

Sevilla, Diciembre 2019

Nº 89

# ANDURIÑA



Portavoz del LAR GALLEGO DE SEVILLA

## Aniversario

Celebramos el 61 aniversario de nuestra primera sede

## Anduriña de Oro

Margarita Rodríguez Otero, Escritora y Colaboradora de Anduriña

Marián Campra, Directora de Anduriña

## Entrevistas

Carmen Pomar, Conselleira de Educación, Universidad y Formación Profesional de la Xunta de Galicia

Marta Bosquet, Presidenta del Parlamento de Andalucía

José A. García, Presidente de la Asociación de Productores de Aceite y Aceituna de Galicia, APAAG

Ramón Durán, Presidente de Adegas Terra de Asorei

Guillermo Budiño, Presidente del Consejo Regulador de la Denominación Específica Pataca de Galicia

Jaime Escobar, Restaurante Gallego O grelo de Madrid





# FAI UN BOL

LAR GALLEGO DE SEVILLA  
REPERTORIO TRADICIONAL

GRABADO Y MEZCLADO EN SEVILLA  
EN 2019 POR RUBÉN DÍAZ PARA EL  
LAR GALLEGO DE SEVILLA

MASTERING, MANGU DÍAZ

#### MÚSICOS INVITADOS

GRAINE HORAN, VIOLÍN  
CHEMA BARBADO, GUITARRA  
LESLIE ANN JORDAN, VIOLÍN  
FERNANDA VALDÉS, ACORDEÓN  
JAVIER DELGADO, CONTRABAJO  
LAURA DE LOS ÁNGELES, PIANO

#### GRUPO DE MÚSICA TRADICIONAL

FRAN VERDE, GAITA  
RAQUEL D LAGUNA, GAITA  
PABLO NORIEGA, GAITA  
MANUEL GARCÍA, GAITA  
CARLOS PATIÑO, TAMBORIL  
ANDRÉS SAMPEDRO, PANDERETA  
RAFA OLIVA, GAITA  
GENARO GONZÁLEZ CAO, GAITA  
MIGUEL ÁNGEL LABRADOR, GAITA  
MIGUEL ALONSO, GAITA  
RUBÉN DÍEZ, GAITA, FLATA TRAVESRA,  
PÍCOLO, BOMBO

DISEÑO, ALE ROJAS  
MAQUETACIÓN, FRAN VERDE



Organizan:



**LAR GALLEGO  
DE SEVILLA**

**NO8DO**

Asociación de Músicos  
Galegos de Sevilla  
Presidencia Galega  
de Música e Instrumentación

Proyecto subvencionado por:



**XUNTA  
DE GALICIA**

# SUMARIO



Pág.04



Pág.08



Pág.14

Ganadora Dibujo Navideño **04**

Carta del Presidente **05**

Palabras de la Directora **07**

Aniversario del Lar **08**

• Entrevistas **14**

• A vida no Lar **22**

• Gastronomía **34**

• Gallegos para la historia **42**

• Lectura **48**

• Finalistas Dibujo Navideño **58**

• Agenda **59**

**No 89**  
DICIEMBRE 2019

**Directora: Marián Campra García de Viguera**  
[mariancampra@gmail.com](mailto:mariancampra@gmail.com)

Revista cultural editada por el Lar Gallego de Sevilla

Calle Padre Méndez Casariego, 27. 41003. Sevilla

Depósito Legal: SE - 744.049 - 1974. Imprime Coria Gráfica

Colaboran: Xunta de Galicia y Excmo. Ayto. de Sevilla

Foto de portada cedida por Turismo de Galicia. O Cebreiro - Pedrafita do Cebreiro.



**La Junta Directiva del Lar Gallego  
les desea Felices Fiestas y  
un próspero Año Nuevo**



**A Xunta Directiva do Lar Galego  
deséxalles Bo Nadal e  
un próspero Aninovo**

**Ganador del VI Concurso de  
Dibujo Infantil Navideño:  
Sofía Pérez Arcos (7 años)  
Navidad 2019**





El día uno de diciembre de 2019 el Lar Gallego de Sevilla celebró el 61 aniversario de su primera sede y el final de nuestra hipoteca con el Banco Pastor por la adquisición de nuestra sede actual.

También se celebra la entrega de los premios de: Antigüedad, el Literario, María Teresa Rodríguez, y las Anduriñas de Oro concedidas en este ejercicio, y como en su presentación anuncié que no me presentaré a la convocatoria en la próxima Asamblea General del Lar, se convirtió el acto en un homenaje a mi persona por todos los asistentes que me felicitaban por la labor que realicé en este centro gallego, mientras yo reflexionaba sobre lo que el Lar Gallego me dio a mí: poder disfrutar de un rincón de Galicia en Sevilla, tener una relación directa con sus instituciones, con sus Presidentes, los Secretarios Xenerales de Emigración y todos los componentes de dicha Secretaría que siempre me dispensaron especial colaboración y amistad. En este tiempo también hemos establecido relaciones con otras instituciones como las Diputaciones, Ayuntamientos, la prensa e intelectuales que han intervenido en nuestros actos culturales, grupos folclóricos que nos han deleitado con su música, bailes y canciones de nuestra tierra y que siempre ha quedado un recuerdo de agradecimiento y amistad.

Gracias a esta ciudad de Sevilla que nos acogió con tanta generosidad y que hemos tenido un trato muy directo con sus responsables: En el año 2006 nos fue concedida la medalla de la Ciudad en nuestro 50 aniversario y el Lar Gallego acordó en Asamblea conceder la Anduriña de Oro máxima distinción de la Sociedad a todos sus Alcaldes, otras aéreas como Participación Ciudadana por apoyarnos siempre en nuestras celebraciones e igualmente Nuestro Distrito Municipal que siempre hemos tenido una colaboración mutua.

Gracias a la Junta de Andalucía aunque con menos dependencia siempre nos ha prestado su atención. El Parque del Alamillo donde celebramos nuestra tradicional Romería del 12 de Octubre al lado del cruceiro donado por la Xunta de Galicia. Esta fiesta la hemos celebrado más de 40 años en los pinares de Oromana de Alcalá y el municipio sigue celebrando ese día como la fiesta de los gallegos.

Por todo lo referido considero, que el máximo valor para mí lo representa la de tantos amigos que a lo largo del tiempo se han ido incrementando y que me demuestran su afecto continuamente. Personalmente pude disfrutar de todas las atenciones que recibió este Lar del que desde su inicio, como socio fundador poseedor del nº 1, cofundador de la Federación Sevillana de Casas Regionales y Provinciales de la de Centros Gallegos en Andalucía Ceuta y Extremadura.

Ésta es mi última reseña como Presidente del Lar Gallego en esta Revista por dicha razón quiero agradecer a todos que han sido responsables de la dirección de esta asociación desde las primeras juntas de las que formé parte en varias ocasiones y la que me nombró Gerente en 1982 y la que me nombró Presidente en 2010.

Y a la actual Junta Directiva del Lar Gallego quiero hacer un agradecimiento muy especial por el cariño que ha demostrado a mi persona y por la capacidad de trabajo que disponen, cada uno cumple con su cometido y cuando presentan un proyecto es muy razonado y creo que el Presidente puede no ser tan importante, os quiero.

De Marián, nuestra Jefa de Prensa no me despido que algo haremos en próximas Anduriñas y de nuestra administrativa Tereza tampoco porque nos veremos todos los días, lo que sí les agradezco de corazón su buen hacer y el trato tan cariñoso que siempre me han dispensado, también os quiero.

¡Feliz Navidad y próspero Año Nuevo a todos!

Alfredo R. Otero García, Presidente del Lar Gallego de Sevilla.



## Sevilla, a ritmo de Galicia

El Lar Gallego celebró el Festival Fai un Sol en la capital andaluza llevando la música celta y la artesanía y relatos del noroeste a miles de personas



### Presentado el cartel del Festival Fai un Sol

La delegada de Participación Ciudadana y Coordinación de Distritos, Adela Castaño, el vicepresidente del Lar Gallego, José Manuel Gil, y Fran Verde, uno de los organizadores de Fai un Sol, presentaron ayer el cartel de los tres conciertos de música folk y la programación de actividades familiares del encuentro que, organizado por el Lar Gallego, se celebrará en el Parque de los Príncipes el próximo sábado.

Portada TVG G24Noticias RG Deportes #Cultura365



RADIO GALEGA

DIRECTO PODCAST PROGRAMA

92. ABC CALLE

# ABC

### 5 Propuestas

**Ruta por Sevilla**  
«Sevilla 150. 1 Visita al Mundo» en la ruta guiada por Sevilla de la que se podrá disfrutar este fin de semana para conocer los detalles de esta historia. Entradas: [topavisita.com](#)

**Festival Hype me!**  
El Centro Andaluz de Arte Contemporáneo celebra hoy su Festival Hype me! con actuaciones de Elastic Band, Cuanta, Los Estafetas, The Oddballs, The Parrots... A las 21-30 horas.

**Turismo en Utrera**  
Utrera celebra este fin de semana el Día Mundial del Turismo con visitas guiadas a sus monumentos, jornadas de puertas abiertas, exposiciones, mapping, etc.

**Festival gallego**  
Hoy se celebra el Festival Fai un Sol en las instalaciones deportivas del Parque de Los Príncipes con gastronomía, actividades para familias, mercadillo de artesanía y conciertos.

**Visitas por Alcalá**  
Alcalá de Guadaíra celebra el Día Mundial del Turismo con visitas teatralizadas gratuitas a La Herminera del Guadaíra y el Molino del Algarrobo, de 11.30 horas a 13.30 horas, hoy y mañana.

## A Tarde

# Cultura galega na distancia: I edición do 'Fai un sol en Sevilla'

27/09/2019 - 16:52 h



## Festival Fai un Sol

### La música celta inunda Sevilla

La Casa Regional Lar Gallego impulsa la programación...

elCorreo 19 de Septiembre de 2019

## AGENDA Cultural

### 'Fai un sol' invita a los sevillanos a disfrutar de la mejor música celta

El sábado 28 de septiembre se puede asistir de manera gratuita a la primera edición del festival de música celta 'Fai un Sol', impulsado por el Lar Gallego



## MÚSICA CELTA EN EL PARQUE DE LOS PRÍNCIPES

### Primer Festival "Fai un sol" del Lar gallego de Sevilla

CSN Sevilla

28 FESTIVAL GRATIS EN SEVILLA: FAI UN SOL



Con motivo del 300 aniversario la primera salida al mundo, el Lar Gallego de Sevilla celebra la primera edición de Fai un Sol, música folk Atlántica







Estimados lectores, queridos socios y amigos,

este año el Lar celebra que se cumplen 61 años desde su primera sede. Todos los aniversarios son emocionantes, emotivos e inolvidables pero éste para mí lo ha sido especialmente.

Cuando la Junta Directiva me informaba que habían acordado concederme la Anduriña de Oro a mi mente volvían las palabras con las que Antonio Patiño comenzó su discurso de agradecimiento el día que se la concedieron a él: "No me la merezco, pero dejarme que me lo crea". Esta vez Antonio me prestaba sus palabras. Sin duda él la tenía bien merecida, yo... sólo puedo seguir trabajando para intentar estar a la altura.

Hace casi una década que llegué al Lar y desde entonces he contado con el apoyo de todos vosotros. Hoy quiero agradecer a todos los colaboradores de Anduriña que sigan trabajando de manera constante y puntual para que siempre esté a punto. Gracias a todos porque número tras número hemos crecido juntos.

Quiero contaros la primera Anduriña que hice, no se me olvidará jamás, era el número 74 de junio 2012. Tenía apenas un mes para hacerla. Quise empaparme de todo y recurrí a la impresionante biblioteca del Lar, repasé todas las revistas, desde la primera circular del año 59. Pregunté a todos los colaboradores habituales y anteriores directores y por supuesto a la Directiva. Descubrí en ese momento dos cosas: Por un lado que, como periodista, el Lar tenía un verdadero tesoro, una iniciativa periodística, social y cultural que debía salir a la luz y por el otro que el fondo de todo eso era el corazón, el sentimiento responsable y la constancia de un grupo de personas que siempre lucharon sin descanso por su origen, su cultura, su lengua, sus tradiciones,... y por encima de todo por la interculturalidad. Supe ahí que éste sería el tema de mi Tesis Doctoral. El Lar Gallego poco a poco se convirtió en mi Lar, mi casa, y os todos vosotros también en mi familia. Cuando defendí mi Tesis tampoco me dejasteis sola y allí estabais muchos apoyándome. Sé que los nervios de la nota los vivimos todos por igual, porque realmente ese Cum Laude nos lo estaban dando a todos. Con el libro pasó igual, todos os volcasteis para que saliera adelante.

Este número 89 de Anduriña es el último que Alfredo Otero escribe como Presidente y quiero agradecerle públicamente todo lo que hemos aprendido de él. Alfredo has sido un Presidente intachable. Has sabido guiarnos y además hacerte querer. Con la decisión de un buen mando y el cariño de un padre ejemplar te has convertido en el referente para muchos de nosotros. Gracias por todo lo que nos has enseñado y gracias por pelear y trabajar sin descanso, día tras día, durante más de 60 años para que hoy el Lar sea la institución que es. Una Casa llena de proyectos que, con trabajo y esfuerzo, salen adelante.

Uno de estos proyectos este año ha sido la creación de nuestra I edición del Festival Fai un Sol. Como decía nuestro Vicepresidente, José Manuel Gil, "un regalo que el Lar hace a la ciudad de Sevilla". Fai un Sol ha tenido una gran acogida y por ese motivo ya estamos trabajando en la II edición. Mientras llega os obsequiamos con un CD que, de la mano de Rubén Díez y Fran Verde, nos regala un excelente repertorio de música tradicional gallega con la aportación del Grupo de Gaitas del Lar Gallego de Sevilla.

También quiero destacar y agradecer a los más pequeños de la Casa que nos hagan llegar sus fantásticos y originales dibujos para contar con una felicitación navideña única y exclusiva. Felicitamos a nuestra ganadora este año 2019, Sofía Pérez Arcos y a los que han recibido el 2º Premio o quedado como finalistas. Gracias a cada uno de vosotros porque sois el futuro de esta Casa.

**Feliz Navidad a todos y que vuestros sueños se cumplan en este Feliz 2020.**

Marián Campra. Directora de Anduriña.  
[mariancampra@gmail.com](mailto:mariancampra@gmail.com)

## 61 ANIVERSARIO DE NUESTRA PRIMERA SEDE

Como cada año, el mes de diciembre da paso a la celebración del Aniversario de la primera sede del Lar Gallego. Se cumplen 61 años de historia, vivencias, alegrías compartidas pero también de momentos duros y difíciles superados juntos. Comenzaba el encuentro con una misa por todos aquellos socios que fallecieron y que, aunque ya no están con nosotros, recordamos cada día. El Coro Ars Canendi nos embriagaba con sus voces que acompañaron toda la Eucaristía.

Nuestro Presidente, socio fundador, miembro activo de la Directiva desde su primera Junta y una de las personas que ha hecho que hoy el Lar sea lo que es abría este memorable acto agradeciendo a todos su aportación y colaboración con esta Casa.

A este memorable cita nos acompañaban como siempre el Sr. Alcalde de Sevilla, Juan Espadas, la Delegada de Participación Ciudadana, Adela Castaño, el Director de Participación Ciudadana y Coordinación de Distritos, Juan Tomás de Aragón y sus parejas; asistían también más de un centenar de socios; Presidentes de todas las Casas Regionales y Provinciales de Sevilla; Presidentes de los distintos centros gallegos de Andalucía y multitud de amigos.

Nuestro Presidente comenzaba el acto agradeciendo a la actual Junta que se celebrara en esta ocasión el levantamiento de la hipoteca de nuestra sede. Alfredo, desde el principio del Lar ha trabajado sin descanso por hacer las cosas bien y ofrecer a nuestra Casa el mejor de los futuros. Ahora, superados todos los obstáculos del camino, deja a paso a nuevas generaciones para que continúen el camino construido juntos. Nuestro Vicepresidente, José Manuel Gil, recordó el papel de Alfredo en esta Institución y destacó que "primero fue directivo y desde los años 80 y hasta que fuera nombrado Presidente ha ejercido como Gerente de esta Casa". Gil afirmaba emocionado que "nadie como él ha dedicado tanta atención, tantas horas y ha hecho tanto por la supervivencia de esta Casa. En los momentos difíciles fue el pilar que consiguió que el edificio no se viniera al suelo y después inició una lucha titánica para que esta sede actual fuera una realidad, solo los que participaron en esa operación saben de las dificultades superadas". Nuestro Vicepresidente terminaba diciendo "Alfredo, tú me has enseñado a amar a Galicia y querer a este Lar Gallego de Sevilla. Muchas gracias por todo tu recorrido, enhorabuena por tus deseos cumplidos y amigo muy difícil se lo has puesto a tus sucesores en la Presidencia".

Nuestro socio, Alfonso Descalzo, que recordemos fue Presidente del Lar, uno de los primeros directores que tuvo Anduriña y es uno de nuestra Anduriñas de Oro, manifestó su asombro al volver la vista atrás y comprobar que habían pasado 25 años desde que se firmara aquella hipoteca y aún "no podía creer que sin una peseta lo hubiéramos conseguido". En ese comienzo Alfonso Descalzo era Presidente del Lar y él mismo destacaba que "siempre contó con una Junta Directiva valiente y emprendedora que le animaron a seguir adelante".







Descalzo tuvo unas palabras de agradecimiento para el anterior Presidente de la Xunta de Galicia, Manuel Fraga, quien "nos abrió las puertas para iniciar nuestro camino". Recordó también a Fernando Amarelo de Castro, en aquel tiempo Secretario Xeral de relaciones con las Comunidades Gallegas en el exterior, por ser el artífice de todas las ayudas que hizo la Xunta de Galicia al Lar. Descalzo finalizaba proponiendo a Alfredo que no dejara la presidencia ya que, según él, "había conseguido la mejor Junta Directiva, en la que cada uno conocía bien su papel y él delegaba en sus miembros". "Alfredo", decía Descalzo con una media sonrisa, "¿y para qué te vas si no tienes que hacer nada con tu Junta Directiva? "Voy a cumplir 90 años y quiero ahora disfrutar de mi familia" respondía rotundo nuestro Presidente.



Otero quiso también tener unas palabras con los Presidentes de las Casas Regionales y Provinciales de Sevilla que nos acompañaban para agradecerles que siempre le hayan escuchado y respetado. Alfredo Otero recordó orgulloso que la Federación sevillana se fundó bajo la presidencia del Lar Gallego y en su nombre, Florencio Doiro. El Presidente de la Federación, Antonio Domenech, resaltó la intachable labor y aportación que Alfredo ha realizado en la historia de la Federación sevillana y agradeció con un regalo de todos los Presidentes de las distintas Casas Regionales y Provinciales que siempre estuviera ahí para todo, dispuesto a trabajar.



A continuación, se procedió a la lectura del Acta del Certamen de Relatos Cortos "María Teresa Rodríguez" para hacer entrega al Ganador esta edición 2019, Pedro Naveira Pedrerira, de su premio. El autor agradecido afirmó que "tener dos lenguas es un auténtico privilegio. La lengua es algo muy nuestro. Es riqueza, patrimonio y parte fundamental de nuestras raíces. Una unión y una comunicación fraternal que hoy un servidor está sintiendo en la compañía de estos andaluces medio gallegos o gallegos medio andaluces, que tan amablemente nos han acogido a mi familia y a mí".







Llegaba el momento de imponer la máxima distinción que concede el Lar Gallego, la Anduriña de Oro. En este 61 aniversario la recibieron dos mujeres, Margarita Rodríguez Otero, colaboradora de Anduriña y amiga de esta Casa y Marián Campa, responsable de comunicación del Lar y directora de la revista.

Nuestro Presidente recordaba la importante huella que Margarita Rodríguez Otero había dejado en el Lar. Amiga de María Teresa Rodríguez, Margarita ha brindado su intachable colaboración a nuestra publicación y en la actualidad no ha dejado de hacerlo. En marzo de 1999 Margarita fue nombrada Socia de Honor del Lar por su aportación y entrega a esta Casa.

La secretaria de la Junta Directiva, M<sup>a</sup> Ángeles Otero, leía el acta con la decisión del equipo directivo para otorgar a Margarita Rodríguez Otero la Anduriña de Oro: "La Junta Directiva aprueba por unanimidad la concesión de la Anduriña de Oro a Margarita Rodríguez Otero, escritora y colaboradora de Anduriña para premiar su excelente y reconocida carrera literaria, así como su especial vinculación a nuestra sociedad".

Le imponía la distinción su sobrina y nuestra Delegada de Cultura, Sandra Rodríguez.



Carta de Margarita



Querido Alfredo: Ante la maravillosa noticia que me has comunicado de que en Junta Directiva habéis acordado, por unanimidad, concederme la ANDURIÑA DE ORO, solo se me ocurre decir, gracias, gracias, mil veces gracias y aquella conocida frase que dice "quién soy yo para merecer esto" que solo soy una persona agradecida y emocionada por haber recibido tal galardón.

La magia de los recuerdos me lleva a la primera vez que pisé vuestro Lar. Era una preciosa mañana de mayo y me llevaron de la mano la inolvidable María Teresa y su esposo José María, mis queridos "casi hermanos". Con que orgullo me enseñaron ese querido rincón de Galicia en tierras sevillanas, así fui conociendo lo mucho que estabais haciendo para engrandecer la patria y a los gallegos desde la diáspora.

A partir de ese momento me enamoré del Lar y quise poner mi granito de arena, junto con el buen hacer de todos los que hacíais posible que la casa de los gallegos en Sevilla, fuese reconocida, por la Xunta de Galicia como una de las mejor valoradas, de las muchas que existen en el mundo.

Hace ya unos cuantos años me habéis nombrado Socia de Honor, entonces dije que el honor era mío por dejarme participar en vuestro gratificante proyecto. Aquí he conocido a personas maravillosas y encantadoras, que dedican su tiempo, de una manera totalmente altruista, a trabajar por el beneficio y engrandecimiento del Lar, como si fuese lo más natural del mundo, y sin que se note el esfuerzo. Muchos nos han dejado y otros continuáis con esta labor con un dinamismo incansable digno de elogio.

Permite, amigo mío, que una vez más recuerde a María Teresa, presiento que desde ese universo donde descansan los buenos y generosos hoy está viéndonos y disfrutando con nosotros.

Una vez más Alfredo, te doy las gracias a ti y los miembros de la junta.

Recibe un cariñoso abrazo de tu amiga. Margarita Rodríguez Otero.





A continuación la Secretaria de la Junta Directiva leía el Acta que concedía en este día la Anduriña de Oro a Marián Campra: "La Junta Directiva del Lar Gallego acuerda por unanimidad conceder la Anduriña de Oro a Marián Campra para premiar su trayectoria como Directora de Anduriña y el excelente trabajo realizado en la publicación de su libro *Anduriña, la voz de los gallegos en Sevilla*, esencial para el conocimiento y difusión de la historia de nuestra sociedad y de la emigración gallega en Sevilla". Alfredo Otero hacía entonces un repaso de la trayectoria de Marián en el Lar Gallego y destacaba cómo gracias a su labor los actos de esta Casa habían tenido gran difusión en los medios gallegos y andaluces, tanto en prensa como en radio y televisión. Otero confesaba su sorpresa cuando Campra le informó que haría su Tesis Doctoral basada en las publicaciones gallegas, centrándose en Anduriña. "Me sorprendió por creer que no tendrías tema suficiente para triunfar y por supuesto te ofrecí mi apoyo siempre. Presentaste tu Tesis Doctoral y la defendiste con tanta ilusión que nos sorprendiste, con los datos que habías reunido para que el Tribunal te concediera un Sobresaliente Cum Laude" afirmaba el Presidente. Otero quiso agradecer también "al Tribunal de la Tesis Doctoral de nuestra homenajeadas que le sugiriera la publicación de un libro sobre la emigración gallega en Sevilla y nuestra historia. Este es el libro, que lo financiaron el Lar Gallego y la Xunta de Galicia al 50%, está recibiendo continuas felicitaciones por su publicación. Marián Campra emocionada agradeció a todos su Anduriña de Oro y sobre todo que el Lar se haya convertido en su Lar, su familia.

Cerraba el acto el Alcalde de la ciudad, Juan Espadas, quien daba la enhorabuena a los homenajeados en ese día a nuestro Presidente por su imprescindible labor. Espadas, destacaba la notable unión que se respiraba en el Lar y que sin duda era el punto fuerte de la Asociación.















## Entrevista a Carmen Pomar, Conselleira de Educación, Universidad y Fomación Profesional de la Xunta de Galicia

**“Galicia está por encima de la media de España y de la OCDE en competencias lectora, científica y matemática”**

**“La Formación Profesional gallega es ahora más que nunca un agente de innovación y una puerta abierta al empleo”**

**“Felicitó a todas las personas del Lar Gallego de Sevilla y lectores de esta revista por su implicación en el desarrollo de Galicia”**

**Lleva ya un año al frente de esta Consellería, una profesora “innovadora” que viene del campo de la Psicología ¿cómo ha sido esta primera etapa?**

La valoración es realmente positiva. En este primer año me he centrado especialmente en “tomar tierra” y conocer el sistema educativo gallego en toda su complejidad, a través de reuniones con todos los agentes educativos y con un intenso programa de visitas a centros. Es cierto que yo ya lo conocía desde la docencia, pero es tanta su amplitud que he querido aprovechar este tiempo para conocer centros educativos, tanto en zonas rurales como urbanas, centros de educación especial, de investigación... En definitiva, estos meses me han permitido formar mi propia foto del sistema educativo y trazar las líneas por las que queremos continuar en el futuro, garantizando la estabilidad de un sistema que funciona y que creemos que es un referente en muchos sentidos en todo el Estado.

**¿Qué momento vive la educación en Galicia y la lengua gallega?**

En la última década se han hecho importantes avances en la educación gallega, gracias a estrategias que fueron innovadoras en su momento y que hoy están plenamente consolidadas, como EduDixital, dirigida a favorecer el desarrollo de competencias digitales y científico-tecnológicas; de EduLingüe, cuyo objetivo fundamental es extender el plurilingüismo a todas las etapas educativas; y EduConvives, que engloba diferentes recursos para generar un buen clima de convivencia en los centros de enseñanza. A estas estrategias se les sumará en breve EduInclusión

2020-2025, ya que, aunque hay mucho trabajo hecho en esta materia, que nos permite poder decir que somos el sistema educativo más inclusivo de España, queremos seguir avanzando.

Por otra parte queremos seguir reduciendo el porcentaje de interinidad en el colectivo que es pilar del éxito de nuestro sistema educativo: el profesorado. En estos momentos somos la comunidad con menor porcentaje de interinos y, para continuar en esta senda, este año estamos preparando la oferta pública de empleo con mayor número de plazas de la última década, en cerca de 90 especialidades. En cuanto a la lengua gallega, desde 2009 trabajamos en los centros con el Decreto del plurilingüismo, a través del cual nuestras dos lenguas cooficiales tienen el mismo peso en el horario lectivo, también en los centros plurilingües en los que parte del currículo se imparte en una lengua extranjera. Gracias a ello, hoy tenemos la generación mejor formada en nuestra lengua propia.

**En Galicia hay numerosos colegios por la dispersión de la población en cientos de parroquias, ¿se guarda en estos pequeños centros educativos la tradición y la imagen clásica “del profesor del pueblo”? ¿Cómo son estos profesores del siglo XXI?**

Una de las grandes virtudes de la estructura del sistema educativo gallego es que hoy un alumno del rural tiene exactamente las mismas oportunidades que uno del ámbito urbano. Es más, muchos centros del rural son especialmente activos en iniciativas innovadoras por el hecho de tener comunidades educativas más pequeñas y muy implicadas.



En cualquier caso, el garante fundamental de que se mantengan los centros en el rural es el propio hecho de que esta enseñanza ofrece la misma calidad y las mismas oportunidades que la de las zonas urbanas, gracias a la implicación de docentes y familias.

### **Idiomas... ¿Qué destacaría de los planes de estudios de los alumnos gallegos más pequeños en Primaria y Secundaria?**

Una de las grandes transformaciones del sistema educativo gallego en la última década es, sin duda, la irrupción de la enseñanza plurilingüe. En 2009 no existían los centros plurilingües. Hoy Galicia cuenta con 423 centros educativos con alguna modalidad de plurilingüismo y alrededor de 110.000 alumnas y alumnos que se benefician de estas acciones. También hemos avanzado en secciones bilingües, de las de las 720 que había hace 10 años a las 4.647 que tenemos hoy. Todo esto está apoyado en los centros por más de 600 auxiliares de conversación nativos.

### **¿Qué nivel tienen los alumnos gallegos cuando llegan a la Universidad?**

Diferentes informes, tanto nacionales como internacionales, confirman que Galicia está por encima de la media de España y de la OCDE en competencias lectora, científica y matemática. Esto nos lleva a poder confirmar que el alumnado gallego recibe una formación de calidad en las etapas no universitarias.

En todo caso, desde la Consellería queremos acercar las enseñanzas universitarias a los estudiantes de Bachillerato para que conozcan las dinámicas de trabajo y la importancia de la investigación ya antes de acceder a ellas. Por ese motivo pusimos en marcha el pasado curso como experiencia piloto el Bachillerato de Excelencia en Ciencias y Tecnología o STEM Bach, que comenzó como experiencia piloto en 15 centros y este curso, en su segunda edición, llega ya a 31.

El objetivo es promover la vocación científica y tecnológica mediante una metodología que facilite la adaptación a la enseñanza universitaria. Se trata de una modalidad de Bachillerato que está funcionando muy bien y tanto los centros que la implantan como el alumnado que la cursa tienen un alto nivel de satisfacción.

### **Hablemos de las Universidades de Galicia... Santiago, Vigo y Coruña. Además de las posiciones y ranking arriba o abajo ¿qué situación viven en la actualidad?**

En esta última década se ha trabajado mucho en tres aspectos, en concreto en blindar la financiación, por otro en modelar una oferta de titulaciones adaptada a la

demanda social y económica, que ofrezca al alumnado perspectivas de futuro en el mercado laboral. De hecho, hemos elaborado un Catálogo de perfiles profesionales de futuro y estamos preparando un mapa de empleabilidad.

Y, finalmente, seguimos trabajando en el sistema de I+D+i universitaria. Las universidades suponen el mayor agente del sistema gallego de investigación, tanto en términos cuantitativos como cualitativos.

### **La Formación Profesional sirve para crear empleo entre los jóvenes y recuperar oficios y profesiones tradicionales ¿cuáles son en el caso de Galicia?**

La Formación Profesional gallega es ahora más que nunca un agente de innovación y una puerta abierta al empleo. De hecho su inserción laboral se ha incrementado en 4 años en más de 30 puntos, hasta el 85,9%; un dato que es aún mejor en la FP Dual, donde el 90,7% de los titulados ha encontrado trabajo.

En los últimos 10 años hemos conseguido revalorizar la imagen de la FP en Galicia. Desde la Consellería lo impulsamos a través de unos galardones a proyectos de innovación en FP, así como a través del escaparate público para mostrarlos que representa el congreso FP Innova Galicia, que celebramos anualmente.

### **Las Casas Regionales juegan un papel importante para la difusión y conservación de la lengua gallega. ¿Qué papel cree que tiene una institución como el Lar Gallego de Sevilla con casi 70 años de historia y trabajo?**

Creo que el avance de la sociedad debe sustentarse en el conocimiento de nuestros orígenes, nuestra cultura y nuestras tradiciones. Y, por supuesto, de nuestra lengua propia. Por lo tanto creo que todas las instituciones que contribuyen a difundir y mantener vivos estos valores desempeñan una labor fundamental en nuestra sociedad. Instituciones como el Lar Gallego de Sevilla abren sus puertas a todo aquel que quiera conocer Galicia. No se trata de un lugar para la "morriña", sino de un espacio para el enriquecimiento y el intercambio cultural, independientemente del origen de las personas que participan en sus actividades.

### **Unas palabras para los lectores de la Revista Anduriña...**

Felicito a todas las personas del Lar Gallego de Sevilla y lectores de esta revista por su implicación en el desarrollo de Galicia, a todos los niveles, aún desde la distancia. Desde la tierra os sentimos muy cerca y nos enorgullece que hagáis bandera de nuestra esencia como pueblo.



## Entrevista a la Presidenta del Parlamento de Andalucía, Marta Bosquet Aznar

Marta Bosquet Aznar es Licenciada en Derecho por la Universidad de Granada, es abogada en ejercicio desde 1995 y con despacho propio desde 1998. Más de 20 años de ejercicio de la abogacía antes de que en marzo de 2015 saliera elegida diputada andaluza de Ciudadanos (Cs) por la provincia de Almería. También ha impartido clases de Derecho Penal I y II en el Centro de Estudios Universitarios de Almería en 1999 y 2000.

Entre sus aficiones destaca el flamenco, aficionada desde muy joven y socia de la peña El Taranto desde los 25 años. Es madre de dos hijos y tiene una perra que se llama Zambra.



### Lleva ahora un año al frente del Parlamento de Andalucía, ¿muy intensa y apasionante la legislatura?

Desde que tomé posesión de mi cargo lo ha sido. Ser presidenta del Parlamento de Andalucía es un orgullo, un honor, pero sobre todo es responsabilidad por lo que representas porque es ni más ni menos que a la casa de todos los andaluces elegida democrática y legítimamente por los ciudadanos.

La intensidad viene marcada, en gran medida, a que esta legislatura es muy distinta a todas las demás porque es una legislatura en la que han confluído una serie de circunstancias. Por un lado, el partido que ha estado gobernando durante más toda el periodo democrático ahora está en el sillón de la oposición y, por otro lado, ahora conforman el arco parlamentario fuerzas políticas que están situadas en ideologías muy antagónicas.

**“La inmigración es necesaria en esta tierra y la enriquece”**

**“Creo que Andalucía y Galicia son dos Comunidades con muchas cosas en común, ricas en cultura, en patrimonio y en gastronomía”**

**“Prometo ir pronto al Lar”**



### ¿Alguna anécdota con la que se quede?

Me quedo con el día en el que tomé posesión de mi cargo. El pleno de composición del Parlamento andaluz el 27 de diciembre de 2018. En primer lugar por el orgullo que supone ser Presidenta de la Cámara legislativa de Andalucía y, en segundo lugar, por el incidente que me tocó vivir en ella. En ese pleno tomé la decisión de que los diputados electos juraran o prometieran su cargo desde sus escaños con el fin de agilizar el Pleno, que se demoró mucho por la parada que tuvo que hacer la mesa de edad inicial. Recuerdo entonces como un diputado de un grupo político se negó y desobedeció mi orden. Fue un momento tenso, pero en honor a la verdad tengo que reconocer y así lo hice en días posteriores, que el diputado me pidió disculpas. Entiendo que esa acción fue fruto de los nervios y de la tensión del momento.

### El Parlamento da voz a todos los andaluces y a los que trabajan o residen en nuestra tierra. ¿Qué valoración hace de la inmigración?

Inmigración ha habido desde siempre y creo que va en sí en el propio ser humano. Personas que se han ido de un lugar a otro, por trabajo, por situaciones conflictivas de guerra, por pobreza, incluso en la búsqueda de lo mejor para su familia o por motivos de salud. La inmigración es necesaria en esta tierra y la enriquece. Pero también es cierto que la inmigración tiene que estar regulada. España y Andalucía son una tierra de acogida sin duda alguna, quien lo niegue es que no sabe ver la realidad.



### ¿Alguna conexión con Galicia?

Conexión familiar con Galicia no tengo, pero si he conocido a gente de esa maravillosa tierra que ahora son amigos. Son personas entrañables y también abiertas, en eso nos parecemos los andaluces y los gallegos, desde luego. No es una Comunidad autónoma con la que tenga especial relación, pero prometo que esto cambiará pronto. Junto con País Vasco y Navarra es de las 3 Comunidades que me quedan por recorrer.

### ¿Ha hecho el Camino de Santiago o lo tiene pendiente?

No lo he hecho, pero lo tengo pendiente. Es más, me gustaría y quiero hacerlo el próximo verano y así lo he hablado con mis amigas. Es algo que tengo entre mis prioridades para el periodo estival. No quiero que pase más tiempo para realizarlo.

### Le encanta y apasiona el flamenco, ¿en política a veces le toca bailar con el más "feo"?

Ahora en mi papel de presidenta me toca bailar con todos. No sé si algunos más feos o más guapos. Lo que sí sé es que como presidenta del Parlamento de Andalucía que representa a la Cámara autonómica andaluza elegida democráticamente por los andaluces a través de su voto me toca bailar con todos. Te gusten más o te gusten menos algunos.

### ¿Conoce el Lar Gallego de Sevilla? Está invitada a visitarnos para conocernos y degustar nuestros platos típicos gallegos.

No, no lo conozco, pero aprovecho esta invitación para aceptarla gustosamente. Una de las cosas más destacables que puede haber en Galicia junto a su cultura y su patrimonio, es su gastronomía, entre esos platos, el riquísimo pulpo a la gallega. Prometo ir pronto.

### Las Casas Regionales trasladan su cultura allá donde se asientan. ¿Cómo considera la labor que realiza esta Institución en pro de la cultura y de la interculturalidad?

Me parece una excelente labor la que realizan. Que haya este tipo de Casa Regionales en otras Comunidades autónomas favorece más el conocimiento entre las distintas regiones que conforman nuestro país y, por supuesto, un intercambio cultural y social que, yo diría, que es necesario. Es importante que exista esa interconexión porque España es un país rico y diverso que todos tenemos que conocer a fondo.

### Unas palabras para nuestros lectores...

Agradezco enormemente esta oportunidad de dirigirme a los gallegos. Me siento identificada con ellos desde la otra diagonal exacta a su Comunidad, y es que yo soy de Almería. Creo que Andalucía y Galicia son dos Comunidades con muchas cosas en común, ricas en cultura, en patrimonio y en gastronomía, con un extenso litoral que riega nuestras tierras. Gracias por de corazón, desde estas líneas os abro las puertas de Andalucía y de esta casa, el Parlamento de Andalucía y decirle a los gallegos que aquí tienen su casa y que serán bien acogidos siempre.







La **Asociación de Productores de Aceite y Aceituna de Galicia, APAAG**, nace en diciembre de 2014 con el objetivo de agrupar en una misma entidad a todas las personas productoras del territorio gallego.

Ahora la Asociación cumple 5 años, la integran 160 productores de toda Galicia con alrededor de 130 hectáreas plantadas, que suman un total de 140.000 oliveras y se ha convertido en la principal organización del sector olivero en Galicia.

Entre sus objetivos se encuentra el apoyo y asesoramiento de sus socios en todo lo relacionado con el cultivo del olivo y la defensa del sector. Además desde APAAG promueven la plantación de olivos y la producción de aceite en el país, colaborando con diversas organizaciones e instituciones para defender el aceite gallego y la promoción de las especies autóctonas.

La APAAG acaba de lanzar un Sello de Garantía que acredita la producción autóctona de aceite.

## Hablamos con José Antonio García, Presidente de la Asociación de Productores de Aceite y Aceituna de Galicia, APAAG



**Llevan apenas cinco años trabajando por y para el aceite y la aceituna en Galicia ¿cuántos socios tienen y cuántas almazaras hay? ¿Dónde se ubican?**

Actualmente somos alrededor de 160 socios, en estos cinco años hemos crecido mucho. Almazaras asociadas de APAAG hay cinco. Dos en Lugo, Ouro de Quiroga, en el ayuntamiento de Quiroga y Aceites Figueiredo, en Ribas do Sil, dos en Ourense, Aceites Abrily Pazo do Rego, y Granxa Pegullal otra en Salceda de Caselas (Pontevedra).

**Las zonas de cultivos van desde pequeñas parcelas desde los 2.000 metros cuadrados hasta las 7 hectáreas ¿qué variedades se cultivan?**

En algunas zonas como Quiroga, hay olivos autóctonos centenarios, correspondientes a nuestras variedades brava y mansa. Además de esto, predominan los cultivos con variedades arbequina, picual y alguna cobransosa.

**“Sabemos que lo importante es la calidad, y estamos descubriendo que nuestro entorno es muy propicio para elaborar aceites con características únicas”.**

**“Trabajamos por conseguir un producto diferenciado y con calidad”**

**“En Quiroga hay olivos autóctonos centenarios”**

**¿Dónde están los olivos en Galicia, en qué concellos, cuántos olivos hay plantados y aumenta cada año las plantaciones?**

Como decía antes, en la comarca de Quiroga, en Lugo, hay olivos autóctonos centenarios y allí los vienen trabajando desde hace décadas. Esa es una de las zonas, el sur de la provincia de Lugo, después tenemos la zona oriental de la provincia de Ourense, comarca de Valdeorras – muy cerca de Quiroga – y, más al sur, la comarca de Monterrei. Siguiendo el camino hacia el oeste, tenemos más zonas en la provincia de Ourense, como es la propia capital, y la comarca del Ribeiro.

Otra zona es la famosa Ribeira Sacra, entre las provincias de Lugo y Ourense. Y después tenemos diversas zonas en la provincia de Pontevedra como la comarca de A Estrada o el Rosal. En la provincia de A Coruña hay menos zonas, y se sitúan al sur de ésta.



**¿Diría que empieza a existir una “cultura oleícola en Galicia”? ¿Cómo se trabaja desde vuestra Asociación para fomentar el aceite y la aceituna gallega?**

Cada vez está habiendo más conciencia de que el olivo es algo que siempre estuvo aquí, pero que ahora es una alternativa más para poner en valor el medio rural y extraer un producto de calidad.

Desde la APAAG organizamos diversas actividades – charlas, presentaciones de aceite, colaboraciones con instituciones... - que hacen que periódicamente demos que hablar. Sin ir más lejos, la semana pasada presentamos el nuevo sello de la asociación, que podrán incluir las etiquetas que elaboren aceite gallego 100%.

**Luchan desde la APAG por la Denominación de Origen o una Indicación Geográfica Protegida ¿cómo van los trámites?**

Luchamos para tener algo que defienda nuestro producto y a nuestros asociados. Acabamos de sacar el sello de la Asociación, y estamos trabajando con la Xunta de Galicia en elaborar una normativa de comercialización de aceites artesanos.

Toda normativa que garantice mejoras para el sector es bienvenida.

**¿Cuál es la producción de aceite y de aceituna de mesa?**

Aceituna de mesa en la actualidad no envasamos en Galicia, aunque en breve esperamos disponer de aceituna de mesa Autóctona, es decir de variedades únicas en el mundo.

En cuanto a la producción de aceite este año esperamos llegar a unos 25.000 a 30.000 litros, eso sí de aceite de máxima calidad, que es lo que pretendemos.



**En España hay aceite en varias Comunidades, en el ranking por calidad y producción, ¿dónde está Galicia?**

Estamos en hacer un producto diferenciado y con calidad, por supuesto. Por nuestra geografía la producción tiene limitaciones – como dije antes, aquí se produce en el sur de Lugo, en zonas de Ourense, y en zonas de Pontevedra - pero sabemos que lo importante es la calidad, y estamos descubriendo que nuestro entorno es muy propicio para elaborar aceites con características únicas.

**En Arbo (Pontevedra) hay olivos que tienen dos siglos. Antes hay constancia de grandes extensiones de olivos por Galicia que en el siglo XV se emplearon para construir barcos ¿En la actualidad dónde se han realizado las últimas plantaciones?**

Pontevedra es una zona donde se están llevando a cabo plantaciones nuevas, y otra es la comarca del Ribeiro en la zona occidental de Ourense.

**Hay aceite gallego 100 por 100. ¿existen especies o variedades de olivos gallegos? ¿Qué estudios se han realizado?**

Existen la variedad mansa y brava y estamos estudiando unos 15 ejemplares centenarios a mayores, que son autóctonos y no coinciden con esas variedades, o sea que hay más.

Estamos llevando a cabo estudios con el CSIC (Misión Biológica de Galicia), para reproducir planta autóctona, única en el mundo, ya que estas variedades no existen en otro lugar del mundo, o sea SON ÚNICOS.







## Adegas Terra de Asorei



Es una bodega de propiedad familiar, la unión hace la fuerza y así nace en el año 2008 Adegas Terra de Asorei que simboliza la tradición vinícola gallega y también la innovación. Seis familias bodegueras que forman parte de su Consejo de Administración y que luchan cada día con su trabajo, esfuerzo y buen hacer por la experiencia por sus albariños. Han apostado mirando por el enoturismo con unas 60 hectáreas de viñedos de albariño en el Val do Salnés en San Martiño, en la Denominación de Origen de Rías Baixas. Los viñedos tienen entre 20 y 80 años en una bodega equipada con la última tecnología que puede elaborar unas 400.000 botellas al año. La fama de Adegas Terra de Asorei traspasa nuestras fronteras y es conocido en 18 países, EEUU, Japón, Inglaterra, Holanda, Bélgica, Rusia, Alemania y Canadá entre otros.

Brut Terra Asorei destaca entre todos sus caldos, es una explosión elegante y brillante de burbujas con uva albariña, mediante el método tradicional champenoise. La acidez de las primeras uvas de la cosecha le dan una personalidad propia a este espumoso made in Galicia. Otro vino que sorprende es Selección Privada, es el resultado final de un trabajo en bodega, es elegante y de gran calidad, un albariño diferente lleno de matices y fragancias al paladar. Un albariño que se recuerda. Nai es un caldo joven homenaje a las mujeres del siglo XXI, un vino joven cargado de premios y medallas por su frescura y sabor afrutado. Terra de Asorei con crianza en lías de 6 meses y con uvas muy cuidadas tiene mucho cuerpo y recuerdos cítricos y hasta de frutas tropicales.

### Anduriña habla con Xosé Ramón Durán, Presidente de Adegas Terra de Asorei



**“Nuestros nombres van siempre ligados con Galicia”**

**“Nai es nuestro homenaje a las mujeres del siglo XXI, un vino fiel a la uva albariña que además incorpora los gustos de los nuevos paladares”**

**“Les animamos a que sean embajadores de nuestros albariños de Adegas Terra de Asorei y les invitamos a visitarnos en uno de sus viajes a Galicia”**

#### **Adegas Terra de Asorei, una bodega familiar y tradicional ¿por qué?**

Porque nuestra bodega representa la unión de familias con viñedo propio en el Val do Salnés, propietarias de viñedos de uva albariña antes de la creación de la DO Rías Baixas. Nuestra filosofía y buen hacer es elaborar nuestros albariños de forma tradicional y mantener así la autenticidad y expresión de la uva albariña.

#### **¿Está de moda “el albariño”?**

El albariño ya forma parte de la cultura vitivinícola. Afortunadamente, la internacionalización de nuestros albariños permite que nuevos mercados disfruten de uno de los mejores vinos blancos del mundo y por tanto se consiga que los Rías Baixas aumenten su notoriedad mediante un producto de consumo global.

Así es que a día de hoy Adegas Terra de Asorei está presente en 18 países.

#### **¿Qué ofrecéis sobre el enoturismo?**

Estamos desarrollando un proyecto de enoturismo en bodega, con el cual queremos emocionar, que se sienta y se lleve Galicia en el corazón. Nuestra bodega será un punto de referencia enoturística.





**60 hectáreas en Val do Salnés, con viñedos de hasta 80 años dan para mucho. ¿Dónde llegan vuestros vinos?**

Dan para mucho, y así es que estamos ya en esos 18 países como indicaba, a pesar de la juventud de la creación de nuestro proyecto Adegas Terra de Asorei. Queremos que el albariño sea un producto interclasista y la calidad prime sobre todo los factores.

**400 mil botellas al año... ¿a quién le gustan vuestros vinos?**

Elaboramos albariños para todo tipo de consumidor y también para diferentes momentos del día. El albariño Pazo Torrado para disfrutar con unas tapas de queso, el albariño Nai con comidas asiáticas o Terra de Asorei para un pescado al horno, los maridajes son infinitos. Nuestros consumidores van desde Brasil, Reino Unido, EEUU, Japón, Rusia, Francia, etc

**¿Todo es albariño?**

Es todo albariño. Pero la gran versatilidad que esta uva nos ofrece permite que unas elaboraciones excelentes, como el trabajo en lías en nuestra bodega, que van de los 6 a 12 meses, y cosechas desde el año 2016. Y nuestro espumoso de calidad, uva albariña 100% y con el método champagnoise, con sus 18 meses en lías durante el período de rima. Y más posibilidades en las cuales ya nos encontramos inmersos en su elaboración. La uva albariña posee unas características tan excepcionales, que su trabajo en bodega la convierte en un gran vino.

**Háblenos del albariño espumoso Brut Terra de Asorei, como fusiona esta uva con las burbujas, ¿cómo chispea?**

Es la copa elegante, así la definimos. La pequeña burbuja, bien integrada, junto con las características organolépticas de la uva albariña, hacen de él un gran espumante aún por descubrir. Su burbuja y frescor son la explosión de la uva albariño en boca, como maridaje perfecto para toda una comida. Animamos al consumidor a introducir un espumoso de albariño brut en sus comidas, pues es un vino gastronómico perfecto, ya que el frescor y mineralidad perfeccionan el manjar.



**Terra de Asorei, Nai y 1953 Pazo Torrado, diferentes gamas pero siempre albariño. ¿Cada nombre se ha cuidado?**

Por supuesto, nuestros nombres van siempre ligados con Galicia, con la tierra de origen de nuestros albariños. Pazo Torrado es el pazo que está en Cambados donde todos los veranos desde el año 1953, se premia a los mejores albariños. Es nuestro Albariño de toda la vida: afrutado, sabroso y agradable al paladar.

Nai es nuestro homenaje a las mujeres del siglo XXI, un vino fiel a la uva albariña que además incorpora los gustos de los nuevos paladares. Cuando los poetas de principios del siglo XX decían "Nai e señora", pretendían rendir homenaje a las mujeres gallegas, a su tierra: a Galicia. Nai es un Albariño elegante, sutil, mineral, fresco, con postgusto largo y persistente.

Y Terra de Asorei queremos que establezca un diálogo con los grandes vinos del mundo. Un Albariño con mucho cuerpo, untuoso, de buena estructura en boca, con retrogusto afrutado y marcado carácter varietal. Además, El logo de Terra de Asorei es un poema simbólico, constituido por seis "A" que encarnan la pasión de nuestra hermandad: Albariño, Auténtico, Adegas, Arte Atlántica con Amor. Seis "A" que evocan seis familias del Val do Salnés de larga tradición bodeguera y vinícola; que a principios del siglo XXI, se unieron en una sola bodega, con el objetivo de mantenerse como empresa familiar aportando nuestro saber hacer desde Galicia, mas adaptándonos a la vez a un mundo abierto y en constante transformación.

**Algunas palabras para los lectores de Anduriña y socios del Lar...**

Les animamos a que sean embajadores de nuestros albariños de Adegas Terra de Asorei y les invitamos a visitarnos en uno de sus viajes a Galicia, queremos transmitirles nuestra pasión por la uva albariña y hacerles partícipes de nuestro proyecto, nuestra dedicación e ilusión.







Desde el día 17 de septiembre y hasta final de mes disfrutamos en nuestra sede de la Exposición **“Manuel Rodríguez López, emigrante gallego, poeta obrero”**.

GaliciaDigital es una empresa lucense que está promoviendo el proyecto “Manuel Rodríguez López, emigrante gallego, poeta obrero”, para celebrar la vida y la obra de este escritor nacido en Paradela (Lugo), considerado el poeta obrero más importante de Galicia de la segunda mitad del siglo XX.

Este proyecto incluye una exposición itinerante, que desde agosto de 2013 se ha presentado en numerosos lugares de Galicia y otras partes de España.







# FAI UN SOL

Con el lema, "DESDE GALICIA A SEVILLA Y DESDE SEVILLA HACIA EL MUNDO", la jornada comenzó con un pasacalle del Grupo de Gaitas del Lar Gallego por el barrio de Los Remedios. Cientos de personas se daban cita por la calle Asunción en este encuentro que comenzaba con actividades para toda la familia. Desde el medio día un cuentacuentos con temas gallegos y un mago se encargaron de entretener a los más pequeños que atendían la función al son de las gaitas bajo un ficus centenario en el Parque de los Príncipes.

Durante la tarde hubo un espacio destinado a la artesanía y a la música folk, un rincón donde los amantes de la música se acercaban con sus instrumentos para compartir unos acordes.



Por la tarde se celebraron los conciertos de las 3 bandas invitadas: el grupo gallego Talabarte, el grupo irlandés The Craic Addicts y la banda andaluza Rarefolk donde bailaron más de 3.000 personas en directo con la música celta.

"La respuesta de Sevilla ha superado con creces nuestras expectativas", afirmaba nuestro Vicepresidente, José Manuel Gil y añadió que este Festival "ha sido un regalo que el Lar Gallego le hace a Sevilla para potenciar la interculturalidad y difundir los valores de la emigración gallega, como la multiculturalidad, la integración, la igualdad, y el trabajo. Somos la Casa Regional más antigua de Sevilla con más de 60 años de historia, tenemos una publicación propia que tiene más de medio siglo, Anduriña, y como curiosidad en el antiguo cine del barrio de Los Remedios se puso en marcha en el año 1956 el Lar Gallego de Sevilla en su primera asamblea". Hasta ahora nunca se había celebrado en Sevilla un evento gallego de estas características.

Esta es la I edición de Fai un Sol y... ¡ya estamos trabajando en la próxima edición 2020! Agradecemos la colaboración de la Xunta de Galicia y del Área de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Sevilla, en especial de su Delegada, Adela Castaño y de su Director Juan Tomás de Aragón.





# XI ENCUENTRO DE CASAS REGIONALES Y PROVINCIALES DE SEVILLA

**ESPAÑA  
EN SEVILLA**

XI Encuentro de Casas  
Regionales y Provinciales

11-13 OCT 19  
Plaza Nueva, Sevilla  
Casa Homenajeada Cantabria

Más información en  
[www.sevilla.org](http://www.sevilla.org)

FESECARP

**NO8DO**  
Ayuntamiento de Sevilla

Un año más, la Plaza Nueva ha acogido el Encuentro de Casas Regionales y Provinciales de Sevilla. Las 16 Casas participaron en esta cita que este 2020 homenajea a Cantabria.

En el Salón Colón del Ayuntamiento sevillano, el Alcalde de la ciudad, Juan Espadas; la Consejera de Educación y Turismo de Cantabria, Marina Lombó; la Delegada de Participación Ciudadana, Adela Castaño; el Presidente de la Federación de Casas Regionales y Provinciales de Sevilla, Antonio Domenech y el Presidente de la Casa de Cantabria, César Cardenal Villalba, daban comienzo al acto inaugural que, acompañado por los Presidentes y autoridades de las distintas Casas y autoridades, socios y amigos, culminaba con el pregón del cántabro y Hermano Mayor de la Macarena, José Antonio Fernández Cabrero.

Finalizado el acto de inauguración se trasladaban al escenario habilitado en la Plaza Nueva donde se haría entrega del Giraldillo a un miembro de cada Casa designado por la misma. En esta ocasión el Lar Gallego decidió otorgar este reconocimiento a nuestro socio y directivo, José Manuel Basalo a quien le hizo entrega del Giraldillo el Alcalde de Sevilla, Juan Espadas acompañados de la Consejera Lombó y el Presidente del Lar Gallego, Alfredo Otero.

## Carta de Jose M. Basalo

*El día 11 de octubre de 2019, fue un día muy especial para mí. Cuando Sevilla se convierte en el centro de gravedad de España, representando a todas las regiones y dando ejemplo de armonía, culturas y convivencia, en el marco incomparable de nuestra Casa Consistorial en Plaza Nueva.*

*Con gran sorpresa, he sido nombrado por la Junta Directiva del Lar Gallego, para recoger el premio del “Giraldillo de Honor” que se concede a las casas regionales, convencido de que el destinatario final serían las vitrinas de nuestro querido Lar.*

*Ya con los ánimos más calmados, observo que se trata de un premio personal e intransferible, dedicado a “Jose M. Basalo”... Debo de reconocer que no soy merecedor de tan exquisita distinción, dado que no hice méritos relevantes para obtener este bonito premio, entregado además, por el gesto amable del Alcalde de Sevilla, D. Juan Espadas.*

*Quiero agradecer a mis compañeros de Junta Directiva, cómplices del manifiesto, su generosidad y cariño representados por nuestro Presidente, Alfredo Otero, como promotor de tantas páginas de gloria, que han protagonizado la brillante historia de nuestro querido Lar Gallego.*

**GRACIASA TODOS, y un fuerte abrazo. J. M. Basalo.**



Marina Lombó, José M. Basalo, Alfredo Otero y Juan Espadas



Alcalde de Verín, Gerardo Seoane; su Concejala de Educación, Cultura y Festejos, Emilia Somoza; Jose M. Basalo; Alfredo Otero y Jose M. Gil





Inauguración y entrega del reconocimiento "El Giraldillo" en la Plaza Nueva

En esta edición 2019, de la mano de nuestro Directivo, Genaro González Cao, el Stand del Lar ha estado dedicado a Verín. Como anfitriones tuvimos al Alcalde Verinés, Gerardo Seoane y la Concejala de Educación, Cultura y Festejos del Ayuntamiento de Verín, Emilia Somoza, acompañados de la Presidencia del Lar, Alfredo Otero, José Manuel Gil y José Antonio Otero, para recibir, tras la inauguración, en nuestro stand a las autoridades que, como cada año, pasan por cada Casa para abrir este evento.

Las calles del centro sevillano y el escenario de la Plaza Nueva vibraron con los sonidos del Grupo de Gaitas de Verín y las carreras de su figura mítica, "el Cigarrón". Más de medio centenar de estas figuras representativas de Verían llenaron de magia y música el fin de semana del Encuentro donde pudimos vivir Verín en Sevilla y brindar con una buena copa de vino cortesía de la D.O Monterrei y gracias a la colaboración de las Bodegas Terras Do Cigarrón, Alba-Albar, Fausto Rivero, Franco Basalo, José Luis Gómez Ibáñez y Vinos Lara.

Agua Cabreiroá también estuvo presente en el stand del Lar para combatir el calor con botellas gratis para todos los visitantes.



Autoridades en el Stand del Lar



Amigos y Socios visitan nuestro stand



Nos visita el Presidente de la Federación Nacional de Cofradías de Pescadores, Basilio Otero, y su mujer, Diana Durán



# Romería Gallega

El fin de semana de la Fiesta de la Hispanidad y tras la inauguración del Encuentro de Casas Regionales y Provinciales de Sevilla celebramos nuestra tradicional Romería Gallega. Acompañados por el Alcalde de Verín, Gerardo Seoane, su Concejal de Educación, Cultura y Festejos, Emilia Somoza y el Grupo de Gaitas de Verín compartimos una jornada tradicional envuelta por el intenso sonido a gaitas.







## Palabras de Diana Durán

Fue una experiencia para mí inolvidable, una satisfacción enorme que me he llevado del Lar. Sevilla le ha robado el corazón a una pandereteira gallega, y esa tarde la recordaré como el arte de enseñar aprendiendo y adquiriendo, una pandereteira por el mundo, la mejor de las experiencias. Se alinearon los mejores de los ingredientes: ganas de enseñar, sed de aprender, unos alumnos entregados a la pandereta, cultura tradicional gallega en forma de muñeiras y diversión. Eternamente agradecida al Lar Gallego de Sevilla por brindarme esta oportunidad de divulgar la tradición gallega a través de la música y aportar mi granito de arena teniendo de cómplice a mi querida pandereta y a los socios del Lar con los que compartí el taller de música y baile tradicional gallego. Hasta siempre.

En el mes de octubre realizamos un interesante taller de pandereta gallega de la mano de la pandereteira Diana Durán García, recién llegada de Burela, un hermoso pueblo al norte de la Mariña Lucense.

Diana comenzó sus primeras clases de pandereta cuando tan sólo tenía 3 años, en la Rondalla de Burela, donde siguió con la bandurria. A los 8 años continuó con estudios de órgano y piano y cursó la carrera elemental de música, con los cursos de solfeo y coral. Desde hace tres años es pandereteira en las bandas de Burela, Santo Inocencio de Teixeira (banda de música de metales, percusión y gaita gallega) y Dambara (banda de música tradicional gallega), donde aprendió de la mano de dos grandes músicos, Rodrigo López Gómez y Albano González Cancio. Actualmente, también ha comenzado estudios de saxo en la Escuela Municipal de Música de Burela.

El taller realizado perseguía contribuir a divulgar la tradición gallega a través de la música, acercando "un poquito de tierra gallega" al Lar Gallego de Sevilla. Esta jornada tenía como objetivo principal la toma de contacto con un instrumento tan tradicional y peculiar como es la pandereta, consiguiendo dar "toques, petos y riscos", puesto que la gallega es la única pandereta a nivel mundial en la que no se mueve la mano para hacer sonar las ferreñas, sino que el arte reside en el movimiento de la pandereta en sí. La finalidad era aprender a tocar muñeiras con la pandereta, acompañadas de pasos básicos de baile y canciones tradicionales, y entre risas en un ambiente mágico se consiguió el objetivo con crecer.



Damos las Gracias a la pandereteira Diana Durán por introducirnos en este hermoso instrumento y sobre todo por hacerlo tan divertido y con tanto cariño. Confucio dijo: "Dímelo y lo olvidaré; muéstramelo y lo recordaré; involúcrame y lo aprenderé", Gracias Diana por involucrarnos con tanto entusiasmo.







**GAFINCO**  
A S E S O R E S



*Soluciona.*

A S E S O R I A  
C O N T A B L E  
F I S C A L  
E I N F O R M A T I C A

*Héroes de Toledo. 7 y 9*

*1º A - 41006 SEVILLA*

*Tel.: 95 492 28 18*

*Fax: 95 492 55 33*



# Fiesta del Magosto

Como cada año celebramos en el Lar nuestra tradicional Fiesta del Magosto con comida a la que se unieron muchos socios y amigos, como los amigos del Centro Gallego del Puerto de Santa María que hasta prepararon una riquísima queimada. Un caldo gallego de primero y cachola y chorizo con grelos y cachelos después fue el menú gallego que degustamos en honor a nuestra querida Galicia. Por supuesto no faltaron las castañas asadas y también cocidas. Un día que vivimos todos con ilusión y algo de morriña.





# Conocer Sevilla

## Visita a la Casa de los Pinelo

La Casa de los Pinelo es un edificio renacentista, situado en el casco histórico de la ciudad de Sevilla. En la actualidad es la sede de la Real Academia Sevillana de Buenas Letras y de la Academia de Bellas Artes de Santa Isabel de Hungría. Este edificio es una casa-palacio de origen medieval que fue posteriormente enriquecido con diferentes elementos renacentistas. Se empezó a construir a principios del siglo XVI por el canónigo de la Catedral de Sevilla Jerónimo Pinelo, hijo del comerciante de origen genovés y Factor de la Casa de Contratación de Indias Francisco Pinelo.



## Visita a la Real Fábrica de Tabacos de Sevilla

La Real Fábrica de Tabacos de Sevilla fue la sede de la primera fábrica de tabacos establecida en Europa. Es considerado el edificio industrial más importante de España del siglo XVIII. Tiene la calificación de Bien de Interés Cultural desde 1959, con categoría de Monumento Histórico. Desde mediados del siglo XX alberga la sede del rectorado de la Universidad de Sevilla y de algunas de sus facultades.





## Conocer Sevilla

### Visita al Palacio de los Marqueses de la Algaba

El Palacio de los Marqueses de la Algaba es uno de los mejores exponentes de la arquitectura mudéjar civil de la ciudad. Alberga el Centro de Arte Mudéjar de Sevilla. Lo mandó construir en 1474 Juan de Guzmán y Torres, I Señor de la Algaba, un año después fue heredado por su hermana, Beatriz, que adquirió una casa aneja al palacio.



### Visita al Monasterio Santa María de las Cuevas

También conocido como Monasterio de la Cartuja, ubicado en la Isla de la Cartuja de Sevilla. Es uno de los cuatro monasterios cartujos que existen en Andalucía. Desde el año 97 es sede del Centro Andaluz de Arte Contemporáneo y del rectorado de la Universidad Internacional de Andalucía.







## XII Certamen de Relatos Cortos “María Teresa Rodríguez”

Con motivo del Día de las Letras Gallegas,  
el Lar Gallego de Sevilla convoca este certamen

El premio está dotado con 1.000 euros

- Las obras serán en LENGUA CASTELLANA o GALLEGA
- Los escritos tendrán una extensión mínima de 3 folios y máxima de 8 folios. Tipografía Arial, cuerpo 12
- El plazo de admisión finalizará el 15 de marzo de 2020
- Mayores de 18 años
- El premio se fallará el 17 de mayo de 2020
- El envío será por e mail a [certamenrelatoscortos@largallegosevilla.com](mailto:certamenrelatoscortos@largallegosevilla.com)
- La obra premiada se publicará en la página web [www.largallegosevilla.com](http://www.largallegosevilla.com) y en la Revista Anduriña



# 16 FESTIVAL DE CINE DE SEVILLA

## Por Sandra Rodríguez

Un año más la ciudad de Sevilla disfrutó de uno de los eventos culturales más importantes de Andalucía, el Festival de Cine Europeo de Sevilla que este año 2019 celebró ya su dieciseisava edición. El festival se desarrolló en el mes de noviembre y en su programación estuvo muy presente la cultura gallega pudiéndose ver dos películas rodadas en nuestra lengua: "Arima" y "Longa Noite". Para mayor satisfacción nuestra, Arima se alzó con el premio RECONOCIMIENTO A LA DIRECCIÓN CINEMATOGRAFICA que recogió su directora Jaione Camborda.

Ambas películas, muy diferentes, pudieron verse en diferentes pases, y hasta Sevilla se acercaron parte de los actores y los directores de ambos films. "Arima" se plantea como una historia de personajes donde el paisaje gallego, su verdor y la piedra tienen un papel fundamental, mientras que "Longa Noite" nos cuenta la historia de un regreso a la aldea después del traumático episodio de la Guerra Civil, contando con una fotografía fabulosa donde Galicia está presente en cada plano.



# 16 FESTIVAL DE SEVILLA

8-16 noviembre 2019

El año que viene deseamos que la lengua gallega siga estando presente en la programación del Festival de Cine de Sevilla a cuya organización agradecemos que nos hagan llegar un poco de Galicia a esta maravillosa tierra andaluza. Parabens Festival de Cine de Sevilla.



**CALIDENTAL**<sup>®</sup>  
CENTRO ALJARAFE DE IMPLANTOLOGÍA

*Dale mayor calidad a tu sonrisa*

[www.calidental.es](http://www.calidental.es)

Av. Sabiduría 15. Mairena

954 58 64 64

**Dr. Alberto González**  
Col. 2191

Master en Cirugía Oral  
e Implantología

**Dra. Carolina Pérez**  
Col. 2195

Experta en Endodoncia  
y Estética





## Restaurante **O GRELO**, tradición gallega en Madrid

En 1980 abrió las puertas el **Restaurante O grelo** de la mano del lucense Adolfo Escobar Ferreiro. Era una pequeña taberna donde el pulpo a feira y la merluza a la gallega marcaron la fama de lo que es hoy uno de los restaurantes y marisquerías de referencia de Madrid. La evolución del local influenciada ahora ya por la segunda generación, sus hijos, Adolfo, Jaime y Elisa que lideran el proyecto y le confieren un aire renovado, moderno y actual. Además, en el año 2002 abrió sus puertas su otro restaurante en la zona norte de Madrid, Orecanto donde la similitud entre ambos es más que evidente.

Entrar en este Restaurante es sentir Galicia en un rincón madrileño. Con ese aire fresco que te da la capital y el acogedor carácter gallego nos recibía uno de sus propietarios, Jaime Escobar. Este madrileño con sangre gallega nos abre las puertas de su casa para mostrarnos los productos típicos de Galicia con un notable sello de calidad. A la entrada te sorprenderán los impresionantes mariscos a la vista de todos. En una vieja cocina gallega, a modo de mesa, presentan algunos de sus exquisitos platos: sabrosísimas croquetas caseras de puchero, la caldeirada de merluza y carabineros con un intenso sabor a mar, corazones de alcachofas de Tudela con sal maldon, los sorprendentes boletus con foie, pulpo a la gallega con jugosas patatas de Galicia, entre otros. **O grelo** acompaña cada plato con una amplia bodega con diferentes denominaciones de origen entre las que no pueden faltar los buenos caldos gallegos y entre ellos una amplia gama de albariños.

Cuidando cada detalle hasta el pan te sorprende, un panadero lo elabora cada día en Ourense y se lo lleva personalmente cada mañana hasta el restaurante madrileño. Un pan auténtico de la tierra.



### Hablamos con Jaime Escobar

**“La confianza de nuestros clientes es el pilar más importante de nuestros restaurantes”**

**“En nuestra mesa buscamos este sentimiento muy gallego donde la familia hacía vida en esta cocina”**

**“¡Iremos a visitaros para vivir Galicia en Sevilla!”**



**Tradición e innovación, más de 30 años en el Barrio del Retiro de Madrid. Sois una referencia de la cocina gallega, ¿por qué?** Referencia por producto, tradición y experiencia de muchos años, la confianza de nuestros clientes es el pilar más importante de nuestros restaurantes.

**De entremeses para picar: Háblenos de su historia ¿quién empezó y quiénes siguen y de dónde llegaron de Galicia?** **O grelo** tiene su origen en el año 1980, cuando lo crea Adolfo Escobar Ferreiro, proveniente de una aldea del interior de Lugo, Valdería en el concello de Baleira. Continuamos los tres hijos, Adolfo el mayor, Jaime y Elisa que, aunque madrileños, nos consideramos muy gallegos.



**De primer plato: El restaurante destaca por su luminosidad, modernidad, esculturas, cuadros... un lugar diferente y muy bien cuidado. Además de comer bien, la estancia muy confortable y acogedora ¿es como estar en un salón de casa?** Desde luego es lo que se intenta, que uno se sienta de esa manera, como en casa, aunque por supuesto subiendo un poquito más el nivel. En nuestra mesa gallega buscamos este sentimiento muy gallego donde la familia hacía vida en esta cocina.

**Y de segundo: Os gusta trabajar con los productos de temporada, ¿cómo cuáles?** Por supuesto el centollo, para nosotros es el rey porque da comienzo en el mes de noviembre y marca el inicio del año, aunque también destacando la lamprea al estilo Arbo en enero, las angulas del Miño en diciembre, el Entroido celta con el cocido gallego en febrero, el magosto celta en noviembre... según va pasando el año vamos generando distinta oferta gastronómica para que la gente pueda degustar otros productos.

**Una degustación, ¿el plato estrella?** El pulpo a feira, no puede faltar en ninguna mesa.



**Vamos de caldos. En la carta más de 100 referencias de vino ¿seleccione un par de ellos?** Elegimos las tierras Galegas y nuestro vecino del Bierzo.

**Y de postre: Recuerde que está invitado a nuestra Casa. Unas palabras para los socios del Lar y los lectores de Anduriña...** ¡Ale carallo vemonos en as festas! (entre risas). Os esperamos para vivir Galicia en Madrid y por supuesto iremos a visitaros para vivirla también en Sevilla!

**¿Nos regala una receta?** ¡Eso está hecho! Merluza y... como no podía ser de otro modo... ¡a la gallega! Seguro que os sale riquísima y es un plato muy adecuado para Navidad. ¡Buen provecho!

## Receta de Merluza a la gallega

### Ingredientes:

Merluza de pincho de Burela  
Aceite de Oliva Virgen Extra  
Laurel, Sal, Ajo, Pimentón de la Vera  
Patata y Vinagre



### Preparación:

Coger una rodaja de merluza de pincho de la parte central. Cocer en una olla con agua, un puñado de sal gorda, piel de la cebolla pelada y un poco de aceite de oliva. Dejar cocer durante 7 minutos.

### Para la ajada:

Sofreír el ajo en una sartén con abundante aceite y añadimos 2 cucharadas de pimentón de la vera. Sacar del fuego y echa un poco de vinagre (al gusto). Dejar reposar hasta que sedimente y coger el aceite rojo y limpio.

### Presentación:

Se pone una base de patata cocida, encima la merluza y se añade ajada al gusto.

**Restaurante O grelo**  
**Calle Menorca, 37-39. 28009 Madrid.**  
**Tfno: 91 409 72 04 [www.restauranteogrelo.com](http://www.restauranteogrelo.com)**





# Recetario

Con José Manuel Gil

Hoy traemos a esta sección un postre que no es realmente gallego pero que no me resisto a compartirlo con todos los cocinillas porque es muy fácil de hacer y resulta espectacular de presencia y sabor. Se trata de la tarta de queso de la Viña, un restaurante de la zona vieja de San Sebastián.

La versión que transcribimos la hemos tomado de Miriam García una bloguera de primerísima línea, cocinera excelente, fotógrafa maravillosa y con un gusto por la excelencia digno de encomio. No dejéis de entrar en su blog, ganador de múltiples premios en las redes, "El invitado de invierno", <https://invitadoinvierno.com>.

Puede que os resulte extraño que utilicemos queso Filadelfia como base de esta tarta, cuando ni siquiera es un queso sino una pasta láctea. Pues resulta que todos los chefs del mundo la utilizan por sus cualidades culinarias para este postre, a lo mas sustituyen una pequeña parte por un buen queso crema local de la zona donde se encuentren.

## Tarta de Queso de la Viña

### Ingredientes

- 570 g de queso crema
- 4 huevos
- 230 g de azúcar
- 1 cda. de harina
- 280 ml de nata líquida (mínimo 35% de grasa)

**Preparación 10 minutos**

**Cocinar 40 minutos**

Fuente: [Invitadoinvierno.com](https://invitadoinvierno.com)



- Pesamos y juntamos en un bol todos los ingredientes.
  - Batimos hasta homogeneizar.
- Vertemos en un molde desmontable bien forrado con papel de horno para que no se pegue la tarta; el papel de forrar la pared debe sobresalir algo de la altura de un molde normal, que son unos 7 cm.
- Cocemos 40 minutos en el horno a 215º-220º (según la potencia de vuestro horno) con calor arriba y abajo, en una bandeja en la parte inferior del horno.
- Cuando esté cuajada la tarta (cuidado, crece bastante, aunque vuelve a bajar), dejamos la puerta del horno entreabierta para que se enfríe lentamente.
  - Una vez fría, la metemos en la nevera hasta el día siguiente para que se asiente.





# PATACA DE GALICIA

A mediados del siglo XVI ya hay referencias escritas de la existencia de la pataca en Galicia. Habían sido sembradas en la huerta del Monasterio de Recoletos de Herbón y así se recoge en las memorias del Arzobispado de Santiago, del Cardenal Jerónimo de Hoyo... «hizo plantar patatas el Sr. Arzobispo D. Francisco Blanco (1574-1581); dieronse muchas pero muy bastardas».

Mucho ha llovido y ahora cinco siglos la pataca de Galicia cuenta con Indicación Geográfica Protegida. Su buqué es de categoría: su textura es firme al tacto y cremosa al ser cocida, consistente en la boca, su forma redonda a oval, carne blanca, piel lisa y fina y su color amarillo claro. De calidad culinaria excelente, destaca por su contenido en materia seca y por que mantiene sus cualidades de color, aroma y sabor después de ser cocinadas.

Crece en zonas muy lluviosas y temperaturas suave, su desarrollo es óptimo y no necesita riega. En verano falta las precipitaciones y hace que estos tubérculos pierdan agua, antes de ser cultivados y así maduran muy bien. Se forma una piel uniforme que es resistente, más la falta de agua, ayuda a que se conserve mejor y aumenta su calidad. Se cultiva en terrenos francos y arenosos, salen limpia de la tierra y no necesitan ser lavadas. La enfermedad de la sarna oroña por su ph débilmente ácido, no le afecta, ni le ataca.

La superficie agrícola dedicada al cultivo se sitúa cada año entre 1.500 a 1.800 ha. El área de producción y envasado de la pataca gallega amparado por la Indicación Geográfica Protegida abarca unos 40 concellos en cuatro subzonas de Galicia: Bergantiños, Terra Chá-A Mariña, Lemos y Limios. Son muy conocidas y reconocidas, el que la prueba, repite: ¡A la rica pataca gallega!

## Hablamos con el Presidente del Consejo Regulador de la Denominación Específica Pataca de Galicia, Guillermo Budiño Cajaraville



**“Las condiciones de la patata de Galicia, hacen que sean aptas para todo tipo de preparación”**

**“Son ideales para preparar los famosos cachelos”**



Y sobre todo son las ideales para preparar los famosos CACHELOS”, patata cocida con o sin piel.

**¿A qué lugares llega y a quienes prefieren esta patata?** La patata de Galicia, se puede encontrar en todo los mercados de España, en grandes superficies y en pequeñas tiendas de frutas. Lo que si hay que tener en cuenta es que la Pataca de Galicia no está todo el año en el mercado, puesto que es un producto estacional, generalmente se puede encontrar en los lineales de los mercados de septiembre a abril.



**¿Cómo es la pataca de Galicia? ¿En qué se diferencia de la catellana o andaluza?** Las características particulares y de calidad de las patatas de consumo amparadas por la indicación geográfica protegida Patata de Galicia deben ser las siguientes: sanas, enteras, con el aspecto varietal característico, limpias, firmes, sin manchas ni heridas, sin sarna ni piel agrietada, sin manchas internas de hierro, sin enverdecimiento, sin podredumbre, sin germinar y exentas de humedad exterior, así como de olores y sabores extraños. Al finalizar el envasado, las patatas presentarán, además, otras características de forma, calibre mínimo de 35 mm, presencia de ojos muy superficiales, aspecto de la piel, color de la carne y su contenido en materia grasa y en azúcares reductores.

### ¿Con qué combina bien?

Las condiciones de la patata de Galicia, hacen que sean aptas para todo tipo de preparación, guisada, cocidas, fritas en chips, al vapor etc.





## San Ciprián, Lugo



**E**n la mariña lucense, a diez minutos de Burela, por la costa, mirando siempre al Cantábrico llegamos a la marinera San Ciprián, en el Concello de Cervo. Pasear por las Playas de San Cibrao, Caosa, Gaiosa, bien merece una parada frente a sus aguas. Más marinero no puede ser esta tierra donde la pesca siempre está latente, sus astilleros ancestrales donde se construye con madera por los artesanos y carpinteros del mar, donde aún se cuentan historias de balleneros y donde se oyen a las sirenas. Su fiesta de la Maruxaina, su pequeño istmo que une Galicia con el Cantábrico y nos dirige hacia el casco antiguo en forma de castro donde combaten las olas.

**D**espués de contemplar pequeñas playas de arena rubia que invitan al baño entre rocas buscaremos en la pequeña localidad entre sus variopintas viviendas, A Bodega, una casa de comidas singular que regenta Ana Rolle Piñeiro desde hace más de una década.

**E**ntre aperos de labranza, máquinas de coser, radios antiguas y hasta un abrevadero, lugar de descanso de los caldos gallegos, comeremos en bancos y mesas de madera el menú del día o una cocina tradicional donde sorprenden algunos platos.





## Restaurante A Bodega en San Ciprián

**A**Bodega en San Cibrao es un local diferente a pocos metros del mar, en uno de los rincones más bonitos y recónditos de la costa lucense. Su cocina es tradicional y popular, la propietaria, Ana María Rolle Piñeiro, se ha ganado una buena fama en la zona gracias a su buen hacer entre los fogones.

**E**l restaurante tiene su encanto y su historia también, antes era un local donde se reunían amigos para pasar un buen rato y contar historias de pescadores y carpinteros de ribera con un vino y una buena comida casera. Desde hace 12 años Ana María conserva parte de la esencia del local y se siguen preparando guisos sencillos como las almejas con patatas, filloa de gambas, buenas zamburiñas y bacalao frito con verduras, costillas a la barbacoa y donde no hay que perderse tampoco sus postres caseros.



**E**ntre los platos, se debe probar el pulpo pero con gambas al ajillo, cosecha propia de A Bodega, que siempre sorprende a los comensales mientras contemplan desde los bancos de madera un techo cargado de curiosos objetos, algunos de labranza o del mar. Todo regado con una variada carta donde se puede encontrar albariño Carallán o ribeiro Deseu, donde la uva predominante y que se pone en valor es de la variedad treixadura, entre otros vinos de Bodegas Adegas Terrae, con estética moderna, fresca y joven. Su botellero es un antiguo abrevadero, junto a la barra. Sus fogones con barbacoa, con ricas carnes y siempre renovándose.

**A**na ha trabajado en pescaderías y en hostelería y se nota que sabe de cocina. Ha ganado varias veces el concurso de tapas en la Fiesta del Erizo y los clientes abarrotan siempre este pequeño local.



**A BODEGA**  
**RUA MANUEL ANTONIO N.º 1**  
**27890 SAN CIBRAO (LUGO)**  
**982 59 41 20**





# Piedrafita, Lugo



Foto cedida por el Concello de Piedrafita

**P**iedrafita del Cebrero (Pedrafita do Cebreiro oficialmente) es una localidad y un municipio de la Provincia de Lugo que pertenece a la hermosa y natural comarca de Los Ancares. Se sitúa a 1098 metros sobre el nivel del mar, lo que lo convierte en el municipio más alto de la provincia lucense y también de toda la comunidad autónoma de Galicia.

**L**a importancia de su puerto marca la historia del municipio y hace que tenga un papel muy relevante en el Camino de Santiago y lo convierte además en una de las principales entradas a Galicia. En su origen el Puerto de Piedrafita era cruzado por la vía romana que por Triacastela conducía a Astorga, en el interior de la Galicia antigua. Con el tiempo dio paso al camino medieval que llevaba al Camino de Santiago y a un Camino Real.

**C**on el legendario milagro del Santo Grial, ocurrido en El Cebrero, este paso ganó mucha importancia religiosa y se convirtió desde entonces en paso obligado de los peregrinos jacobeos. En 1486 los Reyes Católicos, de peregrinaje a Santiago, se detienen en el monasterio de El Cebrero y donan el relicario donde se guardan las reliquias del milagro. El antiguo cáliz románico del monasterio figura en el escudo de Galicia.

**E**n la Guerra de la Independencia, debido a su posición estratégica entre León y Galicia, volvió a ganar relevancia. A partir del siglo XIX Piedrafita fue paso de la primera carretera moderna entre Galicia y la meseta, y en el siglo XX de la primera autopista (la A-6), que cruza el puerto por dos túneles de 865 m de largo.

**S**u vivienda tradicional es conocida como "palozas", son testimonio de un poblamiento anterior a los romanos y se conservan algunas en el pueblo de El Cebrero. Algunas se recuperaron para acoger un Museo Etnográfico y un refugio de peregrinos.





## Taberna Km 0



Visitar Piedrafita do Cebreiro se vuelve un regalo para los sentidos si además descubres su excelente gastronomía. En la Taberna Km 0 puedes degustar una exquisita comida casera de la mano de sus propietarios Adelaida y Jesús.

Elaborado cada plato con productos de calidad, te sorprenden con exquisitas carnes entre las que destacan el pollo de corral, el cordero guisado o sus impresionantes chuletones de cerdo.

Los cerdos son criados especialmente para ellos y pueden pesar hasta 340 kilos en canal de ahí que puedas comer en este restaurante chuletones de entre 350 gramos a 1 kg.

Son conocidos también por sus tradicionales chuletitas de cordero o probar sus patas a la parrilla.

También puedes encontrar increíbles chacinas, variada tabla de quesos, succulentos chorizos a la brasa, jugosas tortillas de patatas, sabrosas ensaladas de tomates recién traídos de la huerta.

Buena comida se acompaña siempre de buen vino que puede escoger en su exquisita bodega en la que destacan como vinos de la casa un buen mencía de El Bierzo o un godello cosechero.



Como guinda del pastel sus postres caseros te dejarán un buen sabor de boca que te hará repetir.

Un lugar donde comer como en casa, con platos abundantes y de calidad, servidos con todo el cariño que Adelaida y Jesús ponen con cada uno de los que allí se acercan a tener una comida agradable, sabrosa y de calidad.



**Taberna Km 0**  
**Rúa Vía Romana Nº 60. 27670 Pedrafita do Cebreiro, Lugo.**  
**Tfno. 722 37 90 37**





**Margarita Rodríguez Otero**

Era costumbre que a los hijos naturales se los inscribiesen con los dos apellidos de la madre, sin embargo, este niño fue siempre conocido como José Rodríguez Arriola que eran los apellidos de su padrino y abuelo materno, que al parecer, lo había adoptado al carecer de padre conocido.

Después de la polémica suscitada su madre se va a vivir a Madrid dejando a su hijo en la casa familiar a cargo de su hermana Aurora. Cuando el pequeño tenía poco más de dos años, sorprendió a todos al ponerse a ejecutar al piano una jota que su tía acababa de tocar. Ante tal insólito hecho la familia se centra en la educación musical del niño, poniéndole el mejor profesor de música que existía en Ferrol, que comprueba, con verdadero asombro, que aunque sus pequeños dedos no puedan alcanzar todas las teclas, se las ingenia para que los acordes no dejen de reflejar una perfecta armonía.

Cuando su madre se entera de estos inauditos hechos regresa para llevar el niño con ella a Madrid, tal vez se percató de las posibilidades económicas que podía suponer tener un hijo con esas aptitudes y se convierte en su agente, representante y relaciones públicas, y no pudo ser más eficaz ya que en poco tiempo consiguió que se hablase del niño prodigio en los círculos sociales.

El cuatro de diciembre de 1899, cuando todavía no había cumplido los cuatro años, da su primer concierto en el salón de la familia Montano, ante un numeroso público formado en su mayoría por una élite de aristócratas, músicos, periodistas y críticos atraídos por lo insólito del acontecimiento.

El éxito es apoteósico y los ecos del triunfo llegan al Palacio Real donde da otro concierto invitado por la Reina María Cristina que admirada se ofrece a costear su carrera musical. Trae un profesor de idiomas de Berlín para enseñarle alemán antes de enviarlo a estudiar a Alemania.

En un concierto en el Ateneo de Madrid, interpreta seis obras de composición propia, entre ellas una marcha militar dedicada al rey Alfonso XIII. Su memoria es tan asombrosa que compone y toca sin partituras, solo con unos dibujos infantiles que solo él entiende. Su profesor de estudios musicales manifiesta maravillado "... que no sabe qué admirar más en él, si su memoria fenomenal, su encantador sentimiento artístico o su extraordinario talento para idear y componer..."

Después de dar cuatro conciertos en París, es tal su fama que en el Congreso Internacional de Psicología celebrado en esa capital en 1900, lo reclaman para ser examinado por doctores expertos, con el fin de comprobar su verdadera edad y ver que no se trataba de un fraude. El comunicado oficial termina diciendo "...la ciencia psicológica no está lo suficientemente adelantada para poder explicar tal fenómeno..."

## JOSÉ RODRÍGUEZ ARRIOLA

Conocido en el mundo artístico como Pepito Arriola.

Al investigar personajes para incluirlos en este apartado, me ha sorprendido la extraordinaria y apasionante vida de este asombroso pianista y compositor gallego.

Había nacido en Betanzos (La Coruña) el 14 de diciembre de 1895, era hijo natural de Josefa Rodríguez Carballeira. Su nacimiento fue motivo de escándalo al pertenecer su madre a una ilustrada e influyente familia de El Ferrol.





Llega a Alemania con su madre y se instalan en Leipzig con una pensión mensual de 500 marcos, una cantidad astronómica costada por la Reina Regente española. Es ya todo un mito musical en los primeros años del siglo XX, conocido como "Pepito Arriola el Mozart español" sin duda se trataba de buscar una figura equiparable que le hubiese precedido.

Después de estudiar con varios maestros, Arriola viaja a Berlín para actuar ante el emperador Guillermo I, quien le nombra pianista de palacio, en el que permanece durante varias semanas. A la edad de siete años sus profesores consideran que han finalizado sus estudios musicales. Llega a dominar el alemán, inglés, francés e italiano, además de ser un consumado maestro de ajedrez.

En 1908 da una gira por Europa, invitado como artista virtuoso en los grandes conciertos sinfónicos. Actúa en el palacio del zar de Rusia Nicolás II. Marcha a Estados Unidos contratado para dar tres conciertos a 2.500 dólares cada uno, pero llega a dar cuarenta en diferentes ciudades, después del éxito obtenido en el Carnegie Hall y el Metropolitan. El New York Times escribe: "Pepito Arriola es sin disputa un niño sorprendente: el más sorprendente de los prodigios que aquí se han oído"



Volverá otra vez a Estados Unidos, Canadá, Cuba y Argentina, para dar casi cien conciertos, el de Nueva York ante veinte mil personas, siendo el primer artista que logra tal record. Aquí su madre le asegura sus manos en cien mil dólares. En dos ocasiones visita Hispanoamérica siempre con el mismo éxito, recibe homenajes de las colectividades gallegas de la Habana y Buenos Aires, donde su actuación en el teatro Colón fue multitudinaria.

Durante la primera guerra mundial (1914-1919), la familia se instala en la capital de España, país que era neutral. La madre de Arriola se había casado en 1906 con el explorador y doctor Amado Osorio y Zabala, uno de los fundadores de la Clínica Ruber en Madrid.

El Rey le concede la Gran Cruz de Alfonso XII... "reconociendo sus grandes méritos artísticos, como pianista, violinista y compositor y por llevar el nombre de España con orgullo a todos los países que ha recorrido..."

En España actuó en las principales capitales, incluidas las gallegas. Nunca olvidó sus orígenes en una visita a Ferrol le reciben más de dos mil personas y el Ayuntamiento le concede una medalla conmemorativa costada por suscripción popular y le dedica una placa de mármol en el Hospicio Municipal, del que Arriola era protector. En la actualidad existe una plaza con su nombre.

La madre de Arriola había fallecido en Alemania y él se instaló definitivamente en Barcelona en 1945, aquí falleció en 1957. Hacía años que había dejado de ser el niño prodigio entonces era don José Arriola dueño de una considerable fortuna que llegó a España en los difíciles tiempos de la posguerra.

Después de su muerte se encontraron compuestas quince piezas de diversa índole y de indudable valor musical, aunque de sus primeros años se perdieron muchas, las conocidas suman más de cuarenta. En una entrevista concedida a un conocido periódico de Ferrol cuando tenía dieciocho años manifestó... "componer música no es difícil lo cansado es escribirla, ojalá se pudiera guardar solo con tocarla..."

Pepito Arriola, ese niño prodigio que no tuvo infancia ni juventud y que vivió siempre explotado por su madre, merece ser recordado, ya que no han existido muchos genios como él en el mundo de la música. Los acordes de sus sinfonías musicales seguirán por siempre sonando, como magnífico recuerdo de su increíble vida.

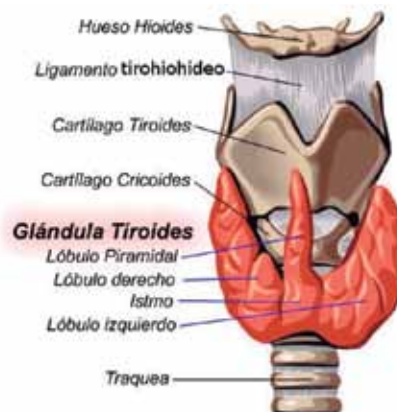


## Salud y Vida: Tiroides

Por el Dr. Eduardo Sánchez Gómez



Es un tema de actualidad todavía en investigación. Se sabe poco de esta pequeña, generosa y gran glándula que organiza el metabolismo del cuerpo. Está situada en la garganta, en la zona anterior del cuello, delante de la tráquea, con forma de mariposa y de unos 30 gramos de peso.



Las enfermedades relacionadas con esta glándula han ido en aumento. Entre sus funciones está el control del ritmo cardíaco y del equilibrio de calorías; también actúa, sobre el cerebro, huesos, músculos y ocasiona alteraciones en los ciclos menstruales de la mujer.

El tiroides produce hormonas que conducen por la sangre a todas las células del cuerpo. Pese a su reducido tamaño, es fundamental en dicho metabolismo, ya que sintetiza, retiene y libera hormonas tiroideas, las cuales hacen que nuestros órganos actúen de manera correcta. "Regulan casi todas las funciones: cardíaca, hepática, muscular...; por eso una enfermedad tiroidea provoca multitud de síntomas", señala en el XL Semanal de ABC, la doctora Elena Navarro, especialista en Endocrinología y Nutrición en el Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla.

"Existe un incremento de las enfermedades autoinmune, pero no se sabe su origen. Se comenta el medioambiente contaminado, los plásticos, aunque no se ha demostrado; las hormonas tiroideas T4 para transformarse en T3 estarían limpiando los tóxicos y no ejercerían su función básica", explica la doctora Navarro.

"Una de las alteraciones del tiroides más frecuente en España es la tiroiditis de Hashimoto, que provoca un hipotiroidismo de origen genético. En esta afección no se produce hormona y hay que sustituirla por una sintética, la tiroxina", afirma el doctor Davis Vargas, psiconeuroinmunólogo director de Regenera y especialista en Biología Molecular.

**Síntomas.** Los síntomas van a depender de la patología que afecte a esta glándula. En general pasan desapercibidos, de una forma silente que no hacen pensar en el tiroides. Entre las enfermedades más importantes se encuentran:

**Hipotiroidismo.** Se caracteriza por una disminución en la producción de hormona tiroidea. Es más frecuente en mujeres en la edad media de la vida y en las que han dado a luz. La causa más habitual es la tiroiditis o enfermedad de Hashimoto, es decir cuando se inflama el tiroides; asimismo, tener antecedentes familiares, haber sufrido radiaciones en el cuello o la enfermedad autoinmune. Los síntomas son: fatiga, dolor muscular, somnolencia, estreñimiento, obesidad y depresión. Se encuentran otras enfermedades con síntomas similares por lo que es preciso hacer un diagnóstico precoz.

Es muy importante hacer una valoración de la función de esta glándula antes de la gestación. Si hubiera un déficit hormonal (hipotiroidismo), afectaría al feto tanto a nivel físico como cerebral. El pronóstico es bueno en general y se consigue llevar una vida normal.

**Hipertiroidismo.** Consiste en un aumento de hormona tiroidea. El origen principal es la enfermedad de Graves Basedow, de tipo inmunológico; también lo ocasionan los adenomas tiroideos y la tiroiditis, cuando se inflama el tiroides.

Los síntomas principales son: sudoración, palpitaciones, cansancio, insomnio, taquicardia, pérdida de peso, diarreas, temblor. La mayoría son propios de otras enfermedades, lo que dificulta el diagnóstico. En caso de duda lo más aconsejable es acudir al médico. Algunos pacientes ven afectados los ojos (**Oftalmopatía de Graves**); los tejidos que están detrás se inflaman lo que motiva que los ojos estén saltones.





**Bocio.** Es un aumento excesivo de la glándula tiroidea cuyo origen está por determinar y sin significado patológico. Se puede presentar tanto en el hipotiroidismo como en el hipertiroidismo y parece estar relacionado con antecedentes familiares. Cuando el bocio aumenta de manera excesiva, que impide la deglución o respiración, se extirpa total o parcialmente.



**Nódulos tiroideos.** Normalmente son benignos, pero si son grandes se realiza punción biopsia para su diagnóstico.

**Cáncer de tiroides.** Ha ido en aumento aunque no es muy habitual. Como sucede con todo tipo de cáncer la causa se desconoce y se relaciona con la genética y la exposición a radiaciones; se da más en el sexo femenino. Existen cuatro tipos: el anaplásico, que es el más agresivo, el papilar, el folicular y el medular, que tienen muy buena evolución.

En la etapa inicial no produce síntomas y a medida que se desarrolla, se manifiesta por la aparición de un bulto en el cuello, dificultad en la deglución, alteración en la voz, dolor en la garganta, etc. Tienen buen pronóstico si se hace un diagnóstico precoz.

**Diagnóstico.** Lo primero es hacer una anamnesis o historial médico y un examen físico. Se continúa con un simple análisis de sangre en donde se piden hormonas tiroideas; hasta hace unos 25 o 30 años nunca se había hecho, lo que nos dice de la importancia de esta glándula. Actualmente unos 300 millones de personas en el mundo padecen algún tipo de enfermedad tiroidea.

El **hipotiroidismo** se diagnostica examinando en sangre los niveles de la hormona tiroidea (TSH), tiroxina y anticuerpos antitiroideos, que se completa con, el colesterol, hemograma y función hepática, principalmente.

En los recién nacidos se realiza la "**prueba del talón**", que consiste en extraer unas muestras de sangre del talón entre el 2º y 5º día después de nacer para ver si existe Hipotiroidismo Congénito.

La ecografía tiroidea se practica en algunos casos, sobre todo si hay bocio para apreciar el tamaño y ver la presencia o no nódulos.

En caso de sospecha de **hipertiroidismo**, se realiza un análisis sanguíneo para determinar los niveles de hormonas tiroideas T3 y T4, así como la prueba de captación de yodo radioactivo; en ocasiones se realiza una gammagrafía para hacer un diagnóstico más preciso.

El **cáncer tiroideo** se descubre en un estudio rutinario o bien por la presencia de síntomas. Consiste en un examen físico, análisis de sangre, para evaluar las hormonas, ecografía, TAC y biopsia. En España aparecen unos 2.000 al año y dos de cada tres son menores de 55 años. "El 90% de los pacientes tienen un buen pronóstico y se curan", destaca Juan Carlos Galofré especialista en Endocrinología y Nutrición en la Clínica Universidad de Navarra.

**Tratamiento.** Tiene como base los fármacos y la cirugía. En el **hipotiroidismo** se utiliza la **levotiroxina** (Eutirox, Levoxyl), cuya cantidad se ajustará a la edad del paciente o si tiene enfermedades asociadas. La medicación será para toda la vida y seguirá revisiones periódicas por su médico especialista.

Unas de las complicaciones que produce la levotiroxina es el "**Síndrome del corazón roto**". Simula síntomas parecidos a un infarto de miocardio: dolor torácico, pérdida de conocimiento y en ocasiones parada cardíaca. La causa es un fracaso del corazón de forma temporal, desencadenado por un estrés, como el miedo escénico, la muerte de un familiar, pérdida del trabajo, ataque de asma, etc. Este trastorno es reversible y cura sin secuelas.

El **hipertiroidismo** tiene tratamiento multifactorial, desde el médico hasta el quirúrgico. Entre los fármacos utilizados están el yodo radiactivo y los preparados antitiroideos como el metimazol y el propiltiouracilo, cuya acción es disminuir la producción de hormona tiroidea. Por último, está la cirugía, indicada en caso de intolerancia a los medicamentos o en el embarazo; consiste en la extirpación total de la glándula (tiroidectomía) o parcial. Si es total, deberá tomar una hormona sustitutiva durante toda la vida como la levotiroxina, si es parcial, probablemente no será necesario.

En el **cáncer de tiroides** el único procedimiento es el quirúrgico. Según la extensión del tumor se realiza extirpación total de la glándula (tiroidectomía) o parcial (lobectomía tiroidea). Cuando están afectados los ganglios linfáticos del cuello hay que erradicarlos.





## Un poco de Astronomía Astronomía en la Antigüedad

Por José Núñez Martín

El interés por lo que había en el cielo siempre llamó la atención de los humanos desde cuando eran nómadas pero aumentó cuando se convirtieron en sedentarios. Siempre admiraron el cielo por su belleza y sus misterios e incorporaron lo que vieron en muchos aspectos de sus vidas. Pudo tratarse más bien como actos mágicos, actos religiosos o querer explicar hechos científicos incomprensibles para ellos. Hay que tener en cuenta que para aquellos humanos las estrellas estaban fijas y lo único que se movía eran el Sol y la Luna. El interés por la astronomía se incrementó cuando se empezaron a formar comunidades y posteriormente civilizaciones y pensaron que el cielo influía en muchas cosas que ocurrían en la tierra, de ahí que a menudo se considere la **astronomía** como la ciencia más antigua.

Desde los primeros tiempos comprobaron que la visión del cielo se repetía periódicamente, que tenían ciclos. Cuando eran nómadas descubrieron que para desplazarse, se podían guiar por las estrellas o cuando fueron sedentarios, el cielo le proporcionaba signos para la siembra o la recolección. También influyó el cielo para los momentos de las celebraciones.



Ya en la prehistoria aparecen pinturas rupestres con los fenómenos que se producían en el cielo y conforme su cultura se fue desarrollando comenzaron a erigir monumentos que perduraran en el tiempo, donde quedara reflejado los frutos de sus observaciones para sus descendientes, que si bien estaban ligados al carácter religioso o funerario, también estaban relacionados con el Sol, con la Luna y con las estrellas. En casi todas las culturas de la antigüedad se encuentran monumentos megalíticos o restos de ellos, muchos muy bien conservados y vamos a mencionar brevemente los más representativos de ella:

**Europa occidental.** Nos referiremos en primer lugar a las cuevas de Laxcaux en el sur de Francia, en el Valle de las Maravillas a más de 2.000 m de altura, que están consideradas como la capilla Sixtina del arte rupestre en las inmediaciones de un gran yacimiento con multitud de grabados. Recientemente una investigadora francesa independiente, Chantal G. Conquedié, ha aportado una teoría nueva en la que en su opinión las pinturas de la gran bóveda de hace 17.000 años representan un mapa celeste, por lo que el valle pudo ser un observatorio astronómico. En este gran yacimiento destacan infinidad de dagas que señalan el punto del horizonte por sale el sol el día del equinocio de otoño. Chantal también demostró que de noche en esta misma época del año, las dagas también estaban alineadas con la luna y comprobó cómo el Sol iluminó el interior de la cueva la tarde del solsticio de verano y solo en aquel momento. En cambio otros historiadores afamados defienden que el origen de las pinturas fueron con fines chamanistas.

También al noroeste de Francia, tenemos los alineamientos de Carnac con sus piedras megalíticas erigidas en el Neolítico. Este conjunto está considerado como el más extenso del mundo y algunos científicos lo consideran como un observatorio astronómico. Lo componen varios, muy próximos entre ellos y están repartidos por la zona. Los más importantes son dos: el de Mènec, que lo forman 11 hileras de menhires con un



ancho de unos 100 m y una longitud de 1,2 km teniendo en sus cabeceras dos crómlech (construcciones circulares), compuestos también por menhires y el de Kernario, similar al anterior situado al este del mismo. Este último es el más visitado y con las piedras más grandes.



El escritor francés Jacques Cambry aventuró en 1.794 la idea de que Carnac era un observatorio astronómico y en 1.970 el ingeniero inglés Alexander Thom y su hijo retomaron la idea y sugerían que las alineaciones de menhires con sus hileras perpendiculares están orientadas hacia los puntos solsticiales y equinocciales de salida del Sol, creando así un calendario que permitía predecir las etapas importantes de la vida agrícola.

Otro de los más importantes es el monumento megalítico tipo crómlech de Stonehenge en las llanuras de Salisbury, al sur de Inglaterra, cuya construcción



y utilización está datada entre 3.100 y 2.000 a.C., aunque el foso y los montículos circulares, primera fase del monumento, pueden tener una antigüedad de unos 5.100 años atrás. El conjunto parece estar alineado con posiciones de la Luna, el Sol o las estrellas en el horizonte en épocas determinadas del año.

Y no pueden quedar sin mencionarse la infinidad de dólmenes que se cuentan a miles diseminados por toda Europa, que aunque su carácter monumental es sobre todo funerario, en muchos de ellos se puede observar cómo en los solsticios o equinoccios, dependiendo de cada uno, a la salida del Sol entra un rayo hasta el fondo de la cámara, lo que prueba que en esta época tenían conocimientos de fenómenos que unían el cielo y la tierra. En la provincia de Huelva se han descubierto más de 200 de ellos y el más importante y cercano es el Dolmen de Soto en Trigueros, donde en los equinoccios de otoño y primavera a la salida del Sol se viene repitiendo desde hace unos 5.000 años esa



entrada de un rayo de sol que recorre los 21 metros de galería y penetra hasta el fondo de la cámara.



**Egipto.** Monumentos como las Grandes Pirámides de Giza parecen estar alineados con precisión a los puntos cardinales para lo cual eran necesarios ciertos conocimientos de astronomía, pero también tuvo mucha importancia que debido a la observación de las estrellas comprobaron que estas realizaban un giro completo en algo más de 365 días y basándose en esto elaboraron su calendario que lo venían utilizando ya unos 4.000 años a.C.



**Babilonia.** Lo babilonios fueron unos grandes estudiosos del Sol y de la Luna y esto les sirvió para perfeccionar su calendario pero en su caso con una manera muy particular basado en la periodicidad de los eclipses por lo que descubrieron el "ciclo de saros" que es un periodo de tiempo de 223 lunas, lo que equivale a 6.585,32 días, aproximadamente 18 años y 11 días. Tras este periodo la Luna y la Tierra regresan aproximadamente a la misma posición en sus órbitas y se pueden repetir los eclipses. Precisamente el registro histórico más antiguo que se ha descubierto acerca de los ciclos de saros está en Irak fechado en tiempo de los caldeos, antiguos astrónomos babilonios, que ya sabían que los eclipses cumplían ciclos de 18 años.

**Latinoamérica.** Los mayas crearon su famoso calendario que tiene origen el 13 de agosto de 3.114 a.C., fue el más sofisticado de su tiempo cuyas predicciones nunca fallaban salvo que tenían una fecha final que correspondería al fin del mundo, coincidente con nuestros tiempos y en eso sí que han fallado.

**Grecia.** Varios siglos antes de Cristo y con muy pocos medios ya algunos sabios dedujeron que la Tierra era redonda y calcularon su diámetro bastante aproximado. Eran además de astrónomos, matemáticos, filósofos, pensadores,.... De estos sabios hablaremos en próximos artículos.





## LEMBRANZAS DE UN NENO DE ALDEA. (5)

...../.....

Soy hijo único y mi madre habló mucho conmigo a lo largo de toda su vida por eso es probable que alguno de los recuerdos de cuando era mas pequeño puedan provenir mas de sus charlas que de mi memoria pero lo percibo como un auténtico recuerdo. Por ejemplo cuando vivíamos en Oviedo, poco tiempo antes de enfermar ella, tendría yo unos dos años cuando me pilló una pulmonía. Por aquellos tiempos era una enfermedad muy grave sobre todo en un niño pequeño. Por suerte había comenzado a comercializarse ese mismo año la penicilina, gracias Dr. Fleming, y mi recuerdo puntual son los botecitos de cristal con tapón de goma en que venía el medicamento, la habitación en que dormía, la cama y mi madre sentada a mi lado todo el tiempo. En el mismo Oviedo recuerdo ir a una romería, tomar tortilla y ver un oso que bailaba al son de un pandero. Poco tiempo después marché para la aldea con mi abuela, mi madre a Sevilla y mi padre a Madrid. Me llevó mi padre a Ledoira y recuerdo atravesar la ría de Ribadeo entre Asturias y Galicia en una barca y el momento de subir de la embarcación a tierra.

En casa de mi abuela gallega había un perrazo enorme negro que imponía, no sé la raza pero debía ser un cruce de labrador con otra raza bastante fiera. Le pusieron por nombre Pitís y yo hacía con el lo que quería, como era pequeño me subía a su lomo como si fuera mi caballo y el dócil animal me paseaba sin quejarse lo mas mínimo. Para los extraños era bastante agresivo y por ese motivo estaba atado en la palleira con una cadena que corría por un cable parecido a una tirolina lo que le daba mucho espacio para moverse dentro de la era. Aún recuerdo la mañana en que lo encontramos muerto, despedazado por unos lobos hambrientos que se habían atrevido a acercarse a las casas en busca de alimento. Aún llevo en mi corazón aquel magnífico animal con el que tan bien me entendía sin necesidad de palabras.

También tenía mi abuela una yegua en la que montaba a pelo desde muy pequeño, recuerdo que cuando mi madre vino a recogerme, ya muy recuperada de su enfermedad, yo estaba en el monte con mi primo y mi tío que estaban limpiando de maleza una finca de pinos. Algún vecino pasó casualmente por la zona y dijo que mi madre estaba en Ledoira. Me monté en la yegua y salí disparado para la casa. Cuando mi madre



me vio montado se llevó un susto tremendo y nos dimos mil besos y abrazos después de mucho tiempo de separación, algo mas de cuatro años con una visita o dos en medio. Fueron días muy felices para mi en que mi lengua se desbordaba queriéndole contar todas las cosas que hacía allí en la aldea, cada rincón, cada faena, pensando que para ella todo era nuevo y la tenía que enseñar. Mi madre conocía de sobra todo porque había pasado muchas fatigas y agobios en aquellas tierras tan diferentes a su Constantina natal. Yo le hablaba en gallego cerrado de aldea que ella entendía perfectamente si bien nunca lo habló salvo palabras sueltas y muchos giros lingüísticos que le quedaron para el resto de su vida.

No puedo pasar por alto estas "lembanzas" sin hablar de mi tío José María. Este hombre era el marido de la hermana favorita de mi padre, mi tía Julia. Vivían en Pontecarreira, una población de unos trescientos habitantes, situada a medio kilómetro de Ledoira, donde tenían un bar y casa de comidas "Casa Vilariño". Yo era muy mal comedor, me gustaban pocas cosas y en poca cantidad, todo



Mi tía Julia Gil Garea

lo contrario de lo que me ocurre ahora. Por supuesto me encantaba ir a la casa de mis tíos porque siempre caía alguna "larpeirada". Mi tío era un hombre con una salud muy delicada que no paraba un momento. Siempre a su ritmo. "A modiño" decía continuamente cuando le apuraban en alguna tarea. Era el hombre con mas habilidades laborales que he conocido jamás. Por pertenecer a una familia de campesinos, los Vilariño, era labrador con mucho tino y buen hacer. En toda la zona acudían a él para herrar los caballos, bueyes y vacas.



Mis padres, José Gil y Rosalía Losada y mi tío José M<sup>a</sup> Vilariño

A toda la familia nos hacía los "zuecos", botas de piel con suelas de madera, que exigían una extraordinaria destreza para que fueran cómodos y no estropearan los pies con su rigidez. También ejercía de peluquero entre la familia y los amigos. El mejor café de todos los contornos salía de sus manos y los hombres todos le ponían sus gotas de "caña", orujo de 45 grados que le daba un perfume muy especial. Lo recuerdo muy bien con su cigarro liado pegado al labio inferior, los ojos entreabiertos por efecto del humo y diciendo en tono un tanto arrastrado "bueno, hombre, bueno..." Era su forma de detener el tiempo para contestar a algo que le habían dicho. Como tenía mala salud, por las noches, mi tía le ponía un par de huevos fritos que terminábamos comiendo los niños que estábamos alrededor, uno moja aquí, otro sopa allá. Era un hombre bueno y honesto que no tenía nada suyo.

La ecónoma de la familia era su mujer, mi tía Julia, que no sabía leer ni escribir pero hacía las cuentas con los dedos mas rápido que cualquiera con lápiz y papel y muchas veces corrigió la cuenta hecha por algún hijo. No se equivocaba jamás. Los días 13 y 26 de cada mes se celebraba "a feira" como ya he comentado y el comedor se llenaba de gente para comer. Tenían mesas largas con bancos a ambos lados y los vecinos de las parroquias que venían a mercar aprovechaban para tomarse sus callos, su cocido, alguna costilleta o una extraordinaria carne asada marca de la casa con sus buenos ribeiros. Todos salían contentos y coloradotes y mi tía ordenando todo aquel caos que se desarrollaba en la cocina, el comedor pequeño del bajo y el comedor grande de la primera planta amén del bar que era un entrar y salir permanente de personas para tomarse un vino o un café porque la tapa allí no se estilaba y en esos tiempos mucho menos.

A día de hoy Casa Vilariño sigue funcionando como bar regentado por su nieto Xulio y, como es lógico, la tapa es uno de los atractivos del establecimiento.

...../.....

**Xosé Xil**

## CANTO A LA PRIMAVERA

*Cada año, la naturaleza nos brinda en la estación de la Primavera, junto con el hermoso colorido, no solo de las flores, también de las aves y de los insectos, las armoniosas notas musicales de éstas, unidas a las magníficas danzas acrobáticas en el aire, manifestando y festejando la continuidad de la procreación. La Primavera nos alegra la vista a través del manto terrenal y divino que nos ofrece y con ella, "la sangre nos altera". Fluyendo con más intensidad, con más emoción; y llevando a todos nuestros órganos, la hermosa sensación de la vida; transmitiendo a nuestros sentidos, el gozo supremo de nuestra existencia.*

*Y como parece que lo primordial en esta estación son las flores, vaya este recordatorio a todas sin excepción, aunque sólo sean nombradas algunas de las más conocidas por nuestro entorno, y otras, simbólicas, pues, sería imposible para mi, evocar el nombre de todas.*

## A SALVADOR TAVORA: ANDALUZ DE PENSAMIENTO UNIVERSAL EL TEATRO, SU GRAN SUEÑO

*El teatro, su gran sueño,  
y con él su despertar  
y al despertar le da vida  
a sus sueños de verdad.  
Soñar, soñar y más soñar,  
quiere seguir soñando  
y no dejad de soñar,  
que en los sueños que se creen  
el creer lo hace crear  
los sueños que lleva dentro  
para hacerlo realidad.  
No más "quejíos",  
ni más quebrantos,  
ni tierra "amarga",  
ni tristes llantos.  
Ni lágrimas escondidas,  
ni más gargantas cerradas,  
sí, a una mano tendida,  
¡no!...,  
a manos encadenadas.*

**Manuel Palacios Sierra**





## Mi Tierra Galicia

por Rebeca Fernández Lameiro

**N**ací en Ferrol hace ya muchos años. Nuestra casa estaba situada en la carretera de Castilla y, a pesar de que pasé allí solo doce años de mi vida, tengo muy buenos recuerdos de esa etapa de mi infancia.

**M**is padres eran muy modernos para la época. En los años 50, los de mi juventud, las niñas apenas prolongaban sus estudios pero mi padre no opinaba lo mismo, con lo que mi hermana y yo nos desplazábamos a menudo hasta Coruña para examinarnos de Comercio, ya que en Ferrol no había escuela de esta especialidad.

**E**l mar ha tenido un papel fundamental en mi niñez. Aprendí a nadar muy pronto y en mi infancia solíamos ir a disfrutar de las playas de

Valdoviño, Meiras, Seseñe y Cabañas. También íbamos a Mugardos y desde allí a Ares. ¡Qué bonito es el mar en mi tierra! En la zona de Caranza mi padre pescaba con sus amigos y teníamos una casita de madera: mientras los niños jugábamos y nos bañábamos sin parar, nuestras madres preparaban allí mismo los peces recién cogidos y pasábamos el día en la playa.

**A**unque mi padre era de Ferrol, mi madre había vivido en Lugo hasta que se casó, y por eso visitábamos esta ciudad con frecuencia. La casa de mi abuela estaba en la calzada romana, cerca de la puerta de Santiago y del puente sobre el río Miño: sus aguas eran cristalinas y los peces recorrían estas aguas limpias, que mostraban sus piedras hasta en los lugares más profundos. Mi tío Salvador era un excelente pescador y a veces me dejaba ir a pescar con él.



Faro de Isla Plancha.  
Ribadeo.



Rebeca y Laurita Fernández con su madre en Caranza, Ferrol. Año 1949.

**C**on mi abuela dábamos largos paseos por La Tolda hasta llegar a un manantial de aguas féreas donde bebíamos esas aguas que se supone que lo curaban icasi todo! pero que estaban malísimas. Nosotros, los niños, las bebíamos sin rechistar ya que en aquella época se respetaba mucho a los mayores. Mi abuela también nos llevaba a pasear a la muralla, desde donde veíamos todo Lugo. En aquella época no nos podíamos imaginar que llegaría a ser Patrimonio de la Humanidad.

**L**legué a Sevilla en otoño de 1957. Mi padre trabajaba en los Astilleros de Bazán de Ferrol pero los astilleros de Sevilla Elcano le habían ofrecido unas condiciones más ventajosas y nos trasladamos toda la familia a la capital hispalense. Al principio lo pasé bastante mal: echaba de menos Galicia, la tierra, trepar a los árboles con mi gata Mirla, los frutos y la huerta.



**A**l poco de llegar a Sevilla, mi padre dijo que se iba a fundar una Casa de Galicia y que él ya se había hecho socio. Acabábamos de llegar y ya pensábamos en el Lar. Aunque no teníamos sede social, sí hacíamos actividades. La primera fue a la peña Arias Montano, en Aracena, que de verde que era, nos recordaba a Galicia. Mi madre preparó una empanada, que gustó mucho. Se hizo también alguna fiesta en el Casino de la Exposición, pero fue el 8 de diciembre de 1958 cuando inauguramos la primera sede del Lar. Estaba en la calle Itálica y era una estupenda casa de dos plantas, muy acondicionada. Allí viví grandes acontecimientos de mi vida: conocí a Manolo, mi marido, celebré mi banquete de boda y otros muchos eventos familiares. El Lar siempre ha sido mi segunda casa.

**R**econozco que ha sido sencillo para mí mantener viva mi galleguidad: mis padres siempre hablaban gallego en casa, mi madre cocinaba excelente comida de nuestra tierra, y cuando había alguna celebración terminábamos cantando o recitando a Rosalía, sobre todo porque a mi padre le gustaba mucho cantar y recitar a Rosalía: adiós ríos, adiós fontes, adiós regatos pequenos, adiós vista dos meus ollos, no sei cando nos veremos. ¡Qué bonitos recuerdos y qué lejanos ya!

**A**hora quiero dedicar algunas palabras, a mi segunda tierra, mi también muy querida Sevilla. No tardé mucho en conectar con sus gentes, creo que hacemos buena mezcla los sevillanos y los gallegos y he sido muy feliz aquí, pero ¿qué voy a decir yo? Mi marido es sevillano al igual que mis hijos y mis nietos. Procuro que tengan presentes sus raíces gallegas, aunque no me cuesta mucho, les encanta. Hace poco estuvimos todos juntos en Galicia, disfrutamos todos con la comida gallega y mi nieto Marcos acaba de hacer el camino de Santiago.

**M**e gustaría que este sencillo relato de una parte de mis vivencias sea un merecido homenaje a mis padres, Benjamín y Laura, porque ellos han sabido durante muchos años mantener vivo en mí el amor a nuestra querida tierra Galicia.



**Boda de Rebeca y Manuel Uruñuela. Año 1966.**



**Bodas de Oro de Rebeca y Manuel. Con sus hijos y nietos. Año 2016.**



## QUERIDO TOMÁS

### CAPÍTULO XXX

Sinto coma un alborexo -quen ía dicilo- porque vivo as derradeiras horas de folganza. Acábanse as vacacións do verán e fágolle o sinal de abur ó mes de agosto. Mañá será outro día, cos nenos darredor cantando os números, facéndome preguntas, rebulindo mentres deprenden o que está nos libros (ben pobre e desaxeitado por certo) e algo do que non está e que eu lles vou poñendo na orelha pola miña conta, algo que resulte para eles máis doado que as historias do Cid Campeador ou da Armada Invencible ou de Moscardó no Alcázar de Toledo... Falareilles da vida tal como é, como será para eles, case todos con parentes que emigraron. Direilles que máis alá do mar e dos Pirineos mercan barato o suor alleo; que cando medren non se deixen levar por centileos de follas de lata; que o ouro de certo áchase aquí, e onde non, compre loitar para que tal sexa; que se se unen con outros e outros máis na mesma teima chegarán a facer desto un xeito de paraíso, pois todo está en querer; e que a vontade e a forza de moitos pode ata arrincarlle zume ás pedras; que o mundo é deles, e de primeiras este mundo que teñen darredor e que tripan-respiran-ollan cada día; que cando haxa menos ricos tamén haberá menos pobres e as cousas empezarán a endereitarse sen tanto dar ó zoco en terra allea. Todo eso lles direi, nunha linguaxe que entendan ata os máis cativos, e a por de repetilo acabaranse os Tomasiños na aldeia, e as bágoas nos panos das mozas, e as depedidas, e os saloucos nas orelas das pontes... Síntome outra neste solpor do día trinteún; coma se o almanaque me arrincase dun pesadelo, coitada. A folganza traille vicio a algún, e a outros melancolía. Coa tardiña doa San Román esváese a preguiza regularmentada. En setembro e por sempre seguirei pensando en Tomás. Soñarei con el pola noite e polo día, coma sempre; lembrareino cando fale de mares e ríos e montañas; cando explique os hemisferios e os paralelos, e as zonas tórrida, boreal e austral; cando mostre mapas de coloriños e colla a laranxa revellida para me facer entender neso da esféricidade do mundo. Contareilles ós nenos de hoxe a lenda do cabaleiro Guarino, traguida de Italia pola señora Sofía Di Paolo, pois cómpre soñar algunha vez, é ben certo, pero tamén os poñerei na realidade do arado de pau e da legoña e dos feixes que entesan o pescozo -é un dicir- para que se boten a cavilar solidariamente na melloría de todos os que levan unha vida mancada. Mañá será outro día, ben digo, tal vez a soleira de novos días que virán sen <<contratistas>> nin peiraos nin maletas, querido Tomás.

Habana (Cuba), marzo 1979- agosto, 1980

Xosé Neira VilasR



## Deportes con José Mª Ayala Ayala

### SUSANA RODRÍGUEZ GACIO



Imagen: lavozdegalicia.es

Ya va siendo hora de que escriba algo sobre atletas paralímpicos. Y no hay mejor ocasión que ésta, para poderme referir a una atleta paralímpica gallega ciega: **SUSANA RODRÍGUEZ GACIO**.

Nació en Vigo (4/03/1988), es Diplomada en Fisioterapia por la Universidad de Vigo (2006-2009) y Licenciada en Medicina por la Universidad de Santiago de Compostela (2009-2015).

Compagina su pasión por el deporte con su trabajo como médico en el Hospital de Santiago.

Desde que era una adolescente demostraba su resistencia numantina en las pistas de atletismo, para convertirse en campeona del Mundo júnior de 100 y 400 metros lisos. Se disgustó mucho cuando quedó fuera de los Juegos Paralímpico de Pekín 2008 por un tema burocrático, por lo que estuvo sin correr durante dos años. Cual Ave Fénix, renació de sus cenizas y tras superar todos los obstáculos demostró estar hecha de la pasta de los grandes campeones. Ganó el mundial de triatlón en Auckland (2012) y fue plata en Londres (2013).

La patriatleta y su guía Mayalen Noriega consiguieron una temporada brillante, con 4 triunfos en 4 competiciones. Vencieron en Yokohama (Japón), en Bensaçon (Francia), en el Mundial de Duatlón en Pontevedra, Kitzbuhel (Austria) se colgaron la presea dorada en la clase PT5.

Ha firmado la mejor temporada de su trayectoria como triatleta, de la mano de la guía Paula García, con medallas de oro tanto en los Campeonatos del Mundo y de Europa, como en las Series Mundiales. Es pues vigente campeona Europea y Mundial de Triatlón.

El pasado 20 de julio, durante el Campeonato Gallego Absoluto, Susana y su guía, Celso Comesaña, establecieron un nuevo récord de España en la prueba de 1500 metros de la clase T11, con un registro de 5'06"11, mejorando en un segundo la anterior plusmarca que tenía Maite Espinosa desde hace 22 años.

En el Control de Atletismo organizado por la Federación Española de Deportes para Ciegos en

Segovia, Rodríguez y Comesaña cruzaron la meta de 1500 en 4m y 58,97seg, de tal forma que rebajaron el récord nacional otros 7 segundos consiguiendo la marca mínima B para los Juegos Paralímpicos.

Al día siguiente, Susana se convirtió en la primera atleta ciega europea que baja de los 20 minutos en los 5.000 metros. Dicha prueba no formará parte del calendario de competición de Dubai ni de Tokio.

Entre los muchos campeonatos que ha conseguido a lo largo de su dilatada actuación como atleta podemos citar unos cuantos:

- Campeona del Mundial de triatlón en Auckland (2012).
- Plata en el Mundial celebrado en Londres (2013).
- Ganó en las Series Mundiales de Yokohama (Japón) en 2014.
- Oro en el World Paratriathlon Event en Bensaçon (Francia) en 2014.
- Tres veces campeona del mundo en duatlón, la última, en Pontevedra2014.
- Campeonato del Mundo de Triatlón 2014 (Edmonton, Canadá) PT5 Bronce.
- Campeonato del Mundo de Triatlón 2015 (Chicago, USA) PT5-BRONCE.
- Campeonato de Europa de Triatlón 2016 (Lisboa, POR) PT5 – BRONCE.
- Campeonato del Mundo de Para triatlón 2018 (Gold Coast-Australia).





## HERRAMIENTAS ESPECIALES DE ACERO: Instrumental Quirúrgico

Continuando el capítulo iniciado en la anterior edición de "Anduriña", sobre el amplio mundo del acero, quiero introducirme con cierta cautela en el campo sanitario y analizar la enorme y variada gama que nos podemos encontrar en esta especialidad sanitaria: La cirugía. El médico cirujano, desde los tiempos del mítico Esculapio, Hipócrates y Galeno, a nuestros días, pasaron muchas páginas de la historia que han ido mejorando la existencia del ser humano en el curso de la vida. Y en cada época, se han tenido que adaptar y descubrir nuevas fórmulas y herramientas para combatir y reducir el sufrimiento de los seres vivos.

El instrumental quirúrgico que vamos a contemplar en este nuevo capítulo, será una visión objetiva sobre cirugía general y traumatología, basadas en la experiencia profesional que, durante muchos años, tuve la suerte de compartir con los especialistas sanitarios.

Dado el alto rendimiento y precisión de estas herramientas, lo primero que tenemos que seleccionar es la calidad del acero que se va emplear en los procesos de fabricación. Se escucha con frecuencia en tertulias de aficionados, cuando se refieren a materiales de buena calidad relativas a la cuchillería, o como argumentos de venta, que determinados productos están fabricados con "acero quirúrgico". Pero seamos serios y llamemos a las cosas por su nombre. El instrumental de cirugía, está fabricado con acero martensítico refractario, inox, capaz de soportar una carga de trabajo de miles de horas. La buena resiliencia y durometría adecuada en su estructura, les permite afrontar estoicamente el desgaste cotidiano y las presiones térmicas, que las diferencian de otras herramientas cortantes. Es obligado mantener un corte permanente de altas prestaciones, además de estar sometidas a un riguroso proceso de esterilización diaria en autoclave, con temperaturas que pueden oscilar de 70 a 150 °C. Sabemos que el punto de fusión en la estructura del acero, se encuentra por encima de los 1000 °C y que un revenido ya es determinante a partir de los 600 °C. En consecuencia, estos valores medios de la franja estéril pueden ser nocivos en aceros convencionales, debilitando la dureza e integridad del metal.

El acero martensítico que vamos a tratar, debe de ajustarse o parecerse a estas fórmulas: norma AINSI, tipo 440 A. Aleaciones químicas de Cr. Ni. Si. C. Tg. Mo. Va. Nb., en proporciones adecuadas. (Cromo, níquel, silicio, carbono, tungsteno, molibdeno, vanadio, niobio). La dureza o temple, estará condicionada a los parámetros HRC, sin bajar de los 55° en la escala Rockwel, o 250 HB según la teoría Brinell.

Hecho este breve comentario, vamos a entrar en la exposición detallada del enunciado.

Siguiendo el orden cronológico de aplicaciones, en una cirugía general lo primero que vamos a necesitar es una máquina de cortar pelo. Puede ser un modelo básico, tipo Moser, con motor electromagnético de 25 w. y cabezal fijo, o un formato más potente de 45/50 w, con motor universal clásico, es decir: rotor, bobina y escobillas; Por su excelente rendimiento, destacan los modelos Oster A5, o F-II, con cabezales de corte intercambiables y una amplia gama de perfiles de corte. Estos aparatos de mayor potencial, están más indicados para quirófano experimental y división veterinaria.

El bisturí o escalpelo, sigue en orden prioritario como primer elemento de corte. El más utilizado y funcional es de hojas cambiables; tiene la ventaja de utilizar la cuchilla esterilizada asegurando una incisión precisa sin tener que afilar. El afilado o vaciado de estas herramientas, es complejo y delicado. Se debe confiar a talleres especializados de cuchillerías, que lo ejecutan con total garantía; pero quedan muy pocos artistas. El escalpelo tradicional, en diferentes formatos, se sigue utilizando sobre todo para autopsias, disección y departamentos anatómicos. Su estructura es robusta, con mango ergonómico, integrado en el bloque de la cuchilla cortante. El modelo "Langenbeck" es el más representativo de toda la colección.

### Tijeras.

La gama de tijeras quirúrgicas es inmensa. Me voy a centrar en los modelos clásicos de mayor rotación, para que no resulte tedioso el contenido. El mod. "Mayo", una de las más conocidas, se parece un poco a las tijeras de costura y modistería. Se presenta en diferentes perfiles rectos o curvos; puntas finas o redondeadas y tamaños que oscilan de 5 a 7" (140/170 mm.) La medición de las tijeras, se valora en pulgadas y no en cm., en cualquier país del mundo.



Los mod. "Metzembraun", presentan un formato de mayor longitud, rectas y curvas, con puntas ligeramente redondeadas y medidas de 6 a 8". Se utiliza en cirugía intestinal preferentemente. Otros modelos similares, "Wertheim", "Sims" o "Cooper", completan un amplio surtido para cualquier quirófano o sala de curas. Para intervenciones delicadas, existe una colección de tamaños reducidos y sofisticados.

El mod. "Reynolds-Jameson", es un prototipo similar a las tijeras de bordar o manicura, de corte preciso, perfil recto y curvo, con puntas muy finas. La máxima expresión técnica del corte, la encontramos en el mod. "Vannas", cuya longitud puede alcanzar los 120 mm. y la hoja de corte no rebasa los 20 mm. Tiene el aspecto de una pinza, cuyas palancas flexibles se accionan para cortar, entrelazadas por un resorte de apoyo en el extremo final de la base. Se emplea para cortes muy sensibles en operaciones oftalmológicas.

Tijeras "Lister". Se trata de una versión robusta con planos cortantes angulados, para facilitar el corte horizontal. La hoja de apoyo es mas fina y larga, con una especie de "bolita" en la punta, que ayuda el deslizamiento de maniobra sin dañar la piel. Se emplea en traumatología, para curas de urgencias y cortar vendajes de escayola.

En el capítulo de rehabilitación, para extraer "puntos" de sutura en un paciente, tenemos la sofisticada "Spencer"; tijeras de pequeñas dimensiones en torno a

3,5", rectas y con una muesca semicircular en la punta, capaz de "colarse" en el estrecho margen del cosido, sin dañar la herida. Para casos especiales, existe el mod. "Littauer"; más robusta, de 5,5" y el mismo diseño.

En otro apartado no cortante, pero con el formato básico de tijeras, aparecen las pinzas hemostáticas de 3,5" a 8". Desde la Baby-Mosquito "Hartmann" o "Crile", hasta las populares "Pean", tenemos un gran abanico de planos estriados para todo tipo de operaciones. Como queda dicho, estos modelos no cortan; su cometido es paralizar flujos sanguíneos en arterias o intestinos, acordes con los criterios del cirujano.

Quedan sin comentar una serie de instrumentos, como las pinzas y las agujas de sutura, más de 50 mod. por serie, y otros aparatos electrónicos que ya se salen de contexto.

Los mejores fabricantes que conozco en material quirúrgico, son alemanes. En Tuttlingen, a orillas del Danubio, se encuentra la factoría siderúrgica de "AESCULAP", que ha tomado el nombre comercial de "ESFULAPIO", como símbolo de calidad.

Espero que todo lo expuesto, al menos, sirva para despertar la curiosidad de nuestros incondicionales y que "Anduriña" siga volando, portadora de amor y esperanza, desde Sevilla hasta los confines del Mundo.

J. M. Basalo



# Cuchillería Regina

Casa fundada en 1930

Regina, 4 • 41003 Sevilla

cuchilleria.regina@gmail.com - www.cuchilleriaregina.com

**Tel / Fax: 954 211 701**

#### DISTRIBUCIÓN COMERCIAL:

- Cuchillería profesional y doméstica
- Mataderos, Ind. cárnicas y Hostelería
- Maquinaria de corte Ind. alimentaria
- Instrumental quirúrgico y Veterinario
- Máquinas esquiladoras profesionales
- Artículos exclusivos para peluquerías

SERVICIO TÉCNICO OFICIAL

**Oster & AESCULAP**

**RECTIFICADO Y VACIADO  
DE ALTA PRECISIÓN**

**CALIDAD Y SERVICIO  
DESDE 1930**



## El potencial del cicloturismo en los ámbitos rurales



En la actualidad los estudios sobre movilidad sostenible contemplan como pieza esencial una intermodalidad eficiente entre medios de transportes, en especial los de carácter público y no contaminante, como es el caso del binomio tren + bici que se vuelve determinante si tenemos en consideración el auge del cicloturismo como tipología turística emergente y dinamizadora de territorios rurales y periféricos. En Andalucía la oferta de itinerarios no motorizados potencialmente utilizables como soportes de esta actividad es amplísima: vías pecuarias, caminos rurales, líneas ferroviarias en desuso, senderos, lo que presenta un gran oportunidad económica a desarrollar.

El auge del turismo en bicicleta en Europa está fomentando que los itinerarios no motorizados se estén saturando, lo que propicia la búsqueda de nuevos destinos para las actividades deportivo-recreativas, entre la que destaca el cicloturismo... Andalucía posee una gran potencialidad para el desarrollo del uso de la bicicleta como modalidad turística sostenible, y, por consiguiente, el gran impacto económico que genera en los ámbitos rurales cercanos a estos itinerarios, países como Francia, Alemania y Suiza ya tienen una larga trayectoria sobre el uso de la bicicleta, y esto ha hecho posible un nuevo modelo turístico, existiendo entre ellos una competitividad turística para atraerlos hacia sus itinerarios, ya que tienen grandes beneficios económicos directos en el territorio.

En el caso español, y en concreto en Andalucía, aunque se están habilitando muchos itinerarios, nos encontramos que éstos presentan un difícil acceso y falta de infraestructuras adaptadas al cicloturismo, esto hace que se pierdan oportunidades para desarrollar una economía sostenible vinculada a la bicicleta. Por otro lado, hay aspectos importantes, o por lo pronto singulares, que se dan en el territorio andaluz, como son la escasa intermodalidad del tren con los itinerarios no motorizados, debido, por un lado, a la legislación existente, que condiciona mucho el acceso al tren si se accede en bicicleta, y por otro lado la falta de acondicionamiento dentro de ellos para los posibles desplazamientos en bici.

Según Martín Cejas y Martínez Hernández (2017), la relación entre el turismo y los transportes no sólo se limita a la posibilidad de llegar al destino, sino que se mantiene y se amplía una vez que el turista se dispone a disfrutar de su tiempo en dicho destino,

pudiéndose apreciar ejemplos en estados europeos como Francia, Alemania y Suiza

En este sentido Eurovelo es una red ciclista extensa compuesta por 15 rutas de larga distancia, implantada y coordinada por la Federación Europea de Ciclistas (ECF) que se pretende que en 2020 esté finalizada, actualmente se están haciendo grandes avances pero en principio no estará terminada para esa fecha propuesta, varias rutas importantes pasan por estos países Europeos citados anteriormente y cuentan con estructuras modernizadas y de fácil accesibilidad con información detallada de estos itinerarios (Freire Valderrama, 2018).



Fuente: Busto Arsizio 2016

En Francia se ha creado un sello de calidad para las actividades comerciales y turísticas que se desarrollan alrededor de las estaciones de tren y de estos itinerarios, generando una red de desarrollo económico ligada a los amantes de la bicicleta y la naturaleza como potenciador turístico de ámbitos rurales, como creadores de ejes que combinan diferentes sinergias, tanto de nexos de asentamientos con patrimonio cultural, industrial, geomorfológico y etnográfico, que dan singularidad a cada itinerario.



Francia y Alemania son los destinos preferidos en los últimos años por los cicloturistas creando rutas y redes para realizar actividades relacionadas con la bicicleta, estos han sido capaces de atraer un turismo respetuoso con la naturaleza, ligadas a una serie de servicios e infraestructuras de alta calidad alrededor de estos como son alojamientos, servicios de hostelería, talleres de bicicletas, áreas recreativas y todo aquello que puede demandar los usuarios de estos itinerarios. Existen estudios muy recientes sobre el impacto económico de las actividades cicloturísticas en los territorios que se ven afectados por estas grandes rutas, y, por lo tanto, es un proyecto de futuro, como bien señala Nicolas Mercat (2018), destacando tanto los impactos económicos directos, la importancia de la bicicleta como modelo turístico, y también los impactos en salud y seguridad.

La red Eurovelo tiene como objetivo conectar todos los países que forman la Unión Europea mediante itinerarios no motorizados de alta calidad y que sean seguros para los usuarios de estas grandes rutas. Para

ello existen parámetros y especificaciones que se tienen que cumplir para incorporar las rutas a la red Eurovelo. El caso de Andalucía presenta, además, un gran potencial para ser un referente de la actividad cicloturística, pero para ello será necesario, por un lado, que la normativa del transporte de bicicletas sea todavía más flexible, y por otro lado, que las administraciones públicas y las entidades privadas aúnen esfuerzos para poner en marcha proyectos de nuevos itinerarios que faciliten las pernoctaciones con servicios adaptados a las necesidades de los usuarios y la bicicleta, de este modo, para que estos recorridos y sus actividades cicloturísticas puedan seguir adelante, resulta imprescindible que exista un mantenimiento efectivo de los ya disponibles y de las nuevas rutas que se diseñen, y que los diferentes actores que intervienen en este sector participen en sus diferentes fases (financiación, diseño y ejecución), así como en el fomento del uso de la bicicleta, con proyectos de movilidad sostenible y turismo en el territorio, existiendo, por consiguiente, una coordinación real y eficiente, algo que, por desgracia, no siempre sucede.

Aránzazu García Bello.

Licenciada en Geografía, Master en Urbanismo.

Doctorando en movilidad sostenible y cicloturismo.



**SigTam Consultores**



**Sistemas de Información Geográfica,  
Topografía, Catastro y Técnicas Ambientales**



679 228 510 / 669 199 402



sigtamconsultores@gmail.com



www.sigtamconsultores.com



# VI Concurso de Dibujo Infantil Navideño

## 2º Premio



Lucía González Pareja (7 años)



Lola Tovar León (9 años)

### Finalistas



Álvaro Ronda Campra (3 años)



Antonio Pérez Arcos (5 años)



Arantxa Bello García (6 años)



Antonio Patiño Sánchez (6 años)



Naiara Sariu Alfonso (7 años)



Sara Descalzo (9 años)



## Los ángeles nacieron en la tierra para poblar el cielo

**Jaime Barrera Silvosa**, hijo de nuestros socios Julia y Antonio, nos dejó el 14 de septiembre de 2019.

Nuestro "niño", Jaime, nos dejó el pasado 14 de Septiembre. No era un chico "normal". Era mucho más que eso. Su supuesta discapacidad conllevaba que tuviéramos unos cuidados especiales hacia él. Requería la mayor parte de nuestro tiempo, pero eso no sólo no nos importaba, al contrario, eran sus cualidades, sus tratamientos, sus necesidades, las que llenaban nuestras vidas, las que nos hacían sentirnos bien con nosotros mismos. Porque él era nuestras manos y pies, era una prolongación de nosotros mismos y no al revés.

Nos dejó con tan sólo 25 años y 9 meses. Su pérdida no tiene "repuesto", pero al menos nos quedan los recuerdos de sus risas, sus paseos, sus enfados sin importancia, pero lo que más echamos de menos es su infinita bondad e inocencia.

Dónde quiera que estés, seguirás con nosotros.

Antonio y Julia



.....

**Manuel Pousa Oliva**, hermano de nuestra socia Rosalía, nos dejó en noviembre 2019.

.....

**Fernando Ciscar Cabrera**, socio del Lar, nos dejó el 28 de noviembre 2019. Este año nuestro amigo Fernando recibía su Diploma de Fidelidad por cumplir 40 años en esta Casa.

.....

## Agenda 2020

### ENERO:

**Fiesta de los Reyes Magos (día 3)**

### FEBRERO:

**Fiesta de Entroido (Carnavales. Día 22)**

### MARZO:

**Asamblea General Ordinaria**  
**Exaltación de Semana Santa**

### ABRIL:

**Feria de Abril**

### MAYO:

**Día de las Letras Gallegas**  
**Fallo Certamen Literario**  
**Concierto de Primavera**



# ¡Os esperamos en el próximo Fai un Sol 2020!



[@faiunsolevilla](https://twitter.com/faiunsolevilla)  
[Fai Un Sol Sevilla](https://www.facebook.com/FaiUnSolSevilla)  
[www.faiunsolevilla.com](http://www.faiunsolevilla.com)



Grupos de Música Folk en Directo  
Actividades para toda la familia  
Artesanía...



Galicia desde Sevilla...  
— al mundo —



**FESTIVAL LAR GALLEGO  
MÚSICAS DEL ATLÁNTICO**

**Colabora**  
**Secretaría Xeral**  
**de Emigración**



**XUNTA**  
**DE GALICIA**



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