

VIENTO RACHEADO

Peligros del culto a la belleza

Ahora que llega —esperemos— el buen tiempo. Mientras los primeros rayos de sol calientan las ateridas viñas en La Rioja, las mujeres revisan su vestuario y piensan dos cosas. Una «no tengo nada que ponerme». Otra «estoy hecha una vaca, tengo que adelgazar». En perspectiva las vacaciones, el bikini en la playa, los pantalones descubriendo la mortífera celulitis, los rollos de carne transparentándose tras el débil tejido de la blusa...

Muchas gentes que tienen tantas cosas en la vida por las que dar gracias a Dios frente a las miserias del Tercer Mundo, a las hambrunas de la ex-Unión Soviética, a los infelices de Biafra o del Vietnam, por no hablar ya de las penalidades propias tan acusadas para las almas piadosas que derraman la caridad por los suburbios ibéricos, núcleos de la desprotección rural.

Contrasta la estampa de los hambrientos africanos, las criaturas cubiertas de moscas, las madres con los pechos lacios, sin nutrientes, dejándose morir en la más cruel de las miserias, con ese 25 por ciento de la población de los países industriales que sufre del mal de la obesidad, y que, para combatirlo, se esclavizan en diferentes dietas que sólo sirven a la postre para enriquecer a quienes las producen y promocionan.

El tema de los kilos, el de la obesidad tan acusada en países que figuran a la cabeza del mundo como los Estados Unidos, preocupa tanto a tanta gente que uno podría escribir no uno sino cien artículos en la seguridad de que siempre encontraría lectores interesados en cómo adelgazar sin perder la salud.

No hace mucho que el libro del doctor Grande Covián, autoridad en temas nutricionales, estuvo a la cabeza de los best seller.

Por su parte el hoy famoso Michel de Montignac, autor de otro best seller «Cómo adelgazar en comidas de negocios», consiguió no sólo perder los kilos que le sobraban, pues procedía de una familia de gordos y era obeso desde niño, sino demostrar que las dietas hipocalóricas, que siguen por lo regular esos 95 millones de americanos obesos, son de muy escasa utilidad.

El perverso organismo, sujeto a dietas que oscilan entre 800 y 1.200 calorías, se acomoda ricamente a las mismas. Raramente los métodos hipocalóricos dan el apetecido resultado; con frecuencia generan esclavitud, el organismo se acomoda a las calorías reducidas y sigue almacenando grasas.

Entre las reglas de adelgazamiento recomendadas por este especialista francés (que ya he comentado en otra ocasión) figura la de fijarse un objetivo de pérdida de peso razonable y dilatado en el tiempo. Prescindir, entre otras cosas, del azúcar, del pan blanco (el pan siempre integral), de las pas-

tas y de los licores. Del vino sólo en los primeros tiempos, ya que se considera que el vino tinto, en un moderado consumo, favorece tanto a la salud como a la inteligencia.

La abuela de M. de Montignac, que llegó a los 102 años, sólo bebía vino tinto en las comidas. Y eso que bebía Burdeos que si llega a beber Rioja aún tal vez hubiera sido mejor. Bromas aparte, puede observar el fracaso de las dietas draconianas cuando mi amigo y compañero en las Cortes, Gregorio Peces Barba, se sometió a una de ellas. Yo le pregunté cuál era para no seguirla, ya que por un poco no se sale por el corbatín.

Hay que comer razonablemente y alimentarse de modo que sin ganar peso sirvamos a la salud física y mental de nuestro organismo. Los peligros de una nutrición deficiente, de un exceso de celo por el

mantenimiento de una esbeltez acaso exagerada, se acusan en el espinoso tema de las desavenencias matrimoniales de los príncipes de Gales. La esposa del heredero del trono británico sufre, al parecer, de una bulimia nerviosa. Dominar esta especie de hambre canina a fuerza de regímenes draconianos, someterse a tales presiones físicas e incluso psíquicas, ha llevado sin duda a esta joven y bella princesa, tan desventurada como María de la O, gitana que no tenía nada teniendo tó, a realizar una serie de acciones de carácter insensato, tratar, a cuenta de los celos, de matarse o al menos dañarse en varios intentos de carácter suicida y, lo que es incluso más grave, dar cuenta frívolamente de los mismos a un periodista para que éste pergeñe «Diana, su verdadera historia».

(Pasa a la pág. 72)

Detenido un médico que huyó de España tras ser acusado de violación

Santa Cruz de Tenerife (Efe). La Policía detuvo ayer en el puerto de Santa Cruz de Tenerife al médico Guillermo G.R., de 42 años y natural de Las Palmas de Gran Canaria, al que se buscaba desde hace casi tres años por haber huido de España tras ser condenado por un delito de violación.

El detenido, según la Policía, fue juzgado en Las Palmas a finales de 1989 por haber violado en su despacho a una joven cuando acudió a su consulta de la capital gran Canaria, a la que inyectó Valium para adormecerla. La joven denunció al médico en agosto de 1988 en la Guardia Civil de Vecindario (Gran Canaria).

Guillermo G.R. fue detenido y puesto a disposición judicial, aunque se le concedió la libertad provisional para asis-

tir al juicio. Antes de que se hiciera pública la sentencia supo que se le iba a imponer una pena de 14 años, ocho meses y un día de prisión y un millón de pesetas de indemnización, por lo que huyó. Guillermo G.R. consiguió abandonar el país y no estuvo presente cuando salió la sentencia, el 11 de noviembre de 1989, por lo que se dictó una orden de busca y captura. Meses después la Policía localizó a Guillermo G.R. en Argentina, pero no pudo ser detenido al no existir una orden internacional de busca y detención. La Policía supo que el violador iba a realizar un viaje en barco y que uno de los puertos por donde pasaría era el de Santa Cruz, donde lo detuvo el viernes, pese a que llevaba peluca y gafas.

las rebajas

de

El Corte Inglés

top

995

Pantalones bermudas para niños y niñas, desde1.795

Camisas para niño, hasta 11 años.....1.695

Bañadores bermudas para niños, desde....1.895

Faldas, blusas y pantalones de chica hasta 15 años.....1.995

Camisetas, polos, pantalones ciclista y pitillo, desde.....995

Si no queda satisfecho le devolvemos su dinero.



saldrá ganando

Venga a las Rebajas más esperadas. Toda la moda de los "peques" tiene unos precios irresistibles. Este verano la moda más divertida es muy especial.



pantalón 995



© 1988 COOB'92, S.A. TM

rebajas - sales - ribassi - soldes - rebaixes - merkealdia - rebaixas - rebajas - sales - ribassi - soldes

HAGASE GESTOR INMOBILIARIO ESTE VERANO

CURSOS DE GESTION DE LA PROPIEDAD INMOBILIARIA, ASESORIA Y PROMOCION

LEGALMENTE AUTORIZADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA, Y HOMOLOGADO POR:

ASOCIACION EUROPEA DE PROMOTORES INMOBILIARIOS

ESTA DIPLOMATURA PERMITE EL EJERCICIO LIBRE DE LA PROFESION

INFORMACION Y MATRICULA: DECASA SURGE

PI DE ZORRILLA-68, ORC. A. 47006 VALLADOLID TEL. 983-34 10 35 - FAX. 983-34 00 22