formaba parte Neymar.

«Suárez no desfallece nunca», dijo Ernesto Valverde hace unos días, tras el partido contra el Villarreal. A Messi lo definió como «un jugador fundamental que marca el estilo y la forma de jugar del equipo». Cuando le preguntaron si el equipo padece messidependencia, contestó con cierta sorna: «Claro que sí. Existiría en cualquier equipo del mundo que lo tuviera».

Con su gol al Atleti, el argentino suma ya 43 tantos esta temporada, solo dos menos que los que logró en toda la pasada. Lleva 33 en Liga (uno menos que en la 2017-18), cuatro en Copa del Rey (dos más) y 8 en Champions (dos más). El uruguayo, por su parte, suma 23 goles: 20 en la Liga (marcó 25 en la pasada) y 3 en la Copa (frente a cinco). Aún no se ha estrenado en Champions y ante el United le aguarda un reto personal: lleva tres años y medio sin marcar fuera del Camp Nou en un partido de la competición continental. La última vez fue en septiembre de 2015, en casa de la Roma.

La eficacia de la pareja azulgrana no se limita al apartado goleador. Esta temporada, Luis Suárez ha dado 11 pases de gol (seis de ellos en Liga), por 21 de Leo Messi (14 en Liga). ●

## COMPARATIVA

Las cifras de los mejores dúos de Europa, en competición nacional

	GOLES	ASISTENCIAS
Luis Suárez Leo Messi	53	20
Mbappé Neymar	40	15
Salah Mané	35	11
Bale Benzema	25	8
Cristiano Dybala	24	16

## Dembélé, la gran duda culé

●●● El técnico barcelonista, Ernesto Valverde, se lleva a 22 jugadores a Manchester para medirse mañana al United, entre ellos a Ousmane Dembélé, que todavía no tiene el alta médica, y a Jean-Clair Todibo, que no está inscrito para esta competición. La principal duda para este encuentro será la del internacional francés, lesionado tras el partido de vuelta de los octavos de final ante el Lyon y baja desde entonces. Dembélé viaja porque podría recibir el alta hoy mismo. Valverde solo ha dejado fuera de la lista a Vermaelen, que sigue recuperándose de sus problemas musculares, y a Rafinha.

## ANÁLISIS

MS...  
¿y para  
qué más?



Por Noelia Pérez

Messi y Suárez son un tándem letal. El argentino lleva 43 goles en todos los torneos que ha jugado el Barça esta temporada, por los 23 del uruguayo. Juntos han anotado 66 goles (el 60% del equipo) que hacen que los culés sean favoritos para ganar todas las competiciones. La primera ya la tienen en el bolsillo: el sábado ante el Atleti ambos sentenciaron la Liga a falta de siete jornadas. No les hizo falta nadie más. Ni Coutinho, ni Dembélé, ni Malcom... ni mucho menos Kevin-Prince Boateng. El tridente del Barça no está cojo, tiene solo dos patas: la MS. Y, no, tampoco echan en falta a Neymar.

Cinco temporadas llevan juntos en el Barça. Cinco temporadas en las que se han ido adueñando de su delantera. Han hecho de sus posiciones inamovibles. Ni la llegada de Griezmann podría acabar con eso... si se piensa mejor *La Decisión*. Suárez se ha convertido en el socio perfecto para Messi. Nunca antes el argentino había encontrado semejante complicidad con alguno de sus compañeros. Y es que a Suárez no le importa estar en un segundo plano. Los estratosféricos números de Messi ensombrecen sus brillantes estadísticas: lleva ya 175 goles en 240 partidos con el Barça desde su llegada.

Esta temporada, Leo es el Pichichi en Liga (33 goles) y es el máximo goleador en Champions, con 8 tantos. Luis está segundo en el contador nacional (20), pero en Europa no se ha estrenado. Ganar la Champions es la obsesión del Barça, por lo que es algo que le pesa. Mañana ante el M. United tiene una nueva oportunidad. Y seguro que Messi le ayudará. ●

## En Francia dan por hecho el fichaje de Pogba por el Madrid

Los rumores sobre una posible llegada de Paul Pogba, jugador francés del Manchester United, a Madrid no cesan. Ahora es la revista gala *France Football* la que da por hecho el fichaje de Pogba por el equipo dirigido por su compatriota Zinedine Zidane. Con una foto del futbolista de 26 años con el dedo sobre sus labios en señal de silencio, le dedicaron la portada afirmando que es la prioridad para el próximo proyecto blanco y que él quiere, siente que su tiempo con los diablos rojos, después de tres temporadas, ha terminado.

En Manchester no lo dejarán irse por menos de 150 millones. Pero Zidane ya dijo que «hay pocos jugadores que aporten tanto» y que le gusta «mucho». ●

20'

## Entradas para la final

La Real Federación Española de Fútbol anunció que las entradas para la final de Copa de la Reina, el 11 de mayo en el estadio Nuevo Los Cármenes de Granada, tendrán un precio de entre 10 y 25 euros.

## Derbi sevillano como terapia de choque

El entrenador del Sevilla, Joaquín Caparrós, se enfundó ayer el chándal en la ciudad deportiva sevillista tras anunciar el domingo que sufría una leucemia crónica y con el derbi ante el eterno rival, el Betis, como la mejor de las terapias de choque.

## Comienza la final

El Valencia Basket abrirá hoy la final de la Eurocopa ante el Alba Berlín que dirige el laureado Aíto García Reneses con la idea de que la fuerza de jugar en su pista en una Fonteta, que estará repleta, le dé el impulso para superar al equipo alemán.

## Mata quiere volver

Juan Mata, centrocampista español del Manchester United, recaló en una entrevista con Efe su deseo de volver a la selección española: «A mí encantaría volver a la selección. Me considero aún joven».

## Regresa la Champions

Los cuartos de final de la Champions League vuelven a escena hoy con el duelo entre el Tottenham Hotspur —aspirante inesperado— y el Manchester City de Pep Guardiola —uno de los favoritos al título—. También se enfrentarán el Liverpool y el Oporto de Iker Casillas. Ambos partidos, a las 21.00 horas.



**DEPORTES PARA TODOS LOS GUSTOS**

### Y Garbiñe volvió a sonreír

**1 Título revalidado.** La española Garbiñe Muguruza, que revalidó el título del Abierto de Monterrey tras derrotar (6-1 y 3-1 y lesión) a la bielorrusa Victoria Azarenka, se mantiene en el decimonove-

no puesto del ranking WTA. Tras una irregular temporada, esta victoria devuelve la ilusión a la española.

**2 Una mariposa en el agua.** El nadador paraguayo Benjamin Hockin se entrena en la piscina, ya con vistas a su gran reto, clasificarse para los Juegos Olímpicos de Tokyo 2020.

**3 La felicidad que da un gol.** El jugador de Toluca Edgar Pardo celebra un gol durante el partido correspondiente a la jornada 13 del torneo mexicano de fútbol celebrado en el estadio Nemesio Diez en la ciudad de Toluca. El Toluca goleó al Monterrey (5-1) y se mantiene en mitad de la clasificación.

**4 Un señor tapón.** El jugador de Memphis Grizzlies Chandler Parsons frenó de esta manera tan contundente a Dorian Finney-Smith, de los de Dallas Mavericks, durante el partido que ambos jugaron la pasada noche. El partido se lo llevaron los Mavericks en la prórroga, por un ajustado 129-127. ●

NO TE PIERDAS EL NÚMERO DE ABRIL



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

## Accidentados no saben que tienen derecho a indemnización

INFORME REVELA QUE, EL 80% DE LOS ACCIDENTADOS DE TRAFICO NO COBRAN INDEMNIZACIÓN POR DESCONOCIMIENTO

**TRÁFICO** La mayoría de los accidentados no saben que tienen que reclamar una indemnización a la aseguradora. La reclamación deben hacerla médicos y abogados a favor del accidentado, y no la aseguradora que intenta pagar lo menos posible. Hay una empresa, con oficinas en toda España, llamada **Indemnización Directa**, formada por ex-jueces y ex-directivos de aseguradoras, que luchan por conseguir la máxima indemnización, por la vía amistosa, sin acudir a los juzgados, ¡si no es necesario!

Trabajan a porcentaje sobre resultados. Han resuelto ya mas de 20.000 accidentes y cada año consiguen 10 millones de euros en indemnizaciones. Según comenta su directora Patricia Nieto “estamos orgullosos de ayudar a miles de accidentados, para que cobren la máxima indemnización, en el menor tiempo posible. Cualquier persona puede acceder a nuestros servicios, ya que no pedimos dinero a cuenta, ni cobramos nada, hasta obtener resultados. La mayoría de los clientes vienen recomendados por clientes satisfechos”



Madrid Ciudad 91 101 9111  
Marqués de la Ensenada, 16  
Plaza de Colón  
Metro Colón, Renfe Recoletos

Torrejón 91 101 0019  
Calle Madrid, 26

**Indemnización DIRECTA**  
SOLO COBRAMOS SI USTED COBRA

15 años de experiencia

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

## El Prado recupera la sala de descanso que tenían los reyes del XIX

El Museo del Prado de Madrid inauguró ayer *El Gabinete de descanso de Sus Majestades*, una exposición que recuerda la estancia privada que tuvo allí la monarquía, desde su apertura hasta 1865, donde descansa-

ron los diferentes reyes y reinas de la época. Ahora, la sala 39 de la pinacoteca revive con casi todo su realismo, pues se ha incluido, por ejemplo, el retrete de Fernando VII.

De este modo, la muestra recogerá, hasta el 24 de noviembre, la mayoría de pinturas (un total de 44 de las 54 que había en origen) que colgaron en ese mismo lugar desde 1828. «Esta sala era de un uso casi exclusivo de monarcas, sus pinturas no aparecían en los catálogos

y no estaban a la vista de los visitantes», explicó ayer el comisario de este proyecto creado con motivo del bicentenario del Prado, el conservador Pedro J. Martínez.

Para sus responsables, se trata de una de las propuestas más destacadas del bicentenario porque, entre las necesidades de esta efeméride, estaba la de evocar cómo era el museo en su origen así como llamar la atención sobre la Colección Real, su núcleo fundacional. ● R. C.

20"

### El artista José Manuel Broto recibe el premio anual de medallística

La reina Letizia entregó ayer al artista zaragozano José Manuel Broto el premio anual de medallística Tomás Francisco Prieto en reconocimiento a su trayectoria profesional y humana. Este galardón, concedido por la Fábrica Nacional de Moneda y

Timbre (FNMT), tiene un reconocido prestigio dentro de las artes españolas.

### El 'Universo Lorca' se abre al mundo a través del Instituto Cervantes

El Instituto Cervantes difundirá a través de los centros que tiene repartidos en el mundo *Universo Lorca*, proyecto impulsado por la Diputación de Granada que reúne en un mismo paraguas todos los espacios de la tierra natal de Federico García

Lorca relacionados con su vida y obra (*universolorca.com*). Para ello, se apoyarán en las plataformas digitales del centro.

### La cantante Vivica Genaux homenajea a Farinelli en la Zarzuela

La *mezzosoprano* Vivica Genaux ofrece hoy en el Teatro de la Zarzuela (Madrid) un concierto dedicado a Farinelli, en el que recupera piezas que escribieron algunos genios de la música para el famoso castrato.



JORGE PARIS

## Kate Morton «Todas las familias tienen secretos aunque crean que no»

DAVID YAGÜE

dyague@20minutos.es / @davidyaguec

La escritora australiana nos espera en el salón de un lujoso hotel madrileño, un antiguo palacete que fue residencia de un personaje de la sociedad del siglo XIX. Podría ser, sin mucha dificultad, el escenario de una de las novelas que han convertido a Kate Morton en un fenómeno global: historias que saltan del presente al pasado, con misterios y una vuelta a casas señoriales, la campiña inglesa, etc. Está presentando en España su obra más reciente, *La hija del relojero* (trad. de Máximo Sáez Escribano, Suma de Letras).

**En la novela hay un grupo de artistas que, en pleno siglo XIX, se encierra en una mansión en el campo, ¿tienen un poso real?** Sí. Sabía que quería ambientar la historia a mediados del s. XIX y que tenía que tener artistas. Los de mi novela se basan en los prerrafaelitas, porque también quería mostrar la intersección en la que entra en juego la tecnología en la sociedad, que su-

puso un momento de gran cambio en aquellos tiempos. A través de ellos podía hablar de cómo afectó la revolución tecnológica en el arte gracias, por ejemplo, a la fotografía.

**¿Era también un mensaje al lector actual, rodeado por la revolución tecnológica?** Es un paralelismo claro: hoy nos enfrentamos a cambios tecnológicos muy rápidos que tratamos de incorporar como podemos a todo, a nuestras vidas, al arte... **Vuelve a utilizar personajes femeninos fuertes. En este asunto, ¿diría que la mujer es más adaptable a la tecnología?** Me interesa siempre contar historias sobre mujeres y eso implica tener personajes fuertes. No sé si somos más adaptables frente a la tecnología, aunque por naturaleza lo somos, podemos asumir distintos roles.

**¿El mundo del arte y la cultura siguen siendo machistas?** Hablando desde mi experiencia personal, no me he tenido que enfrentar al machismo. He podido crear las novelas que he

querido, he podido llegar a los lectores con mis libros. Estoy muy satisfecha con todo lo que he conseguido y no me he sentido limitada.

**Aún así, muchas veces se etiquetan sus novelas como literatura femenina o para mujeres...**

Sé exactamente lo que dices. En inglés, hay una categoría llamada 'ficción para mujeres', pero es verdad que no hay 'ficción para hombres'. ¿Qué es eso realmente? Yo espero que mis libros los lean tanto hombres como mujeres, porque hablan de experiencias humanas y todos lo somos. Tengo tres hijos y les aliento a leer libros protagonizados por mujeres y por hombres indistintamente. Es raro, ¿verdad? Pero las etiquetas son raras y ya está.

**Esta historia tiene un componente muy gótico...** Desde luego. Me fascina el periodo victoriano, porque nuestro mundo actual se basa en lo que se desarrolló entonces y mantenemos paralelismos muy fuertes. Lo gótico va más allá, he cogido pa-

ra mis libros elementos de la literatura de entonces: los laberintos, la ficción entre dos tiempos, las relaciones entre pasado y presente, los problemas de identidad... y claro, mujeres muy fuertes.

**Su interés por otros tiempos, ¿tiene que ver con que su madre fuera anticuaria?** Sí, lo fue. Ahora estoy en ese momento en que puedo mirar al pasado y ver cómo se formaron mis pasiones. Recuerdo claramente levantarme por las mañanas y cómo mi madre, que se había ido a recorrer mercadillos, volvía con una caja de cartón que abría en la cocina. Comenzaba a sacar objetos interesantes y raros y los limpiábamos. Yo los cogía y me imaginaba la vida que habrían tenido esas cosas hasta llegar a nuestra cocina.

**En esta sociedad obsesionada con el futuro, sus novelas nos recuerdan que hay que mirar al pasado...** Diría que sí. En su esencia, aprendemos de las lecciones del pasado, nos ayudan a tomar mejores decisiones. Siempre he pensado que hay que aprender historia, para así aprender del pasado y poder aplicarlo para el futuro.

**En una novela de misterio como esta, con relojeros incluidos, supongo que eso de que la estructura funcione es obligado.** Es algo muy importante para mí y, como creadora, me encanta esa fase. Es la más creativa. Pienso mucho sobre la trama y no empiezo a teclear hasta que tengo clarísima la estructura. No solo hace la historia interesante, sino que también apoya los temas que trato, como en este caso el de las capas del tiempo. Tengo esa curiosa mezcla de una persona que en el colegio dice que le gusta la lengua y la literatura, pero también las matemáticas. Bueno, mi padre es ingeniero y mi madre artista, así que esta fusión es lo que soy. **Birchwood Manor, la casa de campo de la novela, es un personaje más de la historia.** Me obsesionan las casas como persona y como escritora. Me gusta la arquitectura y me interesa la decoración pero, sobre todo, valoro las cosas que son

repositorios de memoria. En las casas se han vivido distintas vidas y en esos objetos podemos ver distintas pinceladas de ellas. **Otra muestra de su obsesión por el paso del tiempo...** En las casas sentimos y tocamos las capas del tiempo. Un botón entre el parque, un periódico tras el papel pintado o las muescas de un niño en una ventana... Son signos tangibles de las vidas que allí se dieron. Supongo que nos cuentan de dónde venimos y por eso nos importan.

**«Me fascina el período victoriano porque nuestro mundo actual se basa en él»**

**«Aprendemos de las lecciones del pasado, nos ayudan a tomar mejores decisiones»**

**«Mi padre es ingeniero y mi madre artista, así que esa fusión es lo que soy yo»**

**Ha escrito siete novelas en doce años, ha vendido 11 millones de libros (de ellos, 1,5 en español) en 42 países distintos... Y ha logrado estas cifras con historias muy inglesas, muy locales. ¿Cuál es la clave de su éxito?** No lo sé. Solo puedo suponer que tenga que ver con que comunico experiencias. Me gusta leer novelas en las que desapareces en la historia, y los temas y los personajes ocupan toda tu mente. Ese es el tipo de historia que intento escribir.

**También tendrá que ver con que todos tenemos secretos del pasado que nos marcan y es fácil empatizar con eso.** Todas las familias tienen secretos aunque crean que no. Una vez lo dije ante un grupo de lectores y alguien respondió: «¡En mi familia no los hay!». Le contesté: «Los hay, pero aún no sabes cuáles son». Son interesantes porque siempre queremos descubrir qué nos han ocultado, pero también porque dicen mucho sobre nosotros: mantener en secreto el qué y a quién. Nos dicen muchas cosas de las personas. ●



20MINUTOS CON...

**Con 11 millones de libros vendidos en todo el mundo, la australiana viaja a la época victoriana para contarnos la historia de 'La hija del relojero'**

BIO

#### Kate Morton

Esta escritora, nacida en las montañas de Queensland (Australia), es licenciada en arte dramático y literatura inglesa y especialista en literatura eduardiana del siglo XX. Con novelas como *El jardín olvidado* y *Las horas distantes*, sus historias se han editado ya en 42 países diferentes.

**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

## #Exposición



## FOTOHISTORIA

En 'Pioneras. Mujeres artistas de la vanguardia rusa' (hasta el 16 de junio), el Thyssen de Madrid recoge 12 obras de algunas de las mujeres que impulsaron la revolución artística a principios del s. xx

# ODA A LAS 'MADRES' DE LA VANGUARDIA SOVIÉTICA



MUSEO NACIONAL THYSSEN-BORNEMISZA, MADRID



M.N. THYSSEN-BORNEMISZA, MADRID / © EXTER LISSIM ARCHIVES, PARIS

↓  
**Popova, nexo entre corrientes**  
El Thyssen expone tres obras de la serie de Liubov Popova *Arquitecturas pictóricas*. En ella, se combinan el suprematismo de Malévich y el proto-constructivismo de Tatlin.

↑  
**'Arquitectura pictórica (Bodegón: Instrumentos)', 1915**  
Obra central de las *Arquitecturas pictóricas* de Popova. Una pieza fundamental para la comprensión de la evolución entre el cubismo y el arte abstracto.

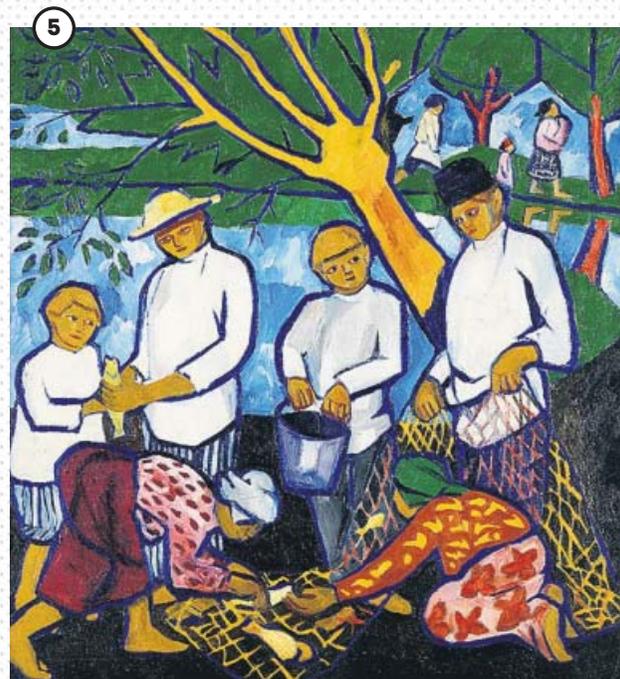
→  
**'Arquitectura pictórica', 1918**  
Se trata de una de los dos trabajos secundarios que el Thyssen ha incluido en *Arquitecturas pictóricas*, una serie en la que Popova indagó en las estructuras de las composiciones.



MUSEO NACIONAL THYSSEN-BORNEMISZA, MADRID



MUSEO NACIONAL THYSSEN-BORNEMISZA, MADRID



M.N. THYSSEN-BORNEMISZA / © VEGAP, MADRID

←  
**'Pesca (pescadores)', 1909**  
Natalia Goncharova, sin duda una de las artistas rusas más importantes, puso su atención en las costumbres más antiguas de su país y retrató su vida rural.



# YLLANA SACA EL LADO CÓMICO DE 'BEN-HUR'



Los actores de Yllana se romanizan con mucho sentido del humor. CORTESÍA DEL TEATRO DE LA LATINA

Nancho Novo firma la adaptación teatral del famoso libro de Lewis Wallace, que también fue llevado al cine. Hasta junio, en Madrid

NANIF. CORES  
cultura@20minutos.es / @NaniFdezCores

Para la mayoría de los mortales, el título *Ben-Hur* va irremediablemente ligado a la película que dirigió William Wyler en 1959. El inolvidable Charlton Heston dio vida a este príncipe judío que vivía horas bajas en tiempos de Jesucristo. Para ello se emplearon 15 millones de dólares, cinco años de trabajo, 300 decorados en los estudios italianos de Cinecittà (entre ellos, un circo romano), 50.000 extras, 2.500 caballos, 200 camellos... El resultado fueron más de tres horas de metraje, 11 premios Óscar (incluyendo el de mejor película) y escenas inolvidables como la carrera de cuadrigas o la batalla naval.

Antes de ella hubo otras dos versiones cinematográficas: un corto mudo de 1907 y un largometraje, también mudo, de 1925. Todas ellas se inspiraban en el libro *Ben-Hur: una historia de Cristo*, escrito por el estadounidense Lewis Wallace en 1880 que, aunque ahora apenas se recuerda, fue uno de los más influyentes del siglo XIX. Tanto es así que en 1900 llegó a ser la novela más vendida de EE UU, superando al clásico *La cabaña del tío Tom*. Un título que nadie le arrebataría, por cierto,

hasta la publicación en 1936 de *Lo que el viento se llevó*.

Con todas estas referencias en la cabeza –y por tanto, el listón muy alto–, la veterana compañía de teatro Yllana se ha atrevido a rizar el rizo y presentar lo que *a priori* podría haberse convertido en su proyecto más descabellado: transformar en comedia la épica y dramática historia de Judá Ben-Hur. El resultado, que ya pudo verse como estreno absoluto en la pasada edición del Festival de Mérida, llega estos días al Teatro La Latina de Madrid, que acogerá el montaje hasta el 2 de junio.

## Adaptada por Nancho Novo

●●● *La loca, loca historia de Ben-Hur, que así han tenido a bien bautizarla para que no queden dudas de sus intenciones humorísticas, tiene al mando a David Ottone y Juan Ramos (Yllana) en la dirección y ha contado también con la inestimable y muy fundamental aportación de Nancho Novo, encargado de adaptar al teatro y en clave de comedia el texto original.*

### LA CLAVE

#### Desde el Festival de Mérida

El Teatro Bellas Artes de Madrid programa este mes otros dos espectáculos que se estrenaron en Mérida: por un lado, la llamativa puesta en escena de *Hipólito* (del 10 al 14 de abril), versión circense de Maltravieso Teatro de la tragedia griega de Eurípides que cerró la 64.ª edición del festival; por otro, *Viriato* (del 17 al 21), estrenada en 2017 y que reflexiona sobre las guerras, la lucha de poder y la ceguera de los pueblos.



CORTESÍA TEATRO DE LA LATINA

El actor y guionista Nancho Novo habla sin tapujos de las dificultades que tuvo al ponerse manos a la obra con la adaptación al teatro: «Cuando me propusieron el proyecto me vi ante dos retos: el primero, convertir en comedia un libro tan serio como el de Wallace; el segundo, dar texto a una compañía que, precisamente, trabaja siempre sin él. Conociendo al elenco y el tipo de humor que hacen, me temo que de lo que yo escribí quedará poquito», confesaba divertido en la rueda de prensa. Curiosamente, no le pillaron verde en la materia: «Casualidades del destino, tengo un *forofismo* tremendo por el mundo romano desde hace muchos años que me ha servido para darle verosimilitud al texto».

Los directores David Ottone y Juan Ramos lo tienen muy claro: «La esencia de Ben-Hur y Mesala [su amigo traicionero] está más presente en esta obra, *La loca, loca historia*, que en la película. Somos más Ben-Hur. De hecho, cuando hablas con la gente del filme todo el mundo tiene en la cabeza la carrera de cuadrigas; pero cuando preguntas qué pasa luego, nadie lo recuerda. Nosotros hemos aprovechado ese hueco para darle una vuelta por completo».

Pasada por su particular batidora, donde es referencia imprescindible el humor de Monty Python (que ya se atrevieron en su día a tocar el tema judío-romano en *La vida de Brian*), la obra llega cargada de ingeniosos *gags* visuales, absurdos diálogos y temas de plena actualidad como la religión, el papel secundario al que se han visto relegadas las mujeres a lo largo de la historia o las *fake news*.

«En una obra tan de testosterona, hemos conseguido dos escenas deliciosas con el tema femenino como protagonista», afirma la actriz Elena Lombao. Ella, junto a María Lanau, Agustín Jiménez, Víctor Massán, Richard Collins-Moore y Fael García dan vida a la multitud de personajes que pululan sin miedo al ridículo por el escenario.

El montaje llega avalado por su éxito el pasado verano en Mérida, donde se representó durante cinco noches consecutivas. «Para una compañía gamberra como la nuestra, que parece que no pega en un sitio de estas características, fue tocar el cielo», reconocen. También, por la curiosidad que despierta lo que ellos mismos han definido como *teatromascope*, una propuesta visual que les permite fusionar cine y teatro para revivir las escenas más icónicas de la película. ●



20M.ES/CULTURA

Puedes leer esta y otras noticias sobre teatro, exposiciones, cine, música y literatura en nuestra web.

## « A VUELTAS CON EL IDIOMA

### Salud mental, claves de redacción



Por Fundéu

El 3 de abril se presentó la *Guía de estilo sobre salud mental para medios de comunicación* elaborada por la Confederación Salud Mental España con el apoyo de Fundéu. Estas son algunas claves para mejorar la redacción de noticias de ese ámbito:

1. *Persona con problemas de salud mental o con trastorno mental* son las denominaciones que defienden los colectivos que les representan y se prefieren a *enfermo mental* y otras, aún más peyorativas, como *loco* o *perturbado*. Se desaconseja sustantivar el nombre de la enfermedad para designar a la persona (esquizofrénico, depresivo, anoréxico, etc.), del mismo modo que no es frecuente hablar de un *sidoso* o un *canceroso* para

referirnos a quienes tienen estas enfermedades.

2. *Centro de salud mental o, en ciertos casos, centro de día, centro de rehabilitación* y otras expresiones similares son las adecuadas para referirse a las instalaciones donde se atiende a las personas con problemas de salud mental, mejor que *manicomio*. Quienes necesitan tratamiento de salud mental *ingresan* no son *recluidos, internados o encerrados* en ellos.

3. *Trastorno mental* no es sinónimo de *discapacidad intelectual*. La esquizofrenia, el trastorno bipolar, la depresión o la ansiedad, entre otros, son problemas de salud mental, mientras que el daño cerebral adquirido, el autismo, el síndrome de Down o la epilepsia no lo son.

4. Términos de salud mental en otros contextos. Resulta frecuente usar, por ejemplo, el adjetivo *esquizofrénico* para referirse a una situación caótica o irracional («El partido vive una etapa esquizofrénica»). Se trata de un uso metafórico que los colectivos que representan a las personas con trastorno mental consideran inapropiado, peyorativo y perjudicial para su imagen. ●

Elaborado por Fundéu, fundación patrocinada por la agencia Efe y el BBVA, que tiene como objetivo contribuir al buen uso del español en los medios. [www.fundeu.es](http://www.fundeu.es)

## Anuncios Localizados

Para contratar un anuncio en esta sección, escribenos con al menos 48 horas de antelación a [publicidad@bluemedias.es](mailto:publicidad@bluemedias.es)

... Y PARA CUALQUIER OTRO ANUNCIO

en 20minutos, entra en [www.bluemedias.es](http://www.bluemedias.es) o contacta en el 917 0115 600 o envía un correo electrónico a [publicidad@bluemedias.es](mailto:publicidad@bluemedias.es)

“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](mailto:rotulos@globalrotulos.es)

## TELEVISIÓN

# El 'MasterChef' más complicado para Samantha Vallejo-Nágera



La jurado del concurso de La 1 cocinará por primera vez en un reto y, por si fuera poco, será en la prueba de expulsión

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

En esta séptima edición de *MasterChef*, una de las grandes novedades es que los miembros del jurado cocinan y se enfrentan a los mismos retos que los concursantes. Y aunque seas un cocinero experto, no es tarea fácil. En la emisión de hoy, Samantha Vallejo-Nágera se enfrentará por primera vez a este complicado desafío, participando en la prueba de expulsión.

Pero, antes, Daniel (aspirante de *MasterChef 6*) y Pepe Rodríguez se pondrán la chaquetilla para apoyar a dos de los aspirantes en la primera prueba de la noche, que ten-

drá a las nueces como ingrediente protagonista y a Boris Izaguirre como invitado de excepción.

Después viajarán al Cigarral del Ángel, en Toledo, donde elaborarán un menú diseñado por Pepe Rodríguez como homenaje al pintor El Greco: los concursantes deberán transformar sus cuadros en platos, de los que tendrán que elaborar 60 raciones.

En la prueba de expulsión, el protagonista será el aceite y quienes se jueguen la permanencia en el concurso tendrán que demostrar que dominan los diferentes usos de este producto. En esa fase, Samantha Vallejo-Nágera se pondrá manos a la obra en un reto en el que dispondrán de 30 minutos para reproducir un plato de Hideki Matsuhisa, considerado el mejor chef japonés en Europa. ●

## Cuándo y dónde

HOY, A LAS 22.30 H, EN LA 1

## QUÉ VER HOY

### SERIES



#### Allí abajo

ANTENA 3. 22.40 H

José, Irene y Dolores no se resignan a ser despedidos y van a la Híspalis a luchar por sus empleos. Dolores descubre que Carmen está encantada con Jin y la empleada que la sustituye se pone celosa y decide espiarla en busca de un punto débil.



#### Secretos de Estado

TELECINCO. 22.40 H

Arrancan las elecciones primarias con la aparición de un rival inesperado para Alberto Guzmán: su ex amante, Paula Campillo. Entretanto, Ana Chantalle centra sus esfuerzos en apartar definitivamente a Andrés Rivera de su hija.



#### iZombie

NEOX. 22.30 H

*Bocados de realidad virtual*. Liv, Clive y Ravi trabajan juntos para investigar la muerte de un hacker informático... Liv hereda la agorafobia y las habilidades para los juegos de ordenador después de comerse el cerebro del hacker.

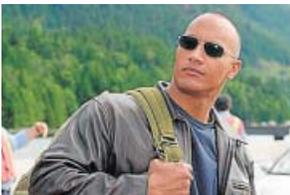
### CINE



#### 'Batman Begins'

LA SEXTA. 22.30 H

Narra los orígenes de la leyenda de Batman y los motivos que lo convirtieron en el representante del bien en la ciudad de Gotham. Bruce Wayne vive obsesionado con el recuerdo de sus padres, muertos a tiros en su presencia cuando era niño...



#### 'Pisando fuerte'

FDF. 22.30 H

Chris Vaughn (The Rock) es un soldado retirado que vuelve a su hogar a empezar de nuevo. Mientras estuvo fuera, la ciudad se convirtió en un sitio peligroso. Uno de los culpables es el acaudalado Jay Hamilton (Neal McDonough), su antiguo rival.



#### 'Objetivo: el presidente'

PARAMOUNT CH. 22.20 H

Un asesino a sueldo, John Barron, tiene como encargo asesinar al presidente de Estados Unidos. John y su banda se cuestran a una familia de un pueblo, escogiendo su casa como el lugar perfecto para efectuar el disparo certero.

### VARIOS



#### REPORTAJE

#### Comando Actualidad

LA 1. 01.05 H

*Alta gama*. El mercado del lujo ha cambiado, ya no es solo gastar miles de euros en una joya o en un coche. Las nuevas necesidades de los millonarios pasan por vivir llamativas experiencias.



#### MÚSICA

#### Un país para escucharlo

LA 2. 22.45 H

Ariel Rot visita Zaragoza junto a Amaral en la última entrega de la temporada. También se encontrará con Joaquín Cardiel, de Héroes del Silencio, Carmen París y Los Bengala, y comprobará cómo suena esta ciudad.



#### TESTIMONIO

#### La vida con Samanta

CUATRO. 22.45 H

¿De qué somos capaces para materializar nuestros anhelos más profundos? Esta noche Samanta Villar descubre los deseos de diversas personas y los suyos propios: nada menos que volar y arder.

## HORÓSCOPO

Por Amalia de Villena

**Aries** Hoy sentirás mucho amor a tu alrededor, gente que te quiere y que te lo demuestra de muchas maneras y ese es el bien más preciado que puedes desear. Alégrate de todo lo bueno que te sucede y sé feliz. No lo dudes.

**Tauro** Sigue la buena racha en un tema de negocios que supone mucho para ti porque has invertido tiempo y dinero en ellos y además se trata de cumplir uno de tus sueños. Pero no dejes de controlar las cuentas.

**Géminis** Lo más inteligente es que sepas colocarte en el momento oportuno en el sitio oportuno. Se avecinan acontecimientos que cambiarán tu entorno y te interesa estar bien colocado de cara al futuro. Sabrás hacerlo.

**Cáncer** Alguien te va a dar un consejo y debes escucharlo porque te va a abrir mucho los ojos en un tema en el que andas algo confuso. Debes buscar la verdad del asunto. Esta persona te ayudará a actuar en el futuro.

**Leo** No es día para quedarse parado y dejar que los demás hagan lo que quieran. Si se plantea un tema en una reunión de trabajo, di tu opinión sin temor a lo que piensen los demás, a pesar de que parezca pasada de moda.

**Virgo** Si sientes un poco de aburrimiento en una relación afectiva, tendrás que plantearte qué parte de ella no te gusta o si ya no es como antes. Esto te parecerá difícil, pero es el camino para solucionarlo. No puedes seguir así.

**Libra** Un amigo te va a influenciar muy positivamente. Sal, charla con él, mantén una relación que te suponga un intercambio de opiniones e ideas nuevas. Será muy interesante porque te abrirá la mente.

**Escorpio** Si en este momento estás sin nada que hacer, buscando un trabajo, no debes pensar que es imposible. Al contrario, debes utilizar este tiempo de espera para mejorar tus aptitudes o ampliar conocimientos.

**Sagitario** Si te ves metido en una discusión en el trabajo, procura ser objetivo y, en cualquier caso, intenta poner paz y que no haya malos entendidos. Alguien te lo va a agradecer después y tú te quedarás tranquilo.

**Capricornio** Hoy debes enfrentarte a un problema doméstico que no te apetece y que te llevará tiempo. No es bueno dejar sin solucionar lo que molesta, al contrario, conviene ponerse manos a la obra cuanto antes.

**Acuario** Es muy posible que asistas a una reunión algo tensa o que alguien te diga que has hecho algo mal profesionalmente. Escucha y medita y después arregla el asunto y perdónate. Todos cometemos errores.

**Piscis** Sal y da un paseo por el parque, respira hondo y deja que la naturaleza, aunque sea en una ciudad, te llene de energía. Esos momentos van a ser solo tuyos y en ellos encontrarás mucha inspiración para seguir adelante.

## PROGRAMACIÓN

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

### LA 1

08.30 Los desayunos.  
10.00 La mañana.  
13.25 Hacer de comer.  
14.00 Informativo terr.  
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 TVemos.  
22.30 MasterChef.  
01.05 Comando Actualidad.  
03.10 La noche en 24 h.  
05.05 Noticias 24 h.

### LA 2

09.30 Aquí hay trabajo.  
09.55 La aventura del saber.  
10.55 Documentales.  
12.30 Cine: *Fuerte perdido*.  
14.00 Documentales.  
15.45 Saber y ganar.  
16.30 Documentales.  
20.30 La 2 Noticias.  
21.00 Página Dos.  
21.25 Ese programa del que usted me habla.  
22.00 Documental.  
22.45 Un país para escucharlo.  
23.45 Documentos TV.  
00.45 Documental.  
01.45 Conciertos Radio 3.

### ANTENA 3

08.55 Espejo público.  
13.15 Arguiñano...  
13.40 La ruleta...  
15.00 Noticias.  
15.45 Deportes.  
16.00 Arguiñano.  
16.05 El tiempo.  
16.30 Amar es para siempre.  
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 Allí abajo.  
02.30 Live Casino.  
03.15 Minutos musicales.

### CUATRO

09.30 Alerta Cobra.  
12.20 Mujeres y hombres.  
13.25 El concurso del año.  
14.20 Cuatro al día Carme Chaparro.  
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 La vida con Samanta.  
00.00 Samanta y...  
01.15 Conexión Samanta.

### 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 Telecinco.  
21.45 El tiempo.  
21.55 Deportes.  
22.00 GH Dúo.  
Última hora.  
22.40 Secretos de Estado.  
00.30 Amores que duelen.  
02.15 El horóscopo.

### 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 laSexta.  
21.05 laSexta Deportes.  
21.30 El intermedio Con Wyoming y Cía.  
22.30 Cine: *Batman Begins*.  
01.15 Cine: *Muerte y venganza*.  
02.30 European Poker Tour.

### TELEMADRID

07.00 Buenos días.  
11.30 120 minutos.  
14.00 Telenoticias.  
15.05 Deportes.  
15.20 El tiempo.  
15.30 Cine: *Espíritu de conquista*.  
17.25 Está pasando.  
19.20 Madrid directo.  
20.30 Telenoticias.  
21.15 El tiempo.  
21.30 Deportes.  
21.40 Aquí hay madroño.  
22.40 Madrileños por el mundo: El Salvador, Londres, islas griegas.  
02.15 Aquí hay madroño.  
03.10 Ruta 179.

🎁 | HOY FIRMA

## Mario Garcés El tonto del 'networking'

Si hay algo que no aguanto es la ingratitud. Si además el ingrato se ha aprovechado de mí, que Dios le desampare o que le caigan todas las plagas bíblicas, a excepción de las langostas que son capaces de comérselas. De un tiempo a esta parte, una de dos, o estoy terriblemente sensible y mi orgullo malherido, o se han multiplicado los imbéciles exponencialmente. Buena culpa de todo ello lo tiene el dichoso *networking*, que para los no iniciados en la gramática del *brexit*, viene a ser algo parecido a tener contactos útiles a través de las nuevas tecnologías y los

**Creo que algún caradura ha confundido el *networking* con el *notworking***

**Las sociedades no se construyen desde la gangrena del abuso de los contactos de móvil**

nuevos medios de comunicación social.

Francamente, que es adverbio proveniente de franco, creo que algún caradura, mogrollo de profesión, ha confundido el *networking* con el *notworking*. Lo que pretenden no es desarrollar oportunidades de trabajo con el conocimiento y la experiencia que te proporcionan los demás, sino vampirizar y usar el talento de otros en provecho propio. Chupópteros. Y ya llevo tres desde que empezó el año. Su aspiración parasitaria es exprimir al máximo al prójimo en defecto de inteligencia propia y, sobre todo, de esfuerzo.

El primer nivel de aprendizaje de los sacacuartos es pedirte el número de teléfono para incorporarte a una trama de contactos de los que se sirven a discreción. De los coleccionistas de tarjetas de visita hemos pasado a los acaparadores de móviles. Una vez que tienen el número de

teléfono, y alcanzado ya el segundo nivel, los gorristas, que se aplican en la seducción y en la adulación, piden favores y utilizan tu nombre o el de otras personas para recabar favores. Utilizan ganchos, aunque el gancho pienso dárselo yo a alguno de ellos como vuelvan a utilizar mi nombre en su beneficio. Y por allí no paso. Las sociedades se construyen a partir del trabajo y desde el esfuerzo, y no desde la gangrena del abuso de los contactos de un móvil.

El paso siguiente es hacer suyo explícitamente el trabajo de los demás, sin rubor ni conciencia de mal, pues al fin y al cabo debe ser *networking*. Será que cuando alguien es idiota, si se lo dicen en inglés, es menos idiota. Hay uno en particular que tiene los números de móvil de media España y es su tesoro más preciado. Le recomiendo que vea la película *F.E.N.* (1980), un prodigio donde tres exalumnos encierran a unos sacerdotes un verano en un colegio para vengarse de sus métodos rígidos de aprendizaje. En una escena, les hacen aprender de memoria un listín telefónico, con castigo en caso de fallo. Estoy por aplicar el mismo método a ver si alguno aprende, aunque creo que ni por esas. ●

Mario Garcés es ex secretario de Estado de Servicios Sociales e Igualdad



🔔 | COLUMNA

## Operación bikini: los 'gadgets' para adelgazar



Por **Boticaria García**  
Dra. en Farmacia y nutricionista.  
Profesora de la Universidad Isabel I

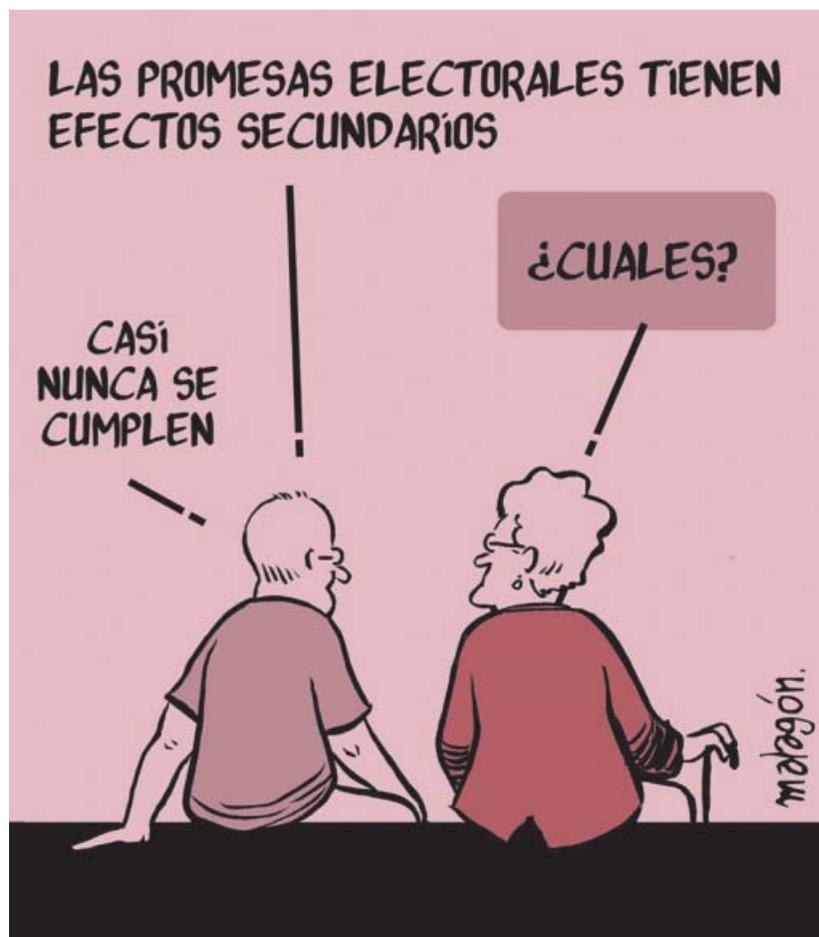
Con la Semana Santa a la vuelta de la esquina son muchos los que estos días se entregan en brazos de dietas milagro y dietas detox. Como si a estas alturas no supiéramos que ninguna, insisto, ninguna dieta mágica es el remedio a nuestras loras. Por si fuera poco, los tiempos avanzan y a las dietas milagro les ha surgido un duro competidor en los «gadgets milagro». Se trata de dispositivos, generalmente conectados a una *app*, que también prometen ayudarnos en la pérdida de peso.

Entre los dispositivos mejor valorados se encuentra una pulsera inspirada en las teorías conductistas del premio nobel Pavlov. Aunque suene difícil de creer, la pulserita emite descargas eléctricas cuando la persona realiza actividades que no se consideran apropiadas para la pérdida de peso. Uno puede programar la pulserita para que, si pasa mucho tiempo sentado, el cacharrito le suelte un calambrazo y le recuerde que tiene que moverse. Gracias a la geolocalización, estas pulseras también puede emitir una descarga si uno cruza el umbral de una hamburguesería. Definitivamente hemos perdido el juicio.

Y aún hay más: cerditos que gruñen si uno abre la nevera, botellas rellenas con pantallas LED que te recuerdan si has dado suficientes sorbos de agua al día... Uno ya no puede ir al baño, literalmente, sin que un aparato registre tu actividad. Y si todo esto al menos sirviera para algo, todavía. Pero lo cierto es que a día de hoy no hay evidencia de que estos cacharros nos hagan perder peso. Mi consejo es que dejemos de tratarnos a nosotros mismos como si fuéramos idiotas. Si queremos perder peso, invirtamos el dinero de esas cascarrías en un nutricionista. Y si acaso, en unas zapatillas de deporte. ●

📍 | DE MÁLAGA...

...A Málaga



🔊) NOS DICEN LOS LECTORES

### Elecciones

El problema fundamental que tiene España son los políticos. Solo quisiera que el que gane las elecciones se ponga de inmediato a resolver los grandes problemas sociales que tenemos: un país sin presupuesto aprobado al cuarto mes del año; que al valorar la cohesión social, se unifiquen todas las propuestas realizadas por cada uno de los partidos y se recoja el sentir de todos los ciudadanos por territorio y al final se modifiquen leyes como el Código Penal, la ley laboral, la ley de la vivienda, etc. Pienso que no se puede dirigir un país a base de decretos. Esa es mi opinión. Todavía no decido por quién votar, pero como de todos modos alguien tiene que ocupar el lugar, votaré por el que más centrado esté en resolver los problemas sociales que nos incluyen a todos los españoles. **Teresa de Jesús Suárez Suárez**

📧 Escríbenos a [lectores@20minutos.es](mailto:lectores@20minutos.es)

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

🐦 EN TWITTER

### #Constitución

La asignatura de Constitución Española no solo debería servir para aprenderla sino para debatir en qué artículos se ha quedado obsoleta. **@Lowylogo**

Quien tenga un problema con esta asignatura, tiene un problema con España y con la Constitución. **@Beatriz\_Pino\_**

Una asignatura llamada Constitución Española y otra llamada Discografía de Malú. **@Manuel\_de\_BCN**

Ojalá una asignatura de Constitución Española, ya veréis cuando muchos niños se den cuenta de la cantidad de artículos que no se cumplen. **@viriatos**



Una publicación de  
**20 MINUTOS EDITORA, S. L.**



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](http://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 Condessa 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](mailto:20minutoseditora@20minutos.es)  
Imprimen **Impresa Norte, S.L.U.** **Bermont, Inicativas y CREA**  
Depósito Legal: **M-10774-2012**



# COMPRA TUS OFERTAS DE JARDÍN Y AIRE LIBRE EN **LIDLONLINE.ES**

¡Y TAMBIÉN EN NUESTRA APP!

CRIVIT®  
**Silla de camping**



Medidas (abierta):  
58,5 x 106/81,5 cm  
x 65/96 cm.



**29.99** /ud

YA DISPONIBLE EN **LIDLONLINE.ES**

GRILLCHEF®  
**Barbacoa sobre  
ruedas a gas  
con 2 quemadores**



**84.99** /ud

YA DISPONIBLE EN **LIDLONLINE.ES**



**Compres  
lo que compres,  
gastos de envío 3,99 €.**

CRIVIT®  
**Tienda iglú con techo doble**



Medidas (exterior): aprox. 220 + 80 x 250 x 130 cm.  
Medidas (interior): aprox. 210 x 240 x 125 cm.



**39.99** /ud

YA DISPONIBLE EN **LIDLONLINE.ES**

#PrimaveraEnLidl



YA DISPONIBLES EN **LIDLONLINE.ES**

Precios no incluyen decoración. Los artículos identificados con este icono están sujetos a disponibilidad en lidlonline.es.

IMPRESO EN PAPEL 100% RECICLADO