

adiós

cultural

Nº 177 • Año XXX
Marzo-Abril 2026



El 'DOG-FRIENDLY'
en el tanatorio de Enalta Bilbao,
una apuesta fundamental

DESDE HOY Y SIEMPRE, CUIDAMOS DE TI Y DE TU FAMILIA.

SEGURO DE DECESOS

Conoce **todos** nuestros valores

- 1.** Selección de modalidad de servicio abonando solo por lo que necesita el cliente.
- 2.** Capitales de servicios adaptados a cada código postal.
- 3.** Agente Profesional de Decesos para que se ocupe de todo por ti.
- 4.** Garantía de traslado nacional e internacional y personalización de la prestación.
- 5.** Testamento notarial gratuito y gestión de las pensiones públicas sin necesidad de desplazamientos.
- 6.** En Pago Único y Elección Senior no hay recibos extras.

Nuestra **gama de productos** para **cualquier edad y circunstancia**:

- **Siempre:** Con pagos adaptados a tus necesidades.
- **Pago Único:** No tendrás más recibos en el futuro.
- **Elección Senior:** Un pago único financiado en 1, 3 o 5 años.
- **Residentes Extranjeros:** Repatriación a/desde cualquier lugar del mundo.

Además, pregúntanos por nuestros servicios de uso en vida para el ahorro familiar.

Consulta condiciones en mapfre.es o en tu oficina más cercana



CONTENIDOS



Página 5 a 20
ACTUALIDAD

.....

Página 21 a 29
OPINIÓN Y REFLEXIÓN

Página 30 a 36
ARTE Y CULTURA

.....

Página 37 a 50
GUÍA Y RECURSOS



Nota del editor

Octavio Martínez Rodríguez, director del Tanatorio de Enalta Bilbao, nos cuenta en una interesante entrevista por qué se decidió que las mascotas, fundamentalmente los perros, puedan acompañar a las familias en los actos de homenaje y despedida del familiar que ha fallecido. Una actuación que ha convertido las instalaciones del tanatorio de Bilbao en un espacio que han denominado 'dog-friendly'.

Explica Octavio Martínez que la iniciativa surgió "de nuestro ánimo de innovar y adaptarnos a lo que las familias realmente necesitan al recordar a sus seres queridos. En nuestros espacios buscamos que encuentren ayuda y serenidad, pero quisimos ir más allá y hacernos eco de un cambio social: hoy, el perro es un miembro esencial del núcleo familiar. Desde el respeto, creemos que cada familia debe tener la posibilidad de decidir si su compañero de cuatro patas los acompaña en este homenaje a la vida. Tras dos años de experiencia, solo hemos recibido gratitud".

En Enalta entendemos que las mascotas son miembros fundamentales de la familia que también ofrecen consuelo. Y de esa necesidad surgió la idea.

Los psicólogos y los estudios sobre duelo en España confirman que sentirse acompañado y comprendido es un factor clave para prevenir que un duelo se complique. Por eso, también desde Enalta entendemos y apoyamos a los expertos que nos aconsejan que, si bien el círculo de apoyo social es un pilar, la asistencia profesional ofrece un cuidado especializado que resulta esencial para una sana recuperación emocional. Por ello, la compañía, también de las mascotas ofrece una ayuda suplementaria e importante para ayudar a las familias a transitar estos momentos difíciles.

Por otro lado, queremos resaltar y celebrar en este número 177 de la revista que España sigue siendo líder mundial en trasplantes de órganos de personas fallecidas que permite a otras salvar o mejorar la vida. España realizó en 2025 un total de 6.335 trasplantes de órganos, una cifra que apunta a una estabilización de la actividad en nuestro país, en la que 2.547 personas donaron sus órganos tras fallecer.

Colectivo editorial

Director:
Jesús Pozo

Diseño:
Ángela Ganso
Román Sánchez

Fotografía:
J. Casares

Edita:
Enalta

Colaboran en este número:
Mariángeles García,
Pedro Cabezuelo,
Roberto Villar,
Eduardo Juárez,
Ana Valtierra,
Laura Pardo,
Yolanda Cruz,
Ginés García Agüera,
Javier Fonseca
y Javier Gil Martín

Datos de contacto

**Redacción,
Administración y Publicidad:**
C/ María Tubau, 10, Edificio B,
Planta 1, 28050 Madrid

Telf.:
917003020

Web:
www.revistaadios.es

E Mail:
info@revistaadios.es

Depósito Legal:
M-32863-1996

**© ENALTA SERVICIOS
FUNERARIOS, S.L.U.**
Todos los derechos
reservados.

Publicidad en Adiós:
Revista Adiós
Telf: 91 700 30 20
Ext. 2068.

La opinión de los artículos
publicados no es compartida
necesariamente por la revista y/o
los editores, y la responsabilidad
de la misma recae exclusivamente
sobre sus autores

**Contenidos periodísticos
producidos por Candela
Comunicación S.L.**

EL CABILDO DE LA GOMERA ha aprobado la renovación del servicio de la póliza de decesos por la que la corporación insular cubre desde 2002 a todos sus vecinos y a sus residentes ausentes. El servicio ha sido adjudicado a Mapfre España por un periodo de dos años y una inversión total de 3,3 millones de euros, detalla el

Cabildo en un comunicado. La póliza de decesos incluye, entre otras prestaciones, los gastos derivados del servicio funerario, la tramitación administrativa y asesoramiento, los costes del registro civil y tributos, así como otros servicios complementarios como corona, lápida o tasas municipales vinculadas a nichos.



ILUSTRACIÓN: LUIS MALLO

ACTUALIDAD

EL TRASTORNO DEL DUELO prolongado afecta aproximadamente al 7-10% de las personas adultas que ha sufrido una pérdida. Las recientes fechas de Navidad se asocian a la ilusión y las reuniones familiares, para miles de personas y esto hace que sea una de las épocas más complicadas del año para los que han sufrido una pérdida reciente.

El llamado "síndrome de la silla vacía" se intensifica, reavivando el dolor y la nostalgia. Se estima que al menos, un 5% de la población en España (algo más de 2 millones de personas) ha afrontado la última Navidad en un proceso de duelo reciente.

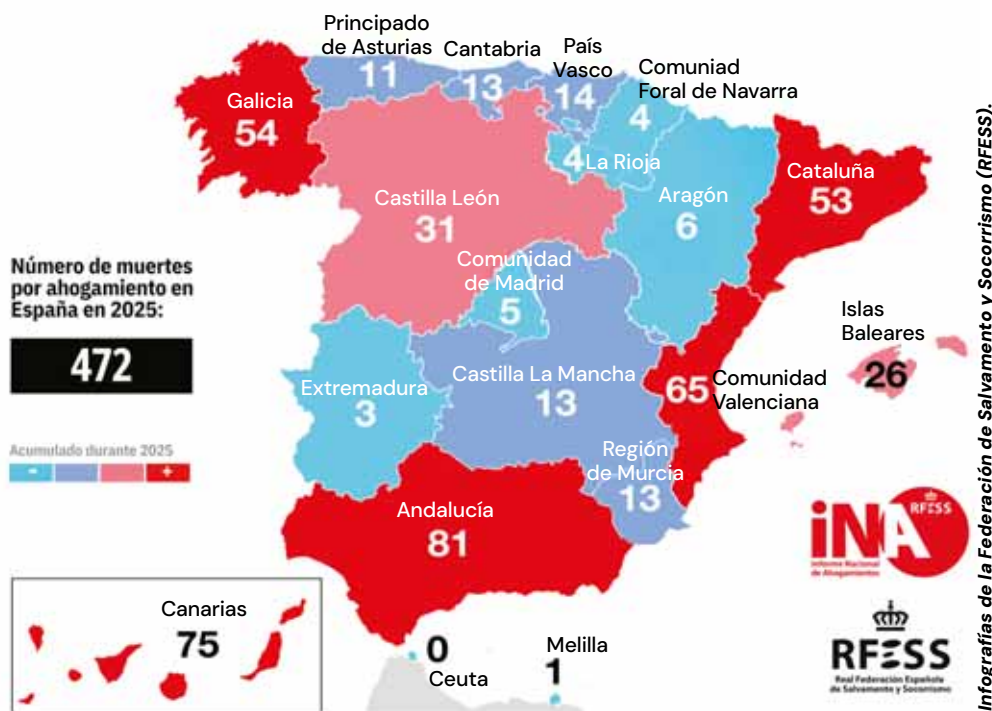
Con el objetivo de ir más allá del servicio funerario convencional y ofrecer un apoyo efectivo, los psicólogos colaboradores de Enalta, filial de Grupo MAPFRE,

ofrecieron una guía con cinco consejos clave para sobrellevar el duelo en estas fechas señaladas:

Permitirse sentir todas las emociones, priorizar el autocuidado, adaptar las tradiciones, honrar la memoria y buscar apoyo de familiares y profesionales.

Los psicólogos y los estudios sobre duelo en España confirman que sentirse acompañado y comprendido es un factor clave para prevenir que un duelo se complique. Además, en este contexto, los expertos de Enalta destacan que, si bien el círculo de apoyo social es un pilar, la asistencia profesional ofrece un cuidado especializado que resulta esencial para una sana recuperación emocional. Por ello, la compañía ofrece un acompañamiento integral y personalizado para ayudar a las familias a transitar estos momentos difíciles, basando su servicio en la transparencia y la vocación.

DISTRIBUCIÓN POR COMUNIDADES Y CIUDADES AUTÓNOMAS



472 PERSONAS MURIERON AHOGADAS EN ESPAÑA EN 2025

LA CIFRA DE AHOGAMIENTOS SUPERA EN UN PUNTO A LA DEL AÑO ANTERIOR Y CONSTITUYE LA SEGUNDA MÁS ALTA DE LA SERIE HISTÓRICA, SOLO DESPUÉS DE 2017. SÓLO EN 52 CASOS HABÍA VIGILANCIA ADECUADA

4 72 personas murieron en 2025 por ahogamiento en España lo que convierte este año en el segundo peor desde que hay registros (2015). Aunque hubo un fallecimiento más que en el año anterior se consolida una tendencia preocupante para la Federación de Salvamento y Socorrismo (RFESS). En la mayoría de los casos no había socorrista y una treintena de muertes se produjeron en diciembre.

Más de la mitad de los fallecidos por ahogamiento en Espa-

ña en 2025 eran mayores de 45 años, según datos presentados en el Informe Nacional de Ahogamientos (INA).

Del informe se desprende un dato especialmente preocupante: en diciembre 31 personas murieron ahogadas, algo que demuestra que el riesgo no desaparece fuera del verano, sino que se mantiene activo durante todo el año.

La cifra de ahogamientos supera en un punto a la del año anterior y constituye la segunda más alta de la serie histórica, so-

lo después de 2017, desde que la Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo comenzara a realizar estos informes hace once años, con un total de 4.600 muertes contabilizadas.

La población adulta y en edad avanzada es la más vulnerable a estos accidentes, ya que la mitad de los ahogamientos se concentran en personas mayores de 45 años. Aquellos con mayor riesgo se sitúan entre los 65 y los 74 años, seguidos de los mayores de 75.

La playa, el lugar en el que más personas se ahogan

La playa es el escenario más frecuente en los ahogamientos ya que se da en la mitad de ocasiones. Por detrás van los ríos, con 88 muertes; las piscinas, con 49,



© JESÚS POZO

y otros espacios acuáticos como embalses, canales o puertos, el resto.

El informe señala que 422 muertes sucedieron en lugares que carecían de socorrista o en los que su atención no era activa en el momento del incidente, por lo que en tan solo 52 de los casos sí había una vigilancia adecuada.

Únicamente en 52 casos había vigilancia adecuada

El informe indica que el 81,5 % de los ahogamientos fueron sufridos por hombres frente a un 18,5 % por mujeres y que 392 de los fallecidos eran de nacionalidad española. 47 menores de edad han perdido la vida por ahogamiento (10 % del total), lo que remarca la necesidad de mantener una supervisión constante y llevar a cabo una "educación preventiva desde la infancia", según la RFESS.

Para la Federación, este tipo de muertes podrían evitarse "con una mayor conciencia social del riesgo", así como prolongando la presencia de socorristas y profesionales de la seguridad acuática durante todo el año.

Andalucía, a la cabeza por tercer año consecutivo

Andalucía es por tercer año seguido la comunidad autónoma con más ahogamientos no intencionales, con 81 muertes, seguida de Canarias, con 75; la Comunidad Valenciana, con 65; Galicia, con 54, y Catalunya, con 53 fallecidos. Por detrás aparecen Castilla y León (31), Baleares (26), País Vasco (14), Castilla-La Mancha, la Región de Murcia y Cantabria (13 cada una), y Asturias (11). Las cifras más bajas se registran en Aragón (6), la Comunidad de Madrid (5), Navarra y La Rioja (4 cada una), Extremadura (3) y Melilla (1).

+INFO

<https://rfess.es/ina/#informe>



Número de personas ahogadas en España en función del SEXO

LUGAR

Número de personas ahogadas en España en función de la instalación o zona donde se produjo el incidente



CYL ELIMINA, POR RAZONES RELIGIOSAS, LA OBLIGATORIEDAD DE ENTERRAR CON FÉRETRO

EL DECRETO QUE PUBLICÓ EL PASADO 22 DE DICIEMBRE EL BOLETÍN OFICIAL DE LA COMUNIDAD, BOCYL, TAMBIÉN PROMUEVE QUE SE FACILITE LA AMPLIACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE CEMENTERIOS EN NÚCLEOS DE POBLACIÓN INFERIOR A 5.000 HABITANTES

Castilla y León ha aprobado una reordenación de la política sanitaria mortuoria de la comunidad, que incluye la diversidad de enterramientos aceptados en las diferentes confesiones religiosas, eliminando la obligatoriedad del uso de féretro por razones de confesionalidad.

El decreto que publicó el pasado 22 de diciembre el boletín oficial de la comunidad, BocyL, también promueve que se facilite la ampliación y construcción de cementerios en núcleos de población inferior a 5.000 habitantes.

El decreto se compone de 48 artículos, estructurados en siete capítulos, cuatro disposiciones transitorias, una disposición derogatoria y dos disposiciones finales.

El capítulo primero regula las cuestiones generales, el objeto y el ámbito de aplicación, las definiciones, que resultan ampliadas de forma notoria con respecto a la norma derogada, el reparto de competencias, la clasificación sanitaria de los

cadáveres, restos humanos, restos cadavéricos y restos óseos, su utilización con fines de investigación y docencia y, finalmente, se regula la forma de proceder ante los fallecimientos de personas indigentes y/o no identificadas acaecidos en un término municipal de esta comunidad autónoma.

El capítulo segundo regula la tanatopraxia, con un estudio pormenorizado de las técnicas y prácticas que la integran, así como la obligación de redactar un informe de tanatopraxia a cargo del profesional que intervenga en estas prácticas.

Destaca en ese apartado la reducción de los tiempos exigidos para realizar las técnicas y prácticas de tanatopraxia, desde el momento del fallecimiento.

La conservación transitoria será obligatoria cuando la inhumación o incineración vaya a realizarse entre las cuarenta y ocho horas y las setenta y dos horas desde el fallecimiento; o cuando el cadáver vaya a ser velado o expuesto en un lugar público distinto a los velatorios o tanatorios hasta un máximo de cuarenta y ocho horas desde el fallecimiento.

En los óbitos que se produzcan en centros hospitalarios, la conservación transitoria mediante refrigeración podrá realizarse de forma inmediata desde la hora de fallecimiento que figure en el certificado médico de defunción.

Y los cadáveres congelados que no vayan a inhumarse o incinerarse en las cuarenta y ocho horas inmediatas a su retirada de las cámaras serán conservados transitoriamente con sustancias químicas o embalsamados, a criterio del profesional responsable.

En cuanto al embalsamamiento será obligatorio siempre que la inhumación o incineración vaya a realizarse después de las setenta y dos horas y antes de las noventa y seis horas desde el fallecimiento.

También cuando el cadáver vaya a ser velado o expuesto en un lugar público distinto de los velatorios o tanatorios por un plazo mayor a las cuarenta y ocho horas desde el fallecimiento.

Asimismo, cuando el cadáver vaya a ser enterrado en lugares especiales debidamente autorizados; y cuando, a criterio del profesional responsable, las técnicas de conservación transitoria no garanticen



El decreto se compone de 48 artículos



© JESÚS POZO

la adecuada conservación del cadáver hasta el momento de la inhumación o incineración.

Además, en traslados por vía aérea o marítima o ferroviaria cuando la normativa en materia de transporte así lo exija.

El capítulo tercero regula la utilización de féretros, así como los medios de transporte funerario, en función de los Grupos de clasificación I, II o III de los cadáveres, restos humanos, restos cadavéricos o restos óseos; y se introduce aquí la posibilidad de excepcionar la obligatoriedad del uso de féretro por razones de confesionalidad.

El capítulo cuarto aborda una nueva regulación de los desplazamientos de cadáveres y restos humanos, distinguiendo entre conducción y traslado en función de las distancias y/o límites provinciales, con la pretensión de clarificar el régimen existente en la actualidad y adecuarlo a las características de esta comunidad autónoma.

El capítulo quinto regula la inhumación, cremación y exhumación de cadáveres, restos humanos, restos cadavéricos o restos óseos, estableciendo los plazos, lugares, requisitos y trámites a los que están sujetas.

Y el sexto estudia el régimen de las empresas prestadoras de servicios funerarios, instalaciones funerarias y cementerios.

Se regulan las empresas prestadoras de servicios funerarios, el registro autonómico de las mismas, así como el Libro registro que han de llevar cada una de estas empresas; las instalaciones funerarias y los cementerios. Por último, el capítulo séptimo establece el régimen de infracciones y sanciones, remitiéndose a la Ley 10/2010, de 27 de septiembre, de Salud Pública y Seguridad Alimentaria para su tipificación y sanción.

Vista general del cementerio de Segovia



féretros del sur, S.L.

Ctra. Aguilar-Puente Genil, Km. 10, 14500 Puente Genil-Cordoba.
Tlf: 0034 957606265 Fax: 0034 957606239

web: www.fedelsur.com, mail: info@fedelsur.com



UNE-ISO 9001
UNE-ISO 14001
NORMA 190.001

fedelsur
féretros del sur, S.L.

¡¡Siempre al servicio del cliente!!

¡¡¡Somos fabricantes!!!



© JESÚS POZO

2547 ÓRGANOS DE PERSONAS FALLECIDAS SE DONARON EN ESPAÑA EN 2025

ESPAÑA REALIZÓ EN 2025 UN TOTAL DE 6.335 TRASPLANTES DE ÓRGANOS, UNA CIFRA UN 2 % INFERIOR A LA DEL HISTÓRICO 2024 Y QUE APUNTA A UNA ESTABILIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD EN NUESTRO PAÍS, EN LA QUE SE MANTIENE, NO OBSTANTE, LÍDER MUNDIAL ABSOLUTO DURANTE 34 AÑOS CONSECUTIVOS

España realizó en 2025 un total de 6.335 trasplantes de órganos, una cifra un 2 % inferior a la del histórico 2024 y que apunta a una estabilización de la actividad en nuestro país, en la que se mantiene, no obstante, líder mundial absoluto durante 34 años consecutivos.

Este ligero descenso rebajó a 129 el número de trasplantes ejecutados por millón de población (p.m.p) frente a los 132,8 del año precedente en el que España fulminó todos sus récords, según el balance de la ONT que presentaron

el 16 de enero la ministra de Sanidad, Mónica García, y la directora del organismo, Beatriz Domínguez-Gil.

Un volumen que fue posible gracias a las 2.547 personas que donaron sus órganos tras fallecer, lo que arroja una tasa de 51,9 p.m.p, muy similar a la del año previo, cuando se alcanzó el máximo histórico de 52,6. Otras 408 donaron en vida, 402 de ellas un riñón y 6 parte de su hígado. A las que se suman las 226 personas que donaron tras acogerse a la ley de eutanasia, que

han posibilitado el trasplante de 643 pacientes desde que entrara en vigor.

Cifras "abrumadoras" en un país longevo

Cifras "absolutamente abrumadoras y difíciles de superar por otros países", ha resaltado la ministra, que ha destacado que España, con 17 trasplantes y 8 donantes diarios, "nuevamente, como siempre, puede sentirse orgullosa".

Y que además se corresponden con un país longevo como el nuestro, ha añadido Domínguez-Gil; sólo Estados Unidos se acerca a la tasa de donantes española con un 49,2, con la diferencia de que allí, el perfil de persona que da sus órganos al fallecer es eminentemente joven, víctima por lo normal de accidentes de tráfico, armas de fuego o de fentanilo.

Por el contrario, en España el 60 % de los donantes fallecidos superan los 60 años, el 32 % los 70 y un 5 % los 80, siendo el más longevo registrado uno de 93 años. Sólo el 3 % murió en las carreteras, siendo la principal causa el accidente cerebrovascular (52 %).

El nuevo balance de la ONT dibuja así una tendencia a la estabilización de la actividad en España, que lleva 34 años superando su propio máximo mundial, con excepción de 2020 en el que bajaron como consecuencia de la pandemia.

A retos como este tratará de responder la futura estrategia de la ONT 2026-2030 que estará en marcha este año; uno de sus principales objetivos será el de aumentar la disponibilidad de órganos de personas fallecidas, ampliando la

capacidad de detección de posibles donantes, reduciendo las negativas a donar (22 %), ampliar los criterios de aceptación de órganos para uso clínico o impulsar la donación renal de vivo.

El año con más trasplantes cardíacos

Así, volvió a superar por segundo año consecutivo la cifra de 6.300 trasplantes; del total, 3.999 fueron renales, 1.276 hepáticos, 556 de pulmón, 390 cardíacos (el mayor número de la historia), 103 de páncreas y 11 de intestino.

Pese al descenso del trasplante hepático (-5 %) y pulmonar (-11 %), el renal se mantuvo estable y aumentaron de forma significativa los cardíacos un 12 %, de páncreas un 6 % y de intestino un 175 %.

Además, aunque la donación en asistolia (sin latido tras el fallecimiento por parada cardio-respiratoria) se realiza en 25 países, España es el único que trasplanta con éxito todo tipo de órganos de estos donantes, que supu-

sieron el 56 % del total con 1.416, un 8 % más que en 2024.

Con esta técnica se realizaron 1.990 trasplantes renales, 622 hepáticos, 257 pulmonares, 137 cardíacos, 33 pancreáticos, 4 de intestino y un trasplante de cara, algo que fue posible por la generalización de un complejo procedimiento de preservación basado en dispositivos de circulación extracorpórea (ECMO) con firma española que sólo realizan 9 países en el mundo.

Gracias al esfuerzo de la ONT por priorizar pacientes con dificultades para recibir un órgano, en 2025 se realizaron 298 trasplantes en urgencia cero y 180 en niños y se trasplantaron 193 pacientes hiperinmunizados (para los que resulta muy complicado encontrar un donante compatible), 170 pacientes renales en el programa PATHI de la ONT y 23 pulmonares.

Pese a todo, se mantiene un número importante de pacientes en lista de espera: 5.163, de los que 77 eran niños.

Cantabria sigue en cabeza

Doce comunidades superaron los 50 donantes p.m.p y 7 sobrepasaron los 60; Cantabria volvió a encabezar la tabla con una tasa de 103,4 donantes p.m.p, seguida de Navarra (88,2), Asturias (64,4) y País Vasco (64,3).

Entre las que superan los 5 millones de habitantes, destacó la actividad de la Comunidad Valenciana (57,5) y Andalucía (54,4), aunque las que más crecieron fueron Aragón (+71%), País Vasco (+19%) y Asturias (+16%).

A su vez, Castilla-La Mancha registró 42,2 donantes p.m.p., que la sitúa solo por encima de la Comunidad de Madrid en este ámbito.

La ONT cifra en 1.416 los trasplantes realizados gracias al intercambio de órganos entre comunidades, el 23 % del total. A su vez, el 6,5 % de los receptores fueron trasplantados en un centro fuera de su autonomía de residencia.

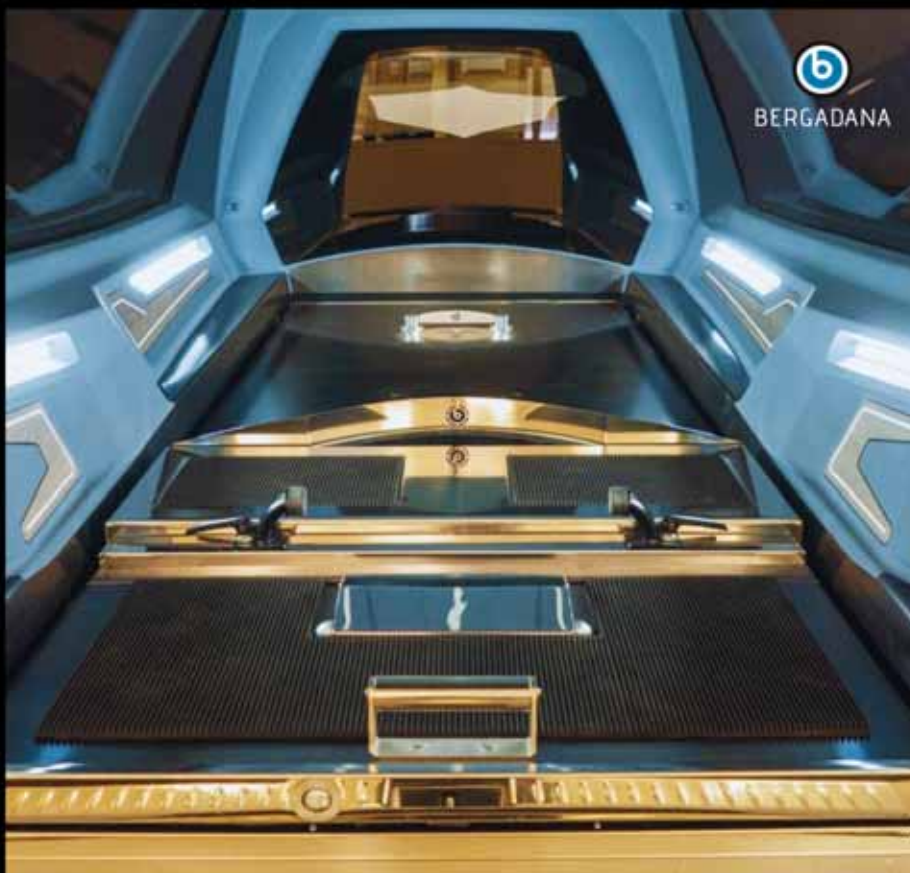
ELEGANCIA INTERIOR

Interiores termoconformados en ABS y fenólico
líneas moldeadas y tres niveles de iluminación LED

- Materiales premium y resistentes
- Diseño contemporáneo y estilizado

DESCÚBRELOS EN NUESTROS NUEVOS MODELOS

CLASSIC · AURA · STYLO



Transforma21S.L | Bonavistas/n.Gironella 08680 | bergadana@bergadana.com | +34 938 250 900 | www.bergadana.com

LLEVA FLORES A MI TUMBA, PERO NO DE PLÁSTICO, ¿O QUIZÁ SÍ?



Clorinde (83 años) ha venido hoy al cementerio de Carabanchel a cambiar las flores que adornan la sepultura familiar. Allí están enterrados su marido, sus cuñados y su suegra. Ella vive en Madrid, pero no dispone de mucho tiempo para visitar a sus difuntos (tampoco le gusta, los camposantos nunca han sido de su agrado), así que las flores que pone a los pies de la lápida, en unas pequeñas jardineras colocadas expresamente para eso, son de tela. "No me gustan las de plástico; ni estas, la verdad. Yo prefiero las naturales. Pero como no puedo venir todos los días a cambiarlas, pongo estas de tela, que duran más y no son tan feas como las de plástico", explica a modo de disculpa. América (88 años) también opta por flores artificiales para decorar la tumba de sus seres queridos. "A mí me gusta más la flor natural, pero como duran dos días, prefiero llevárselas de tela (no son de plástico, son de tela y son muy bonitas) y así lo tiene siempre precioso", comenta mientras termina de componer el ramo en la sepultura de su familia.

"¿Y no sería mejor no poner nada?", pregunto. "¡Ay, no!", rechaza rápidamente Clorinde. "Sin nada me parece muy triste, como si no tuvieran a nadie". Se refiere a sus difuntos, aunque, en realidad, habla de los muertos allí enterrados, en general. "Ese ramito de flores da la impresión de que no están solos, que tienen a alguien y no están abandonados".

Una buena forma de tener todo el año flores naturales es este original macetero que alguien ha instalado en el cementerio de Polloe (Donosti).

Como Clorinde y América, otras muchas personas repiten la misma operación. Recién enterrados su allegados, las familias acuden al cementerio para depositar en sus lápidas y nichos flores naturales. Los crisantemos han sido siempre la flor de los muertos, aunque ahora ya sirve cualquier otra. Después, pasado un tiempo, esas flores naturales, que se marchitan rápidamente y dan impresión —cuentan muchas personas— de abandono, son sustituidas por otras artificiales, ya sean de plástico, tela o papel, más duraderas.

Un último gesto (práctico) de cuidado y amor

En opinión de Beatriz González, psicóloga, neuropsicóloga y socia directora de Somos Psicología y Formación, ese hecho no tiene nada que ver con procesos de duelo, sino con un descenso en el número de visitas a las tumbas “ya que la gestión de dolor quizás ya no se haga tan visible en el cementerio; el duelo se procesa más en solitario, por eso las visitas disminuyen”.

Poner flores en las tumbas y nichos “es una acción de cuidado póstuma —explica la psicóloga y educadora social Judit Merayo—. El duelo, a menudo, nos deja una sensación de impotencia. El acto físico de ir, limpiar y depositar flores frescas es una de las pocas acciones de cuidado que nos quedan. Es una forma tangible de seguir haciendo algo por esa persona, lo que alivia la angustia de la pasividad. Es un acto de amor activo”.

Para Merayo, por tanto, las flores, algo vivo, bello y efímero, se convierten en un símbolo de memoria viva, una poderosa declaración simbólica. “Representan que el amor y el recuerdo siguen vivos, frescos y cuidados, a pesar de la ausencia física. Es la forma de decir ‘sigues importando’”.

Mar (56 años) solo acude al cementerio cuando regresa al pueblo.

Allí están enterrados sus abuelos, y visitarlos le devuelve a su niñez. Ella opta siempre por ponerles flores de plástico “para que nunca falten; y siempre en buen estado, limpias y coloridas. Cuando se estropean, se cambian”. Para ella es más una cuestión práctica que otra cosa, porque le parece triste una tumba sin flores. “Me da sensación de soledad u olvido, como que nadie va a verlos”. Las flores naturales

las visitas al cementerio son, en general, mucho más frecuentes. “No es un gesto triste, más bien alegre, no sé explicarlo. Nosotros llevamos velas. El humo de la vela sube hacia el cielo, lleva el mensaje. Pero la cantidad de plástico prácticamente es la misma en la vela que en las flores. Porque para que duren encendidas tres días van envueltas en un plástico especial y son muy grandes”.

La fosa común del cementerio e Reus, con flores artificiales (plástico o tela) permanentes en su gran lápida de piedra.



© REPORTAJE GRÁFICO: JESÚS POZO

Poner flores en las tumbas y nichos “es una acción de cuidado póstuma”

las reserva ahora para momentos puntuales. “Fechas señaladas, en señal de cariño y de un ‘me sigo acordando de ti’, que siento que con las naturales es más sensible”. Y resume sus preferencias: “En plan decorativo, plástico. A nivel sentimental, naturales”.

“En mi país, las flores de plástico son para las abuelas”, opina Nina (46 años). Ella nació en Eslovaquia y allí, cuenta, las costumbres son diferentes. Para empezar,

Tradiciones que se heredan y una cuestión generacional

Para Daniel (42 años), que vive en El Burgo de Osma (Soria), llevar flores a la tumba de sus seres queridos es una tradición heredada de sus mayores. “Aunque soy joven, mi mentalidad es chupada a la antigua, como nuestros padres —bromea—. Mi madre me enseñó así. Ella era de flores y me lo tenía dicho: a mí siempre



Las flores naturales resaltan el Día de Difuntos en cualquier cementerio, como es el caso de esta foto en el Cementerio Jardín de Alcalá de Henares.

tenme flores en la tumba cuando me muera. Y así he hecho, la tengo de flores que pa qué". Reconoce que ella se inclinaba más por las naturales. Vivir en un pueblo pequeño, con el cementerio mucho más próximo, facilitaba poder cambiarlas a menudo. Aunque, de vez en cuando, también usaba flores de plástico. Él, por el contrario, más absorbido por su trabajo y otras obligaciones, reconoce que opta por las artificiales durante todo el año, salvo en fechas señaladas como los Santos o en el cumpleaños de su madre, fallecida recientemente. "Es que eso de no poner nada, para mí es... buf", se revuelve. Y como las naturales duran tan poco, él, que afirma visitar el cementerio una vez al mes, prefiere poner las de plástico que dejar la sepultura vacía. "Sería como si te hubieras olvidado de ella y de los muertos, y sabe a demonios eso.

A mí me sabría fatal tener la tumba desierta".

Lo que Daniel apunta sobre tradición heredada es algo que confirma también la psicóloga y neuropsicóloga Beatriz González. "En la mayoría de los casos sí es un ritual cultural aprendido transmitido de generación en generación. Aunque cada persona puede tener una motivación personal para ello", explica. "También hay que señalar que muchas muestras de dolor están condicionadas socialmente, lo que se espera que hagamos ante el fallecimiento de un ser querido. Llevar flores es una costumbre transmitida, un ritual que se mantiene porque hemos visto que se hace así. No recuerdo en ningún momento que nadie me comentara que hay que llevar flores a un velatorio o funeral, siempre he visto que se hacía así. Es lo que llamaríamos Memoria Transgeneracional del Duelo: repetimos

rituales que forman parte de cómo mi familia o antepasados han vivido la muerte".

En opinión de Judit Merayo, la edad de quien lleva a cabo el ritual de llevar flores a la tumba de un ser querido también es un factor relevante. "Desde la psicología, observamos que las generaciones mayores a menudo aprendieron a procesar y expresar el amor y el duelo a través de la acción y el cuidado físico. Para ellos, el acto de ir al cementerio, limpiar la lápida y poner flores frescas es la materialización de un amor que ya no puede entregarse en persona, lo cual alivia la angustia de la pérdida. Es, en esencia, un lenguaje de amor basado en el acto".

"Las generaciones más jóvenes, en cambio, han crecido en un mundo donde el recuerdo es más interno y digital —continúa explicando Merayo—. Su expresión del duelo es menos ritualizada física-

Llevar flores es una costumbre transmitida, un ritual que se mantiene porque hemos visto que se hace así

mente y más verbal o simbólica. Honran la memoria reviviendo y compartiendo (por ejemplo, subiéndole una foto antigua de esa persona en un aniversario, o contando una anécdota, o haciéndose un tatuaje). No es que sientan menos, sino que su ritual se ha trasladado del espacio físico (el cementerio) al espacio mental, emocional o digital”.

Y esa memoria transgeneracional quizá tenga aún más arraigo en los pueblos que en las grandes ciudades. En las zonas rurales, tal y como explica González, los cementerios siguen teniendo una función social y comunitaria marcada. “El conocimiento de una persona fallecida es más amplio. Es tradición cultural ir a realizar la despedida, por lo que la comunidad participa en los velatorios, misas posteriores, etc. También los cementerios se encuentran más cerca del pueblo, por lo que no hay que desplazarse. Se vive más como un hecho compartido, no como un proceso íntimo individual”. Por no decir que en el entorno rural se conserva más lo tradicional y está más integrado en la vida diaria, es decir, las tradiciones tienen más peso. Así parece indicarlo el testimonio de Daniel. “En cambio, en las ciudades el duelo se está volviendo más privado, más personalizado, menos ligado al cementerio y sus rituales asociados, y más simbólico”, concluye la psicóloga.

Flores artificiales por una cuestión práctica

“Este debate no es sobre estética, es un conflicto de valores sociales sobre cómo debe expresarse el duelo”, aclara, por su parte, Judit Merayo. Por un lado, “la flor natural (el valor del sacrificio) representa la autenticidad y la atención continua. Requiere un esfuerzo activo (ir a cambiarlas, gastar dinero, vigilar que no se marchiten). Quienes las defienden, a menudo ven el plás-

tico como un acto de pereza o frialdad, como si el doliente no estuviera haciendo el esfuerzo que el recuerdo merece”.

De otra parte, sitúa “la flor de plástico (el valor de la permanencia). Representa la practicidad y el cuidado constante. Es la solución de una sociedad sin tiempo (hijos que viven lejos de sus pueblos, trabajos absorbentes...). Quien usa plástico no busca ahorrar esfuerzo, busca que la tumba esté siempre decorosa, y ve las flores naturales marchitas

como un símbolo de abandono. Ambas opciones son igual de válidas, pero responden a realidades sociales y logísticas muy diferentes”, concluye.

Meri (50 años) sufrió la pérdida de su hija pequeña hace unos pocos años. “Yo no la enterré porque quería dejarla libre y también por el miedo ese a sentir culpabilidad el día que no fuera a verla —cuenta—, porque si estuviera enterrada, sentiría la necesidad de visitarla todos los días. Así que, con este pensamiento, creo que no sería capaz de

Quien usa plástico no busca ahorrar esfuerzo, busca que la tumba esté siempre decorosa



En el cementerio del Puerto de la Cruz (Tenerife) es el ayuntamiento quien procura que todas las sepulturas tengan su planta natural.

UNA IMPORTANTE CITA COMERCIAL

Los productores de flor cortada españoles calcularon que los españoles invirtieron por persona entre 40 y 50 euros en flores para conmemorar el Día de Difuntos de 2025. Los productores también informaron del crecimiento en la demanda de composiciones personalizadas y naturales, aunque también han constatado el aumento de flores de plástico y de tela en los cementerios.

Esta conmemoración continúa siendo una de las citas comerciales más importantes del año para el sector en el que se ha percibido una evolución estética hacia diseños “más naturales”, en los que se equilibra lo tradicional con lo contemporáneo. Flores de producción nacional como

el gladiolo, los claveles, las margaritas y las gerberas han tenido una “excelente” producción y calidad esta campaña, ha destacado Asociación Española de Floristas (AEFI). Y aunque la flor importada sigue representando una parte importante de las compras (en torno al 70 %), cada vez más floristas apuestan por la producción nacional y por mensajes de consumo responsable y proximidad.

En el caso de Interflora y de acuerdo con sus datos, las flores más demandadas son rosas, lirios, claveles y crisantemos; y los pedidos suelen realizarse con entre dos y tres días de antelación, aunque muchos clientes optan también por comprar el mismo día 1 de noviembre.

dejar la tumba sin nada. Le pondría flores de plástico para que siempre tuviera algo porque me daría mucha cosa dejarla vacía, pero intentaría llevar flores naturales cada semana haciendo que ese día fuera especial”. Sin embargo, también apunta a otra cuestión para explicar por qué la gente opta por las flores artificiales: la economía, ya que las naturales son más caras, en general.

Romper la simbología

Sin embargo, no todo el mundo ve las flores artificiales en los cementerios con buenos ojos. Para Paloma Contreras y Ainara Ariztoy (49 y 50 años respectivamente), pertenecientes a la Asociación Funerarte —que, entre otras cosas, hacen visitas guiadas en los cementerios Británico, de San Justo y de San Lorenzo en Madrid—, rechazan con firmeza y rotundidad las flores de plástico. “Son las

flores del olvido”, remarca Ainara. “Son feas, antinaturales, de colores extraños, y además rompen con la magia del cementerio, que es llevar cosas finitas a un sitio donde todos somos ya finados”, opina efusivamente Paloma.

Lo cierto es que aquí entra en juego algo que los profanos hemos olvidado: la simbología. Y las flores artificiales, no solo las de plástico, rompen con ella. “Cuando llevamos flores naturales a los difuntos, se las llevamos en nuestra condición de personas finitas; es decir, vamos a morir, igual que la flor que llevamos. Las llevamos a la eternidad, las llevamos a la piedra y las llevamos al ‘para siempre’. Si llevamos flores de plástico, rompemos esa simbología, se acaba esa metáfora”, explica Ainara Ariztoy. Además, estéticamente no funcionan. “El plástico envejece fatal y se quedan horribles”, afirman ambas.

“Para los que vamos a los cementerios todos los días nos parece más abandono que dejes unas flores de plástico roídas a que estén marchitas”, añade Paloma Contreras, para quien esa costumbre muy del siglo XX implica más desentenderte de tus muertos que una manifestación de afecto y recuerdo. “Vas, las pones y te olvidas de ellas. Se les ve implícito que es por aparentar y no porque les importen sus muertos”.

Por no hablar de la sostenibilidad. “El plástico contamina y no es biodegradable”, recuerda Ainara. Y a eso apunta también Ainhoa (18 años), que prefiere llevar flores naturales, aunque ella reconoce frecuentar muy poco los cementerios. Sin embargo, entiende que las artificiales son más cómodas, pero solo las acepta si son bonitas, no cualquier cosa para cumplir. Lo contrario, dice, le parece una falta de respeto hacia los difuntos. “Yo prefiero poner algo simbólico a una flor de plástico”. Y esa misma opinión la comparte también su amigo Adrián (18 años). “Prefiero no poner nada. Mejor flores naturales”. Aunque Ainhoa matiza: “Me parece peor y más abandono tener la tumba descuidada que poner flores de plástico o nada”.

Cambios en el ritual del duelo

A Marta (57 años) tampoco le gustan las flores artificiales. Si tiene que elegir, siempre las naturales. “Cuando pones las de plástico, me da la impresión de que es como decir ‘¡hala, ya he cumplido!’, puedo tardar en volver a pasar por aquí’. Mientras que si las pones naturales, estás más obligado a pasar”. Y aunque afirma que no es mucho de ir a cementerios, sugiere: “O no las llevas o las llevas bien, pero no pones algo para salvar la situación. Para eso, mejor no lleves nada”.

Lo cierto es que acudir a los camposantos a poner flores en las lápidas de los seres queridos qui-

“Me parece peor tener la tumba descuidada que poner flores de plástico”

zá sea una costumbre que pueda desaparecer en un futuro no muy lejano. No son pocas las personas que aseguran ir cada vez con menos frecuencia a estos lugares. Mucho menos habitual es en el caso de jóvenes, como Adrián y Ainhoa. “Quizá seamos de las últimas generaciones que visitamos el cementerio y que ponemos flores —comenta Daniel—. Ahora, los más jóvenes son ya de otros tiempos: ni flores, ni entierros tradicionales; quizá ya más de incinerar... No sienten los valores que sentían nuestros padres”.

“Es un rito que está disminuyendo notablemente, y no solo por el aumento de la incineración —afirma Beatriz González—. Las nuevas generaciones están transformando la manera de vivir el duelo y la manera de relacionarse con la muerte. Se está observando menor vínculo en la transmisión de costumbres heredadas. Los duelos se están convirtiendo en un espacio más privado. Más que visita a los cementerios, estas generaciones lo viven más en la intimidad”.

Judit Merayo opina que estamos en plena transición psicológica del ritual del duelo. “Para generaciones anteriores, la tumba era el único anclaje físico de la memoria. Una tumba sin flores se interpretaba socialmente como un fracaso familiar o un olvido, generando una enorme ansiedad social (el ‘¿quién me pondrá flores a mí?’). Hoy, la memoria se ha vuelto portátil. El recuerdo vive en nuestro interior y en nuestras redes. Y aquí es donde entra el debate de las flores de plástico”. “El dolor no desaparece, se está volviendo más íntimo, más ecológico y más personal”, concluye González.

“Para una sociedad que valora cada vez más la autenticidad psicológica (un pilar clave de la salud mental) por encima de la tradición o la obligación, poner flores de plástico se siente como un acto falso o inauténtico —comenta Merayo—. Es cumplir por

“El recuerdo verdadero no necesita un ritual de plástico para validarse”

cumplir, una disonancia con el sentimiento real. Por lo tanto, para muchas personas, una tumba sin flores no significa abandono. Al contrario, es una declaración de principios: ‘Mi duelo es interno y personal. Prefiero la autenticidad de no poner nada, a la apariencia de poner un objeto artificial’. Es una huida de las apariencias y una afirmación de que el recuerdo verdadero no necesita un ritual de plástico para validarse”.

“La naturaleza es muy sabia, y cuando un árbol se seca, por

mucho que lo riegues, permanecerá sin hojas”, expresa Paco (86 años), que tiene a los suyos enterrados en su pueblo de Albacete. “Personalmente, en las pocas veces que voy al cementerio, dedico unos minutos recordando el tiempo y los tiempos que pase con todos ellos. Mis flores son mis recuerdos”. Y no hay una manera más bella de cerrar el debate.



**Mariángeles
García**

*En la foto,
un ramo
de rosas
naturales
dispuesto
para
cualquier
momento
en
cualquier
tanatorio
de España.*



“CADA DESPEDIDA, UNA OPORTUNIDAD PARA HONRAR LA VIDA”

OCTAVIO MARTINEZ RODRIGUEZ, DIRECTOR DEL TANATORIO DE ENALTA BILBAO, EXPLICA LA INICIATIVA ‘DOG FRIENDLY’, QUE SE HA CONVERTIDO EN UN PILAR DE LA IDENTIDAD DE LA COMPAÑÍA Y QUE ESTÁ TRANSFORMANDO LA MANERA DE RENDIR TRIBUTO A LAS PERSONAS FALLECIDAS POR QUIENES LOS AMAN



Pregunta: ¿Cómo nació la iniciativa de convertir el Tanatorio de Bilbao en un espacio Dog Friendly y qué valores o visión del acompañamiento hay detrás de esta decisión?

Respuesta: Esta iniciativa surgió de nuestro ánimo de innovar y adaptarnos a lo que las familias realmente necesitan al recordar a sus seres queridos. En nuestros espacios buscamos que encuentren ayuda y serenidad, pero quisimos ir más allá y hacernos eco de un cambio social: hoy, el perro es un miembro esencial del núcleo familiar. Desde el respeto, creemos que cada familia debe tener la posibilidad de decidir si su compañero de cuatro patas les acompaña en este homenaje a la vida. Tras dos años de experiencia, solo hemos recibido gratitud.

P: ¿Cómo se integra la presencia de mascotas en el funcionamiento habitual del tanatorio y qué adaptaciones o protocolos han tenido que implementar?

R: La sociedad avanza hacia un modelo más inclusivo, lo que permite que la presencia de los perros se observe con total naturalidad por parte de todos. En Enalta Bilbao, contamos con salas que disponen de terrazas privadas, permitiendo que tengan acceso al aire libre. Además, facilitamos bebederos y todo lo necesario para su comodidad. En estos dos años, no hemos vivido ni un solo inconveniente, sino muchos momentos gratificantes.

P: Actualmente, ¿Enalta cuenta con más tanatorios con este servicio Dog Friendly? ¿Está previsto ampliarlo a otros centros?

R: Gracias a la gran acogida, hemos ampliado este servicio y hoy somos pioneros: todos nuestros centros en el País Vasco ya son Dog Friendly.

Para nosotros es fundamental escuchar a las familias, y sus testimonios sobre esta vivencia han

sido tremendamente positivos. La posibilidad de traer a su perro es, para ellas, un apoyo cercano y una muestra de nuestra empatía hacia sus deseos.

P: ¿Recuerda alguna despedida en la que la presencia de un perro haya sido especialmente significativa para la familia?

R: Nos llaman la atención situaciones donde los perros no se separan de una persona, dándole consuelo constante, como si supieran que deben estar ahí en ese momento de transición. Entendemos muy bien lo que significa decir adiós, y hemos sido testigos de conexiones muy intensas.

P: ¿Qué tipo de apoyo emocional aporta la presencia de mascotas en estos momentos?

R: Los beneficios son numerosos. Acariciar a un perro reduce el cortisol (estrés) y aumenta la oxitocina, vinculada a la calma. Son un anclaje emocional familiar y seguro. Si el perro tenía un vínculo con quien hoy honramos, su presencia ayuda a integrar la historia de vida y permite despedidas más completas. Estos efectos se multiplican positivamente en el caso de los niños.

P: ¿Ha notado diferencias en la forma en que las personas viven o expresan su sentir cuando pueden estar acompañadas por su perro?

R: Sin duda. La presencia del perro ayuda a que el proceso sea más llevadero. Facilita la expresión emocional; es frecuente ver a familias abrazando a su compañero o compartiendo recuerdos y vivencias en los que el perro también estaba presente.

P: ¿Considera que esta iniciativa contribuye a humanizar el sector funerario? ¿De qué manera?

R: Totalmente. Está alineada dentro de nuestros pilares: con la empatía, el apoyo y la adaptación.

Reconoce las necesidades reales de la red afectiva de la familia y reduce la frialdad de los protocolos antiguos, aportando calidez y serenidad para celebrar un homenaje auténtico.

P: ¿Qué aprendizajes ha supuesto para el equipo imple-

lizados y centrados en el bienestar emocional?

R: Sí. Estamos en un cambio de paradigma donde se busca un homenaje que refleje la esencia irrepetible de cada vida. En Enalta creemos que el bienestar nace de entender que detrás de cada historia hay un legado único.



Acariciar a un perro reduce el estrés y aumenta la oxitocina, vinculada a la calma

mentar este servicio y cómo ha transformado la manera de acompañar?

R: Hemos tenido que vencer tabúes y abrir la mente a nuevas posibilidades. Sin embargo, al estar alineado con nuestra cultura de escucha activa, el equipo lo ha incorporado con naturalidad. Los agradecimientos recibidos nos confirman que es un servicio que ha llegado para quedarse.

P: ¿Cree que el sector evoluciona hacia modelos más persona-

lizados y centrados en el bienestar emocional?

R: Imagino un futuro donde la innovación sirva para humanizar cada despedida. El mañana pasa por la sostenibilidad, la cercanía y la integración de los afectos reales. Iniciativas como Dog Friendly son la punta de lanza para convertir cada adiós en una oportunidad para honrar la memoria con amor y propósito.

Entrevista realizada por el gabinete de comunicación de Enalta.

ENALTA CELEBRA LA DIVERSIDAD DE HISTORIAS DE VIDA EN EL AÑO NUEVO CHINO

CON MOTIVO DEL AÑO NUEVO CHINO, ENALTA PONE EN VALOR LA RIQUEZA CULTURAL QUE TAMBIÉN SE REFLEJA EN LA MANERA DE HONRAR A LOS SERES QUERIDOS EN UNA ESPAÑA CADA VEZ MÁS DIVERSA Y PLURAL



La celebración del Año Nuevo Chino es una de las festividades más importantes para millones de personas en todo el mundo y una oportunidad para acercarse a tradiciones profundamente arraigadas. Entre ellas, el respeto a los antepasados y los rituales que mantienen viva la memoria de los seres queridos ocupan un lugar central, ofreciendo una manera de acompañar la trascendencia distinta a la occidental y cada vez más presente también en España.

La comunidad china en nuestro país, que supera las 200.000 personas según datos del Instituto Nacional de Estadística, mantiene muchas de sus costumbres incluso lejos de

Desde Enalta, especialistas en homenajes personalizados, explican que cada vez es más frecuente acompañar a familias que desean mantener vivas sus tradiciones culturales. “En momentos tan significativos, nuestra prioridad es escuchar, comprender y acompañar a cada familia desde el respeto a su historia y sus valores”, señalan.

Cuando es posible, se facilita también el viaje de regreso a la tierra natal, porque en la cultura china existe la creencia de que el ser querido debe descansar en su lugar de origen. Entre 2014 y 2021 se repatriaron desde España más de 28.000 personas a sus países de origen, un reflejo de la importancia

Las ceremonias suelen prolongarse durante varios días

su tierra natal. En su tradición, la trascendencia no se concibe como un final definitivo, sino como un paso hacia otra forma de existencia. Esta visión, influida por el taoísmo y por un profundo vínculo familiar, se traduce en rituales llenos de simbolismo que honran la historia de vida de cada persona especial.

Las ceremonias suelen prolongarse durante varios días e incluyen ofrendas de comida, flores e incienso. El color blanco, y no el negro, se asocia a estos momentos de recuerdo, y la quema de papel moneda forma parte del ritual como símbolo de prosperidad y continuidad de la vida. Cada detalle refleja la importancia de honrar a los antepasados y asegurar que su legado siga presente en la memoria de quienes los aman.

de este acto de respeto, cariño y memoria en un país multicultural.

Enalta reafirma su vocación ‘de familia a familia’, respetando la diversidad cultural y personalizando cada homenaje hasta el más mínimo detalle, para que cada ser amado siga viviendo para ser recordado y celebrado. “Cada historia de vida es única, y la manera de honrar a un ser querido está profundamente ligada a la cultura y a los valores de cada familia. Escuchar, comprender y acompañar esas diferencias es esencial para ofrecer un homenaje verdaderamente humano y lleno de significado”.

Información realizada por el departamento de comunicación de Enalta.

OPINIÓN Y REFLEXIÓN

INTERESANTE LA REFLEXIÓN

de Mariángeles García
(pág. 28) en sus funerales improbables
de este número: "El tiempo no disfrutado
puede ser transferido a sus herederos, igual
que el resto de sus bienes".



Hospital Universitario de Cruces, Baracaldo (Vizcaya).

CUANDO UN MÉDICO ENFERMA

Soy médico. En estos últimos años he tenido problemas de salud, de mayor o menor gravedad que han motivado más de 10 ingresos hospitalarios. Desde hace 6 días estoy de nuevo ingresado en el hospital de Cruces, en el que trabajo como pediatra paliativista. Ingresé por un cuadro de abdomen agudo, con gran afectación general, mucho dolor y necesidad de Cuidados "especiales". Los primeros días no tenía ganas de nada, solo de estar en la cama sin moverme y con los ojos cerrados. Ya he mejorado mucho, me encuentro mejor, y el cuerpo me pide compartir algunos de mis pensamientos y vivencias de estos días.

Los médicos también enfermamos, como el resto de los mortales. Y a pesar de estar en contacto

diariamente con la enfermedad, y a veces con la muerte (como es mi caso), la percepción no es la misma cuando le afectan a uno mismo. A veces, las experiencias vividas en tu trabajo te ayudan a aceptar mejor estas situaciones, pero en otros casos, precisamente por ellas, no, y te hacen comportarte como "un mal enfermo".

Pero, en cualquier caso, cuando enfermamos nosotros, también podemos aprovechar, por una parte, para explorar nuestras emociones, cómo nos sentimos, cómo reaccionamos o nos afecta. Y, por otra parte, aprovechar para analizar cómo lo viven nuestros compañeros de habitación o planta.

Sigue en página 29 ●●●

CUANDO LA REALIDAD TAMBIÉN DESCARRILA

COMPRENDER EL 'SHOCK' Y EL DUELO TRAS UN ACCIDENTE GRAVE

Hay sucesos que no sólo interrumpen un trayecto, sino que alteran el mapa interno con el que nos movemos por el mundo. Lo que hasta ese momento era rutina, subir a un tren, confiar en un horario, asumir la seguridad como algo dado, se quiebra de forma abrupta. En cuestión de segundos, lo cotidiano se vuelve amenazante y lo previsible, frágil.

Tras una tragedia colectiva como la ocurrida con el descarrilamiento y choque de dos trenes en la provincia de Córdoba con 45 fallecidos, no se detiene únicamente un servicio o una agenda. Se resiente algo más profundo: la percepción de seguridad, la relación con el tiempo y la confianza básica en que el mundo funciona como esperamos. Por eso, el impacto no se limita a quienes estuvieron directamente implicados. Se extiende, de forma silenciosa, a muchas otras personas.

En cuestión
de segundos,
lo cotidiano
se vuelve
amenazante y lo
previsible, frágil

En este contexto, una de las preguntas más frecuentes es si las reacciones emocionales que aparecen como el aturdimiento, el miedo o la sensación de irrealidad son normales. Desde la psicología, la respuesta es clara y basada en la evidencia: sí, lo son.

Una respuesta esperable

El shock psicológico es una reacción automática del organismo ante una amenaza extrema. Desde el punto de vista neurobiológico, se produce una activación intensa de los sistemas de alarma del cerebro, especialmente los relacionados con la respuesta al estrés, lo que puede afectar temporalmente a funciones como la atención, la memoria o la regulación emocional.

En las primeras horas o días tras un accidente grave es frecuente experimentar sensación de irrealidad, dificultades para concentrarse, recuerdos fragmentados, emociones embotadas o muy intensas, alteraciones del sueño o síntomas físicos como temblor y agotamiento. Estas manifestaciones forman parte de lo que se conoce como respuesta aguda al estrés, recogida en los principales manuales diagnósticos y descrita ampliamente en la literatura científica.

La evidencia empírica muestra que entre el 70 y el 80 % de las personas expuestas a una catástrofe presentan este tipo de reacciones iniciales, que en la mayoría de los casos disminuyen de forma progresiva sin necesidad de intervención especializada.

Por qué algunas tragedias impactan más que otras

No todas las tragedias colectivas generan el mismo impacto psicológico. En accidentes de gran magnitud como el que acabamos de vivir en España confluyen varios factores que intensifican la conmoción social:

Ruptura de una sensación de seguridad muy asentada. El transporte ferroviario de alta velocidad se percibe como un entorno controlado y seguro. Cuando falla un sistema asociado a la rutina diaria, se resiente la confianza básica en lo previsible.

Alta identificación social. Viajar en tren es una experiencia común. Esto favorece la identificación masiva con las víctimas y activa pensamientos del tipo "podría haber sido yo", que aumentan la intensidad emocional.

Carácter súbito e inesperado. Los sucesos repentinos, sin tiempo de anticipación, generan mayor sensación de indefensión y dificultan la integración psicológica inicial.

Magnitud humana y exposición continuada. El número de víctimas, la gravedad de los heridos y la repetición de imágenes incrementan la carga emocional, incluso en personas no directamente afectadas.

Activación de la memoria colectiva. La investigación sobre el descarrilamiento del tren en Santiago de Compostela en 2013 muestra cómo las tragedias ferroviarias no solo generan impacto inmediato, sino que reactivan duelos previos y emociones latentes a nivel social, amplificando el malestar colectivo.

El impacto indirecto también cuenta

Las investigaciones en trauma psicológico describen el llamado impacto vicario o indirecto. Personas que no han estado presentes pueden experimentar ansiedad, hipervigilancia, miedo persistente o alteraciones del sueño tras una tragedia de gran repercusión.

Se estima que entre un 10 y un 20 % de la población expuesta indirectamente puede presentar malestar clínicamente significativo durante sema-

nas, sin que ello implique un trastorno mental, sino una respuesta humana ante la percepción de amenaza.

El duelo no es un proceso lineal

Para quienes han perdido a un ser querido, el duelo no sigue una secuencia ordenada ni unos plazos fijos. En los primeros momentos suele predominar el aturdimiento; más adelante pueden aparecer tristeza intensa, rabia, culpa o preguntas sin respuesta.

La evidencia indica que alrededor del 10-15 % de las personas en duelo pueden desarrollar complicaciones si concurren factores de riesgo previos o si no cuentan con apoyos adecuados. Por ello, el acompañamiento temprano y respetuoso es un elemento clave de prevención.

La importancia de la intervención comunitaria

La psicología subraya el valor de las intervenciones comunitarias tempranas. Crear espacios de escucha y atención, por ejemplo, en estaciones de tren u otros lugares de tránsito, permite reducir el aislamiento, normalizar reacciones y favorecer la regulación emocional.

Hablar con otros viajeros, compartir experiencias o simplemente estar acompañado actúa como factor protector. Estas intervenciones, basadas en los principios de los primeros auxilios psicológicos, han demostrado ser eficaces para disminuir el malestar y prevenir problemas posteriores.

Cuándo buscar ayuda profesional

En la mayoría de los casos, el malestar disminuye con el paso de las semanas. Sin embargo, si los síntomas persisten, se intensifican o interfieren de forma significativa en la vida cotidiana, la atención psicológica especializada es una herramienta eficaz y necesaria.

Cuando ocurre una tragedia de este tipo, es tentador buscar explicaciones rápidas o exigir una recuperación inmediata. Sin embargo, los procesos psicológicos no siguen la lógica de la urgencia ni de los plazos administrativos. El shock, el duelo y el miedo necesitan tiempo,

acompañamiento y contextos seguros para poder elaborarse.

La evidencia científica muestra que la mayoría de las personas logrará integrar lo vivido con el paso de las semanas o los meses. Pero también señala algo igualmente importante: que el apoyo social y comunitario temprano marca una diferencia significativa. Espacios de escucha, presencia sin juicio y recursos accesibles ayudan a que el impacto no se transforme en aislamiento o cronificación del sufrimiento.

Pedir ayuda profesional cuando el malestar persiste no es un signo de debilidad, sino una forma de cuidado y de prevención. Porque, tras una experiencia que sacude los cimientos de la normalidad, cuidar la salud mental no es un añadido: es una necesidad.

Cuando la realidad se descarrila, acompañar y dejarse acompañar es una forma de volver a poner las vías.

Teresa Bobes Bascarán

Teresa Bobes Bascarán. Profesora asociada en Ciencias de la Salud, Universidad de Oviedo • Psicóloga clínica, SESPA Investigadora en salud mental (CIBERSAM, ISPA, INEUROPA), Universidad de Oviedo. La autora no recibe salario, ni ejerce labores de consultoría, ni posee acciones, ni recibe financiación de ninguna compañía u organización que pueda obtener beneficio de este artículo, y ha declarado carecer de vínculos relevantes más allá del cargo académico citado.



HEREDITAS

ABOGADOS

www.hereditasabogados.com

info@hereditasabogados.com



EL LASTRE DE LO AJENO

We must reconcile ourselves to a season of failures and fragments.
Tendremos que adaptarnos a un tiempo de fracasos y fragmentos.
Virginia Woolf

No es medida de salud estar bien adaptado
a una sociedad profundamente enferma.
J. Krishnamurti

A Virginia Woolf le tocó vivir un tiempo marcado por el sufrimiento. Cuando ya no pudo soportarlo más, cargó en sus bolsillos todo el lastre que arrastraba y se sumergió en un río. Nacida en Londres en 1882, se crio en una familia culta y acomodada, rodeada de libros, escritores e intelectuales. Pero a pesar de crecer en un ambiente a priori estimulante y favorecedor, su infancia no fue feliz. Cuando tenía solo trece años murió su madre. Parece que fue el detonante de su primera depresión severa. Dos años después, su hermana (a la que estaba íntimamente unida)

las pérdidas tempranas están relacionadas con la depresión en la edad adulta.

La escritora

A pesar de todo, Virginia Woolf se convirtió en una escritora brillante e innovadora. Fue una de las principales representantes del modernismo, un movimiento literario que rompió con la forma tradicional de escribir novelas. En lugar de contar una historia con planteamiento, nudo y desenlace, Woolf se centraba en los pensamientos y sentimientos de los personajes. Lo importante ya no era tanto lo que ocurría fuera, sino lo que pasaba

depresión, ansiedad e insomnio. En algunos momentos creía escuchar voces y sentía que perdía el control de su mente. Hoy se cree que pudo padecer un trastorno bipolar, pero en su época no existían diagnósticos claros ni tratamientos adecuados. Muchas veces los médicos le recomendaban reposo absoluto y aislamiento, que en realidad lo que hacían era empeorar su situación.

Su vida fue una continua alternancia entre momentos de gran creatividad y etapas de profundo hundimiento emocional. Sus amigos no la recordaban como una persona sombría o deprimida, sino como una conversadora brillante, risueña, bromista y aficionada al cotilleo. Su personalidad era una mezcla de timidez y exuberancia. Se desenvolvía con torpeza fuera de su clase social y tenía una apariencia excéntrica y extraña. Después de terminar un libro, solía sentirse exhausta, vacía, y caía en una crisis. Escribir era una necesidad, pero a la vez suponía para ella un esfuerzo enorme que la dejaba sin fuerzas. Era como si cada libro

Sus novelas muestran cómo funciona la mente humana

murió repentinamente a su regreso de la luna de miel. Su padre, emocionalmente inestable y de carácter violento, falleció pocos años después, lo que supuso su tercer episodio depresivo grave, otro intento de suicidio y su primer internamiento.

Su infancia había estado trágicamente marcada además por repetidos abusos sexuales durante casi 10 años por parte de su hermanastro George, 16 años mayor. En aquella época, estos hechos se silenciaban, pero dejaron una huella duradera en su equilibrio mental. Entre el clima depresivo familiar, las muertes prematuras y el trauma del maltrato sexual, es fácil deducir la génesis de su fragilidad emocional y las crisis nerviosas que sufrió durante toda su vida. Se sabe que

dentro: pensamientos, recuerdos, sensaciones, emociones que se encadenan unas a otras. Sus novelas muestran cómo funciona la mente humana, cómo los recuerdos, las emociones y las sensaciones se mezclan constantemente. La acción externa es mínima, pero la vida interior de los personajes es muy rica. La época puso de moda las novelas de estilo "corriente de conciencia", y V. Woolf fue una de las artistas más descollantes en este aspecto al convertir el mundo interior de sus personajes en el verdadero escenario de sus obras.

Esta forma de escribir fue muy novedosa en su tiempo y tuvo una gran influencia en la literatura posterior. Sin embargo, su talento literario estaba muy ligado a su enfermedad. Durante toda su vida Virginia Woolf sufrió episodios de

le costara una parte de su estabilidad. La escritura la salvaba, pero también la llevaba al límite. Mantener ese nivel de intensidad durante años resultó un esfuerzo enorme.

Su matrimonio

En 1912 se casó con Leonard Woolf, que desempeñó un papel fundamental en su vida personal y profesional. Tras la boda, tuvo otra grave crisis mental, pero Leonard fue siempre un apoyo constante, atento a su salud y comprometido con su bienestar. Sexualmente inhibida en su matrimonio, tuvo varias relaciones de coqueteo homosexual en la vida adulta, algunas intensas, pero probablemente sin implicar relaciones físicas. Junto a su marido, fundaron la editorial Hogarth Press, un proyecto que comenzó de forma modesta y terminó convirtiéndose

dose en un referente cultural. Desde allí publicaron no solo las obras ella escribía, sino también textos de autores como T. S. Eliot o Sigmund Freud. La editorial le permitió una mayor independencia creativa y económica, algo especialmente significativo para una mujer en aquella época. Sin embargo, ni el apoyo de su marido ni el reconocimiento literario lograron disipar el trastorno que arrastraba.

En 1913 sufrió durante meses un episodio agudo de su enfermedad mental, con delirios y tormentas emocionales incapacitantes, y se vio obligada a pasar temporadas en residencias de reposo. Volvió a intentar suicidarse. Desde los treinta y un años hasta los treinta y tres estuvo enferma con tanta frecuencia y durante períodos tan prolongados que se temió una locura permanente.

A este conflicto interior se sumó el peso del contexto histórico: vivió las dos guerras mundiales que sacudieron profundamente la sociedad europea. Durante la Segunda Guerra Mundial, los bombardeos sobre Londres y el temor a una invasión nazi intensificaron su angustia. La experiencia de la guerra fue emocionalmente catastrófica para una mujer tan sensible como ella, y reforzó su sensación de que el mundo le era ya inhabitable.

El lastre acumulado

El 28 de marzo de 1941, Virginia Woolf salió de su casa en Sussex y caminó hasta el río Ouse. Llevaba los bolsillos cargados de piedras para asegurarse de no volver a la superficie. Antes de internarse en el cauce, dejó una carta a su marido en la que expresaba su gratitud por el amor recibido y explicaba que ya no podía seguir luchando contra las voces interiores y la intemperie, el desamparo, la total desesperanza que la envolvían cada vez más a menudo y más profundamente.

Las piedras de ese gesto final son una poderosa metáfora del peso acumulado a lo largo de su vida:

una infancia herida, una mente extremadamente lúcida, la presión de la creación artística y el impacto de una época marcada por la guerra. No se trata solo de un final trágico, sino de la culminación de una lucha prolongada. Su suicidio ha quedado como una de las escenas más sobrecogedoras de la historia literaria. Ese gesto, cargado de simbolismo, resume el lastre ajeno que arrastró toda su vida: el de la sensibilidad, de la enfermedad mental, del dolor personal y también el precio de la lucidez.

El legado

Las novelas y ensayos de Virginia Woolf abrieron nuevas posibilidades para la narrativa, demostrando cómo la literatura podía explorar con profundidad la conciencia humana y ampliando además la

mirada sobre la experiencia femenina. En textos como "Una habitación propia", defendió la necesidad de la independencia intelectual y económica de las mujeres, una idea esencial en la fundación del feminismo que continúa siendo relevante hoy. Y aunque sus 59 años de vida tuvieron más amarguras que dulzuras, su legado literario nos recuerda que precisamente las experiencias más duras son las más útiles para crearse un acervo propio de fortaleza a poco que ayuden las circunstancias. Leer a Virginia Woolf supone acercarse a una escritora que supo transformar su vulnerabilidad en creatividad, aunque, eso sí, pagando un alto precio.

Virginia Woolf en 1902.

Por George

Charles

Beresford

/ Adam

Cuerden

- Filippo

Venturi

Photography Blog.

Dominio

público.



Pedro Cabezuelo

QUÉ ALEGRÍA: VEO FANTASMAS

Siempre tuve una mirada confiada, risueña, para mirar a los fantasmas. Me gustaban y me siguen gustando las historias que se cuentan acerca de ellos y las que ellos cuentan acerca de nosotros. También las terroríficas, que nunca han sido tan terroríficas para mí.

Me gusta que el diccionario me sorprenda con acepciones que coinciden con lo que pienso de una determinada palabra, algo que, si lo pensamos bien, es bastante excepcional, incluso después de pensar en una palabra muy simple que, damos por hecho, se acompañará por acepciones igualmente sencillas. Busqué la palabra "fantasma". A mi pensamiento, las dos primeras acepciones le parecieron gratísimas coincidencias: "Imagen de un objeto que queda impresa en la fantasía". Y "Visión quimérica

otros por irse antes para comenzar sin demora a ejercer de fantasmas. Digo irse no tanto para esquivar la palabra muerte, como para dejar claro que no hace falta morir para convertirse en fantasma. A veces basta con prolongar una distancia, física o temporal. Hay personas que reúnen todas las condiciones para convertirse en fantasma y muchos de ellos lo son para mí, tanto como, quizá, yo para ellos. Incluso sin que hayan cumplido con el supuestamente indispensable trámite de morirse.

También, claro, el plantel de fantasmas está conformado por aquellos que se van para no volver. Al menos, para no volver en el formato habitual de señores o señoras habitantes hasta hace un momento del planeta Tierra. Seres de carne y hueso que respiraban, pagaban impuestos, no podían prescindir de comer y beber para

se ha quedado siendo que quien emitía esa fragancia ya no está, por ejemplo. Como ocurre en los poemas, una parte puede remitirnos al todo; lo que está o lo que persiste nos recuerda lo que falta.

Mamá entreveraba pastillas de jabón –¿se pueden decir marcas?: Heno de Pravia, Magno... entre la ropa que metía en los cajones. Aún hay algunas prendas en casa, que no se ha llevado a la residencia en la que vive ahora, que continúa siendo aromada por sus jabones.

También hay manchas –las llamo Manchas de ayer– que son evidencias de que hay seres que no se van nunca del todo. Seres, también humanos, pero no sólo. Nuestra gata dejó unas cuantas, en una pared concreta del dormitorio, la que utilizaba para cambiar de dirección hacia la cama: se impulsaba allí después de coger carrerilla desde el salón. Creedme: he limpiado las tenues huellas de las almohadillas de sus patitas que dejó impresas decenas de veces en esa pared y, meses después, progresivamente, las manchitas volvieron a brotar. Me da igual que gente razonable quiera hacerme entender que seguramente el fenómeno, presuntamente extrasensorial, se deba a uno químico perfectamente explicable y comprensible.

Mi padre murió hace treinta y cuatro años a doce mil kilómetros de distancia de donde vivo desde hace treinta y seis años. Tenía una mirada "muy suya". Un modo de mirarte y de no mirarte. Copié esa mirada durante muchos años. O quizá sólo alcancé a parodiarla. Hasta que, poco a poco, fui adop-

"Visión quimérica como la que se da en los sueños o en las figuraciones de la imaginación"

como la que se da en los sueños o en las figuraciones de la imaginación". Tiene, ambas, bastante poesía: "impresa en la fantasía", "Visión quimérica", "figuraciones de la imaginación".

Cada vez hay más fantasmas queridos, y más cercanos, apareciéndose por mi existencia. "Es ley de vida", me susurra el tópico al oído. Cada vez se suman más ectoplasmas. A veces pareciera que unos se atropellaran con

así no cambiar de estado y, entre otras muchas obligaciones que exige la mortalidad, se enamoran u odiaban con más o menos intensidad. En cualquier caso, los unos y los otros, en parte o totalmente, certifican su nuevo estado fantasmagórico cuando regresan. Retornan teniendo claro que nosotros seguimos por aquí y ellos ya no: nuestro "aquí" también es otro desde su partida y posterior reaparición.

Llamo fantasmas, además de los representados por el concepto clásico que ya los englobaba cuando yo era pequeño y aún adolescente, a un aroma que



© JESÚS POZO

tando una diferente, quizá peor, pero propia. Es verdad que ocurre muy de vez en cuando, pero aquella mirada de papá se me aparece, mirándose y mirándome, en el espejo del baño. De este baño y de dos o tres anteriores.

La gerbera lleva casi seis meses en el florero y recién ahora está comenzando a amustarse. Sus compañeras de ramo tardaron cuatro días en marchitarse por completo.

Nunca me asustan estos modos de presentarse que tienen mis fantasmas, estas formas de no hablarme para decirme tanto que despliegan cuando me hacen una visita. Excepción hecha de la gerbera –que lleva tiempo por aquí,

-Las llamo Manchas de ayer- que son evidencias de que hay seres que no se van nunca del todo

vivita y coleando aún- las apariciones son discretas y fugaces. Visto y no visto. A veces, me conmueven extraordinariamente. Otras, simplemente las recibo con la media sonrisa con que se le da la bienvenida a un huésped repentino con el que uno no contaba, pero del que sabe que no ha de quedarse demasiado tiempo en casa. Siempre, con algunas de las múltiples formas que adopta la alegría, que no suele desdeñar cierta melancolía, me regocija su presencia.

Estoy esperando que se me aparezcan un par de amigos que se fueron –estos se tomaron muy

a pecho el verbo alejarse-, uno hace casi un año; el otro, ya más de cinco. Cada día amanezco esperando que sus fantasmas den señales de vida. “Cómo pasa el tiempo” es una expresión que tiene más misterio para nosotros que para los queridos espectros: Ellos saben perfectamente cómo pasa. Yo sigo intentando dominar mi impaciencia porque sé que la espera merecerá la pena.



**Roberto
Villar**

NO PIERDAS EL TIEMPO

“El tiempo es oro” es una frase de antaño que hoy, en pleno siglo XXX, cobra más vigencia que nunca. En la antigüedad, la humanidad entendía ese cúmulo de segundos, minutos, horas, días, meses, años como algo que no debía derrocharse en pro de una productividad que para los habitantes del llamado primer mundo era fundamental. En nuestra civilización, sin embargo, ese tiempo ya no lo destinamos a producir —para eso ya están las máquinas—, sino a vivir con plenitud. Y ahí, en el tiempo, reside nuestra mayor riqueza y la base de nuestra economía.

Al nacer, venimos a este mundo con un tiempo de vida preestablecido de serie que podemos disfrutar de la manera que queramos, sin límite de experiencias, siempre y cuando no vayan encaminadas a causar daño o robar libertad al prójimo. Y aunque la ingeniería genética y la biotecnología han avanzado enormemente, no son infalibles aún, y es posible que nuestros cuerpos se hayan generado con algún fallo imposible de controlar. Esos fallos son los que provocan muertes prematuras y en cuya solución definitiva llevan años trabajando los científicos e ingenieros.

¿Qué ocurre, entonces, con ese tiempo que no podemos vivir, aunque era nuestro? ¿Debemos resignarnos a que quede perdido sin poder ser aprovechado por nadie más? Para evitar su desperdicio, la Administración Planetaria ha creado el Banco de Tiempo.

Este nuevo organismo económico permite gestionar y conservar los días, horas o años de vida que una persona no llega a disfrutar al morir para que no queden perdidos en ninguna dimensión extrasensorial. A través de un



El tiempo no disfrutado puede ser transferido a sus herederos, igual que el resto de sus bienes

contrato, el Banco de Tiempo se compromete a gestionar el legado del fallecido prematuro cumpliendo con lo que haya dispuesto en su testamento vital. Así, ese tiempo no disfrutado puede ser transferido a sus herederos, igual que el resto de sus bienes, donado a quienes lo necesiten pero no tengan cómo acceder a él o vendido al banco en una operación

financiera similar a las hipotecas inversas, si en vida le vienen mal dadas.

Bajo el lema “No pierdas el tiempo”, la nueva entidad bancaria ya ha empezado a funcionar en algunos países de nuevo cuño y se espera que pronto pueda extenderse al planeta entero.

Mariángeles García

...CUANDO UN MÉDICO ENFERMA

●●●Viene de página 21

Los médicos no somos inmunes a sentir miedo, incertidumbre, inseguridades, prisas por conocer rápidamente el diagnóstico, el tratamiento, el pronóstico, cómo van a ser las cosas a corto/medio/largo plazo, a sentir rabia e incluso enfado con todo el mundo, a los que culpabilizamos de lo que nos pasa a nosotros. Y está bien sentir todas

tante sentirnos que estamos en buenas manos, confiar en los profesionales que nos atienden. Y si no es así buscarnos otros en los que sea posible.

Además, todos los profesionales que nos cuidan nos deben hacer sentir que les importamos como personas, más allá de nuestra enfermedad. Les pedimos que nos aporten cariño, calidez, y que cuando sus obligaciones de su cometido se lo permitan, busquen un ra-

transmiten su apoyo y sus buenos deseos.

Aunque suene un poco raro oírlo, de alguna manera es enriquecedor compartir habitación o pasillo con otra persona que también lo está pasando mal, sufre, tiene miedos, y te lo manifiesta. De oír los gritos en mitad de la noche de una mujer mayor en la habitación de al lado, con una demencia senil que al ingresar se desorienta aún más y se angustia e insulta y se vuelve agresiva ante la

Como enfermos debemos aprender a cultivar la paciencia

estas emociones, para luego entenderlas mejor cuando las expresan nuestros pacientes y familias, cuando actuamos como médicos.

¿Qué necesitamos los enfermos (los médicos también)?

Que nos informen en la medida y profundidad que cada uno elija, para lo que nos deben preguntar antes. Que esa información sea clara, sin rodeos ni tecnicismos que nos oculten la realidad, y, a veces, según sea la gravedad del caso, que se dé de poquitos en poquitos. Que esa información sea veraz, que siempre nos den la esperanza de que se van a esforzar al máximo para tratarnos lo mejor posible, estudiando mucho nuestro caso y consultando con humildad con colegas que sepan más que ellos, si es preciso. Pero que no nos den falsas esperanzas. Que nos sintamos que podemos consultarles cualquier duda o miedo, por estúpidas que nos parezcan, sin sentirnos juzgados por ello. Y que nosotros, a su vez, asumamos que no todas nuestras preguntas siempre tendrán respuestas ciertas, o no siempre en el momento en que las hacemos. Como enfermos debemos aprender a cultivar la paciencia, que es fácil perderla en los momentos críticos. Aprender a esperar con calma. Es muy impor-

tante pequeño para acompañarnos, para acercarse a estar, escuchar y hablar con nosotros. Todo esto lo estoy sintiendo desde que ingresé por Urgencias hasta llegar a la planta, con los facultativos, personal de enfermería y auxiliares, técnicos de Rayos, celadores, personal de limpieza... Gracias a todas y todos. Ojalá todos los enfermos se puedan sentir así.

Igualdad

La enfermedad y la muerte, de alguna manera nos iguala a todos, independientemente de nuestra calificación profesional, estatus socio económico, edades o creencias. Te ponen en tu sitio, te hacen ser consciente de la fragilidad inherente al ser humano. De olvidarte de chorradas que con frecuencia nos hacen sentir que padecemos tragedias, que en realidad no lo son tanto. Te hacen cambiar tus prioridades en la vida, y valorar más las cosas cotidianas y el valor de los amigos y de los familiares que además son amigos (porque no todos ellos lo son, o no?), de los compañeros de profesión (que además son amigos), de las familias de enfermos que has tratado (y que ya son amigos y se siguen interesando por ti), e incluso de esas personas que te pueden seguir por redes sociales y que, aún sin conocerte, también te

impotencia de familiares y personal de la planta que, con cariño, tratan de calmarla. O dar un paseo por los pasillos y cruzarte con otras personas que están como tú, con una bata ridícula, de esas que se atan por detrás y te dejan la espalda y el culo al aire si no te has puesto bragas o calzoncillos, llevando en una mano un palo con ruedas con un gotero o una bolsa de alimentación parenteral, y una sonda nasogástrica conectada a un aspirador. Te saludas con ellos, como si fuerais colegas, y haces unas bromas del tipo "qué, ¿cuántos kilómetros llevas andados hoy?". Vuelves cansado a tu cama, deseando que a la noche puedas dormir bien para descansar.

No siempre es fácil, pero yo creo que ayuda mantener un toque de humor y una sonrisa en la cara cuando se pueda, hacer alguna broma ligera con todo el personal que te atiende y con las visitas que recibes y con los compañeros de habitación o pasillo. Te ayuda a ti y a ellos.

Disculpar esta diarrea mental de reflexiones que dejo escritas. A mí me sirve como acto terapéutico para mí mismo, y quizás a alguno que las lea también.



**Jesús
Sánchez Etxániz**

La enfermedad y la muerte, de alguna manera nos iguala a todos

ARTE Y CULTURA

EL PROCESO FUNERARIO PARACA

ENVUELVE EL PALACIO DE CRISTAL DEL RETIRO MADRILEÑO

Una inmensa lona, obra de la artista peruana Andrea Canepa (Lima, 1980), que recupera imágenes de las telas funerarias de la cultura precolombina de Paracas, cubre durante todo el año 2026 el Palacio de Cristal del Parque del Retiro de Madrid, que está en obras.

La instalación 'Fardo' es la segunda de las grandes lonas creadas por artistas por iniciativa del Museo Reina Sofía para cubrir la estructura del Palacio de Cristal, espacio que depende de este museo, durante los tres años que durará su restauración.



Para su inmensa obra, Canepa siguió la estructura del palacio y dividió las imágenes en grandes paneles que, una vez recompuestos alrededor de la estructura, van revelando el proceso de elaboración del fardo con capas y más capas de telas.

FOTO: MUSEO REINA SOFÍA

"Se trata de una iniciativa para mantener una oferta de arte contemporáneo gratuito y accesible en El Retiro mientras duren las obras", explicó el director del Museo, Manuel Segade.

En total, son unos 1.000 metros cuadrados de lona en los que Canepa ha recuperado la imagen de las telas precolombinas con las que se envolvían los cuerpos de los difuntos; capas y más capas de telas minuciosamente decoradas y bordadas que acababan componiendo un "fardo" entorno al cadáver.

Según explicó la artista en la presentación de su obra, "en el interior del fardo, los cuerpos se transforman, al igual que le está ocurriendo al Palacio de Cristal".

LA REINA MUERTA

U no suele estar convencido de que morir es terminar. Llegado el momento en que se exhala el último estertor, la vida se escapa de esa carcasa inane y todo finaliza de una vez por todas. La existencia, que no la vida, como diría San Agustín, concluye de forma abrupta, dejando apenas nuestra memoria una estela en la desconocida e inmisericorde mar que constituye el tiempo.

Claro que eso, el olvido, la temporalidad y la corrupción de todo lo vivo que padecemos el común del paisaje, no parece acompañar a los privilegiados en su desaparición programada por el acaso. Para aquellos, nacidos en la parte de las sociedades donde todo es distinto y, a decir de ellos, merecido y disfrutado por derecho, la muerte es un acto previo de una tragedia épica que finaliza con una inmortalidad representada en las crónicas hagiográficas bien pagadas por los susodichos o, mejor aún, por las susodichas, pues, en esto de la supervivencia, lo femenino siempre es mucho más resiliente.

Sin embargo, aun siendo privilegiadas, muchas de esas mujeres carecen de un epílogo grandilocuente, de una aria final de desconocidas notas inalcanzables, de modo que las huellas de su caminar perduren durante los siglos venideros. En la mayoría de los casos, las mujeres caen en una suerte de olvido misérrimo, borradas sus pisadas y, en muchas ocasiones, suplantada su acción por hombres imaginados y vidas inventadas. Haber sido mujer siempre es más doloroso, si se trata de recuperar su vestigio en la documentación histórica. Y si no es así, recuerden a la gran Trótula de Ruggiero, médica siciliana que vivió entre los siglos XI y XII, cuya obra fue suplantada por una tal Trótulo o Johannes médico,



por más que los copistas de sus estudios recordaran que aquel tipo que figuraba en la intitulación fue, en realidad, una mujer.

Es cierto, por otra parte, que, si las mujeres tornaban en damas, la cosa podía cambiar. La memoria de su caminar, su paso por el pasado, tendía a ser recordado de alguna manera. Mas, en las más de las ocasiones, todo acababa enfangado por un velo de incompreensión, omisión y, básicamente, desinterés. Si no importaba cómo vivieron, qué hicieron y hasta qué punto impactaron en el hoy, poco

habría de interesar su muerte. Y esto, queridos lectores, ocurría incluso con las reinas.

A veces, la muerte de una gran reina podía impactar en la mente de algunos que la habían servido y, de acuerdo con el contexto de aquel, el fallecimiento de una gran mujer se convertía en instrumento de otra cosa más necesaria para la construcción de algún que otro relato histórico. Así ocurrió, por ejemplo, con la emperatriz Isabel de Portugal. Fallecida de forma traumática en 1539, tras un sobrepeso a la edad de treinta y seis

Trótula de Ruggiero.

Blanca de Borbón.

Haber sido
mujer siempre
es más doloroso,
si se trata de
recuperar su
vestigio





Juana de Castilla, Óleo sobre lienzo. Patrimonio Histórico Artístico de la Universidad de Granada

años, la corrupción acelerada de su cuerpo impactó de tal modo a su custodio, Francisco de Borja, que abandonó la corte e ingresó en la Compañía de Jesús, llegando a ser su padre General, tercero desde la fundación de aquella organización católica. Siempre recordando aquel fatídico día para la reina, en la memoria que siguió, pasó a ser la piedra angular que construyó la figura de uno de los grandes jesuitas, dejando el padecimiento de aquella reina en un casi tercer plano. Ya ven, lo único importante de aquella muerte innecesaria de una mujer capital en la historia universal parece ser que acabó siendo

la conversión al fundamentalismo católico de Francisco de Borja.

Podría decirse lo mismo de la reina castellana Blanca de Borbón, princesa francesa entregada a Pedro I de Castilla a modo de arras de una alianza integrada en el conflicto que habría de enfrentar a los monarcas franceses, ingleses y del resto de Europa durante más de un siglo. Repudiada desde el momento en que la dote no se hizo efectiva, la pobre Blanca fue esquivando los múltiples intentos de asesinato que aquel monarca acosado por todo le fue recetando hasta dar con ella de forma definitiva en Jerez de la Frontera hacia 1361, don-

de tuvo a bien diñarla envenenada, no sin dejar para la posteridad el apodo de crudelis para tan infame marido. Sin embargo, de su vida y rastro histórico nada queda en la memoria de quienes estudian el pasado, siendo más que complejo su rastreo documental, más allá de cuatro vestigios y una lápida bien significada.

Ahora bien, cuando la reina era propietaria y su muerte lo cambiaba todo o nada, según se mire, el salto al ataúd se convertía en hecho más que reseñable e imperecedero. La muerte de la reina católica, ya visitada en esta página meses atrás, podría ser un gran ejemplo, pues, ¿quién no sabe cómo murió Isabel de Castilla? Mas, ¿qué ocurrió con su hija, la reina Juana? ¿Y con las demás?

Isabel, la primogénita, murió condenada a un parto del que ella rehuía, no sé muy bien porqué. Es cierto que trató de no volver a casarse, después del primer matrimonio fallido, quién sabe si por oler algo al respecto. Que en esto de las premoniciones no hay quien se desentienda. Muerta de sobreparto, ni siquiera recordamos a su vástago, Miguel de la Paz, fallecido a los pocos años, abortando así una solución perfecta a la ecuación dinástica de los Reyes Católicos. Ambos, madre e hijo, cayeron en el olvido de una caja de pino con iniciales perdidas en la desmemoria de la incomprensión histórica. Y, si no me creen, nada más que visiten la cripta bajo los cenotafios de la capilla real de Granada.

Allí, por otra parte, podrán admirar la increíble habilidad de Bartolomé Ordóñez retratando en profunda y eterna serenidad el volcán que, a decir de algunas fuentes, consumió la vida de la reina Doña Juana de Castilla, condenada a reinar sin reino y a tener reino sin reinar en momento alguno. Tranquila y en paz consigo misma o así suelen comentar los guías que muestran el mausoleo granadino, poco o nada recuerda de la

Doña Juana de Castilla, condenada a reinar sin reino y a tener reino sin reinar

vida de aquella mujer y, principalmente, de su fallecimiento. Muerta en vida, como me gusta recordar, desde que su padres tuvieron la feliz idea de introducirla como factor político en un acuerdo con el emperador Maximiliano en la lucha sostenida por Fernando el Católico con Francia, Juana de Castilla pasó sus largos años de vida intentando comprender cómo habría de morir y saber si aquello sería más cosa del ayer que del hoy.

Para su desgracia, la vida se hizo literalmente eterna. No pocos sabemos que, cuando las cosas van mal, se eternizan o así me lo hizo ver hace décadas Silvio Rodríguez en su canción del elegido. Condenada a una muerte pactada desde antes de cumplir los veinte años, acabó viviendo más que ninguno de sus antepasados, coetáneos y vástagos. He de suponer, sin embargo, que, de tanto desear la muerte, no supo adivinar cuándo ésta llegaba y, acostumbrada a luchar contra el contexto, también lo hizo contra su final, por más que lo hubiera estado deseando la mayor parte de su vida.

Agotada e impedida, repleta de llagas purulentas, infectadas de no moverse y por la insalubre vida que había llevado, terminó sus días en un olvido pestilente y corrompido, incapaz de merecer la presencia de alguno de sus hijos o nietos; de oficiales de sus reinos, escribanos o privilegiados acostados en sus mugrientas franquezas nacidas del padecimiento de aquella mujer abandonada en una sima inmundada de la historia. Aquellos que corrieron junto a su carroza aspirando los sudores repugnantes y los efluvios que las heces de sus caballerías regalaban; esos mismos que levantaron sus espadas ceremoniales en Toledo o en Zaragoza vitoreando a la princesa o a la nueva reina en el palenque ya perdido de Medina del Campo; todos los que corrieron a rescatarla del supuesto secuestro al que había sido sometido por los rebeldes comuneros, pero no habían movido un dedo por ella en



Mucientes, Torquemada y hasta en Tordesillas: todos aquellos, digo, no tuvieron un momento para acompañar aquella dignidad que tanto adoraban y soportaban en los últimos pasos de una vida gastada sin sentido alguno.

Ese terrible padecimiento, vergüenza de todos los ya dichos y de muchos más por decir, parece que dejó mella en la memoria de unos pocos. Su médico, hombre de ciencia en un mundo de inefables creencias, escribió de su puño y letra el informe de su aterrador final,

nes descritas a recibir la muerte en compañía del santo varón Francisco de Borja, no sin antes haber sido exonerada de la locura por Domingo de Soto, preclaro jurista segoviano y pupilo del gran Francisco de Vitoria. Así reivindicada y en manos de la santidad mayor de aquel momento, Doña Juana expiró en la convicción de que su tiempo se había empleado en la consecución de un plan mucho más grande que su propia existencia.

Y de esa manera transitó hacia el mundo del no ser esa mujer, rei-

En la Capilla Real de Granada se encuentran las tumbas de los Reyes Católicos, y los restos de su hija Juana I y su marido Felipe.

Juana pasó sus años de vida intentando comprender cómo habría de morir

quizá tratando de recuperar aquel dinero que entendía merecer de un monarca usurpador y, como la mayoría de aquellos, roñoso hasta lo ridículo.

Para otros, sorprendentemente, aquella muerte miserable regalada a una de las mujeres más importantes de la historia europea en la constitución de los estados y de la tan cacareada Monarquía Hispánica, semejante ignominia no pudo haber ocurrido jamás e inventaron un relato para oscurecer la historia hasta convertirla en un mal sueño propio de la maledicencia infame. Así, la reina Doña Juana de Castilla pasó de morir en las condicio-

na, poderosa y condenada a morir en vida y vivir la muerte continua, lo que demuestra que, no por ser contingente para el proceso histórico, la humanidad que nos domina va a constatar fidedignamente lo ocurrido. Ya se pueden imaginar que, después de todo, siempre será mejor un buen cuento que nos deje en paz con nuestros demonios que la historia descarnada de la miseria deshumanizada que defina a todos y cada uno de los que son capaces de mirarse en un espejo.



Eduardo Juárez Valero
UC3M

EL CABELLO DE LEONARDO DA VINCI

HISTORIA DE UNA RELIQUIA MODERNA



El cabello de Leonardo da Vinci, la reliquia.



Retrato de Leonardo da Vinci realizado por su discípulo Francesco Melzi en 1510. Es el retrato que se considera más fiel a cómo sería Leonardo.

Son por todas y todos conocidas los miles de reliquias religiosas que inundan las iglesias y monasterios a nivel internacional. Huesos, cadáveres, telas...y un sinnúmero de restos de cadáveres más o menos santos guardados en espectaculares cajitas para la devoción de sus fieles.

Al ser humano le gusta mucho un trozo de muerto tanto, que esta fiebre por adorar despojos humanos también alcanza al mundo del arte. Pintores y escultores han tenido que sufrir, pasado el tiempo, que abran su tumba y le hurten un trocito de su cuerpo para la adoración y admiración de los amantes de la historia del arte. Son artistas convertidos en una

especie de santos laicos, canonicados y, por qué no decirlo, un poquito martirizados por la causa del arte y la posteridad. Porque parece que, cuando admiramos a alguien muchísimo, nos entra una especie de fiebre coleccionista que va más allá de sus pinturas o sus esculturas: queremos una parte física, como si así pudiéramos tocar algo del genio que tuvieron en vida. Y eso, como veremos en este artículo, ha generado una tradición tan macabra como fascinante.

El mechón de pelo de Leonardo da Vinci

Entre las mejores reliquias de artistas está el supuesto mechón de pelo de Leonardo da Vinci,

que apareció en una colección privada de Estados Unidos. En realidad, son unos cuantos pelos canos atados con un lacito y con una etiqueta en francés que dice "Les cheveux de Leonardo da Vinci" o, dicho para entendernos, "El cabello de Leonardo da Vinci". Esto es una maravilla no solo por la fantasía de tener un trozo físico de uno de los mayores genios de la historia del arte (y de la ingeniería, los estudios anatómicos y tantas cosas más), sino porque este relicario prometía, ni más ni menos, contener el ADN del mismísimo artista.

Por supuesto que esta reliquia fue una gran noticia en el momento, y se exhibió en el Museo Ideale Leonardo da Vinci en

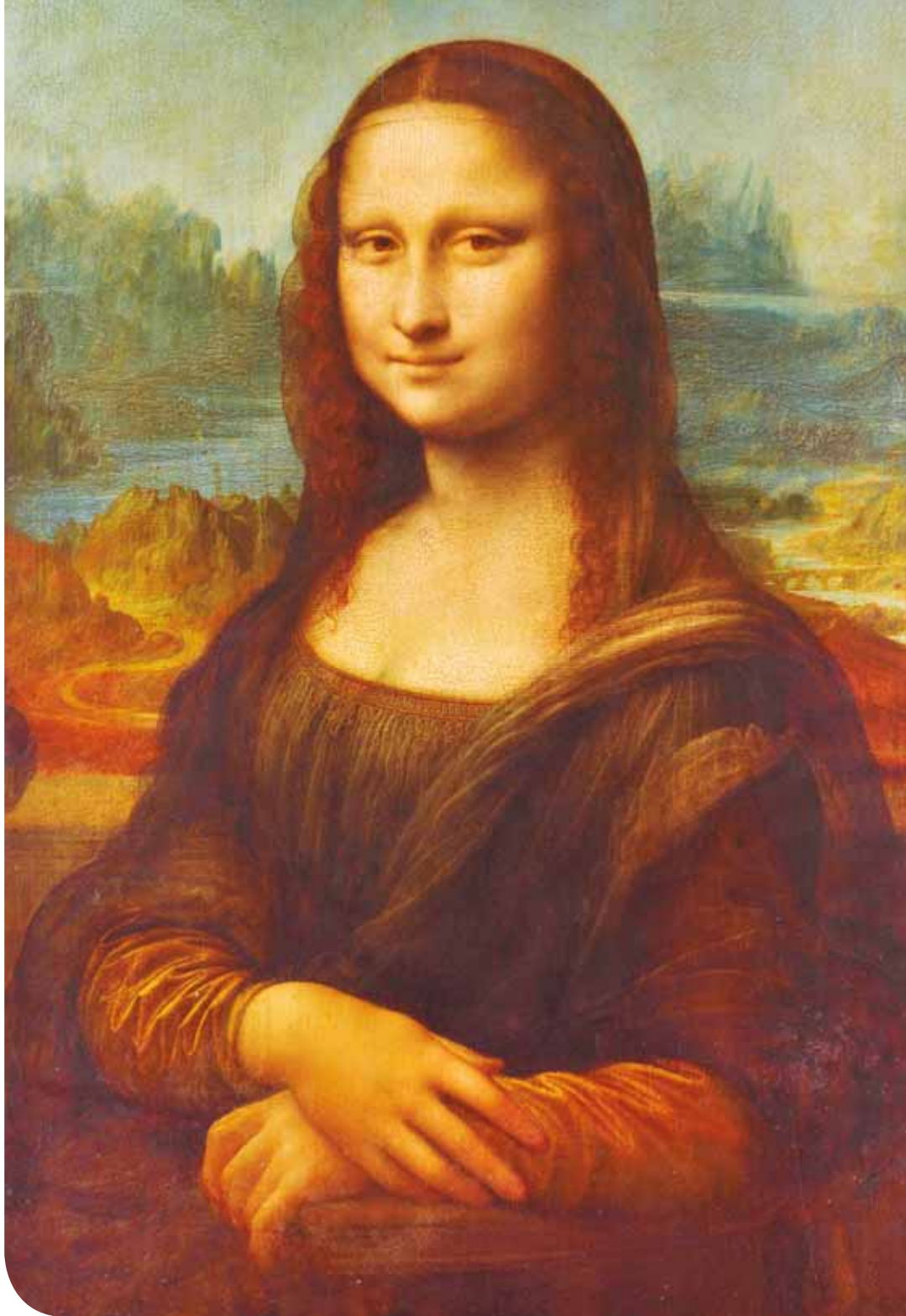
2019 con una solemnidad que ya quisieran muchos santos barrocos. A partir de esta ostentación pública, la imaginación de muchos comenzó a volar, y las ideas sobre lo que podría ofrecernos este mechón se convirtió en una auténtica orgía de posibilidades a cada cual más delirante. De entrada, los medios hablaron de reconstrucciones genéticas, de descendentes lejanos vivos y de la posibilidad de desentrañar el ADN de Leonardo quinientos años después de su muerte. Solo faltó la oveja Dolly por allí circulando y elucubrando sobre tener un nuevo compañero encarnizado como pintor.

Su muerte En Francia

Cuando Leonardo da Vinci cruza los Alpes en 1516, tiene más de sesenta años, una salud frágil y una vida ya legendaria. En Italia —su patria creativa— el clima ha cambiado: los grandes encargos se han vuelto más inestables, la política es volátil y el arte empieza a organizarse en torno a talleres más jóvenes y más “productivos”.

En Francia, el joven rey Francisco I quería a Leonardo allí. Leonardo no era un pintor más, sino una mente total: ingeniero, filósofo natural, arquitecto, escenógrafo, inventor por lo que le ofrece una pensión vitalicia, libertad absoluta y un lugar donde vivir cerca de la corte.

Leonardo se instala en el Clos Lucé, junto al Château d'Amboise. Llevó consigo tres pinturas que no soltará jamás: La Gioconda, San Juan Bautista y La Virgen y el Niño con Santa Ana. Allí murió probablemente por causas naturales. Según la tradición basada en el relato de Giorgio Vasari, Leonardo murió en brazos del rey Francisco I, su gran mecenas. Aunque hoy los especialistas lo consideran una leyenda (otra más) en torno al genio, expresa bien una verdad



profunda: Leonardo murió protegido, no olvidado.

¿Quién le cortó un mechón de pelo al cadáver de Leonardo?

Leonardo falleció en 1519 en Francia con 67 años, siendo su cadáver inhumado ese mismo año en la Iglesia de San Florentin en Amboise. Esta zona cayó en el olvido histórico, hasta que en

1863 el escritor e inspector general de museos de Francia, Arsène Houssaye empezó a buscar la tumba de Leonardo entre las ruinas del castillo. Al final encontró un esqueleto más o menos entero y una piedra que tenía la inscripción “Eo dus vinci” que, jugando un poco al ahorcado para rellenar los huecos, se dijo que en origen podría tener escrito “Leonardus Vinci”.

La Gioconda, obra que Leonardo se llevó a Francia y conservó hasta su fallecimiento en el castillo de Clos-Lucé.

La muerte de Leonardo en brazos del rey Francisco I, según la pintura de Jean Auguste Dominique Ingres de 1818.



Lo más fantástico de esto es que el cráneo de este esqueleto era muy grande, más de lo habitual, y eso fue para Houssaye la prueba definitiva de por qué estaríamos ante el cadáver de Leonardo da Vinci. Esta idea puede resultar sorprendente hoy, pero en el siglo XIX estaba muy extendida la creencia de que el genio no solo pensaba distinto, sino que su cerebro ocupaba más espacio. Por tanto, un gran cerebro tenía que ir unido a un cráneo prominente.

identificada los restos con los de Leonardo. Pero no lo inhumó entero: cuenta la tradición que Houssaye se quedó con un pequeño mechón de cabello y con un anillo de bronce que arrancó de una de las falanges del dedo del esqueleto. Estas reliquias acabaron siendo propiedad de coleccionistas privados y se han exhibido en diferentes sitios, como se hacía en época medieval con los restos de los santos que se llevaban a hacer las llamadas Tournées de reliquias para

realmente al genio italiano. Se ha identificado una línea masculina colateral de los Da Vinci y, sobre el papel, podría compararse el ADN de esos parientes actuales con el del mechón.

Todo esto es bonito, pero lo cierto es que no hay ninguna prueba publicada, revisada y verificable que garantice que ese pelo salió de la cabeza de Leonardo. Nada. Podría ser de Leonardo o de un señor llamado Pierre. Es decir, que nadie nos asegura que ese pelo haya salido de la cabeza del pintor. Aun así, no deja de ser una pieza maravillosa, una reliquia laica, mitad devoción, mitad morbo, perfectamente en línea con esta humanidad que siempre ha amado los huesos y los restos humanos.

Las pruebas de ADN anunciadas en 2019 no han ofrecido resultados definitivos, por lo que varios expertos han mostrado un escepticismo prudente: que un mechón de pelo que tiene cinco siglos de antigüedad haya sobrevivido perfectamente, digamos que es posible, pero hace falta mucha fe.

Lo que sí sabemos es que el proyecto para reconstruir su ADN avanza lentamente y que se han localizado descendientes colaterales que comparten un cromosoma Y compatible con la línea Da Vinci.

A ese pobre pelo se le ha cargado con expectativas desproporcionadas, aunque bastante tiene con haber sobrevivido a dos siglos de coleccionistas, expertos y conferencias de prensa. Al final, ese pelo permite montar titulares, y llenar vitrinas y mantener viva la fantasía de que el genio es rastreable. Pero no, Leonardo no está ahí dentro. A lo sumo, hay pelo, y ni siquiera estamos seguros de que sea suyo.

No hay ninguna prueba publicada, revisada y verificable que garantice que ese pelo salió de la cabeza de Leonardo

Desde nuestra perspectiva actual, ese razonamiento no tiene ningún valor científico y el tamaño del cráneo no permite identificar a una persona concreta ni mucho menos explicar su talento. Para entendernos, para nosotros es un cabezón y ya está, pero en el siglo XIX funcionaba como un argumento verosímil.

Houssaye encontró ese cadáver y por voluntad del conde de París, que era Luis Felipe de Orleans, lo enterró de nuevo en otro lugar, concretamente en la capilla de Saint-Hubert del castillo junto con una placa que

conseguir dinero para construir nuevas iglesias.

Lo curioso es que el mechón de pelo de Leonardo da Vinci lleva siglos haciendo lo que mejor sabe hacer: no demostrar nada, pero, aun así, se le examina, se le fotografía y se le promete un futuro lleno de secuenciaciones milagrosas, como si en cualquier momento fuera a confesarlo todo.

¿Qué sabemos sobre este mechón de pelo?

Hay varias investigaciones serias en marcha para intentar confirmar si esos pelos pertenecen



Ana Valtierra



GUÍA Y RECURSOS

EL pasado 11 de enero se cumplieron **CINCUENTA AÑOS DE LA MUERTE DE AGATHA CHRISTIE**, la reina del crimen, en Inglaterra a los 85 años. Es la autora que ha fascinado a varias generaciones de lectores a través de las más de 60 novelas y varios cuentos cortos que escribió a lo largo de sus más de 50 años de carrera como autora.

Los libros de la popular autora siguen vendiéndose en todo el mundo y las cadenas de televisión emiten una con periodicidad las películas basadas en sus obras, como "Muerte en el Nilo" o "Asesinato en el Oriente Express". Ni siquiera Netflix escapa a su embrujo.

Entre sus récords, Christie escribió la obra de teatro que más años lleva en cartelera en el West End de Londres - "La ratonera"-, que se estrenó en 1952. Para el historiador Mark Aldrige, experto en Agatha Christie, "sigue siendo la persona con la que se compara a todos los escritores de novela negra, porque sigue siendo la mejor". Por eso, Netflix estrenó Seven Dials (El misterio de las siete esferas) el 15 de enero.

LA EUTANASIA DEL EXILIADO CUBANO CARLOS ALBERTO MONTANER EN ESPAÑA LLEGARÁ AL CINE.

Una película adaptará en la pantalla 'Deséenme un buen viaje' ('Wish Me a Good Journey'), memorias sobre la eutanasia del exiliado cubano Carlos Alberto Montaner que escribió su hija, Gina Montaner, tras ayudarlo a morir, según ha anunciado la productora Hi Media Partners.

El largometraje, acompañado de un documental complementario, mostrará "la lucha y las tensiones de la familia por asegurar una muerte digna" a Montaner (1943-2023), quien escapó en la década de 1960 de Cuba, donde el Gobierno lo encarceló por acusarlo de pertenecer a un grupo terrorista.

La historia se basa en las memorias de su hija Gina, a quien Montaner le pidió "ayuda para morir" en una cafetería en Miami en 2022, porque él padecía una enfermedad neurodegenerativa, por lo que fueron a España para solicitar la muerte asistida dentro de la sanidad pública, pues él también tenía la ciudadanía española.

"Poco antes de morir, mi padre me pidió que escribiera sobre uno de los procesos más dolorosos de nuestras vidas. Escribir este libro fue un acto de amor, valentía y responsabilidad", dijo Gina Montaner en un comunicado. La película la producirá Cynthia Hudson, exdirectora general de CNN en Español que conocía desde niña al fallecido autor.

El documental complementario lo producirá su nieta, la periodista Paola Ramos, quien documentó sus últimos años de vida, incluyendo "los meses finales de su trayectoria".

Las autoridades cubanas lo arrestaron y sentenciaron a 20 años de prisión, pero como solo tenía 17 años lo internaron en una prisión para presos políticos menores de edad, de donde escapó para asilarse en la Embajada de Honduras en 1961 y escapar después a Estados Unidos, donde se convirtió en una voz destacada del exilio.

Entre los libros que escribió destacan las novelas 'Perromundo' (1972) y 'La mujer del coronel' (2011), además del ensayo 'Manual del perfecto idiota latinoamericano' (1996).



CINCO AÑOS SIN BATTIATO

Parece mentira, pero ya han pasado casi cinco años desde la muerte de Franco Battiato. El 18 de mayo de 2021 nos dejaba una de las figuras más inclasificables de la música europea: un personaje ecléctico, personalísimo y con un perfil totalmente atípico en el entorno del hit parade. Un músico que transmitía una gran complejidad intelectual, pero del que, los que le tuvieron más cerca, destacan su sencillez.

Con muy buen criterio, su familia y los responsables del Museo de Artes del Siglo XX (MAXXI) de Roma han dado los primeros pasos para que su figura no se olvide, aprovechando un año en el que se esperan distintos homenajes. Y, para conmemorar este quinto aniversario de su fallecimiento, han creado la exposición "Un'altra vita", concebida como un viaje por el refugio creativo y espiritual de uno de los artistas más polifacéticos que nos dio el siglo pasado.

Podrá visitarse hasta el 26 de abril. Y aunque también tiene su parte de retrospectiva musical, lo que la hace más especial es que penetra en la vida más íntima del

cantante. En un intento de descifrar la mente que concebía esas canciones que forman parte de la banda sonora de varias generaciones, se han trasladado a Roma objetos personales que guardaba en Villa Grazia. Allí, al pie del volcán Etna, en el pueblo de Milo, fue donde se refugió cuando decidió abandonar Milán y regresar a su Sicilia natal.

Están la guitarra con la que componía. O el caballete y los pinceles con los que, bajo el seudónimo de Süphan Barzani, daba vida a sus cuadros. Pero también hay objetos para recrear las atmósferas de su residencia, como alfombras persas. O la biblioteca dedicada a escritos sobre espiritualidad, filosofía, los misterios del cosmos y la simbología sacra. O una sala inmersiva, en penumbra, en la que el visitante queda rodeado por el sonido. Pero no solo de las composiciones de Battiato; porque también se han llevado grabaciones ambientales del viento y el crujido de los árboles, tal como se escuchaban desde la terraza donde Battiato meditaba a diario. Allí buscaba, como cuenta la letra de "Nómadas", un lugar dentro de uno mismo. Porque buscar no es el fin, sino el medio.

Con esa búsqueda constante, su universo creativo es casi inalcanzable. Su carrera había empezado en 1964 y pasó por etapas en las que se dedicó a la canción romántica, el rock psicodélico, la música experimental o la música clásica. En 1965, aún bajo el nombre de Francesco Battiato y sin saber muy bien cómo abrirse paso en el mundo de la música, grabó "L'amore è partito", una versión de una de las canciones que participaron en el Festival de San Remo. A partir de entonces, tuvo una relación intermitente con el festival. Lo ganó como autor en 1981 con "Per Elisa", cuando ya había dejado bien atrás su faceta pop melódica.

Tres años después, la cantante Alice, que fue quien interpretó ese tema ganador en San Remo, fue junto a Battiato a Eurovisión. Y en otra de esas esas piruetas sorprendentes en la carrera del siciliano, quedaron quintos. A pesar de presentarse al certamen con una actitud y una canción insólitas en el concurso. Pero Battiato estaba en ese momento de su carrera en el que la fama y las cifras le sonreían, pero a él parecía importarle

Siempre fue un tipo peculiar, que no encajaba en los cánones de estrella pop





Battiato, durante los ochenta, tuvo etapas casi más españolas que italianas

un rábano, en esa dualidad entre el misticismo y el éxito de masas que intenta reflejar la exposición.

Porque si durante los setenta se centró en la psicodelia y se abrió un hueco en las músicas de vanguardia, fue en los ochenta, bien entrado en la treintena, cuando llegó esa etapa más comercial. Conservaba su sello, tenía letras crípticas y afiladas, no se mordía la lengua. Pero sus canciones eran más accesibles. Y aunque siempre fue un tipo peculiar, que no encajaba en los cánones de estrella pop, tuvo suficiente encanto como para generar bastante consenso entre los compradores. Esa habilidad suya para combinar canciones de pop electrónico bailable con letras inteligentes, llenas de referencias culturales y humor fino era una absoluta rareza. Y los españoles decidimos abrazarla con euforia.

Y es que Battiato, durante los ochenta, tuvo etapas casi más espa-

ñolas que italianas. Alguna de sus canciones se publicó antes en nuestro idioma que en el suyo. Es cierto que el archiconocido "Centro de gravedad permanente" fue éxito aquí durante casi tres años, entre 1982 y 1985, en su italiano original. Pero en 1985 irrumpió en las listas la adaptación al castellano que le hizo Carlos Toro. Ese año fue cuando el cantante publicó su primer disco en español, exclusivo para nuestro mercado, aprovechando que también estaba grabando una selección de sus éxitos en inglés. Vio así la luz "Ecos de danzas sufi", con muchas de sus canciones más conocidas regreadas en nuestra lengua. Y le siguió, dos años después, "Nómadas", que Battiato lanzó en castellano un año antes que en italiano.

Además de ser músico, pintor, guionista de documentales, escritor, director de cine... Battiato tampoco se puso de lado cuando le tocó hablar de, o meterse en, política. Y aunque no está vivo para opinar sobre lo que está pasando actualmente en Italia, siempre dejó claro que detestaba a Berlusconi y que tenía en muy baja estima a los políticos de su país.

Su cargo como consejero de turismo de Sicilia, que aceptó con

las condiciones de que no fuera remunerado y que se le permitiera compaginarlo con su faceta artística, duró apenas cinco meses. Le destituyeron fulminantemente tras una intervención en el Parlamento Europeo, en la que vino a decir que los parlamentarios italianos se vendían como prostitutas ("estas putas que hay por ahí en el Parlamento harían cualquier cosa; es algo inaceptable. Sería mejor que abrieran un prostíbulo").

En vez de ir al fondo de la cuestión, que era la corrupción y el abuso de poder (de los que ya había hablado en canciones como "Povera patria"), al siciliano le acusaron de sexista y misógino por la expresión utilizada. Quizás sorprendió más porque la frase venía de un alquimista de la palabra como él. O quizás simplemente les dio una gran excusa a sus enemigos. Y aunque el presidente de Sicilia, al nombrarle, le había garantizado libertad absoluta para ejercer su cargo, no soportó la presión. Le cesó, excusándose en que no se podía utilizar ese lenguaje cuando uno representaba a las instituciones. Y Battiato, recuperando de nuevo su independencia, se sintió liberado.



Laura Pardo



DESOLADO PAISAJE



La foto de Bigas Luna es de Rastrojo (D•ES) –y está hecha en la Seminci de 2011.

Todo comenzó con la imagen de una mujer que llora mientras pela cebollas para hacer una tortilla de patatas. O no. El origen de todo, quizás, nos traslada a la Quinta del Sordo, durante el primer cuarto del siglo XIX, y a Francisco de Goya que pinta relámpagos negros en las paredes y nos enseña a dos seres perdidos matándose a garrotazos, con las piernas semihundidas en el barro. O no. Es posible que una mañana de invierno, el cineasta Bigas Luna, detuviera su coche en medio de la nada, y se dejara encandilar por un paisaje desolado, en la comarca aragonesa de Los Monegros, entre caminos atropellados por camiones que no cesan, puticlubs en sus peores horas, un toro de Osborne al que se le desprende un cojón, baretos con olor a chorizo rancio, y polvo, mucho polvo, polvo hasta



en las entrañas del alma de seres que habitan en el desierto y el desamparo. Y que allí, decidiera ubicar y perderse a personajes perdidos de antemano. Y que allí, se propusiera rodar una película eterna, cuyo final no es otro que el de dos seres que se matan, a jamonazos, con las figuras arrodilladas en barro seco. Una de esas muertes que se clavan en las retinas para siempre; uno de esos finales de antología cinematográfica en la obra "Jamón, jamón", que dirigió un tipo vividor, poliédrico, inclasificable, apasionado, fabricante del buen rollo y la mejor compañía, de nombre José Juan Bigas Luna.

Este creador de sueños hubiera cumplido ahora ochenta años. Su muerte,

prematura, en abril de 2013 a causa de un cáncer, nos dejó a todos un poco huérfanos de un potencial inabarcable. Murió en la cercanía de su familia, y no quiso funerales, ni misas, ni actos de homenaje póstumos. Pero su recuerdo persiste, su obra sigue fascinando y con los años algunas de sus películas se nutren con hallazgos estéticos que terminamos de descubrir, de aportaciones al interior de nuestra cultura, de nuestras costumbres, de instantáneas como fogonazos que difícilmente pueden olvidarse, de

cia que cierra a golpes, dolor y desgarros la película "Jamón, Jamón". Donde entran en escena Francisco de Goya, el deseo, la tragedia y la desolación.

Se trata "Jamón, jamón" de una amalgama de brochazos propinados al celuloide. De imágenes que golpean los sentidos. La mujer que llora pelando cebolla mientras prepara una tortilla de patatas, el duelo a garrotazos que nos dejó Goya en la Quinta del Sordo, el paisaje polvoriento de la comarca de Los Monegros. Todo ello, se arropa con



Este creador de sueños hubiera cumplido ahora ochenta años

seres que nos retratan en un fotomontón preciso. Fue escritor, diseñador, publicista, fotógrafo, cocinero, ilustrador y director de películas como "Tatuaje", "Caniche", "Bilbao", "Lola", "Angustia", "Bámbola", "Yo soy la Juani", "Las edades de Lulú", "Son de mar", "Volaverunt", "La camarera del Titanic", y, entre otras muchas, autor de la trilogía ibérica, que conformaron las cintas "Jamón, jamón", "Huevos de oro" y "La teta y la luna". Siempre tuvo un olfato especial para descubrir talentos. Bigas fue el destapador de volcanes interpretativos como Javier Bardem, Penélope Cruz, Jordi Mollá, Verónica Echegui, Leonor Watling, Benicio del Toro. Ahí es nada.

Cuentan los que conocieron de cerca al cineasta, que sólo le gustaba trabajar con gente con la que luego pudiera disfrutar en una comida y una sobremesa con aroma a buena compañía. La escritora Cuca Canals, mujer vital, próxima, dotada de un inconfundible sentido del humor, fue una de esas personas más que cercanas a Bigas Luna. Coescribió con él los guiones de "Jamón, jamón", "Huevos de oro", "La teta y la luna", "La camarera del Titanic" y "Volaverunt". Y cuando le preguntamos por su escena favorita, por su muerte favorita de la historia del cine, ella nos remite al duelo final, a jamonazos, que interpretan Javier Bardem y Jordi Mollá en la secuen-

destellos descomunales que aturden y noquean al espectador, quizás hoy más que nunca. Junto a Goya, está Luis Buñuel en ese misterio de una comarca del Aragón más primigenio, mujeres que se cubren de la lluvia con un cojón de lata caído del poderoso toro de Osborne, camiones que no cesan, implacables, urgentes, una puta que es una madre maravillosa, una hija de puta entrañable, una madre que es una grandísima hija de puta, un hortera que torea becerros, desnudo, tetas que saben a chorizo y a tortilla de patatas, puticlubs de carretera con loros que huyen despavoridos, niños de papá que follan con madres e hijas, nubes que afilan navajas de afeitar al sol, emblemas metálicos de un mercedes, perros mugrientos, zapatos abandonados, moscas y hormigas, astas de toro cortadas, fabricantes de calzoncillos con paquetes de macho rancio, secaderos de jamón, pies sucios, ensangrentados, amores, desdén, sexo sórdido, pasiones, odio. Todo conduce a un final. Dos seres se destruyen el uno al otro. La puesta en escena de una muerte sobrevenida. Y en el paisaje de tierra seca, seis seres a la deriva terminan emparejándose, cada uno como una Piedad de Leonardo en el Aragón más profundo, llorando entre sí. El niño de papá en brazos de la puta que es una buena madre, el macho hortera se consuela



©GABINETE DE PRENSA DEL AYUNTAMIENTO DE CARTAGENA

en el regazo de la madre que es una grandísima hija de puta, y el fabricante de calzoncillos que abraza a la entrañable hija de puta

"Jamón, jamón", se nutrió de talentos. La dirección de Bigas Luna estuvo acompañada de la guionista Cuca Canals, la colaboración en los diálogos de Quim Monzó, la fotografía que dibujó con precisión la comarca de Los Monegros, obra del gran José Luis Alcaine, y naturalmente, ese reparto. Anna Galiena, Stefania Sandrelli, Juan Diego, y los casi debutantes Jordi Mollá, Javier Bardem y Penélope Cruz, para un espejo negro de nosotros mismos, en un desolado paisaje.

La escritora Cuca Canals, guionista junto a Bigas Luna de 'Jamón jamón'.



Ginés García Agüera



"Amarga Navidad".

Estrenamos la primavera cinematográfica recomendando tres títulos. Una producción española, "Maldita Navidad" (Almodóvar, 2025), una coproducción España/Perú, "Uyari" (Corcuera, 2025) y la cinta estadounidense, "Atrapando a un monstruo" (Fuller, 2025). La ficción dentro de la ficción, la realidad y la ciencia ficción, al servicio de la muerte, el duelo y la memoria.

Hasta el último extremo lleva Almodóvar el uso del teaser para el estreno de su última película, "Amarga Navidad" (2025), con lo que cero spoiler antes del 20 de marzo. Lo que sí sabemos es que ya la andaba escribiendo en los parones del rodaje de La habitación del al lado (2024), que ya tenía elegido y hablado con más de la mitad del elenco antes de la gira de promoción de la película de "las americanas", así se refiere él a Tilda

Swinton y Julianne Moore; y que el punto de partida de esta, por ahora, última historia es la pérdida de un ser querido, y después, la negación del consiguiente duelo.

Como si de su propia compañía actuaral se tratase, al más puro estilo almodovariano, las actrices: Bárbara Lennie (Los tigres, Alberto Rodríguez, 2025; Magical girl, Carlos Vermut, 2014), Victoria Luengo (El ser querido, Rodrigo Sorogoyen, 2023; Antidisturbios, Sorogoyen, 2020), Aitana Sánchez-Gijón (Madres paralelas, Almodóvar, 2021; Bosque de sombras, Koldo Serra, 2006) y Milena Smit (Madres paralelas, Almodóvar, 2021; Libélulas, Luc Knowles, 2022) todas han trabajado antes a las órdenes del cineasta. De los actores, se estrenan a las órdenes del cineasta manchego, Patrick Criado (La virgen roja, Paula Ortiz, 2024) y Quim Gutiérrez (La isla roja, Robin Campillo, 2023; Primos, Daniel



EL UNIVERSO ALMODÓVAR AL SERVICIO DEL DESCONSUELO

Sánchez Arévalo, 2011); Leonardo Sbaraglia ya rodó con él "Dolor y Gloria" (2019)

Elsa (Bárbara Lennie) es una directora de publicidad que sufre la pérdida de su madre en el puente de diciembre. Pasadas las oníricas horas del velatorio y el funeral, se niega a iniciar su proceso de duelo refugiándose en sus proyectos. Una adicta al trabajo que se aumenta peligrosamente la dosis del mismo para no caer en los traicioneros recuerdos que te llevan, de golpe y sin compasión, a tomar conciencia de que la madre no está. Su extenuante huida hacia adelante acaba por colapsarla, y un ataque de pánico la conduce, sin remedio, al diván de su psiquiatra. Psiquiatra: ¿has tenido tiempo de guardarle el luto?/ Elsa: No... no he parado de trabajar desde que murió/P: A veces pasan años hasta que uno se enfrenta a la pérdida.../ E: Yo todavía no me he enfrentado (...).

Y entonces, el guionista Raúl (Leonardo Sbaraglia) escribe cómo la psiquiatra le aconseja tomar unos días de descanso, en compañía. Ficción dentro de la ficción. En su ordenador, Raúl se enfrenta al síndrome de la página en blanco, al miedo que le supone defraudar a su público, a la incertidumbre sobre su propia vida, sus decisiones, sus contradicciones. Estas son las bases de "Amarga Navidad". Un relato dentro de otro. Una mujer que huye sin saber muy bien de qué; una amiga íntima, también escapada, Natalia (Smit); otra amiga, a punto de enfrentarse a una ruptura, Pa-



"Atrapando a un monstruo."



tricia (Luengo) Cuatro mujeres, dos relaciones, la línea entre lo que es real y arbitrario y lo que es ficcional y decidido. Construyendo, tejiendo la tela de araña, el guionista, alter ego de Almodóvar; su pareja, Santi (Gutiérrez) y el amante joven de Elsa, un estríper, Bo (Criado) que no la acompaña en su viaje a Canarias.

El universo Almodóvar al servicio del desconsuelo, el vacío y el recorrido tan sinuoso y árido, como hermoso y selénico pueda ser un paseo entre los socos de Lanzarote.

"Atrapando a un monstruo" (Bryan Fuller, 2025, USA) se nos plantea como una historia a caballo entre varios géneros, infantil de aventuras, ciencia ficción y negro. Aurora (Sophie Sloan), con tan solo diez años de edad, se decide a contratar los servicios de un asesino a sueldo, el "Vecino Inquietante", tanto que en los créditos originales carece de nombre de pila, interpretado por el premiado Mads Mikkelsen (La caza, Vinterberg, 2013).

Aurora cree que un monstruo ha matado a sus padres, y, en cierto modo, es verdad. La imaginación de la niña viste de color y de personajes fantásticos el mundo que la rodea.

Y será a través de los ojos de esta niña desde los que el público asista al espectáculo de duelos y luchas entre bandas de mafiosos y demás delincuentes, una de sus gerifaltes, Laverne, interpretada por Sigourney Weaver. "Tienes cara de haber matado alguna vez", así responde Aurora al Vecino Inquietante cuando este, sorprendido, le pregunta por qué ha pensado en contratarle. Lo irreal roza con lo absurdo en algunos de los diálogos, si bien las excelentes interpretaciones de las cabezas de cartel consiguen la magia.

La niña niega la muerte real de sus padres y fantasea con la idea de que los ha tomado un monstruo, permitiéndose así la posibilidad de mantener la esperanza de recuperarlos. Los monstruos no son sino asesinos cuya intención es la de acabar con la vida del Vecino Inquietante y, por error, acaban con la de los progenitores. Ahora es la propia Aurora la que se encuentra en el punto de mira por ser la única testigo, y el Vecino Inquietante deberá protegerla.

Por último recomendamos el documental "Uyari" (Escuchar)(2026), documental coproducción España-

Perú, dirigido por Javier Corcuera (La espalda del mundo, 2000; No somos nada, 2021; Mariem, 2025) quien firma el guion junto a Ana de Prada (Sigo siendo, 2013)

La ya conocida como la matanza de Juliaca, Perú, culminaba el 9 de enero de 2023 con 47 muertos, de ellos dos menores. Estas personas perdieron la vida en enfrentamientos con la policía peruana, mientras se manifestaban y protestaban contra la administración de Dina Boluarte, exigiendo la liberación del expresidente, Alfonso Castillo, y la celebración de elecciones. Para dar voz a las víctimas y en un afán de luchar por la memoria de las mismas, no solo ante Perú, sino ante el mundo, un grupo de artistas recorrió con su música la región de Puno.

El experimentado documentalista, Javier Corcuera, recupera los hechos con el documental Uyari, siguiendo a los artistas andinos y su homenaje con sonidos, bailes e indumentarias culturales "estoy llorando, estoy llorando, y, sin embargo, canto por ti (...)" letras y voces escogidas por el realizador para ilustrar musicalmente el tráiler de esta obra cinematográfica, en la que se alternan las imágenes coloridas y folclóricas, con los retratos de las víctimas con las que sus familiares denuncian sus muertes e imágenes reales de la represión policial que acabo con las vidas de los manifestantes.



Yolanda Cruz



"Uyari".

ME LLAMARÁN POETA:

JULIA DE BURGOS Y EL DESTINO CUMPLIDO



Julia de Burgos.

El 6 de julio de 1953 se desplomaba en las calles de Nueva York una mujer de forma anónima. La afección, una pulmonía contraída por la vida a la intemperie y el alcoholismo. Poco después, moría en el hospital de Harlem al que fue trasladada. Esa mujer era Julia de Burgos, la gran poeta puertorriqueña que había escrito premonitoriamente en su "Poema para mi muerte": "Morir conmigo misma, abandonada y sola, / en la más densa roca de una isla desierta". Fue en una isla, efectivamente, donde perdió la vida, la de Manhattan, pero no precisamente desierta.

Julia de Burgos había nacido en Carolina, localidad de otra isla, Puerto Rico, en 1914, 39 años antes del fatal desenlace en las calles

neoyorquinas. Dentro de una familia numerosísima, fue la primera de trece hermanos en estudiar en la universidad. Se graduó en 1933 en la Universidad de Puerto Rico para ejercer como maestra, entre otras labores que parece que despertaron en ella de manera temprana la solidaridad con aquellos que eran dejados de lado por el sistema. Muy temprano empezó a militar dentro del grupo Hijas de la Libertad, que sería la vertiente femenina del Partido Nacionalista de Puerto Rico, promotor de la independencia de la isla, cedida por España a EE. UU. en 1898 después de la guerra entre ambos países. Su lucha así iba dirigida contra la opresión de una isla y de sus habitantes.

La llegada a la escena literaria puertorriqueña de De Burgos coincidió con una puesta en crisis del colonialismo, visto como un mal que asoló la isla durante demasiados años: pasando de colonia de unos a colonia de otros. Y en esa línea emancipadora publica con 22 años "Es nuestra la hora", en el que increpa sin ambages a los que considera opresores de su pueblo: "Campesino noble, / tu desgracia tiene solo una respuesta. / El imperialismo de Estados Unidos / tiene una ancha fosa". Y en ese mismo año, 1936, pronuncia el discurso "La mujer ante el dolor de la Patria" en el Ateneo Puertorriqueño. Se entrelazan así desde muy joven dos facetas claves, la poesía y el compromiso cívico.

Su primer libro, editado de manera artesanal un año después, llevaba el título "Poemas exactos a mí misma" y, por desgracia, se perdió. Pero no habrá de esperar mucho ya que poemas suyos irán apareciendo en revistas puertorriqueñas de la época como "Reno-

vación" y "El Poeta de Hoy" hasta que en 1938 aparezca su primer libro conservado, "Poemas en veinte surcos". Poco después le siguió "Canción de la vida sencilla" (1939), que inevitablemente nos remite a los "Versos sencillos" de José Martí, otro gran poeta en lucha por la emancipación de los pueblos americanos. Al cubano dedicó De Burgos el soneto "A José Martí (Mensaje)", que acaba con estos tres versos: "Porque tengamos cerca de la muerte un consuelo, / Puerto Rico, mi patria, te reclama en su suelo / y, por mi voz herida, se conduce hasta ti".

Al poco comienza la poeta un peregrinaje que la sacará de su isla para siempre. El primer destino fue Nueva York, en enero de 1940, para a mediados de ese mismo año partir a Cuba, donde publicará ese poema a José Martí, en el diario "Oriente", y donde terminará el que parece ser su último libro y que no pudo publicar en vida: "El mar y tú y otros poemas", "que vio la luz un año después de su muerte. Tras un par de años en Cuba la poeta parte de nuevo a Nueva York. En EE. UU. desempeñará una gran variedad de oficios a la que seguirá un deambular de hospital en hospital con diferentes dolencias.

La poesía de Julia de Burgos fue pasando de la denuncia y lo colectivo —lo que se podría considerar en cierto sentido una poesía militante— hacia lo lírico e introspectivo, hasta llegar a lo más puramente dramático según la vida la iba asediando. "Soy diluvio de duelos, / toda un atormentado desenfreno de lluvia, / un lento agonizar entre espadas perpetuas. / ¡Oh intemperie de mi alma! / ¡En qué ola sin nombre callaré tu poemal", dice en "Entretanto,

POEMA PARA MI MUERTE

Ante un anhelo

Morir conmigo misma, abandonada y sola,
en la más densa roca de una isla desierta.
En el instante un ansia suprema de claveles,
y en el paisaje un trágico horizonte de piedra.

Mis ojos todos llenos de sepulcros de astro,
y mi pasión, tendida, agotada, dispersa.
Mis dedos como niños, viendo perder la nube
y mi razón poblada de sábanas inmensas.

Mis pálidos afectos retornando al silencio
-¡hasta el amor, hermano derretido en mi senda!
Mi nombre destorciéndose, amarillo en las ramas,
y mis manos, crispándose para darme a las yerbas.

Incorporarme el último, el integral minuto,
y ofrecerme a los campos con limpieza de estrella
doblar luego la hoja de mi carne sencilla,
y bajar sin sonrisa, ni testigo a la inercia.

Que nadie me profane la muerte con sollozos,
ni me arropen por siempre con inocente tierra;
que en el libre momento me dejen libremente
disponer de la única libertad del planeta.

¡Con qué fiera alegría comenzarán mis huesos
a buscar ventanitas por la carne morena
y yo, dándome, dándome, feroz y libremente
a la intemperie y sola rompiéndome cadenas!

¿Quién podrá detenerme con ensueños inútiles
cuando mi alma comience a cumplir su tarea,
haciendo de mis sueños un amasijo fértil
para el frágil gusano que tocará a mi puerta?

Cada vez más pequeña mi pequeñez rendida,
cada instante más grande y más simple la entrega,
mi pecho quizás ruende a iniciar un capullo,
acaso irán mis labios a nutrir azucenas.

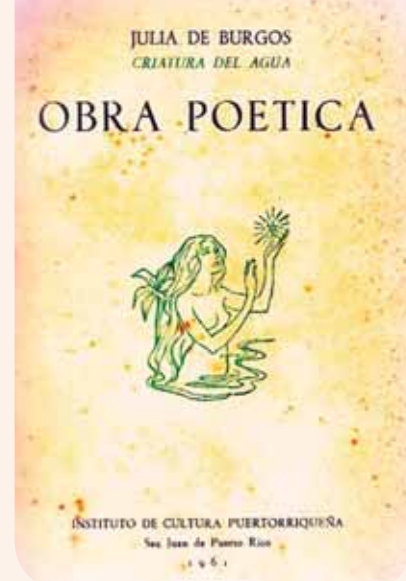
¿Cómo habré de llamarme cuando sólo me quede
recordarme, en la roca de una isla desierta?
Un clavel interpuesto entre el viento y mi sombra,
hijo mío y de la muerte, me llamará poeta.

Julia de Burgos

(Carolina, Puerto Rico, 1914-Nueva York, EE. UU., 1953)

De "El mar y tú y otros poemas" (Printing & Publishing Company, San Juan, 1954)

En "Poesía completa" (Instituto de Cultura Puertorriqueña, San Juan, 1961)



Poesía completa.



la ola", poema de ese libro póstumo que antes mencionábamos, "El mar y tú y otros poemas".

Junto a la mirada acerada sobre la realidad social que la rodea, en la poesía de la puertorriqueña encontramos como signo recurrente la interlocución consigo misma. Esta empieza ya en el primer poema de su primer libro, al que llama precisamente "A Julia de Burgos" y que comienza con estos versos: "Ya las gentes murmuran que yo soy tu enemiga / porque dicen que en verso doy al mundo tu yo. // Mienten, Julia de Burgos. Mienten, Julia de Burgos. / La que se alza en mis versos no es tu voz: es mi voz; / porque tú eres ropaje y la esencia soy yo; / y el más profundo abismo se tiende entre las dos".

Esta autoapelación apunta, entre otras cosas, a la subversión de los límites, a una puesta en duda del papel que se le ha asignado como mujer joven en un tiempo en el que el trabajo intelectual estaba lejos de ser la norma para ellas: "Tú en ti misma no mandas; a ti todos te mandan; / en ti mandan tu esposo, tus padres, tus parientes, / el cura, la modista, el teatro, el casino, / el auto, las alhajas, el banquete, el champán, / el cielo y el infierno, y el qué dirán social. // En mí no, que en mí manda mi solo corazón, / mi solo pensamiento; quien manda en mí soy yo". Ese final es una declaración de principios feminista, "quien manda en mí soy yo", con determinación y sin titubeos.

Otra dualidad asoma también en el último de los poemas de su poesía reunida, el que confronta la canción con el grito, como dos formas de enfrentarse a la realidad: "Ya no es canción. / Es grito. / Grito de fuerza viva, / de hombres que luchan, / de mentes que se libentan, / de brazos sueltos / prestos a no caer". El grito se manifiesta como una necesidad, como un imperativo ante una sociedad injusta y alienante contra la que decidió enfrentarse la poeta, "con la resignación estoica y agresiva del combatiente que no se rinde", como se describió a sí misma en una de las cartas que escribió a su hermana Consuelo reunidas en "Cartas a Consuelo" (2014).

Carta de Julia de Burgos a dos meses de su muerte (colección de Sandra Rodríguez, Centro de Estudios Puertorriqueños).



*Estatua de Julia de
Burgos de su mausoleo
en Carolina (Puerto Rico)*

PALABRAS DESDE ÍTACA

(POETAS ACTUALES EN DIÁLOGO CON LA MUERTE)

Renato Pita

(Lima, Perú, 1980) ha publicado los poemarios "Cuadernos del Neopregón" (Arteidea, 2005), "El animal se muere en los límites de un país conocido" (Paracaídas, 2015) y "Tapir Tapir" (Vallejo & Co., 2021), la crónica "El sueño del tigre achuar. Testimonio y recuerdos del líder indígena Tomás Maynas Carijano" (IWGLA, 2024) y el libro de dibujos "Tapir, Tapir, Tapir" (Ediciones Deformes, 2025). Fue integrante del colectivo de arte El Colectivo. Ha participado en distintas muestras colectivas de arte.

NO SUPONE APRENDIZAJE

sien y pólvora.
piedra y ropa ahogada.
flor silente de los barbitúricos.

ese triángulo, ¿no es
la órbita
trazada con impericia
por ese quien descubre un
hueco en el cuerpo propio
en aras de ser limpio
e impar, pero
sin cuello,
como el triángulo?

ese que no supone aprendizaje es ese.
sujeto y
sin sujetar.

La poeta considera que "(ha) tenido que sostener una lucha a muerte con la fatalidad", como le dice en otra carta de 1940 escrita en La Habana a su hermana, e inmediatamente después le escribe: "... pero he salido triunfante". La fatalidad —entendemos— apunta esta vez a su vida personal, marcada por la intensidad amorosa, por la errancia, y por la pobreza y la precariedad. Tres años después, el 2 de marzo 1943, les escribe: "... en este destierro que me encuentro, vagando de país en país, y de derrota en derrota", ya no triunfante, y dolida por la lejanía de su tierra y sus seres queridos.

Cuando Julia de Burgos murió, llevaba casi 15 años fuera de su Puerto Rico natal, del que había partido para no volver nunca con 25 años. Al ser atendida en las calles de Harlem y trasladada a un hospital, no llevaba consigo ningún tipo de identificación,

como tantos de los que se ven abocados a vagar por las calles y que algunos consideran "ilegales". Esto hizo que fuera enterrada en una fosa común en la pequeña Hart Island, al este del Bronx, otra vez una isla. Allí la dejaron bajo el nombre de Jane Doe, el que se asigna en EE. UU. a las mujeres muertas sin identificar.

Al no saber de ella por un tiempo, su familia, muy preocupada, la buscó y supo de su muerte, y acudió a la búsqueda de sus restos para llevarla de vuelta a casa. En 1991 se inauguró un monumental mausoleo en Carolina, su tierra natal, dedicado a su poeta más universal, lejos del anonimato en el que había perecido en Harlem. Una de las frases en la placa que recuerda la inauguración del monumento dice: "El pueblo de Carolina rinde merecido tributo a esta fecunda fuente poética, que tanto lustre ha impartido a la literatura puertorriqueña".

Edad:
+16

TAMA PUIA

LOS HIJOS DEL VOLCÁN

¿Quién no ha soñado alguna vez con ser inmortal y vivir para siempre? Sobre todo a esas edades en que la juventud, su intensidad, lo que vemos que nos queda por delante, hace que nos parezca imposible morir: vivimos a pecho descubierto, sonriendo, la vida nos devuelve la sonrisa y apenas nos afecta salir tres noches seguidas. Y seguro que también hemos pensado alguna vez lo contrario: ¿Es tan interesante vivir para siempre? ¿De verdad valdría la pena? De hecho es una pregunta a la que todas las artes, desde el principio de los tiempos, han intentado responder. Ahí están los mitos, las leyendas, cuadros, músicas, novelas... Y entre estas últimas, "Tama Puia. Los hijos del volcán".

En esta novela juvenil llena de emociones, tensión y aventura, Chiki Fabregat nos invita a ponernos en la piel de unos personajes que no mueren: los "Tama Puia", hijos de la Madre Fuego, del volcán. Estos conviven con

Fabregat, Chiki
Siruela, 2026



¿Quién no ha soñado alguna vez con ser inmortal y vivir para siempre?

los hijos de la Madre Agua, efímeros, humanos. Su condición de mortales unos e inmortales otros responde al castigo que, por su amor, impuso a las Madres el ser que los gobierna a todos. Esta aventura nos mostrará cómo no es el cuanto, sino la intensidad de la vida lo que da sentido a la misma. Cómo, en concreto, el amor, siempre que sea auténtico e incommensurable, más allá de su manifestación, puede llenar de sentido una existencia a pesar de que esta no dure para siempre.

Chen, un "Tama Puia" que vive en el Rastro madrileño, está aburrido de su

vida eterna y se duele de una profunda herida que sufrió en un pasado y no ha terminado de cicatrizar. Un día recibe la visita de una humana que le pide protección para Fayna, una joven hija del fuego, como él. Lo que en principio vive como una carga que no se ve capaz de llevar, con el tiempo va a cambiar toda su existencia y la de todos, pues ambos se descubren parte de una profecía que les convierte en los únicos capaces de salvar el mundo de la extinción.

El amor es lo que llena de intensidad, pasión, emoción, dolor, alegría, lágrimas... vida, en definitiva, a la vi-

da. Y eso es lo que estos personajes y nosotros a su lado aprenderán en un viaje que les llevará de Madrid a Lanzarote, de lo perenne a lo caduco, del individualismo y la soledad a lo comunitario y la compañía que enriquece la vida. Porque una vida sin un objetivo que nos trascienda deja de hacer música, es como una guitarra con las cuerdas destensadas. No suena, ni siquiera desafina. Y es que la eternidad resulta muy aburrida. Es una permanente huida para que nadie descubra que no envejeces. Y en cada mudanza te llevas todos los recuerdos: los que duelen y los que alegran. Más tarde o más temprano el inmortal se convierte en un descreído, pierde la esperanza y la ilusión, es como un muerto viviente eterno. La vida se convierte en una carga.

Una novela que reivindica el sentido de lo que se acaba cuando se ha vivido con un propósito que va más allá de nosotros como individuos, llena de aventura, romance y peripecias intensas; también de introspección y reflexión. Todo ello perfectamente entrelazado e integrado en una trama que engancha desde la primera línea. Una historia contada a tres voces que se complementan no solo para narrar los hechos, sino para darnos una visión de la vida donde lo importante no es el tiempo, sino de qué lo llenamos. Que nos demuestra que es posible indigestarse de vida cuando sabemos que no tiene un final, aburrirse soberanamente y perder la capacidad de disfrutar de sus sabores. En "Tama Puia" nada ni nadie es lo que parece. Chen y Fayna deben descubrirlo poniéndose en juego. Y ese riesgo es el que hace que su vida y la de todos sea verdadera vida y no una condena disfrazada de eternidad.



**Javier
Fonseca**



‘ROSA’

Un cómic de autoficción de Alfonso Casas

Una viñeta con el ticket del dispensador de citas del hospital de día de oncología del Miguel Servet y un mensaje: “La única cita a la que no pudiste acudir”. Así comienza el cómic ‘Rosa’ de Alfonso Casas, un diálogo del ilustrador con los monstruos que le acompañaron en el proceso de duelo por la muerte de su madre.

El cómic, un monólogo de autoficción como lo define el propio Casas (Zaragoza, 1981), publicado por Random Comics, aborda el duelo por el fallecimiento de Rosa a causa de un cáncer de páncreas, pero también es una historia construida con la experiencia de un segundo duelo sufrido ese

darle en el día a día para seguir adelante”.

A través de sus vivencias, Casas hace un cómic en el que convierte su experiencia personal en algo universal “porque la muerte toca a todos en algún momento y duelos hay muchos: por personas queridas que se van, por relaciones que se acaban o por amistades que se rompen”.

Casas explica que el cómic tiene un único personaje porque no pretende contar la historia de nadie más: “Es una decisión personal que corresponde a la línea de mis últimos libros, construir un universo de autoficción a partir de monstruos que representan las emociones”.

reflexiones gráficas, que al final va desenmarañando.

En definitiva, es un viaje que aborda las cuatro fases del duelo: la negación, la ira, la culpa y la aceptación y el autor lo hace, afirma, “desde la más absoluta honestidad”.

El autor explica que el cómic supuso un proceso de introspección fruto de las reflexiones sobre los dos duelos que sufrió este año, y para contar la historia optó por dos colores: el azul y el rosa.

Eligió el rosa por su madre: “Es el color de los fondos de las páginas y el lienzo sobre el que se dibuja el cómic”, mientras que el azul es el color de la tinta; y el fantasma, el único elemento blanco, representa la ausencia.

Para construir el cómic, el dibujante recurrió al boceto de lápiz y papel, aunque el resultado final es digital.

La historia viene a ser un homenaje a su madre, con quien en algún momento pensó en escribir un libro de manera conjunta, “y un homenaje a todos los seres queridos de los que nos tenemos que despedir”, comenta.

Casas recuerda que su madre fue siempre un gran apoyo y está convencido de que esta nueva historia le llenaría de satisfacción.

Para aprender a vivir sin un ser querido

mismo año por el propio autor: la muerte de su mejor amiga.

“¿Tienes miedo, mami?”, es la primera pregunta que se hace el autor en su obra y que ilustra con las manos del autor cogiendo entre las suyas la de su madre. El libro es un ejercicio de ordenar las propias emociones y “de alguien (él mismo) que quiere saltarse el dolor de un proceso de duelo y cómo se da cuenta de que es imposible”, explica.

Y a ese dolor, dice, “hay que encontrarle un hueco y acomodarle

El ilustrador explica que en ‘Rosa’ dibujar sobre su madre no era una forma de aliviar el dolor, “sino una estrategia (in)consciente para no afrontarlo”, y conservarla un poco más a su lado.

Sin embargo la realidad se manifestaba de forma recurrente e irrumpían los pensamientos: “Voy a llamarla para hablar un rato”, “voy a escribirle a ver qué tal”, “voy a pasarle esta foto...”.

Casas comenta que el cómic fue un ejercicio para ordenar sus emociones a partir de pequeñas



DESÉENME UN BUEN VIAJE Memorias de una despedida de Gina Montaner

«Te pido que me ayudes a morir». Me lo dijo sin preámbulos, pero no me tomó por sorpresa. A principios de 2022, mi padre, el analista político y escritor Carlos Alberto Montaner, me encomendó la misión más difícil y dolorosa de mi vida: me pidió que me encargara de todos los trámites con el fin de

JUANA DE CASTILLA de Eduardo Juárez

Dice el historiador José Luis Corral que el último libro del también historiador y profesor Eduardo Juárez Valero es “preciso, contundente, desmitificador y necesario: imprescindible”. La editorial ‘Ático de los Libros’ explica en su presentación que se trata de “la biografía definitiva de Juana de Castilla y la invención de su locura”.

Eduardo Juárez, colaborador y responsable de la sección de historia en Revista Adiós, escribe en este número sobre la muerte y entierro de la reina, que también están en el libro.

En esta biografía definitiva, Eduardo Juárez Valero reconstruye, según la nota difundida por su editorial, con rigor y precisión la auténtica trayectoria de Juana, desmontando los tópicos que la han reducido a un personaje pasivo. A partir de una profunda investigación y del acceso a documentación inédita, el autor muestra a una soberana plenamente consciente de su papel, capaz de gobernar y de comprender el alcance político de su herencia, pero apartada del poder por los intereses de quienes la rodearon.

Relegada durante siglos al mito de su supuesta locura, Juana I de Castilla fue en realidad una de las figuras políticas más decisivas y maltratadas del Renacimiento europeo. Hija de los Reyes Católicos, esposa de Felipe el Hermoso y madre de Carlos I, heredó de Isabel la Católica el reino de Castilla y fue su reina de iure durante casi cuatro décadas, en un momento clave para la construcción de la Monarquía Hispánica.

Desde la corte de Flandes hasta su prolongado encierro en Tordesillas, pasando por la muerte de Isabel la Católica, la crisis sucesoria en Castilla, las luchas de poder entre Fernando el Católico y Felipe el Hermoso, la revuelta de los comuneros y el ascenso de Carlos I, este libro devuelve a Juana de Castilla su verdadera dimensión política, cultural y humana, la de una soberana formada en las artes liberales y en la cultura humanista de su tiempo. Una obra imprescindible para entender el nacimiento del Estado moderno y la historia de una reina a la que se negó el trono por ser mujer.



LA PENÚLTIMA HORA de Salman Rushdie

Tras la autobiográfica ‘Cuchillo’, donde narró el ataque sufrido en 2022 en el que casi pierde la vida, el escritor angloindio Salman Rushdie regresa a la ficción con ‘La penúltima hora’, una colección de cinco relatos con un tono crepuscular donde reflexiona sobre la muerte, el legado, el poder del arte o la libertad de expresión.

“No creo en la vida después de la muerte, pero es una ficción muy útil”, dijo a finales del pasado mes de enero en una multitudinaria rueda de prensa telemática con motivo de la publicación del libro en español de la mano de Random House, según un resumen de Efe.

Rushdie (Bombay, 1947) admite que haber visto tan de cerca la muerte ha condicionado su escritura. Ha habido una pregunta que no ha dejado de hacerse y es cómo afrontan los artistas la recta final de su vida y de su creación, desde la ira o desde la serenidad.

“Supongo que puedes optar por ambas, según el día de la semana”, razona poniendo el ejemplo de Beethoven, que en sus últimos días compuso la ‘Novena Sinfonía’ y el ‘Himno a la Alegría’ a pesar de que estaba “muy enfadado, envejeciendo y quedándose sordo”.



Jesús Pozo

solicitar en España la prestación de ayuda para morir. Este libro es la crónica familiar y emocional de ese viaje sin retorno del padre —y de la propia autora— con el trasfondo de la eutanasia. Un camino lleno de obstáculos e incertidumbre, pero también un recorrido extraordinario por las emociones, la comunión íntima y

la perseverancia frente a la adversidad.

Gina Montaner (La Habana, 1970) se instaló en Madrid con su familia cuando era niña. En 1983 se licenció en Literatura Iberoamericana en el Barnard College (Nueva York). Desde hace cuatro décadas publica una columna semanal en El Nuevo Herald (Miami). Además, es

colaboradora habitual de El Mundo (España). Entre sus libros destaca la novela La mala fama (Grijalbo Mondadori, 2009).

Durante más de diez años fue directora de contenido editorial en los informativos del canal 51 (Telemundo) y ganó ocho Emmy por la producción de diversos reportajes y coberturas especiales.

tomo LA IMAGEN

Jesús Pozo



HAY cementerios barrocos, rococós, neoclásicos, modernistas y luego están los minimalistas. Como este de un pequeño pueblo turístico de Almería que, por minimalista, no tiene ni cerradura ni candado, ni adornos, ni nombre en la puerta, ni simbología alguna.

Acaban de hacer una ampliación y han decidido directamente construir un bloque de columbarios en la pequeña plaza que tenía. Es otra forma de entender el metro cuadrado y el aprovechamiento del espacio en un pueblo en el que cada vez las promociones inmobiliarias se van pareciendo a su cementerio. ¿O es al revés?

Por otra parte, será fácil ir sabiendo la ratio de fallecimientos en el pueblo. Sólo habrá que ir contando lápidas desde la calle. Más simple imposible. Aunque no estaría mal ir pintando cada columbario de un color. Para darnos alguna alegría a los que seguimos vivos.

tomo LA PALABRA

Roberto Villar

CADA VEZ VIVIMOS MÁS

EL título de la columnita de hoy parece traicionar el espíritu con el que nació y se desarrolla este espacio. Siempre se habla aquí de algún elemento o conducta relacionada, muy directamente, con el ámbito funerario. Sin embargo, creo que, lejos de traicionarme, he dado en el clavo, quizá como nunca hasta ahora. Si algo tiene que ver con el concepto mortuario es el progreso en la capacidad humana de vivir más tiempo y en mejores condiciones. Los ochenta son los nuevos setenta. Los setenta son los nuevos sesenta. Los cincuenta... ya, lo habéis pillado. Vamos a mejor. Aunque la sentencia la vocifere un cuñado en el éxtasis de la cena navideña: "Cada vez vivimos más". Una verdad como un templo. Hoy quiero cantar al progreso científico. Incluso un nostálgico acérrimo debería admitir que eso de "Todo tiempo pasado fue mejor", en muchos sentidos y desde muchísimas ópticas actuales, es una falacia. Mañana es mejor. La nostalgia ya no es lo que era, señoras y señores. Indaguemos en la Historia, la grande, la de reyes, dictadores, esclavitud y miseria. También miremos hacia atrás en nuestra doméstica historia familiar de abuelos y bisabuelos. Pensemos en las generaciones anteriores. Estamos mejor que ayer, pero (para completar esta aseveración pido un extra de optimismo) peor que mañana. Vivimos tiempos duros. Durísimos en muchos casos. Lo admito, lo comprendo, pero me niego a pensar que hace cuarenta o cincuenta años (y sí, hablo en términos generales y contemplo las particulares excepciones de cada uno de nosotros) viviáramos mejor que ahora. "La Ciencia avanza que es una barbaridad", como dice el tópico y también mi cuñado en la sobremesa del 24 de diciembre. Y no puedo estar más de acuerdo con esa frase, además de no poder sintetizar mejor la idea que condensa. Pongo sólo los títulos de una simple y rápida consulta que acabo de hacer preguntando acerca de los progresos en distintas áreas en los últimos cuarenta años. Y ya, si eso, indagáis un poco en estos temas que, aunque el enunciado de cada uno de los ítems se nos haga algo distante a muchos de nosotros, nos dan de lleno. Edición Genética. Proyecto del Genoma Humano. Inmunoterapia. Terapia Génica: Imágenes Médicas y Robótica. Antivirales. Células Madre. Internet. Inteligencia Artificial. Computación Móvil. Tecnología de la Nube (Cloud) y Big Data. Energías Renovables. Física de Partículas. Sí, ya sé: Todo esto está muy bien, pero depende de cómo se use. Claro, como un abrelatas, la televisión, o los libros. Al principio muchas innovaciones del pasado nos pusieron ante un abismo. Y míralas y míranos ahora. Bueno, sí, lo admito: me sigue costando dominar el abrelatas.



Cuando más nos necesitas

ATROESA

— HORNOS CREMATORIOS —

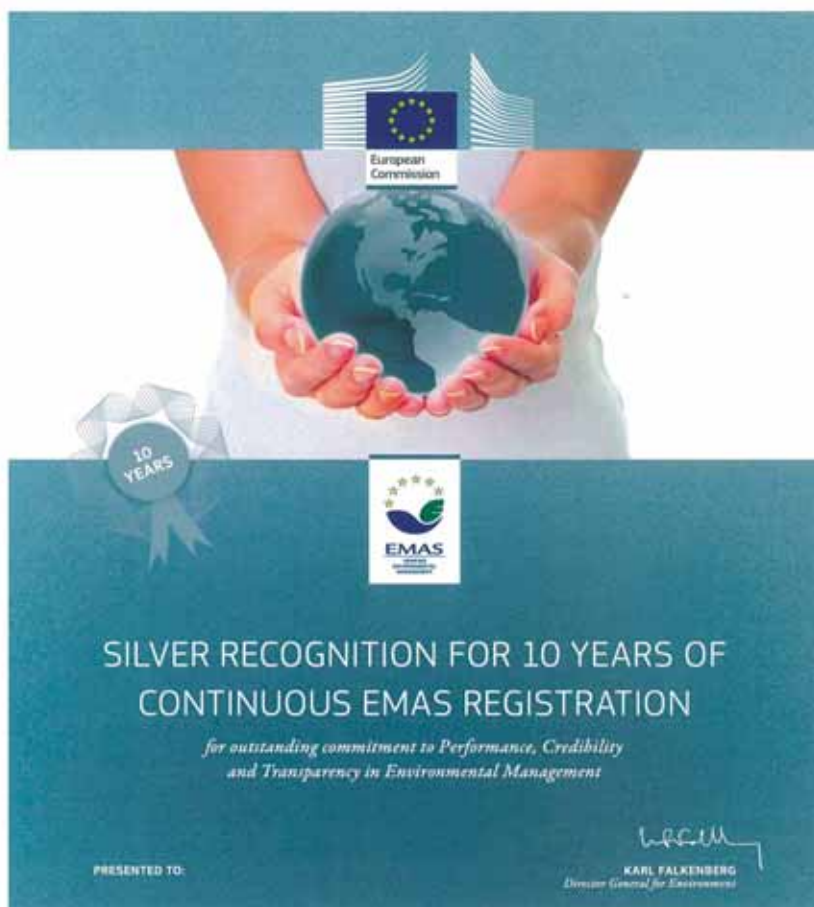
MÁS DE 40 AÑOS AL SERVICIO DEL SECTOR FUNERARIO,
PROTEGIENDO EL MEDIO AMBIENTE.

ATROESA

Fabricante de Hornos Crematorios

Web: www.atroesa.es // E-mail: atroesa@atroesa.es
Teléfono: 916 97 22 22 / FAX: 916 97 57 75

GESTIÓN AMBIENTAL
VERIFICADA



www.atroesa.es