

Selecciones

READER'S DIGEST

DICIEMBRE 2025

Ejemplar de suscripción

85
AÑOS
ESTAMOS SIEMPRE

Gracias

POR ESTOS

85 AÑOS JUNTOS

La magia de la Navidad

Bienvenidos a la *dolce vita*

Conozca al “Dr. Tiburón”

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

ó escanea el código QR:



Mirtha Legrand

Personalidad más confiable

¡Elegida por los lectores!

¡Justo a tiempo para las fiestas!



Regálale la magia de ser el
protagonista de su propia historia:

**un libro
personalizado con
su nombre.**

Tenemos el mejor
regalo de Navidad en

plickme.com



plickme1



@plickme_



Artículos

50

NOTA DE PORTADA

LA MAGIA DE LAS FIESTAS

El espíritu navideño se manifiesta de muchas formas, algunas cuidadosamente planeadas y otras inesperadas.

68

HISTORIA

La tregua navideña de 1914

Mientras la Primera Guerra Mundial se desataba, los soldados enfrentados decidieron hacer una pausa.

76

DRAMA EN LA VIDA REAL

El fondo del pozo

Un excursionista sobrevivió tras quedar atrapado en un arroyo bajo una roca. Entonces, el agua comenzó a subir.



92

86

FOTOARTÍCULO

Precaución: vidrio

Ornamental o de alta tecnología, delicado o irrompible, colorido o transparente: el vidrio tiene muchas caras.

92

CLÁSICOS

Los prados curativos de la memoria

Los recuerdos son las semillas del pasado, listas para florecer de forma instantánea y beneficiosa.

94

VÍNCULOS

Lo mejor de lo mejor

Durante 130 años, una familia de Núremberg, ha mantenido viva la tradición de hornear pan de jengibre.

104

NATURALEZA

El Dr. Tiburón

Riley Elliott es feliz cuando bucea bajo las olas observando tiburones o cuando aboga por un mejor entendimiento de los habitantes más difamados del océano.

112

MUNDO

No Bienvenidos a la dulce vida

Siracusa tiene una larga y agitada historia. Quizás sea precisamente por eso por lo que la vida aquí es tan relajada.

Todo lo bueno

- 8 **85 aniversario**
- 14 **Mire el mundo**
- 20 **Termine la frase**
- 20 **Gracias a las llamas**
- 24 **Héroes: atraída por ayudar**
Una artista hizo una oferta a las personas que perdieron sus hogares en los incendios de Los Ángeles: "Los pintaré gratis".

El arte de vivir

- 27 **Almas gemelas**
- 28 **13 datos sobre la Antártida**

SALUD

- 31 **La doce hace el veneno**
¿Qué efectos tiene el consumo elevado de azúcar en el organismo y cuáles son las ventajas de evitar los dulces?
- 34 **Noticias del mundo de la medicina**

COCINA

- 37 **Apple pie**
El icónico pastel de manzana estadounidense con raíces en la Inglaterra medieval.
- 40 **Los grandes del picoteo**
Las entradas más famosas del mundo que pueden resolver una comida.

QUIZ

- 42 **La imagen del mundo**
Nueve preguntas sobre la historia de la navegación.

Ingenio

- 122 **Juegos mentales**
- 125 **Vocabulario**
- 127 **Trivia**

37



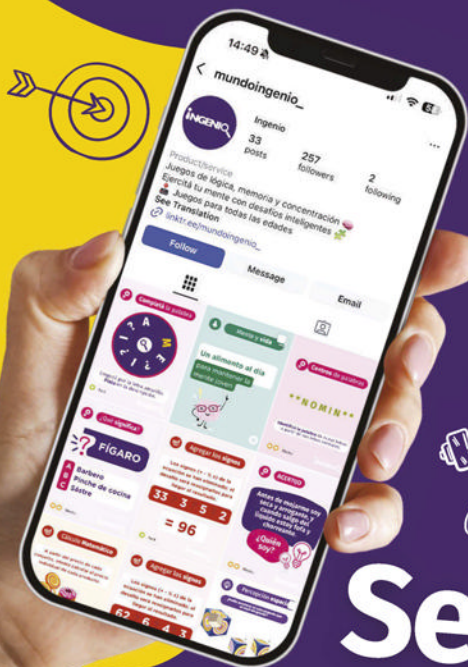
Humor

- 18**
La risa, remedio infalible
- 46**
Más risas
- 66**
Así es la vida
- 102**
Gajes del oficio
- 120**
Cosas de chicos

28



¿Listo para potenciar tu agilidad mental?



Seguinos

Escaneá y jugá



Premios, desafíos, acertijos y trivias para ejercitar tu cerebro ¡todos los días!



Mundoingenio_



Selecciones

READER'S DIGEST

REVISTA SELECCIONES

Editor Senior Leonardo Schiano
Editor Asociado Rodrigo Lara Serrano
Diseño de tapa Tipoforma

STAFF

Director General Carlos Giménez Vetere
Director de Administración y Finanzas
Guillermo Ramos
Director de Marketing y Comercial
Emilio Vazquez

PUBLICIDAD

ARGENTINA
Jorge Balbiani
publicidad@oneminetta.com
CHILE **One Minetta Media Chile SA**
(56-9) 9689-5944

TRUSTED MEDIA BRANDS, INC.

White Plains, Nueva York, Estados Unidos de América
Presidente y CEO Stephen Colvin

PARTICIPACIÓN DEL LECTOR

MAIL editorial.selecciones@oneminetta.com
WEBSITE selecciones.com.ar
FACEBOOK [RevistaSeleccionesArg](https://www.facebook.com/RevistaSeleccionesArg)
INSTAGRAM [@revistaselecciones](https://www.instagram.com/revistaselecciones)

ATENCIÓN AL CLIENTE

MAIL atencion.al.cliente@oneminetta.com
VÍA POSTAL **Casilla de Correo 4587 - CC, CP 1000**
ATENCIÓN PERSONAL **Holmberg 4156, CABA.**
Lunes a viernes de 11 a 16 hs.

GAÑE \$\$\$ CON SUS COLABORACIONES

por anécdotas divertidas para Cosas de Chicos,
Gajes del oficio, Así es la vida, chistes para La risa,
remedio infalible e historias verídicas.
Envíelos a editorial.selecciones@oneminetta.com

Añote su nombre completo, fecha de nacimiento,
domicilio, teléfono y dirección electrónica.

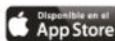
Importante: No damos acuse de recibo. El pago es de 3000 pesos
Tarifa sujeta a cambio sin previo aviso. El pago se hará cuando
aparezca publicada la colaboración. Una vez publicada
y pagada será propiedad de OMM S.A.

DISTRIBUIDORES

AMBA Brihet e Hijos S.A.
INTERIOR DGP S.A. Alvarado 2118/72, CP 1290, CABA
Uruguay Bon Giorni S.R.L. empresabongiorno srl@hotmail.com
Chile Editorial y Servicios Hermes S.A. Andes 4662 Quinta Normal, Santiago

DISPONIBLE TAMBIÉN, MES A MES, EN TU TIENDA ONLINE.

 **RevistaSeleccionesArg**
 **@revistaselecciones**
selecciones.com.ar



READER'S DIGEST SE PUBLICA EN 16 EDICIONES EN 8 IDIOMAS.

@ 2025 propiedad de One Minetta Media SA - DICIEMBRE de 2025, número 1021

Se prohíbe la reproducción total o parcial, en cualquier forma, tanto en español como en otros idiomas, del contenido editorial de este número. Derechos reservados en todo el mundo. Se han efectuado los trámites necesarios, incluso depósitos en los países que así lo requieren. Acogido a la protección de las Convenciones de Berna, 1946, Universal 1952/Acta de París 1971 sobre derechos de autor. Registro Nacional de la Propiedad Intelectual en Argentina: 52529884 / ISSN-0328-6029
Editada por One Minetta Media SA: Holmberg 4156 (CP1430), CABA, Arg.
Impresa en Arcángel Maggio SA, Lafayette 1695, (C1286AEC), CABA, Argentina.
Edición Uruguay: Impresa en Mastergraf SRL mastergraf.com.uy (RUT 212045260016)
Boulevard Artigas 4678 (11800) Montevideo, Uruguay
Edición Chile: Impresa en Chile por Almpresores. www.aimpresores.cl

Selecciones y Reader's Digest son marcas registradas de Trusted Media Brands, Inc.
Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.



Selecciones
tienda

ENCONTRÁ EN NUESTRA
TIENDA COLECCIONABLES,
LIBROS, REVISTAS
¡Y MUCHO MÁS!

HASTA
**30%
OFF**
EN PRODUCTOS
SELECCIONADOS

tiendaselecciones.com

Selecciones
tienda

Promoción válida **hasta** el 31 de diciembre de 2025 en productos de seleccionados de tiendaselecciones.com. No acumulable con otras promociones.



Fiestas y aniversario

Diciembre siempre trae algo más que luces, villancicos y regalos. Brinda un aire distinto, una sensación que nos invita a detenernos, mirar a nuestro alrededor y recordar lo esencial: el valor de compartir, de agradecer y de acompañar.

En medio del ruido del mundo, las fiestas son un paréntesis luminoso. Un momento para volver a lo simple, para reconciliarnos con la esperanza y descubrir que la verdadera magia no está en lo que recibimos, sino en lo que damos. En cada gesto amable, en una palabra de aliento, en la compañía silenciosa de quien se queda cuando más lo necesitamos.

Que esta temporada nos encuentre más presentes, más conscientes de lo afortunados que somos por los vínculos que nos sostienen. Y que, al brindar por lo que vendrá, no olvidemos que la alegría compartida es la que más perdura.

Queríamos compartir que este mes *Selecciones* cumple 85 años y para festejarlo, los lectores de la revista le entregaron a la gran artista, Mirtha Legrand, el premio Confianza de los Argentinos. Además, para seguir con las celebraciones, durante todo el 2026, vamos a regalarles más contenido y organizando sorpresas. Porque el cumple es de *Selecciones*, pero el regalo es para sus lectores.

Les deseamos unas fiestas llenas de paz, gratitud y amor. Que el nuevo año lo inspire a seguir creyendo —en los demás, en los sueños y, sobre todo, en la bondad que todavía habita en el mundo.

Los editores

¡Síguenos!

 facebook.com/RevistaSeleccionesArg  [@revistaselecciones](https://twitter.com/revistaselecciones)
 editorial.selecciones@oneminetta.com

Sea parte del Club de Lectura

Misterio, drama,
suspenso, romance...



Reciba un libro
con las mejores
novelas de los
autores más
vendidos
**¡a un precio
increíble!**

- 3 NOVELAS EN CADA VOLUMEN
- +1 NOVELA DIGITAL
- 1 EJEMPLAR CADA 3 MESES

OFERTA
> 2X1 <
EN SU PRIMERA
ENTREGA





Mirtha Legrand, la argentina de la confianza

*Los lectores de Selecciones premiaron a esta gran artista
con el premio Confianza de los Argentinos.*

En conmemoración del 85.º Aniversario de Selecciones, a través de una encuesta de más de 50.000 participantes, los lectores de la revista decidieron darle a Mirtha Legrand, el premio Confianza de los Argentinos. Este galardón, una pieza única: una rosa de metal sobre base de madera, fue entregado a Legrand por lo que ella representa: una presencia constante, firme, nítida, en un país que cambia día a día. Ella ha sido —sin quererlo— un faro. Su voz, su templanza, su estilo son parte del paisaje emocional argentino. ¡Felicitaciones, Mirtha!

LLEGUÉ AL CINE en tranvía y me fui en un cadillac! No sé de quién era, pero me acompañaron mi madre y mis hermanos". Es el 4

de junio de 1941 y una niña de 14 años se da cuenta de que algo que ha sido entre un juego para ella y su hermana posee una dimensión que no desconocía, pero que solo podía ser motivo de un sueño: el amanecer de la fama y el prestigio.

Sin embargo, como muchos giros del destino, este comienza, un año antes, como adversidad: debido a problemas económicos familiares, la madre viuda de Rosa María Juana y María Aurelia Martínez se ve en la necesidad de escribir a un programa radial que buscaba talentos, ofreciéndole enviar fotos de sus hijas. No es una idea traída de los pelos ni sin base alguna: pocos meses antes, en 1939, Rosa María había ganado el concurso de disfraces del Carnaval y nada menos que el mismí-

simo presidente de la República, Roberto Marcelino Ortiz, es quien le entregó el galardón (increíblemente, los carnavales eran eventos que convocaban a 400 a 500 mil personas).

Aquí viene el segundo favor del destino, el director de cine Luis César Amadori tiene a su cargo un film humorístico protagonizado por la famosísima Niní Marshall. Entonces, recuerda que ha conocido a las hermanas en el carnaval. ¿Resultado? Un papel de extras con un breve parlamento en el filme cómico. “*Hay que educar a Nini*” y en la retina de miles queda ese par de pequeñas que, en la intimidad, se llamaban “Chiquita” y “Goldie”.

Ese mismo año, en diciembre, aparece la primera versión en español de la revista *Selecciones del Reader's Digest*. En un mundo convulso, que ha entrado en la Segunda Guerra Mundial, ambos hechos aparecen como “chiquitos”: un par de adolescentes, entre tantísimas, emergiendo en el mundo del cine y la radiofonía, y una revista de atípico formato sucinto, bregando por llamar la atención entre decenas de publicaciones en los kioscos.

Una cosa llegará a unir a estos “debutantes”. La Argentina previa de la primera mitad del siglo XX es una sociedad, como todas, con problemas de todo tipo; sin embargo, todavía la norma en las relaciones públicas y sociales del día a día es la confianza: es lo que se da por descontado. En ese contexto es que Rosa María, pronto



Carlos Giménez Vetere, CEO de One Minetta Media, empresa editora de *Selecciones*, le entrega el premio Confianza de los Argentinos a Mirtha Legrand.

Mirtha, comienza su larga andadura.

El momento estelar inicial ocurre, otra vez, gracias a aquella participación en el Carnaval. La producción del film “*Los martes, orquídeas*” busca a una niña para el papel de Elenita. Casualmente, Gonzalo Palomero, ayudante de dirección, ha visto la foto de Mirtha Legrand, en el diario *Crítica*, cuando participaba en el concurso de disfraces.

Pero ya hablamos de Mirtha. ¿Cómo se produce este cambio? La madre de Chiqui contacta a Ricardo Cerebello, quien será su primer representante. Este propone crear nuevos nombres artísticos. Elige Mirtha y Silvia (nada imaginativo, toma los nombres de sus

dos secretarías). Para asignarlos tira una moneda al aire, y así Rosa María Juana se convierte en Mirtha.

El nombre, la película y la llegada a la mirada pública de las hermanas Legrand es un éxito. Pero uno que pudo terminar tres años después (y de no haber ocurrido un encuentro fortuito hoy Mirtha podría ser una nota pequeña al pie en un libro grande de historia del cine argentino).

En 1944 Mirtha se enamora de Julio Albar Díaz y, dos años después, en una entrevista asevera que se retira de la escena artística. Se dedicará a su hogar, ya que a su prometido, que hace el servicio militar, no le gusta que siga en el medio. “Soy feliz, el amor nos ha conducido por su ruta encantada”. No obstante, cupido suele lanzar flechas que hacen parábolas muy curiosas: ella debe de cumplir con la filmación de “Cinco besos” (del director Luis Saslavsky). En esa circunstancia conoce a Daniel Tinayre, director de cine franco-argentino. Otra vez una encrucijada del destino la lleva por un camino que parecía o imposible o dejado atrás. Con él, Mirtha recorre el camino de la estrella de cine de la edad dorada del cine del Río de la Plata. Habrá éxitos, también caídas. Mala recepción crítica, pero abundante público y viceversa. Encasillamiento en roles determinados e intentos de cambiar que no siempre se logran. Todo, igual, manteniéndola en primera línea del interés y la fama públicas.

El tiempo sigue su recorrido. Con la llegada de los años 60, Mirtha comienza

a ser vista como una diva de una época a la que ya se empieza a recordar con cariño, precisamente por pasada de moda. Pero, nuevamente un ángel juega a su favor: la industria de la TV expande su presencia y crea nuevos formatos.

Es así como en 1968 es la cara del programa ómnibus “El juego de los matrimonios” por Canal 9, el que no dura demasiado. Cuenta la leyenda que ese mismo año, Alejandro Romy y Samuel Yankelevich, ejecutivos de ese mismo canal, le preguntan qué quiere hacer. Surge la idea de hacer un salón de “té al aire”, pero ya está por ahí “Tomando el té con las estrellas”. Es Tinayre quien sale al paso: ¿Y si transmitimos un almuerzo en vivo?

El 3 de junio de 1968 nace “*Almorzando con las estrellas*”. Esa primera emisión cuenta con la presencia de Leopoldo Torre Nilsson (director de cine), Beatriz Guido (escritora), Alberto Migré (dramaturgo), Duilio Marzio (actor) y Daniel Tinayre. La audiencia alcanza 18 puntos. Nadie, absolutamente nadie, imagina que -con nombres diferentes y en diferentes canales- el programa se seguirá emitiendo ¡más de medio siglo después! (57 años, para ser exactos).

En tanto tiempo pasan, cómo no, tantas cosas más: Domenico Modugno se enamora de Mirtha; Les Luthiers colocan las sillas patas arriba encima de la mesa; los Midachi hacen de meseros; Anthony Quinn se ríe a carcajadas; su nieta Juanita Viale la reemplaza y le devuelve el programa; Fernando Peña le apunta con un revólver de men-



De izq. a der.: Afiche de la película “Los martes, orquídeas”, la primera como protagonista; en el debut cinematográfico junto a su hermana Goldie (derecha) y a la actriz Nini Marshall.

tira y la deja sin aire; Damián de Santo la llama “necia”; la torta de Narciso Ibáñez Menta se quema (él habla con su esposa por un teléfono de línea en simultáneo) y dice: “Tengo que apagar la torta o si no se incendia el canal”; varios presidentes, e innumerables políticos, balbucean; Nazarena Vélez llora; Mirtha misma discute con su marido Daniel (director del programa), harta de cortes y problemas; Rita Hayworth parece no entender nada de nada. Es decir, la vida misma.

En el intertanto, Mirtha siempre sorprende. En 2012, después de 42 años alejada de la actuación, reaparece en la miniserie de ficción titulada *La dueña*.

Diez años después, recibe, de parte del gobierno de Francia, la Legión de Honor. Es la condecoración más importante que el gobierno francés entrega a los extranjeros.

En paralelo, como presidenta honoraria de la Casa del Teatro efectúa donaciones de objetos personales para que se subasten a beneficio de los actores retirados que viven allí. Además, en su rol de madrina de la Fundación Dr. Juan A. Fernández —Hospital Fernández— consigue descuentos por aparatología, entre otras actividades.

Si se le pregunta por un juicio de su larga vida, responde: “Todo lo que hice fue porque soy una gran luchadora. No me arrepiento de nada”. Sin embargo, no es su disposición para el esfuerzo continuado, inteligente e intenso lo que la convirtió en la persona en que más da confianza a los argentinos; sino el resultado de una mezcla singular: Mirtha logra que en su persona todos puedan ver a alguien de esa mirada “ingenua”, con un toque de picardía; la que no por ello, con el



**En la actualidad, la diva en su programa
La noche de Mirtha.**

paso de los años, evita enfrentar las durezas de la vida. En su recorrido vital hay alegrías (premios, fama, prosperidad) y dolores (muerte de seres queridos como su hijo Daniel, fracasos cinematográficos, reveses de la fortuna) que se entremezclan.

Y lo anterior se fusiona con un par de elementos excepcionales: primero, el de haber podido ser una “diva” de dos medios masivos (el cine y la televisión).

Segundo, el haber sabido equilibrarlo con el de una figura pública cuya opinión, cuyas preguntas incómodas, acertadas o menos, han hecho y hacen las delicias de seguidores y críticos, porque ven en ellas una autenticidad que no se somete, en especial desde los

años 90 del siglo pasado, a las tendencias dominantes. Así, con el logro, el afecto y la autenticidad, viene la confianza.

Volvamos a ese lejano 1941. Con el éxito del film “*Los martes, orquídeas*”, Radiolandia, la publicación top de los espectáculos, pronostica: “Queda la revelación de una artista que ha de ganar, rápidamente, puesto de primerísima fila entre las expresiones más simpáticas y exitosas del séptimo arte criollo (...) Gana con ella nuestro cine, a su mejor “ingenua”. Ojalá se la guíe con prudencia en sus futuras películas. De ser así, Mirtha es una estrella a brevísimo plazo”. Algo parecido se habrá dicho de otras artistas incipientes.

En este caso, es un acierto. Como todas las buenas predicciones, se queda corta.

Mirtha navegó todas las turbulencias de la segunda mitad del siglo XX, volviéndose estrella no solo de cine, sino de la televisión, primero; y luego, en este primer cuarto del siglo XXI, evolucionó hacia devenir en un ícono público reconocido, más allá de gustos y banderías.

Un ícono de confianza, no necesariamente de meras opiniones, sino de presencia, continuidad, carisma y accesibilidad.

No por nada ella ha acompañado, desde su temprano ingreso a la vida profesional, las buenas y las malas, los corcoveos y las serenidades, la desazón y la euforia, en 85 años de la Argentina. Como *Selecciones*. ♦

NUESTROS LECTORES

nos felicitan por el 85 cumpleaños

Fiel lectora, desde Córdoba

Quería tomarme un momento para expresarles mí más sincero agradecimiento por vuestro apoyo y ayuda invaluable, la cual, realmente hizo una gran diferencia en mí vida. Me siento afortunada de haber podido contar con ustedes en este proceso de salud qué me tocó pasar. Vuestra amabilidad, generosidad, sensibilidad, a través de la revista “Selecciones” con sus historias de fe, de vida, es algo que valoro profundamente. Tras haber pasado por un cuadro oncológico, el cual minó mi ánimo personal, espiritual, llevándome al borde de no valorar el sentido de la vida, encontré en su revista y en mi entorno familiar, la contestación absolutamente necesaria para retomar ese valor perdido y seguir adelante.

Hoy, a mis 85 años, no tengo más qué palabras de agradecimiento para con ustedes por la tarea realizada y decirles que siempre voy a permanecer como fiel lectora vuestro medio impreso.

— RITA IRIS TOSELLI,
Córdoba

Desde pequeña con *Selecciones*

Me dirijo a ustedes para contarles que comencé a relacionarme con *Selecciones* desde muy chiquita, en los años 60s. Tenía yo casi cuatro años, mis hermanos mayores ya contaban con *Selecciones* y mi curiosidad me llevó a investigar de qué se trataba. Mis hermanos hacían sus tareas, yo escuchaba, y así comencé a leer desde muy pequeña. En las tapas de la revista figuraban los nombres de los países donde se editaban, entre ellos Panamá, Perú, y comencé a deletrear sílaba por sílaba. Luego, a los cinco años, enseñaba a leer y a escribir a otros niños. Me encanta desde entonces hasta ahora. Tengo dos ediciones especiales: agosto 2011 y julio 2012. Felicidades y hasta siempre. Norma Higinia Fleita. Mar del Plata, Buenos Aires, Argentina.

—NORMA HIGINIA
FLEITA, Mar del Plata





MIRE EL MUNDO...

Dé vuelta la página →



...DE OTRA MANERA

La danza de los derviches es un ejercicio religioso que pertenece al sufismo. En esta corriente del islam, la devoción y la emoción del creyente individual ocupan un lugar destacado. Al girar en círculos al ritmo de la música, los derviches buscan sumergirse en Dios. Hoy en día, sin embargo, la danza se representa a menudo como una atracción turística.



LA RISA

REMEDIO *Infalible*



“Parece que lo logramos”.

Ya sea que celebremos

Janucá, Navidad u otra festividad, creo que todos estamos de acuerdo en que el tiempo familiar de calidad es un completo desastre.

—@ANDYLASSNER

Solo hay dos ocasiones en las que puedes despertar a una mujer que decidió dormir hasta tarde. Si está nevando o

si falleció una persona famosa.

—MICHAEL MCINTYRE,
comediante

Los pesimistas ven la vida a través de gafas oscuras.

—JIM-BOB WILLIAMS,
Estados Unidos

Nadie sabía que Sue tenía un implante dental hasta que salió en una

conversación.

—LOUIS GARCÍA,
Estados Unidos

¿Qué obtienes cuando cruzas un elefante y un abejaorzo? Una tonelada de miel.

—SEBASTIAN VALE,
Estados Unidos

“La gaita ocupa el pedaleo más extraño de la escala musical: tiene

forma de pulpo con pantalones a cuadros, suena para algunos como un ganso con el pie atrapado en una escalera eléctrica y se toca durante las batallas más desiguales de la historia: para el bando perdedor”.

—JOSH SHAFFER, *en el News & Observer de Raleigh*

Un psiquiatra recibe una llamada desesperada.

—Tiene que ayudarme, doctor —dice una mujer—. Mi marido cree que es una estrella de ópera. Todas las noches canta a todo pulmón arias de Aida, Rigoletto y La Traviata.

—Envíemelo —dice el psiquiatra. Veré qué puedo hacer.

Una semana después, la mujer vuelve a llamar.

—¡Es un milagro! Ya no canta tanto como antes —dice—. ¿Ha curado su delirio?.

—No —responde el psiquiatra—. Solo le he dado un papel más pequeño.

—MATHISFUNFORUM

Quiero colgar un mapa del mundo en mi casa. Luego voy a poner alfileres en todos los lugares a los que he viajado. Pero primero, voy a tener que viajar a las dos esquinas superiores del mapa para que no se caiga.

—MITCH HEDBERG, *comediante*

Un hombre se sube a un Uber y el conductor inmediatamente pasa un semáforo en rojo. El hombre le advierte al conductor que tenga más cuidado. El conductor responde:

—Mi hermano conduce un taxi y hace esto todo el tiempo.

Unas cuantas cuadras más adelante, el Uber pasa otro semáforo en rojo y el pasajero le dice nuevamente que reduzca la velocidad.

—¡Te lo dije, mi hermano hace esto todo el tiempo!

El conductor se acerca a un semáforo en verde, pero esta vez pisa el freno.

—¿Estás loco? —grita el pasajero. —¡Papas

los semáforos en rojo y te detienes ante uno en verde?.

El conductor se encoge de hombros.

—¡Tengo que cuidar a mi hermano!

—GARY KATZ, *Estados Unidos*

Un hombre invita a una mujer a su casa para una cena de siete platos.

—Me encantaría —dice ella—. ¿Qué vamos a comer?

Él responde:

—Una hamburguesa y un paquete de seis cervezas.

—Cuando era joven —le dijo un hombre a un nuevo conocido —, soñaba que cuando cumpliera los 35 años tendría un establo lleno de caballos, un gran coche y una casa de vacaciones en Aspen.

—El conocido le preguntó:

—¿Se han cumplido tus sueños?

—Solo uno —respondió el hombre. Cumplí los 35 años.

—BRIAN WALKER, *Estados Unidos*

TERMINE LA FRASE

El regalo de Navidad más memorable que he recibido fue...

El nacimiento de mi hijo.

AMAR OZ
México

Un órgano.

IRIS GONZALEZ
Puerto Rico

La hermosa expresión en el rostro de mi padre cuando me regaló un pequeño camión de Lego.

JEAN-CLAUDE LECLERC
Francia

Una suscripción de un año a *Reader's Digest* de mi difunta esposa.

JOEL RALON
Guatemala

Un libro que no podía permitirme cuando tenía 14 años, de mi mejor amiga.

ANNET PORTILLO
Honduras

Unos soldaditos de plástico.

HENRY RODRÍGUEZ
Costa Rica

Mis primeros libros de literatura clásica.

EUGENIA ITHALIA
Perú



**Un huevo
de Pascua.**

YVES PIETERS
Bélgica

Una Biblia.

MARIINA JONNA
MERISALO
Finlandia

**Una bicicleta
con una sillita
con forma de
banana.**

TANYA HEINECKE
Países Bajos

**Un concierto
de monos
aulladores en
Costa Rica.**

MELANIE
Alemania

**Una cocina
de juguete
para niños.**

JASMIN
Austria

**Un viaje a
Mallorca.**

ANA CHENA
España

**El hermano
que llevaba
mucho tiempo
pidiendo a mis
padres.**

JOANA MADELENO
Portugal

**Una fiesta
espontánea en la
que todo giraba
en torno a los
melones.**

ANN-KATRIN
Suiza

Mandalas para todos

Centrados en ilustraciones de la Naturaleza, este libro de mandalas busca entretener y brindar herramientas para agilizar la memoria, el entrenamiento de la motricidad fina en las manos, y la coordinación entre la vista y el tacto.

- Más de 40 mandalas para pintar y disfrutar.
- Material **EXTRA** para descargar.
- ¡Incluye **GRATIS** una lámina XL para colorear!

Lámina con
Mandala XL



20 % DE
DESCUENTO
CON EL
CÓDIGO
INGENIO

DISFRUTE LA NATURALEZA A TRAVÉS DE LOS MANDALAS

ELIMINE EL ESTRÉS Y MEJORE SU MEMORIA



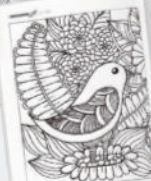
Selecciones

COLECCIÓN
INGENIO

Mandalas
para colorear,
una historia igual
de intrínseca

Este libro está dividido en tres partes y ofrece una gran variedad de actividades para que los niños puedan desarrollar su creatividad y mejorar su memoria.

C



Ingresa ya en

tiendaselecciones.com/mandalas

Todo lo
BUENO

RAZONES PARA SONREÍR

Gracias a las llamas

ESTAR CON LOS SERES QUERIDOS durante las vacaciones es una delicia. Llegar hasta allí, no tanto. El Aeropuerto Internacional de Portland, en Oregon, hace que los pasajeros se sientan cómodos de una forma única: con llamas terapéuticas. Estos animales, entre los que se encuentran Prince (izquierda) y Beni (derecha), se pasean por la terminal y dejan que la gente los acaricie y los abrace. Las cuidadoras Lori Gregory y Shannon Joy, un dúo de madre e hija que dirigen la granja *Mountain Peaks Therapy Llamas and Alpacas*, situada en las cercanías, afirman que estos peludos animales de 180 kilos ofrecen un agradable respiro del estrés de los viajes navideños. “Los llamo Papá Noel para adultos”, dice Joy. La pasajera Lori Sackett fue una de las afortunadas que recibió el cariño de las llamas. “Qué caritas tan dulces —declaró a *NPR*—. Qué hermoso regalo”.

Atraída por ayudar

Una artista hizo una oferta extraordinaria a las personas que perdieron sus hogares en los incendios de Los Ángeles: “Los pintaré gratis”.

Sydney Page

TOMADO DEL **THE WASHINGTON POST**

EL INCENDIO DE PALISADES EN LOS Ángeles redujo a cenizas la casa de Charlotte Tragos. La tabla de estatura de cuando era niña estaba marcada en la pared de la cocina. Los armarios estaban llenos de reliquias familiares. El video de la boda de sus papás, de la década de 1990, estaba guardado en el sótano. Todo se perdió.

“Era una casa muy especial y única”, dice Tragos, quien huyó con sus papás, su hermana menor y sus tres perros cuando se desató el incendio el 7 de enero de 2025. Lo único que la adolescente se llevó consigo fue su diploma de la secundaria, las cenizas de su perro y un par de zapatillas.

“Las calles estaban llenas de gente corriendo, manejando por el lado contrario de la carretera”, cuenta, y añade

que todos sabían que estaban huyendo para salvar sus vidas.

Unos días después de que se iniciara el incendio, una amiga le compartió un video de una artista de Los Ángeles que se ofrecía a crear, de forma gratuita, acuarelas de las casas de las personas antes de que fueran pasto de las llamas.

Tragos se puso en contacto con la artista, Jordan Heber, y le preguntó si podía pintar la casa de su infancia. “Quería darles una sorpresa a mis papás, que ahora mismo están desbordados”, explica. Tragos envió una foto a Heber, quien terminó la pintura de la casa de Tragos en solo tres días.

“Nuestras casas son mucho más que esos edificios en los que guardamos nuestras pertenencias”, dice Heber, que vive en Santa Mónica. “Es un honor crear

Después del incendio de Palisades, Jordan Heber decidió ayudar de una manera que solo un artista podría hacerlo.





Acuarela de la casa de Charlotte Tragos que se incendió, por Jordan Heber.

estos tributos duraderos a los lugares que albergaron tanta vida y recuerdos”.

Tragos dice que siempre estará agradecida a Heber.

“Significa mucho para mí —afirma—. Estamos en una situación en la que no tenemos nada, y cualquier cosa así, especialmente piezas que conmemoran lo que la casa significaba para nosotros, es realmente alentador”.

Heber trabaja como estratega de marca y, además, realiza pinturas por encargo, principalmente de las casas de las personas. Normalmente cobra entre 350 y 400 dólares por pintura.

“Me mudé mucho cuando era más joven, por lo que el significado del hogar es muy importante para mí”, dice Heber, señalando que tiene la palabra “hogar” tatuada en el antebrazo.

Después de que comenzaran los incendios forestales, Heber pensó en formas en las que podía ayudar. Una amiga le envió un post de instagram de otro artista local que ofrecía dibujar las casas de la gente sin costo alguno, y

Heber se sintió inspirada.

“Esta será mi forma de ayudar a la gente”, dijo Heber.

Poco después de publicar su oferta en las redes sociales, comenzaron a llegar solicitudes. Heber ha creado más de 25 pinturas, incluida una para Jeremy Wineberg, cuya casa en Pacific Palisades quedó destruida.

“Era un lugar del que nunca querías marcharte”, dice Wineberg, y añade que la casa había pertenecido a su familia durante casi 30 años.

En el momento del incendio, Wineberg estaba en casa con su pareja, Zander Jiménez, y sus dos perros, Winnie y James. Wineberg pudo tomar su joyero y su iPad antes de tener que huir. Dejó atrás el resto de sus pertenencias.

“No son solo cosas; era todo lo que me representaba, y ahora me siento muy perdido”, dice Wineberg, que se fue a vivir a casa de su padre, a 210 kilómetros de distancia. Jiménez se encontró con la oferta de Heber en Instagram y le envió un mensaje con entusiasmo.

“Le contamos nuestra historia y ella, con mucha amabilidad y cariño, creó un recuerdo tan bonito que parece una fotografía”, dice Wineberg. “Vamos a enmarcarlo y colocarlo en nuestra nueva casa”.

Heber se alegra de que la gente encuentre significado en sus pinturas y afirma: “Espero que inspire a otros a usar su talento para ayudar a la gente”. 🍷

THE WASHINGTON POST (19 DE ENERO DE 2025),
COPYRIGHT © 2025 POR THE WASHINGTON POST.

The background image shows two elegant glasses filled with a vibrant pink, bubbly beverage. Each glass is garnished with three fresh raspberries skewered on a silver pick. A thin slice of orange is perched on the rim of the glass in the foreground. The entire scene is set against a warm, golden-orange background with a subtle bokeh effect.

El arte
VIVIR

COMIDA, DATOS Y DIVERSIÓN

Almas gemelas

ESTE AÑO, UN récord del 49 por ciento de los estadounidenses intentó dejar o reducir el consumo de alcohol. A medida que más personas seguimos “sobrios” mucho después de enero, más bares y restaurantes ofrecen cócteles sin alcohol (también llamados “mocktails”). Sorpresa: ¡pueden costar tanto como las bebidas alcohólicas! ¿Por qué? Hacer que las bebidas sin alcohol sepan como las auténticas es casi como hacer alquimia, por lo que sus precios están a la altura de los de las bebidas alcohólicas de primera calidad. Pero no las necesita para preparar excelentes cócteles sin alcohol, solo un poco de magia de coctelero. Pruebe este festivo cóctel de arándanos: mezcle 2 partes de jugo de arándanos, 1 parte de *ginger ale* y $\frac{1}{2}$ parte de jugo de naranja y jumo de pomelo rosado. Adórnelo con arándanos y rodajas de naranja. Sirva frío. 🍷



¡Hielo, hielo, nena! Todo sobre la Antártida

Emily Goodman

1 EL POLO Norte acapara toda la atención en esta época del año, pero ¿qué hay del Polo Sur? El punto más meridional de la Tierra y la Antártida, el continente en el que se encuentra, son surrealistas. En el Polo Sur, el sol sale solo una vez al año y no se pone hasta seis meses después. El paisaje: nieve y hielo hasta donde alcanza la vista, y ese hielo se extiende más de un kilómetro hacia abajo. En algunos lugares, tiene casi cinco kilómetros de espesor.

2 POCOS HAN pisado la Antártida. Sus únicos habitantes, entre 1.000 y 5.000 personas, dependiendo de la temporada, viven en una de las 70 estaciones de investigación permanentes del continente. Sus alimentos tienen que ser transportados por avión o barco, ya que no se puede cultivar en la tierra. Entre los científicos y su personal de apoyo, hay unos 200 argentinos (en verano) y 50 (en invierno) distribuidos entre las siete bases permanentes”.

3 TODOS LOS países que realizan investigaciones en la Antártida se han comprometido a cumplir el Tratado Antártico, que designa el continente como un lugar que solo puede utilizarse con fines pacíficos y científicos. Las banderas de los 12 signatarios originales del tratado de 1959 (Argentina, Australia, Bélgica, Chile, Francia, Japón, Nueva Zelanda, Noruega, Sudáfrica, Reino Unido, Estados Unidos y la URSS) ondean alrededor del Polo Sur.

4 LA PRIMERA persona en llegar al Polo Sur fue el noruego Roald Amundsen. Él y su equipo llegaron el 14 de diciembre de 1911. Apenas unas semanas después, el inglés Robert F. Scott y su expedición encontraron la tienda que había dejado el equipo de Amundsen, lo que reveló a los británicos que habían sido derrotados. Ambos exploradores están inmortalizados en el Polo Sur con una placa y en el nombre de la estación Amundsen-Scott del Polo Sur, gestionada por los Estados Unidos.

5 LA GENTE de esa estación celebra la Navidad con una carrera anual alrededor del mundo. Es solo por diversión, y algunos participantes la afrontan con esquís, trineos o vehículos motorizados. El "recorrido", aunque solo tiene tres km de longitud, cruza todas las líneas de longitud, ya que todas ellas se unen en los polos.

6 HACE MUCHO frío en la Antártida, alrededor de -5°C en esta época del año. En invierno, las temperaturas pueden bajar hasta los -45°C , y la temperatura más baja jamás registrada allí fue de $-89,2^{\circ}\text{C}$. Cuanto más cerca de la costa, más cálido es el clima. Incluso puede subir hasta unos agradables 10°C .

7 NO HAY osos polares en la Antártida. Tampoco hay perros, a pesar de que los perros de trineo desempeñaron un papel muy importante en la llegada de Amundsen al Polo Sur. Los perros están prohibidos desde 1994 debido a la preocupación por su impacto en las especies autóctonas. Por un lado, a los perros les gusta perseguir a las aves, y la Antártida alberga unos 20 millones de pingüinos.

8 AUNQUE CONTIENE el 90 por ciento del hielo y el 70 por ciento del agua dulce de la Tierra, la Antártida se considera un desierto porque recibe muy poca nieve, menos de 5 cm al año. Eso convierte a la Antártida en el continente más seco. También es el más ventoso. La velocidad máxima del viento registrada allí es de 320 km/h. Un pequeño parque eólico en una de las islas de la Antártida genera suficiente energía para sustituir más de 380.000 litros de combustible gasoil.

9 LA ANTÁRTIDA TIENE aproximadamente el tamaño de los Estados Unidos y México juntos.

Pero, como sabe cualquiera que haya puesto una bandeja de hielo en el congelador, el hielo ocupa más espacio que el agua. En invierno, el hielo marino de la Antártida puede cubrir hasta 11 millones de kilómetros cuadrados. Pero al final del verano, puede reducirse a menos de un millón de kilómetros cuadrados. A medida que el hielo marino se derrite, es arrastrado por una corriente que rodea el continente. Esta corriente tiene un caudal más de 100 veces superior al de todos los ríos de la Tierra juntos.

10 UNA DE las características geológicas más inusuales de la Antártida es una cascada carmesí, llamada Cataratas de Sangre. El agua, que cae en cascada por el borde del glaciar Taylor, es tan rica en hierro que se oxida (o se corroe) inmediatamente al entrar en contacto con el aire, volviéndose de color rojo brillante y dejando una mancha constante en el hielo, como si tuviera una herida sangrante.

11 OTRA CARACTERÍSTICA rojiza es el lago de lava del monte Erebus, uno de los dos volcanes activos de la Antártida. Con al menos 100 inactivos, el continente tiene la mayor concentración de volcanes de la Tierra. El magma fundido del lago de lava del Erebus se agita

continuamente, permaneciendo al rojo vivo a pesar de las bajas temperaturas del continente.

12 LOS CIENTÍFICOS NO SON los únicos que trabajan en la Antártida. El principal puesto avanzado de Estados Unidos, la estación McMurdo, emplea a más de mil personas durante la temporada de verano, entre ellas: cocineros, conserjes, médicos, mecánicos y más. En cierto modo, trabajar en la Antártida no es muy diferente a estar en un campamento o en la universidad. El personal duerme en dormitorios, come en comedores y participa en actividades extracurriculares como bandas de música, clubes de lectura, manualidades y clases de yoga.

13 PARA CONOCER la Antártida como turista, se puede realizar un vuelo panorámico sobre ella. Varias compañías de cruceros también ofrecen esta excursión. A pesar de los elevados precios (los cruceros a la Antártida de Viking Cruises cuestan a partir de 13.000 dólares), el fin del mundo se está convirtiendo en un destino muy popular. Durante la temporada 2023-2024 de , más de 100.000 personas visitaron la Antártida. Supervisándolas: la Asociación Internacional de Operadores Turísticos de la Antártida. Sus estrictas directrices de viaje garantizan la protección de una de las regiones más preservadas del planeta. ❄️

SALUD

Reader's Digest
BIENESTAR CUERPO & MENTE

La dosis hace el veneno

¿Qué efectos tiene el consumo elevado de azúcar en el organismo y cuáles son las ventajas de evitar los dulces?

Tina Pokern

UNA FACTURA POR AQUÍ, un helado por allá: los dulces mejoran el estado de ánimo y dan energía. Por eso los anhelamos especialmente cuando estamos estresados o necesitamos levantar el ánimo. Sin embargo, el

efecto es solo pasajero. A largo plazo, el consumo elevado de azúcar es perjudicial para la salud y se sospecha que favorece enfermedades como la diabetes, la obesidad, el Alzheimer y la depresión.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que los dulces no representen más del diez por ciento de la ingesta calórica diaria de los niños.

Para los adultos, esto significa un máximo de 25 a 50 gramos de azúcar, o entre tres y seis cucharaditas como máximo, pero preferiblemente lo menos posible. Sin embargo, la realidad es que los argentinos, por ejemplo,



consumen una media de 80 gramos per cápita al día. No es de extrañar, ya que estos azúcares, incluidos la miel, el jugo de frutas, los dulces, se encuentran en todos los alimentos, incluso en las salchichas, las galletitas y el pan.

¿El azúcar puede ser realmente adictivo?

En las redes sociales, los blogs y YouTube, la gente cuenta sus propias experiencias al dejar el azúcar. Hablan de fuertes dolores de cabeza y fatiga extrema al principio, pero también de más energía y mejor sueño después de unos días de abstinencia de azúcar.

Si el azúcar es adictivo o no es un tema controvertido en la ciencia. También hay factores que lo contradicen. Aunque a menudo se informa de dolores de cabeza relacionados con la renuncia al azúcar, los estudios no lo confirman. Entonces, ¿estos supuestos síntomas de abstinencia no son más que producto de nuestra imaginación?

No necesariamente. Los dulces activan el sistema de recompensa de nuestro cerebro. Se libera dopamina, también conocida como la hormona de la felicidad. El resultado: el aumento de los niveles de dopamina nos hace sentir mejor. Cuando el subidón de dopamina desaparece, nuestro estado de ánimo decae.

El azúcar provoca subidones y bajones de energía

Al mismo tiempo, sin embargo, el consumo de azúcar también puede provocar un subidón, ya que el aumento de



los niveles de azúcar en sangre nos hace sentir más alertas durante un breve período de tiempo y nos levanta el ánimo. Los niveles de azúcar en sangre se regulan a la baja mediante la liberación de insulina. Un aumento pronunciado de la curva de azúcar en sangre, causado por el consumo de productos con alto contenido en azúcar, como los refrescos, provoca un pico de azúcar en sangre, lo que a su vez desencadena una mayor liberación de insulina y una caída muy rápida de los niveles de azúcar en sangre. A veces, estos caen por debajo de nuestro nivel normal, y el cuerpo contrarresta esto con adrenalina.

Entre otras cosas, esto puede provocar, por un lado, sensación de estrés y, por otro, un hambre voraz. A esto se suma el problema de la habituación. Si de repente pasamos de comer alimentos

dulces a comer solo alimentos salados, la curva de azúcar en sangre no sube tan bruscamente como de costumbre después de comer. El cuerpo y el cerebro primero tienen que acostumbrarse a esta situación. Por lo tanto, es posible que, especialmente al principio de este periodo de adaptación, se produzca una sensación de agotamiento y malestar.

Dejar el azúcar tiene efectos a corto y largo plazo

● **Nuestras papilas gustativas cambian.** Tras solo unos días, el cerebro se adapta al cambio en el consumo de azúcar. Esto tiene un efecto en la percepción del sabor, que se vuelve más refinada y el dulce se percibe con mayor intensidad, incluso en pequeñas cantidades. Cuanto más tiempo se pasa sin azúcar, mayor es este efecto.

● **Adiós al mal aliento.** El azúcar es la fuente de alimento de muchas bacterias bucales. Sin él, su reproducción se ve reducida. Cuantas menos bacterias causantes de mal olor haya en la boca, más fresco será el aliento.

● **La presión arterial baja en las dos primeras semanas.** La intensidad de este efecto depende de la cantidad de azúcar que se consumía anteriormente. Algunas personas notan poca o ninguna diferencia en su presión arterial, mientras que otras experimentan problemas circulatorios y se sienten cansadas. Una vez superado el periodo de transición, dejar el azúcar conduce a un aumento de la energía y a un mejor sueño, entre otros beneficios.

● **Los kilos se derriten.** Dejar el azúcar puede conducir a la pérdida de peso después de solo una semana. Varios estudios lo demuestran. “A corto plazo, dejar el azúcar de mesa evita un aumento rápido y brusco de los niveles de azúcar en sangre. El páncreas solo tiene que liberar una pequeña cantidad de insulina para transportar el azúcar a las células. Esto evita que se forme un exceso de azúcar en sangre, que de otro modo se convertiría en grasa en el hígado y el tejido adiposo”, explica Claus Leitzmann, profesor de nutrición en Giessen.

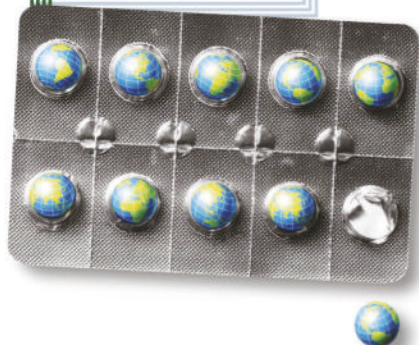
● **Disminuyen los niveles de inflamación.** El consumo de azúcar puede provocar un aumento de algunos niveles de inflamación en la sangre y, por el contrario, una disminución cuando se evita el azúcar. Por lo tanto, evitar el azúcar puede ayudar a reducir la inflamación en el cuerpo.

● **El cuerpo se rehabilita.** Después de solo diez a catorce días, el cuerpo comienza a recuperarse. Esto incluye el alivio o incluso la reversión de ciertas molestias físicas causadas por el exceso de azúcar. Se han observado mejoras en personas con hígado graso o resistencia a la insulina.

Dejar el azúcar durante un breve periodo no beneficia a la salud a largo plazo. Si después de siete días se vuelve a consumir la misma cantidad de azúcar que antes, no sirve. Es mejor cambiar la dieta para que el consumo de azúcar sea menor. Como suele ocurrir, la dosis es lo que lo convierte en veneno. 🍷

Noticias del **MUNDO DE LA MEDICINA**

Beth Weinhouse



EL EJERCICIO COMBATE EL CÁNCER

Las recetas para hacer ejercicio pronto podrían sumarse a las recetas de medicamentos como parte del tratamiento estándar contra el cáncer. Un estudio realizado con pacientes con cáncer de colon en cinco países reveló que las personas que añadieron un programa de ejercicio estructurado a su recuperación redujeron el riesgo de recurrencia de la enfermedad en un 28 por ciento y el riesgo de muerte en un 37 por ciento durante los 25 años que duró el estudio. Según los expertos, estas cifras son mejores

que las de muchos medicamentos contra el cáncer. El hallazgo, presentado en la conferencia de la Sociedad Americana de Oncología Clínica, se considera tan importante que el ejercicio regular pronto podría convertirse en una parte rutinaria del tratamiento contra el cáncer.

Lentes de contacto para ver en la oscuridad

Los científicos están cada vez más cerca de dotar a las personas de un superpoder real: la capacidad de ver en la oscuridad. Unas lentes de contacto desarrolladas en la Universidad de Ciencia y Tecnología del Este de China utilizan diminutas nanopartículas que absorben la luz infrarroja, una parte del espectro invisible para el ojo humano. Hasta ahora, las personas que necesitaban ver en condiciones de oscuridad total o con poca luz tenían que utilizar voluminosas gafas de visión nocturna u otros dispositivos. Las lentes de contacto recién desarrolladas funcionaban mejor cuando las personas tenían los ojos cerrados, ya que la luz infrarroja puede penetrar fácilmente a través de los párpados. Además de ayudar a las personas que necesitan trabajar en condiciones de poca luz, las nuevas lentes de contacto podrían algún día ayudar a las personas con daltonismo a percibir los colores con mayor precisión.

Mira al cielo

Los días más cortos significan más oportunidades para mirar al cielo nocturno... lo que puede ayudar a evitar la depresión. Un estudio de la Universidad de Yale sobre personas que padecen COVID-19 prolongado descubrió que aquellas que se detenían varias veces al día para buscar algo que les inspirara asombro, como las estrellas, mostraban una reducción del 17 por ciento en los síntomas depresivos y un aumento del 16 por ciento en el bienestar en comparación con el grupo de control. Si no es usted un ave nocturna, intente mirar algo que le inspire asombro, como las formas de las nubes, los colores de un jardín o el vuelo de los pájaros.

Ahora escucha esto

Un estudio publicado en abril de 2025 en la revista *Journal of the American Medical Association* descubrió que tratar la pérdida auditiva podría ser un paso clave para prevenir la demencia. Investigadores de Columbia, Vanderbilt, la Universidad de Nueva York y Johns Hopkins revisaron los datos de 2.946 personas con una edad media de 74,9 años que habían sufrido pérdida auditiva. Los resultados sugieren que hasta el 32 por ciento de los casos de demencia “podrían atribuirse” a una pérdida auditiva no diagnosticada y que tratar los problemas auditivos podría retrasar la aparición de la demencia en muchas personas mayores.

Mangos para la menopausia

Un estudio de la Universidad de California, Davis, ha descubierto que dos raciones de mango al día pueden ayudar a las mujeres posmenopáusicas a mantener el corazón sano, ya que reducen la presión arterial y los niveles de colesterol. En el estudio participaron 24 mujeres de entre 50 y 70 años con sobrepeso o obesidad. Durante dos semanas, las mujeres comieron aproximadamente una taza de mango al día. Unas dos horas después de comer mangos, la presión arterial sistólica de las mujeres descendió unos 6 puntos. Al final del estudio, las participantes habían reducido sus niveles de colesterol total y colesterol LDL (“malo”) en unos 13 puntos. 💎

FOTO: CLAUDIA TOTIR/GETTY IMAGES





TU PASAPORTE AL MUNDO... ¡ESTÁ EN LA COCINA!

Con la colección de **Sabor de Casa**, podés preparar de forma sencilla desde tu hogar, las recetas típicas de cada país.

Además trae:



Datos culturales



Sitios de interés



Datos curiosos



¡Comprá tus favoritos hoy mismo!

tiendaselecciones.com/mundo

COCINA



Apple pie

*El icónico pastel de manzana estadounidense
con raíces en la Inglaterra medieval*

Mercedes Domínguez

EL APPLE PIE o pastel de manzana es uno de los postres más famosos del mundo, especialmente por su estrecha vinculación con los Estados Unidos, donde se ha convertido en todo un símbolo nacional. Son míticas las escenas del oso Yogui robando la cesta con el pastel a los visitantes de Yellowstone. La expresión “*as American as apple pie*” (tan americano como el pastel de manzana) empezó a

usarse en el siglo XX, en plena Segunda Guerra Mundial, como reflejo del orgullo nacional. Para muchos jóvenes que luchaban en el frente, el sabor de este postre evocaba el hogar y la vida por la que peleaban: “Por mamá y el *apple pie*”.

Sin embargo, su historia es mucho más antigua y diversa de lo que podría parecer a simple vista. De hecho, en Norteamérica no había manzanas hasta que los primeros colonos llevaron las semillas en el siglo XVI para poder elaborar recetas que combinaban la fruta con la masa. La receta original surgió en Inglaterra, como se deduce de una cita en el libro medieval de recetas inglesas *The Forme of Cury*. En muchos países europeos, la combinación de fruta y

masas diversas ha sido un clásico y parece que la primera versión del *apple pie* llevaba, además de manzanas, higos, peras y especias como el azafrán.

La receta encontró en el Nuevo Mundo multitud de adeptos y variantes, ya que la base era una elaboración simple y accesible. Se podía hacer con más relleno (*deep dish*), con cobertura similar al crumble (*dutch apple pie*), en versiones gourmet o servida con helado de vainilla (*à la mode*).

En resumen, este dulce es un testimonio de la historia y la cultura culinaria, y sigue siendo protagonista en festividades como la Navidad, reuniones familiares y momentos especiales en los que se busca el sabor acogedor de lo casero. 🍏

Preparación

1. Pelar y cortar las manzanas, preferiblemente en láminas, y mezclarlas con el zumo de limón, la vainilla, el azúcar moreno, las especias (si se desea) y la canela.

2. En una sartén, derretir la mantequilla a fuego medio. Cuando esté fundida, añadir las manzanas previamente aderezadas y rehogarlas a fuego suave unos 15 minutos, dándoles la vuelta con cuidado. Dejar enfriar durante unas horas, si es posible.

3. Estirar una de las láminas de masa quebrada sobre una superficie enharinada, formando un círculo ligeramente mayor que el molde para que la masa sobresalga un poco. Forrar el molde —previamente engrasado y enharinado— con la masa y pinchar la base con un tenedor.

4. Estirar la otra lámina y cortar tiras de 1,5 centímetros para hacer el típico enrejado del *apple pie*. Refrigerar media hora en la heladera tanto el molde como las tiras.

5. Transcurrido el tiempo, sacar todo, añadir el relleno de manzana al molde y distribuirlo uniformemente por la base.

6. Cubrir con las tiras entrecruzadas y cerrar doblando los bordes para que quede sellado. También se puede cubrir con una lámina entera, pero se deberá hacer un agujero en el centro para que el pastel respire.

7. Pintar la superficie del pastel con huevo batido y hornear a 170 °C durante unos 45 minutos, o hasta que la masa alcance un color dorado. Si se desea, espolvorear azúcar impalpable.



Ingredientes

6 PERSONAS

TIEMPO: 90 MINUTOS

- 2 láminas de masa quebrada o pasta brisa
 - 5 manzanas ácidas
- 100 g de azúcar moreno
 - 50 g de manteca
 - Jugo de 1 limón
 - 1 rama de vainilla
- 1 cucharadita de canela molida
 - 1 huevo
- 1 cucharada de azúcar impalpable
 - Una pizca de cardamomo, nuez moscada y clavo (opcional)

Los grandes del picoteo

*Las entradas más famosas del mundo
que pueden resolver una comida.*

UN RECORRIDO por las tradiciones más influyentes. Cada entrada resume origen, costumbres y algunos imprescindibles.

España (tapas): Nacidas como una costumbre de bar que alterna pequeños platos y bebida, las tapas se hicieron verbo (tapear): pedir de a poco, compartir, pasar de un bar a otro. Las teorías sobre el origen —la tapa que “cubría” la copa para que no entraran moscas; las órdenes de Alfonso X— conviven con la certeza de un hábito urbano y social que hoy es seña de identidad. Platos icónicos: tortilla, croquetas, gambas al ajillo, boquerones, patatas bravas.

Italia (Antipasti & Stuzzichini): El antipasto italiano condensa el paisaje: embutidos, quesos, encurtidos, verduras grilladas, pescados curados. Los stuzzichini son mordiscos de barra que aparecen en la hora del aperitivo, a menudo amarga y espumosa. Enciclopedias culinarias los citan como mixtos de aceitunas, frutos secos, fiambres y verduras.

Francia (Hors d’oeuvres & Amuse-bouche): Francia fijó el lenguaje: *hors d’oeuvre* (antes de la obra), canapés, *crudités*, y la *amuse-bouche* contemporánea, “bocado de cortesía” del chef. La idea: sabores intensos en miniatura, a veces tan elaborados como un plato principal.

Argentina (picada): Tabla social por excelencia: fiambres, quesos, aceitunas; pan y escabeches puestos al centro. En bares y casas acompaña el vermut dominguero o la cerveza; en versión “extendida”, suma milanesas cortadas, tortillas, empanadas. Narrativas culturales recientes rescatan el renacer del vermut y su vínculo con el rito de la picada.

México (botanas): La botana mexicana es un universo flexible: puede ser apenas cacahuates enchilados con cerveza o una sucesión generosa de platillos chicos en cantinas que “premian” cada ronda. Son porciones pequeñas, predominantemente saladas, servidas en bares, reuniones o restaurantes, muchas veces junto a tequila o cerveza.



Anticuchos (Perú)

PORCIONES: 2

TIEMPO: 45 minutos
(+ tiempos de espera)

INGREDIENTES: 500 g de corazón vacuno, desgrasado y sin nervios, cubeteado • 2 cdas. de pasta de ají panca • 3 dientes de ajo picados • 1 cdta. de comino • 1 cdta. de orégano • 3 cdas. de vinagre de vino tinto • C/n de sal y pimienta • C/n de aceite vegetal • Palitos de brocheta

PREPARACIÓN

1. Colocar el corazón cubeteado en un bol y añadir el resto de los ingredientes; mezclar. Tapar el recipiente y llevar a heladera por al menos tres horas.
2. Luego, retirar los anticuchos, escurrirlos e insertarlos en palitos de brocheta previamente remojados en agua para evitar quemarlos durante la cocción.

3. Asar sobre parrilla ligeramente aceitada a brasa fuerte; o grillar en una plancha a fuego fuerte hasta cocer.



¿Quiere conocer qué otros países forman parte de la colección?

En tiendaselecciones.com/mundo descubra lo que Sabor de Casa tiene para usted.



La imagen del mundo

*Nueve preguntas sobre la
historia de la navegación.*

Jens Bey

1. El globo terráqueo más antiguo que se conserva data de 1492. Fue diseñado por Martin Behaim, un comerciante de telas de Núremberg. ¿Qué hace que su “manzana terrestre” sea tan especial?

- a) Faltan los continentes de América y Australia.
- b) Los países y los mares están bordados en terciopelo.
- c) Martín Lutero lo firmó a mano.

2. Ya en el siglo XI, los chinos utilizaban una aguja que flotaba en el agua como brújula, a la que llamaban “puntero sur” porque apuntaba hacia el sur. ¿Cómo es posible?

- a) Todas las agujas de las brújulas también apuntan hacia el sur.
- b) Los depósitos de mineral de hierro del sur de China desvían los imanes.
- c) El campo magnético de la Tierra se ha invertido desde entonces.

3. Entre los siglos IX y XI, los vikingos surcaron el Atlántico Norte. Los marineros nórdicos utilizaban la posición del sol para navegar. Pero, ¿cómo encontraban el camino cuando el cielo estaba nublado?

- a) Por el color del agua y, por lo tanto, por las corrientes oceánicas.
- b) En absoluto. Una vez que volvía a salir el sol, los navegantes corregían su rumbo.

c) Con la ayuda de una piedra solar transparente.

4. El hecho de que la Tierra sea redonda plantea un problema a los cartógrafos: ¿cómo se representa algo tridimensional en dos dimensiones? No fue hasta 1569 cuando Gerhard Mercator presentó un mapa-mundi que permitía trazar un rumbo recto sobre la superficie curva de la Tierra. En la proyección cilíndrica que utilizó, los círculos de latitud y longitud se convierten en líneas rectas. Sin embargo, esta llamada fidelidad angular tiene una desventaja. ¿Cuál es?

- a) Las proporciones de las zonas terrestres se distorsionan.
- b) Las zonas terrestres se distorsionan en longitud.
- c) Las zonas acuáticas se distorsionan en anchura.

5. Dos excursionistas, llamémosles Pedro y Pablo, caminan uno hacia el otro. Pedro camina exactamente hacia el noroeste. ¿Qué dirección debe elegir Pablo para encontrarse con él?

- a) Noreste.
- b) Suroeste.
- c) Sureste.

6. La latitud geográfica, una medida angular que es de 0 grados en el ecuador y de 90 grados en los polos, proporciona información sobre la distancia al norte o al sur. Al principio, los marineros medían el ángulo del sol

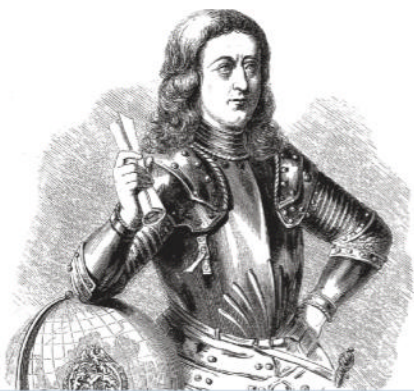
o de la Estrella Polar, que no cambia de posición, con respecto al horizonte. ¿Qué utilizaban para determinar la latitud geográfica antes de la invención de la navegación por satélite?

- a) El sextante.
- b) La vara de Jacob.
- c) El astrolabio.

7. El sol recorre 15 de los 360 grados de longitud cada hora. Si un navegante en puerto, cuya posición se conoce, registra la posición más alta del sol y la hora del mediodía correspondiente y repite esto todos los días en el mar, sabrá si su barco navega hacia el este o hacia el oeste. Cuando se navega hacia el este, la hora del mediodía está “por delante”, cuando se navega hacia el oeste, está “por detrás”. No fue hasta 1759 cuando el desarrollo de un reloj que mostraba la hora con precisión a pesar de los movimientos del barco permitió determinar la longitud exacta y, por lo tanto, la posición este-oeste. ¿Quién desarrolló este reloj?

- a) El inventor James Watt.
- b) El carpintero John Harrison.
- c) El erudito Isaac Newton.

8. Unos 90 grados de latitud se extienden hacia el norte y 90 hacia el sur, paralelos al ecuador. Los 360 grados de longitud conectan los polos, 180 se encuentran al este del llamado meridiano cero y 180 al oeste. En 1884, una conferencia internacional acordó que la longitud que “atraviesa el centro del instrumento de tránsito



El globo terráqueo más antiguo que se conserva data de 1492. Fue diseñado por Martin Behaim.

del Observatorio de Greenwich” fuera el meridiano cero. ¿Qué país se abstuvo de votar y utilizó su propia línea cero hasta 1911?

- a) Francia.
- b) Portugal.
- c) España.

9. Hoy en día, la navegación por satélite a través del teléfono inteligente es accesible para todos. El primero de estos sistemas, el Sistema de Posicionamiento Global (GPS), fue desarrollado para el ejército estadounidense. ¿Qué ocurrió a medianoche del 2 de mayo de 2000 que permitió al GPS comenzar su triunfal marcha hacia el uso civil?

- a) Salió al mercado el primer receptor para excursionistas.
- b) Se lanzó al espacio el primer satélite GPS civil.
- c) Se desactivó la degradación intencionada de la determinación de la posición.

sur parezcan demasiado pequeños. Si Pedro camina exactamente hacia el noroeste, Pablo debe caminar en la dirección opuesta para encontrarse con él, es decir, hacia el sureste.

6a,b,c) El bastón de Jacob, sextante se utilizan para determinar la latitud. Este último sigue formando parte del equipo de todos los buques oceánicos actuales. Esto se debe a que un posible fallo de energía inutilizaría la navegación por satélite.

7b) John Harrison inventó el cronómetro marino de precisión. El péndulo de su reloj estaba fabricado en latón y acero resistentes a la temperatura y oscilaba horizontalmente. Así es como Harrison se adelantó a los movimientos del barco.

8a) 22 de los 25 países que votaron eligieron Greenwích. Francia se abstuvo y utilizó el meridiano de París como referencia hasta 1911.

9c) El 2 de mayo de 2000, el Gobierno de los Estados Unidos desactivó la degradación intencionada de la determinación de la posición. Había degradado las señales GPS civiles en unos 100 metros. A partir de entonces, se pudieron recibir datos de posición con una precisión de entre 10 y 20 metros.

1a) En 1492, Martín Behaim encargó a unos artesanos que construyeran su "manzana del mundo" con pergamino y papel. Sin embargo, cuando estuvo terminada, ya había quedado obsoleta: faltaba América, descubierta ese mismo año. Lo mismo ocurría con Australia, que los europeos descubrirían más tarde.

2a) Todas las agujas de brújula magnetizadas se alinean aproximadamente en dirección norte-sur, con un extremo apuntando al sur. Los chinos utilizaban esto como guía porque creían que las cosas buenas venían del sur.

3c) Según las leyendas nórdicas, los vikingos utilizaban piedras solares. Se trata del espacio de Islandia, un mineral transparente que divide la luz del sol, que consta de diferentes longitudes de onda, en dos rayos. Si se mira a través de la piedra hacia un cielo nublado, el sol se encuentra donde ambos rayos son igualmente brillantes.

4a) Aunque distorsiona las proporciones de las áreas terrestres debido a su fidelidad angular, la proyección de Mercator todavía se utiliza hoy en día en las cartas náuticas. Políticamente, los mapas de Mercator son controvertidos porque se centran en Europa y hacen que los países del hemisferio



PREGUNTAS QUE NUNCA DEBERÍAN HACERSE

*“¿Qué esperan oír las personas cuando no paran de
interrogar a otras sobre asuntos que no les incumben?”*

Richard Glover

S SI COJEO, POR favor no me preguntes por qué. Cuando eres joven, cada lesión viene acompañada de una anécdota fantástica. “Estaba salvando a un niño de un incendio en una casa, y parece que me ha dado un tirón.” Con una historia así, te gusta que te pregunten.

Mientras la vida pasa, siguen apareciendo más lesiones, pero sin una buena historia que las acompañe. Pregunta: “¿Cómo te lastimaste la espalda?” Respuesta: “Me levanté de la cama demasiado rápido esta mañana.” O: “Intentando lavarme los pies en la ducha.” O: “Sacando la basura.”

Entonces, ¿por qué la gente insiste en preguntar, y qué se supone que debo decir? “La vejez, me temo. Qué le vamos a hacer. No puedo quejarme.” Tener que dar una respuesta así es peor que estar cojo. Mientras tanto, mi perro también ha desarrollado una cojera. Somos todo un espectáculo cuando nos dirigimos hacia el parque canino. Si las personas muestran cierta moderación al preguntar sobre la cojera de una persona, no existen barreras cuando se trata del pobre Clancy.

“¿Qué le pasa a este buen chico?” dicen, agachándose para acariciar su bello hocico. Se quedan mirándole fijamente a los ojos y le hablan dulcemente. A veces apoyan la cabeza contra la suya. Me dan a entender que no le estoy prestando la debida atención a su salud. Claramente, la gente piensa que hay alguna cura sencilla para la cojera de Clancy, pero que el dueño se ha ne-

gado a pagar los 9,50 dólares de las pastillas o la venda. Al agacharse y hablarle directamente, esperan medio en broma que él susurre: “¡Ayúdame! Este tipo es un monstruo. Además, su cojera es mucho peor que la mía. Parece que andamos lentos por mi culpa, pero en realidad es al revés.”

¿Por qué la gente hace tantas preguntas sobre temas de los que nunca van a recibir una buena respuesta?

MI PERRO HA DESARROLLADO UNA COJERA. LAS PREGUNTAS QUE ALGUNOS HACEN IMPLICAN QUE NO LE PRESTO LA DEBIDA ATENCIÓN.

Tengo algunos amigos que no beben alcohol, y cuentan que cada vez que piden agua con gas sufren una especie de inquisición española:

“Ah, no bebes. ¿Y eso?”

¿Qué esperan escuchar como respuesta? Prácticamente, no hay una respuesta que alguien deba sentirse obligado a dar.

“Tuve un problema terrible con la bebida a los veintitantos, que arruinó mi salud y varios matrimonios, y dado que no podía moderar el consumo, me vi obligado a dejarlo por completo. Así

que sí, un agua con gas si tienes a mano."

O: "Es por mi religión. Está prohibido beber."

O: "Mi padre bebía, y yo no quería seguir su ejemplo, ya que fue la causa de la mayoría de los horrores de mi terrible infancia."

O: "Estoy en tratamiento contra el cáncer, y hasta ahora había tratado de mantenerlo en secreto, pero el oncólogo dice..."

O: "Me resulta tediosa la gente que bebe, y no me gustaría por nada del mundo ser tan aburrido como supongo que serías tú."

En otras palabras, la única respuesta razonable al pedir un vaso de agua con gas es preguntar: "¿Le pongo hielo?" Y si realmente quieres profundizar, tal vez también puedas decirle que le ponga una rodaja de limón.

El mundo está lleno de preguntas que nunca deberían hacerse. Por ejemplo:

"¿Cómo has adelgazado tanto? ¡Estás mucho más delgado que la última vez!"

Posibles respuestas: "Estoy con Ozempic, pero no quería decirlo." O: "Regresamos de África y tengo un parásito." O (la más común de todas): "Llevo pesando lo mismo desde hace tiempo, pero tienes una imagen mía de hace décadas y siempre comentas lo mucho que he adelgazado."

Peor aún, por supuesto, es esa pregunta común: "¿Exactamente de cuántos meses estás embarazada?" Aquí

hay una regla de vida: nunca asumas que una mujer está embarazada a menos que estés en la sala de partos y el bebé esté asomando.

Hablando de embarazo, quizás la peor pregunta de todas sea: "Entonces, ¿por qué no has tenido hijos?" A lo que la única respuesta razonable es: "Y tú, ¿por qué haces preguntas tan extremadamente personales?"

No es que no existan otros temas de conversación. El mundo está lleno de conversaciones superfluas no controvertidas. Por ejemplo: "Qué perro tan bonito." O: "Maravillosa mañana, ¿no crees?" O: "¿No es un idiota ese tal Trump?" Difícil, al menos en Australia, discutir sobre alguna de ellas.

Mientras tanto, Clancy y yo volvemos cojeando del parque. "Oh, pobrecito, ¿qué le pasa?" dice alguien, derramando simpatía, y me doy cuenta de que no sé con quién trata de ser simpático realmente. ¿Con Clancy o conmigo?

"Solo la vejez", digo, suponiendo que eso cubre a los dos.

La próxima vez, sin embargo, voy a hacer una pausa antes de responder y pensar en algo bueno. Tal vez sea la historia del incendio y cómo Clancy y yo rescatamos al niño, él atravesando el humo aprovechando su baja estatura; yo, derribando la puerta con el hombro, usando la fuerza con sentido común.

El punto es: si la gente sigue haciendo preguntas, tendrán que aceptar la respuesta que elija dar. 🍷

CITAS CITABLES

Me encantan los lunes, y el primero del año es como un superlunes para mí. Poder empezar un diario nuevo fue muy emocionante, en el sentido más *friki* posible.

—Issa Rae, ACTRIZ,
EN *TIME*



Si tu iglesia no te dice que ames a tus enemigos, sino que te sigue diciendo quiénes son tus enemigos, entonces no estás realmente en una iglesia.

—John Fugelsang, LOCUTOR,
EN EL LIBRO *SEPARATION OF CHURCH AND HATE*

Ocupa espacio. Lanza más rápido. Corre más rápido. Pon otra placa en la barra. Y nunca bajes el tono.

—Ilona Maher,
JUGADORA DE RUGBY,
EN LOS PREMIOS
THE 2025 ESPN AWARDS



Una barra de pan de centeno se eleva por sí sola, volviéndose más ligera a medida que ocupa más espacio en el mundo. En los seres humanos, a esto lo llamamos envejecimiento. En el pan, lo llamamos fermentación.

—Ocean Vuong, POETA,
EN EL LIBRO *TIME IS A MOTHER*

F.I.S.K.: una guía para parejas románticas. Les digo a mis hijos que estos son los ingredientes esenciales que deben buscar en una pareja: divertido, interesante, inteligente y amable. ... La amabilidad está muy infravalorada. Pero a largo plazo, da sus frutos.

—Graydon Carter,
EDITOR, EN EL LIBRO
WHEN THE GOING WAS GOOD







La magia de las fiestas

El espíritu navideño se manifiesta de muchas formas, algunas cuidadosamente planeadas y otras inesperadas.





El vuelo antes de Navidad

*Unos niños afortunados
visitan el taller de
Papá Noel.*

.....

Sarah Chassé

Faltaban dos semanas para Navidad en el Aeropuerto Internacional de Denver, Estados Unidos, y un avión Boeing 777 había rodado por una de las pistas. Desde fuera, el jumbo parecía como cualquier otro a punto de despegar. Pero en su interior, guirnaldas plateadas y tiras de luces de colores colgaban de los compartimentos superiores para equipaje. Copos de nieve de papel brillante y rizados de cinta roja colgaban sobre los asientos. Copos de “nieve” de algodón adornaban cada apoyacabezas. La tripulación también lucía atuendos navideños: gorros de Papá Noel, orejas puntiagudas de duende y suéteres de renos. Un bromista se había puesto un disfraz de Grinch.

Y los pasajeros del avión, unos cien niños de entre 3 y 10 años y sus familia-

res, llevaban camisetas a juego adornadas con las palabras “*Fantasy Flight*” (vuelo de fantasía). Los niños también lucían sonrisas mientras comían bocadillos y charlaban emocionados. Para algunos, este era el primer viaje en avión que hacían. Pero para todos, su destino prometía ser inolvidable: se dirigían al “Polo Norte” para visitar el taller de Papá Noel.

Este fue uno de los 13 vuelos organizados en diciembre de 2024 por United Airlines como parte de su programa *Fantasy Flights*, que lleva más de 30 años ofreciendo a niños con enfermedades graves u otras dificultades una experiencia navideña única.

Los aeropuertos participantes, entre los que se encuentran Los Ángeles, Houston, Cleveland, Fort Lauderdale, Newark, Londres y otros, colaboran con hospitales locales y organizaciones sin fines de lucro que atienden a niños con cáncer, discapacidades o sin hogar. “Los niños realmente se merecen este día lejos de los retos diarios a los que se enfrentan, y les aporta un poco de magia a sus vidas”, afirma Jonna McGrath, vicepresidenta de operaciones aeroportuarias del centro de operaciones de United en Denver y voluntaria de *Fantasy Flight* desde hace mucho tiempo.

En Denver, los niños y sus acompañantes son recibidos por los ayudantes de Papá Noel apenas llegan al aeropuerto, explica McGrath, que en el evento del año pasado se puso unas orejas puntiagudas de elfo, pintura bri-

llante en la cara y un montón de casca-
beles. A continuación, los niños pasan
por el control de seguridad, como
todos los viajeros aéreos, y reciben tar-
jetas de embarque oficiales con la ins-
cripción “*The North Pole*” (El Polo
Norte).

Es fácil saber cuál es su puerta de
embarque: es la que tiene árboles de
Navidad y osos de peluche inflables
gigantes.

Mientras una multitud de jóvenes
rodea a un capitán que se arrodilla para
colocarles unas pequeñas alas de piloto
doradas en la camisa, otros viajeros que
pasan por la terminal no pueden evitar

detenerse para tomar fotos. Después de
cantar y bailar, llega el momento de
subir al avión y surcar los cielos.

“¿Quién está listo para ir al Polo
Norte?,” pregunta el capitán por megá-
fono una vez que todos los pasajeros
están en sus asientos. La respuesta es
un coro de vítores.

A continuación, el avión despegua y
sobrevuela la ciudad durante unos 30
minutos. En el aire, los auxiliares de
vuelo cantan villancicos y reparten
aperitivos.

“Básicamente, es una fiesta en el
cielo”, dice McGrath.

Luego llega otro anuncio: “Niños, les





Una azafata da la bienvenida a una niña al “Polo Norte”.

habla su capitán. Papá Noel nos ha dado permiso para visitar el Polo Norte. Por favor, bajen las persianas de las ventanas; cuando lleguemos, les diré cuándo pueden abrirlas. ¡Santa está muy emocionado por conocerlos!”

El capitán aterriza el avión de vuelta en el aeropuerto y se dirige a un hangar gigante. Los pasajeros, con los ojos muy abiertos, bajan las escaleras del avión y se adentran en un paraíso invernal.

Para llevar a cabo esta fiesta de un día de duración se necesitan cientos de empleados de United y otros voluntarios que decoran, atienden el evento y limpian después. Aunque supone mucho trabajo, es uno de los días favoritos del año para los empleados. De

hecho hay una lista de espera para ayudar.

“Una vez que lo ves, no puedes evitar participar”, dice McGrath.

Durante las siguientes horas, los niños disfrutaban de actividades navideñas. El año pasado, en Honolulu, los niños asistieron a espectáculos de hula en la “Isla de Navidad”. En Chicago, conocieron a renos de verdad. Otras sorpresas divertidas suelen incluir juegos, un camión de helados, un mago, pintura facial y, por supuesto, el momento más emocionante: conocer a Papá Noel. Cada niño se saca una foto con el gran hombre

y luego recibe una bolsa de regalos de su propia lista de deseos, tal vez patines, un gorro y guantes abrigados, o incluso una bicicleta, comprados y envueltos por más voluntarios.

Scott Rogers trabajó durante 25 años para United como supervisor de operaciones aeroportuarias en Denver. También ha interpretado a Papá Noel en los *Fantasy Flights* de la ciudad desde 1993. Rogers sigue siendo voluntario incluso después de jubilarse porque sabe lo mucho que significa la experiencia para los niños. Uno de sus momentos favoritos es cuando los niños salen del avión y lo ven por primera vez con su alegre traje rojo.

“Corren hacia Papá Noel y ni siquiera puedes caminar porque se te agarran a las piernas”, dice.

Su esposa, Patricia Rogers, hace de Mamá Noel a su lado. Ambos dicen que les encanta darles regalos a los niños. “A veces la bolsa es tan grande que casi no pueden cargarla”, dice Scott, riéndose.

Pero las interacciones que tienen con los niños les calientan aún más el corazón. Scott recuerda haberse tomado una foto con una niña hace unos años. Tenía unos 8 años y luchaba contra el cáncer. Después de conocerlo, le hizo un bastón de caramelo en un taller de manualidades y volvió para dárselo, diciéndole: “Papá Noel, esto es para ti”.

Cuando el evento estaba terminando, Scott estaba en un camarín quitándose su traje rojo cuando alguien llamó suavemente a la puerta. “Hay una niña aquí fuera que quiere hablar contigo”, le dijo una mujer.

“Así que me volví a poner todo y era la misma niña”, recuerda. “Entró y dijo: ‘Sé que el año que viene no estaré aquí’”. Se sentó en mi regazo y hablamos sobre lo que estaba pasando y lo feliz que la había hecho ese día”, cuenta.

“Fue muy duro para mí”.

Aceptando tanto los momentos difíciles como los felices, él y Patricia planean seguir siendo voluntarios mientras puedan.

“Es la mejor parte de la Navidad”, dice Patricia. Scott añade: “La alegría que te dan estos niños es simplemente maravillosa”.



AYUDANDO A LOS VETERANOS A CAMINAR CON LA CABEZA EN ALTO

En su taller de Eustis, Florida, Oscar Morris convirtió una rama de roble en un bastón y luego lo publicó en Facebook. Esperaba regalárselo a un compañero veterano de guerra. Morris recibió unas 500 solicitudes de veteranos discapacitados. Inspirado, se propuso satisfacerlas todas. Le llevó dos años y casi agotó su suministro de madera. Entonces, unos días después de Navidad, Morris recibió una llamada de una tienda Lowe's local. Tenían árboles de Navidad sin vender. ¿Podría hacer bastones con ellos? ¡Claro que podía! Cada año nuevo, Morris encuentra árboles frescos tirados sobre su cerca. Ha hecho más de mil bastones y no tiene planes de parar. Le dijo a la revista *Woman's World*: “Creo que esto era lo que Dios quería que hiciera, y lo hice”.





¡VAYA, QUÉ SORPRESA!

Las fiestas pueden deprimirlo, y así es como se sintió Lexie Gregory, de Elberta, Alabama, el pasado diciembre. Una mañana estaba en un parque, tratando de aliviar su tristeza navideña, cuando un perro se le acercó y empezó a lamerle la cara. “Fue algo muy tierno”, declaró a *WKRG News 5*. Gregory nunca vio al dueño del perro, pero supuso que tenía uno. Más tarde ese mismo día, después de publicar algo sobre el perro en internet, se enteró de que había llegado recientemente a un refugio local y aún necesitaba un hogar. Así que Gregory lo adoptó. “No sé cómo explicarlo —dice—, pero pensé: ‘Ese es mi perro’. Sin duda, es el regalo de Navidad que no sabía que necesitaba”.



El Papá Noel secreto salva el día

Un desconocido mantiene vivo el espíritu navideño para una niña.

.....
Caroline Fanning

Era la una de la madrugada del día de Navidad, pero para Marisa Shumaker todavía era Nochebuena. Como tantos otros padres, tenía que crear la magia de las fiestas.

Durante semanas, su hija de cuatro años, Aubree, solo había pedido una cosa para Navidad: un “teclado de piano de verdad”, no uno de esos pequeños para niños. Ahora que Aubree estaba dormida, Shumaker sacó la caja de su escondite en su casa de Bel Air, Maryland, lista para desvelar el teclado de 61 teclas de tamaño real, perfecto para principiantes como Aubree. Shumaker pensó que montaría el soporte y el banco, y lo prepararía todo para que estuviera listo para tocar cuando Aubree se despertara y descubriera su sorpresa. Pero cuando abrió la caja, solo había el soporte y el banco. No había teclado.

El pánico se apoderó de ella cuando se dio cuenta de lo que no había notado antes: el teclado se vendía por separado. La noche anterior, madre e hija habían visto la película *Ayudando a Santa Claus*. En un momento dado, dos de los personajes principales hablan de los regalos que deseaban desesperadamente cuando eran niños, pero que nunca recibieron, lo que les hizo dudar de la existencia de Santa Claus.

“Esa escena se me vino inmediatamente a la mente”, dice Shumaker. Recordó lo feliz que se sintió cuando era pequeña, más o menos de la edad de Aubree, al recibir su primera guitarra como regalo. ¿Qué pensaría Aubree

cuando bajara y solo encontrara un banco y un atril, sin teclado?

“Tiene que haber alguna forma de arreglar esto”, pensó. Quizás una tienda *online* podría entregarle un teclado por la mañana. Quizás podría escaparse a un comercio, si es que alguno seguía abierto. Consideró ambas opciones, pero no tuvo suerte. Desesperada, Shumaker publicó en un grupo de Facebook de su barrio: “Estoy a punto de llorar”, escribió, explicando la situación. “Esto arruinará su Navidad”.

Andy Spencer, que vive a 8 km de Shumaker, se estaba metiendo en la cama poco antes de las dos de la madrugada cuando vio su petición.



“Cualquier padre estaría en pánico”, dice Spencer. “No querría que nadie que cree en la magia de la Navidad se sintiera decepcionado”.

Pensó en el teclado que su esposa le había comprado a su hija, Hailey, dos años antes. Todavía lo tenían y, sinceramente, Hailey casi nunca lo había usado. Spencer se levantó de la cama y se dirigió al pasillo para ver si Hailey estaba despierta. Ella y su hermano, Justin, ambos de regreso de la universidad, todavía estaban despiertos.

Cuando su papá les contó lo que estaba pasando, se mostraron ansiosos por ayudar. El teclado de Hailey parecía nuevo. Además, tenía 61 teclas de tamaño completo y encajaba perfectamente en el soporte que tenía Shumaker. “Mi hija estaba más que dispuesta a regalar el teclado, y mi hijo dijo: ‘Tenemos que hacerlo’”, cuenta Spencer.

Así que le escribió un mensaje a Shumaker: “¿Dónde vives? Tenemos un teclado más pequeño del que podríamos desprendernos”.

Al leer el mensaje, Shumaker no podía creer lo rápido que había cambiado su suerte. “El hecho de que no me conociera en absoluto... No hay mucha gente así hoy en día”, dice.

Los dos intercambiaron mensajes y acordaron encontrarse en una tienda de comestibles frente a la casa de Shumaker. “Era tarde y había bastante niebla”, dice. “Pensé: ‘Esto va a acabar en el canal ID [el canal Investigation Discovery, que emite programas sobre crímenes reales]’”.



Aubree sonríe junto al teclado la mañana de Navidad, y muchas mañanas desde entonces.

En pocos minutos, los Spencer llegaron, los tres. Hailey y Justin no se iban a perder esto por nada del mundo. Juntos, cargaron el teclado en el auto de Shumaker.

“¿Cuánto quieres por él?”, preguntó Shumaker, pensando que les enviaría algo de dinero.

“No, en serio, es gratis”, respondió Spencer. Lo único que quería, le dijo, era una foto de Aubree feliz en la mañana de Navidad.

A menos que, tal vez... “Todos bromeamos diciendo que si ella acababa

siendo la próxima Taylor Swift, yo quería que me dedicara una canción”, dice.

Solo unas horas más tarde, Aubree se despertó y corrió al salón.

“¡Mamá!”, exclamó cuando vio el teclado. Inmediatamente comenzó a tocar las teclas y su rostro se iluminó como el árbol de Navidad que tenía al lado cuando sonaron las primeras notas.

Más tarde ese mismo día, Shumaker le envió un mensaje a Spencer para darle las gracias una vez más y decirle que Aubree estaba tan absorta con su nuevo teclado que aún tenía varios regalos y un calcetín sin abrir. Le mostró el mensaje a Hailey y Justin. “Todos nos reímos mucho”, dice Spencer. Lo que para ellos había sido una tontería, para otra persona lo era todo.

Aubree practica con su teclado casi todos los días, con su madre detrás enseñándole clásicos como “*Mary Had a Little Lamb*” y “*Twinkle, Twinkle, Little Star*”. A menudo es lo primero que quiere hacer por la mañana, y se sube y baja del banco a lo largo del día.

“No creo que haya nada que pueda superarlo”, dice Shumaker. “Quizás si le comprara un piano de cola, pero probablemente tendría que buscar un nuevo lugar para ponerlo”.

Bromas aparte, toda la experiencia de esa noche hizo que Shumaker creyera en la magia de la Navidad. “No me di cuenta hasta que llegué a casa”, dice. “Literalmente, acababa de conocer a Santa Claus, en la vida real. Era él de verdad, y vino con elfos y todo”.



Apilando cosas

ESTABA EN EL BOLSO

Mary Kate Borner y Giuliana La Porte, de Chicago, son amigas desde la preparatoria. Cada año, hacen un intercambio de regalos secreto con otros amigos. El año pasado, Borner sacó el nombre de La Porte. Sabiendo que su amiga estaba afectada por la reciente pérdida de su madre, Borner tuvo una idea. La Porte había publicado en Instagram una nota que le había escrito su madre, así que Borner le compró un bolso y cosió una réplica de esa nota en su interior. “Quería darle algo personal y con un toque de su madre que pudiera llevar consigo a todas partes”, explicó Borner a *People*. A La Porte le encanta su regalo, y la persona que se lo dio. “Esto realmente demostró lo significativa que es nuestra amistad”, afirma.





Nuestro milagro de Hanukkah

La Navidad adquiere un nuevo significado para una pareja judía.

Ben Shragge

DE KVELLER

Muchas personas destacadas cumplen años el 24 o el 25 de diciembre, entre ellas el científico Isaac Newton y la estrella de cine Humphrey Bogart. Por supuesto, el bebé navideño más famoso es Jesús, pero en realidad, la fecha concreta de su nacimiento nunca se menciona en los Evangelios. Su gran día fue elegido por los romanos siglos después de su muerte, probablemente para suplantar las fiestas paganas que se celebraban por esas fechas. Pero, pese a ello, la lista de bebés navideños incluye a muchas leyendas en sus respectivos campos.

Aun así, cuando nos dieron como fecha prevista para el nacimiento de nuestra hija el 24 de diciembre, mi esposa y yo tuvimos algunas reservas.

Un cumpleaños en invierno en Nueva Inglaterra, donde vivimos, ya es bastante triste de por sí. Pero un cumpleaños en Navidad corre el riesgo de pasar a un segundo plano. Los amigos no estarían disponibles para sus fiestas de cumpleaños. Los globos quedarían eclipsados por las luces navideñas. Por muy especial que tus padres digan que eres, es difícil competir con ser llamado el hijo de Dios.

Por otra parte, podría haber ventajas en que nuestra hija cumpliera años en Nochebuena. La fecha sería fácil de recordar. Siempre tendría vacaciones en el colegio o en el trabajo. Nuestro obstetra judío estaría disponible para el parto. Y, como judíos que somos, por fin tendríamos una razón para celebrar la Navidad. Para nosotros también, la Navidad sería ahora una época de regalos, alegría y himnos a un nacimiento trascendental. Quizás incluso abriríamos un poco de ponche de huevo en el hospital para celebrarlo.

Qué hacer en Navidad es una pregunta paradójicamente judía. Históricamente, la Navidad era un período oscuro para los judíos europeos, que se enfrentaban a la acusación perpetua de haber matado a Jesús. Para evitar ser atacados, el consejo tradicional (y a veces la ley) era quedarse en casa. Para una minoría asediada en países de mayoría cristiana, la Navidad era una época para estar alerta, no para estar alegre. Así que, aunque muchos no cristianos en los Estados Unidos celebran la Navidad, la relación de los judíos con



esta festividad sigue siendo tensa.

Afortunadamente, hoy en día se han desarrollado algunas tradiciones judías navideñas menos sombrías que esconderse por miedo. Los miembros del movimiento Jabad celebran torneos de ajedrez que duran toda la noche en Nochebuena. Otros judíos salen a comer comida china y a ver una película en el cine el día de Navidad. Y algunos judíos, especialmente aquellos con parejas no judías, celebran la Navidad, quizás añadiendo un adorno con la estrella de David a su árbol.

Ahora, al parecer, mi familia judía tendría una tradición navideña propia. No tendríamos árbol, pero habría regalos debajo de la mezuzá en Nochebuena.

Sin embargo, al final, nuestra celebración judía del cumpleaños en Navidad no estaba destinada a ser. Mi esposa se puso de parto tres semanas antes de la fecha prevista, lo que en 2021 significaba el séptimo día de Hanukkah. (O, para ser más precisos, en mitad de la noche del séptimo día). Después de más de 14 horas en la sala de partos, nuestra hija nació la noche del 5 de diciembre, justo cuando íbamos a encender la menorá para el octavo día, la última noche de celebración. Ella fue, como nos gusta decir, nuestro milagro de Hanukkah. Y como su nacimiento sustituyó al encendido de las velas, nos pareció adecuado llamarla Liora, que en hebreo significa “luz mía”.

No es que la hubiéramos llamado

Holly y hubiéramos decorado la casa si hubiera nacido en Nochebuena. Aun así, hay algo milagroso, como una jarra de aceite que dura ocho días, en que un bebé judío que debía nacer en Nochebuena llegue en cambio en Hanukkah. Se puede llamar un simple giro del destino, o se puede preguntar, citando al filósofo G. K. Chesterton, si “las coincidencias son juegos de palabras espirituales”. Quizás algunos bebés simplemente nacen en una fecha significativa en lugar de otra. Y quizás algunos aceites arden durante un tiempo excepcionalmente largo. Pero después de haber presenciado el nacimiento de mi hija, estoy abierta a la posibilidad de algo divino.

Aunque está cerca de la Navidad, Hanukkah es una festividad judía pequeña. A diferencia de las fiestas judías más importantes, no hay rituales solemnes que superen a la celebración de un cumpleaños. Un cumpleaños en Yom Kippur significa pedir perdón y ayunar todo el día. Un cumpleaños en Pascua significa recordar la esclavitud y comer pan ácimo. Pero un cumpleaños en Hanukkah significa una razón más para encender una luz y comer donas de jalea y latkes de papa. En lugar de quedar eclipsado por una fiesta importante, el cumpleaños de nuestra hija ha elevado el estatus de una fiesta menor.

Al menos en nuestra casa, a la revuelta de los macabeos que se celebra en Hanukkah se ha sumado una nueva historia.

FROM KVELLER FOR 70 FACES MEDIA
(DEC. 13, 2023) © 2023 BEN SHRAGGE.



El misterio del árbol de Navidad

¿Quién decoró el gran pino junto a un tramo remoto de la autopista de Montana?

Charlotte McDonald-Gibson

DE THE TIMES

La carretera de montaña estaba resbaladiza por el hielo, y la esposa del camionero estaba demasiado preocupada por él como para colgar el teléfono. Así que, mientras German Segura conducía su camión de 18 ruedas por las secuelas de una tormenta de diciembre, trató de aligerar el ambiente.

Lo que le dijo a su esposa, Elsa Segura, en ese viaje de ida y vuelta de 6.400 km desde Texas a Canadá en 2009, sentó las bases para un misterio festivo y una querida tradición anual.

Durante los últimos 16 inviernos, los automovilistas que viajan por un tramo remoto de la Interestatal 90 a través de la reserva indígena Crow en Montana han observado un pino solitario que sobresale de la franja de césped entre las carreteras en dirección norte y sur.

Se destaca porque está decorado para Navidad. “Algunas personas pensaban que eran los indígenas quienes lo hacían”, dice Carl Stark, que vive en la cercana Sheridan, Wyoming.

“Hablé con otras personas que decían que era un memorial para alguien que había fallecido. Así que era un gran misterio”.

La explicación nos lleva de vuelta a German, de 71 años, que creció en México, fascinado por el oeste americano. “Soñaba con formar parte de la expedición de Lewis y Clark y ser un Llanero Solitario que cazaba búfalos”, dice.

Después de mudarse a los Estados Unidos hace 46 años para trabajar en

una empresa de transporte, le encantó que le asignaran la ruta Texas-Calgary, que le llevaba a través de los paisajes de sus sueños infantiles varias veces al mes.

En aquel gélido día de diciembre, conducía hacia el sur, tratando de tranquilizar a su inquieta esposa al otro lado del teléfono, cuando vio el pino que sobresalía de la nieve profunda. “Le dije: ‘Acabo de pasar junto a un pequeño huérfano en medio de la carretera, y no lleva chaqueta’”, cuenta Germán. “Estaba bromeando con mi esposa, y ella me dijo: ‘Detente ahí mismo, Germán Segura. ¡Da la vuelta y dale una chamarra!’”.

Así que detuvo su camión y abrió y





German Segura (tercero por la izquierda) ahora tiene amigos locales que le ayudan a podar el árbol.

cerró rápidamente la puerta, fingiendo que se iba a poner una chamarra para el huérfano que se había inventado. Mientras se alejaba, se sintió mal por no haber cumplido su palabra.

Una semana más tarde, de camino a Calgary de nuevo, se detuvo junto al árbol y le ató unas cintas, decidiendo que la siguiente Navidad haría las cosas como es debido. “Me dije: ‘En mi próximo viaje, lo vestiré bien’”, cuenta.

Al año siguiente, Germán regresó en noviembre con un puñado de adornos. Al año siguiente, trajo aún más. Pero esta vez tenía compañía: apareció un policía con las luces encendidas.

“Pensé: ‘Me van a multar’, y me puse un poco nervioso”, cuenta Germán.

En cambio, el jefe de policía le preguntó si era él quien había decorado el árbol los dos años anteriores. Cuando Germán lo admitió, el oficial le dijo: “Gracias por el regalo. Deberías dejar una pequeña nota, que diga quién eres”.

Así que al año siguiente, Germán trajo un letrero que había hecho en casa, en el que se leía “Feliz Navidad desde Texas”, y lo pegó junto al árbol. Cada noviembre que siguió, regresó al mismo lugar con decoraciones cada vez más elaboradas, que retiraba al final del invierno.



Lo hizo de incógnito porque solo planeaba mantener viva la tradición por amor a su esposa, dice. “No puedo romper mi promesa al jefe, y desde el principio a ella le encantó”.

Pero con el paso de los años, notó pequeños añadidos al árbol: un juguete o un pequeño regalo. Luego, en 2017, vio una bolsa de plástico atada a una rama con una nota dentro. Decía: “Gracias. No tienes idea del impacto que tienes en la comunidad”.

Los autores eran Jonnie y Carl Stark, que llevaban años especulando sobre la identidad del decorador. La pareja había dejado un número de teléfono, así que German se puso en contacto con ellos y al año siguiente se reunieron y decoraron el árbol juntos.

Desde entonces, la tradición no ha hecho más que crecer, al igual que el árbol, y su decoración marca el inicio oficial de la temporada navideña en la zona. Los vecinos dejan medias y los Stark han proporcionado un conjunto de luces solares centelleantes.

Ha habido algunos contratiempos. El Departamento de Transporte de Montana dijo que el letrero no podía quedarse, así que cada año el grupo lo saca solo para las fotos. Pero German está encantado con la alegría que aporta el árbol. Una publicación en Facebook al respecto ha recibido una avalancha de comentarios.

“Me encanta hacerlo, leer los comentarios”, dice.



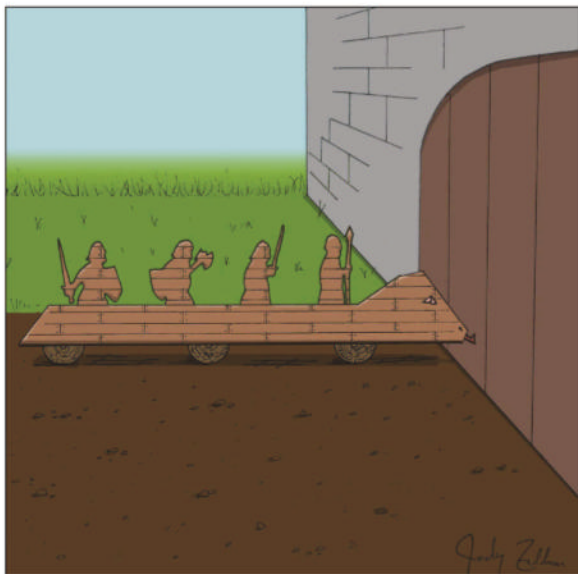
La tradición navideña comenzó como una broma que Germán le hizo a su esposa, Elsa.

Aunque Elsa, su esposa desde hace 50 años, no viaja y solo disfruta del árbol a través de las historias y fotos de su esposo, otros amigos y familiares se han unido a él. Su sobrina vino en 2023 e incluso su jefe en la empresa de camiones hizo una peregrinación para colgar una bola de cristal en el árbol.

Y aunque Germán dice que no tiene planes de retirarse del transporte, ahora cuenta ayudantes dispuestos a ayudar cuando llega la Navidad. “Germán fue quien empezó todo. No quería reconocimiento, solo lo hacía por bondad”, dice Carl Stark. “Así que nosotros solo somos sus elfos”. ❄️

THE TIMES (10 DE DICIEMBRE 2024),
COPYRIGHT © 2024 BY NEWS UK & IRELAND LIMITED.

Así es
LA VIDA



“La serpiente troyana menos exitosa de Odiseo.”

Hace muchos años, durante un gélido día invernal, mi papá, de 90 años, estaba en el supermercado tratando de pagar sus compras. Bien abrigado para protegerse del frío, los guantes que usaba le dificultaban sacar el dinero y contar el cambio exacto. Evidentemente, la tran-

sacción tardó demasiado para el hombre que estaba detrás de él en la fila, quien murmuró algo desesperado. Papá dejó de contar el dinero, se dio la vuelta y le advirtió al sujeto:

—Guarde silencio o escribiré un cheque.

—JOHN SHOUSE,
Estados Unidos

Me despidieron de mi último empleo. Fue algo justo. Había dejado de hacer mis tareas. Cuando me llamaron a la oficina de recursos humanos y me dijeron:

—Michelle, parece que no estás haciendo tu trabajo.

—Es verdad, pero llevo así nueve meses.

Mi papá casi nunca se da un gusto, así que cuando llegó Navidad, le di cien libras y le dije que saliera a comprarse algo que le hiciera la vida más fácil. ¡Volvió a casa con un regalo para mi mamá!

—MAXINE COOPER, *Reino Unido*

Así que, creo que dos de nosotros no hemos estado haciendo bien nuestro trabajo.

—MICHELLE LOBO,
Estados Unidos

Mi esposo y yo llevábamos muchas horas de viaje por carretera cuando le pedí que se detuviera para poder ir al baño. Él asintió y siguió conduciendo, pasando por posibles paradas en estaciones de servicio. Después de media hora, dije con urgencia:

—¡Realmente tengo que ir!.

Luciendo desconcertado, él preguntó:

—¿Todavía?

—LINDA FINK,
Estados Unidos

Cada Navidad, en mi ciudad natal, el fiordo de Grylre, Noruega, se colocan velas en cúpulas de cristal junto a las tum-

bas del cementerio. Un año, mi hermano Geir estaba contemplando el cementerio desde lo alto de una colina cuando unos turistas alemanes se detuvieron a mirar también.

—¿Para qué sirven las luces? —preguntó uno de ellos.

Geir respondió:

—Les gusta leer en la cama.

—GUNNAR SKAVHAUG,
Estados Unidos

Un hombre angustiado de Ohio llamó al número de emergencias y dijo que tenía ropa en el lavarropas cuando su hermana terminó el ciclo y sacó la ropa del aparato. Insistía en que la arrestaran, acusada de tocar su ropa. Sin embargo, su hermana explicó a los oficiales que esa era su tercera carga del día y ya no podía tolerar-

lo. ¿Quién lo haría? Los oficiales de policía sugirieron que resolvieran el asunto entre ellos.

—CLEVELAND.COM

El año pasado me sometí a una cirugía gastrointestinal. La intervención salió bien, pero como ahora sufro de ataques incontrolables de flatulencia, a menudo en momentos inoportunos. A mi hermano se le ocurrió la solución para que pudiera manejar estos momentos embarazosos.

—La próxima vez que te tires un gas en público —me dijo—, toma tu teléfono y finge que contestas. Después de una breve “conversación”, cuélgala y di:

—Realmente necesito cambiar mi tono de llamada.

—CHERI MORRILL,
Estados Unidos

La tregua navideña de 1914





*Mientras la Primera Guerra Mundial
se desataba a su alrededor, los soldados
enfrentados en un tramo del frente
decidieron hacer una pausa.*



Era el 24 de diciembre de 1914. Los primeros disparos de la Primera Guerra Mundial se habían producido cinco meses antes. Ahora, los soldados de Gran Bretaña y Francia se encontraban frente a sus semejantes alemanes en una extensión sin árboles a lo largo de la frontera franco-belga. La vida en las trincheras era húmeda y fría. La muerte por fuego de artillería, ataques de francotiradores o asaltos a gran escala era una amenaza constante. Entonces ocurrió algo extraordinario.

Estalló la paz.

Desde el jueves 24 de diciembre hasta el sábado 26 de diciembre, 100.000 soldados de ambos bandos dejaron las armas para celebrar la Navidad. Tanto los soldados rasos como los oficiales abandonaron sus trincheras llenas de barro y se reunieron en una zona llamada “tierra de nadie”. Allí cantaron villancicos, intercambiaron regalos y llevaron a cabo el solemne acto de enterrar a sus muertos.

Según se ha informado, en un momento dado, cien soldados de ambos bandos jugaron un partido de fútbol.

“La tregua de Navidad fue única, y nunca volvió a ocurrir nada parecido a

esa escala”, afirma Anthony Richards, del Museo Imperial de la Guerra de Inglaterra. “Inmediatamente después de la tregua, el alto mando de ambos bandos intervino para asegurarse de que no se repitieran fraternizaciones y alto el fuego como este”.

Y así fue. La Fundación Carnegie para la Paz Internacional estimó que 9,7 millones de soldados de docenas de naciones perdieron la vida en la Primera Guerra Mundial. Pero, durante un breve período, la humanidad se impuso. Un testigo de este extraordinario acontecimiento fue un capitán británico llamado Reginald John “Jake”

Armes. En una carta a su esposa, describió cómo se desarrolló.

24/12/14

Acabo de presenciar una de las escenas más extraordinarias que se puedan imaginar. Esta noche es Nochebuena y he subido a las trincheras para cumplir con mi turno de guardia. Los disparos eran constantes y las ametralladoras enemigas nos atacaban sin descanso. Entonces, sobre las siete, los disparos cesaron.

Estaba en mi refugio leyendo el periódico y repartiendo el correo. Se informó de que los alemanes habían iluminado sus trincheras a lo largo de todo nuestro frente. Llevábamos un rato intercambiando felicitaciones navideñas y otras cosas. Salí y gritaron: “¡No disparen!”, y entonces, de alguna manera, la escena se volvió pacífica. Todos nuestros hombres salieron de sus trincheras y se sentaron en el parapeto, los alemanes hicieron lo mismo y hablaron entre ellos en un inglés entrecortado. Me subí a la trinchera y les pedí en alemán que cantaran una *volkslied* [canción popular] alemana, lo cual hicieron, y luego nuestros hombres cantaron bastante bien y cada bando aplaudió y vitoreó al

Derecha: Tropas alemanas cantando canciones navideñas durante la tregua. Pág. opuesta: Soldados de ambos bandos disfrutando de la paz.

otro. Le pedí a un alemán que cantaba a solo que cantara una de las canciones de Schumann, y él cantó “Los dos granaderos” de manera espléndida. Nuestros hombres fueron un buen público y disfrutaron mucho de su canto.

Luego, Pope [el teniente Vyvyan Vavasour Pope] y yo cruzamos y mantuvimos una conversación con el oficial alemán al mando.

Uno de sus hombres nos presentó debidamente. Me preguntó mi nombre y luego me presentó a su oficial. Le di permiso a este último para enterrar a algunos muertos alemanes que yacían entre nosotros, y acordamos no dispa-

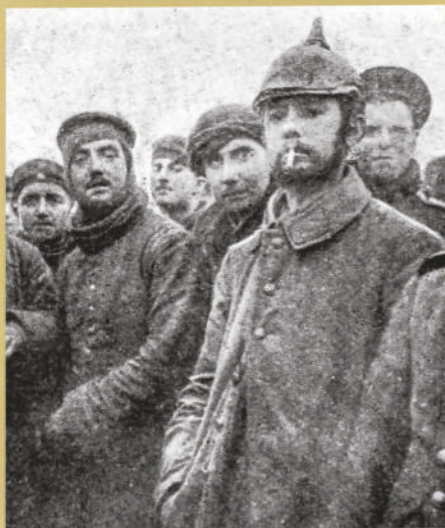


FOTO: PICTORIAL PRESS LTD/ALAMY STOCK PHOTO

rar hasta la medianoche de mañana. Hablamos juntos, y se reunieron a nuestro alrededor diez o más alemanes. Estaba casi en sus líneas, a un metro más o menos. Nos saludamos, él me agradeció el permiso para enterrar a sus muertos y acordamos cuántos hombres lo harían y que, por lo demás, ambos bandos debían permanecer en sus trincheras.

Luego nos deseamos buenas noches y un buen descanso, así como una feliz Navidad, y nos despedimos con un saludo. Volví a la trinchera. Los alemanes cantaron "*Die Wacht am Rhein*" [un himno patriótico alemán]. Sonaba bien. Luego nuestros hombres cantaron bastante bien "Christians Awake". Sonaba muy bien, y con un "buenas noches" todos volvimos a nuestras trincheras. Era una escena curiosa: una hermosa noche de luna llena, las trincheras alemanas con pequeñas luces encendidas y los hombres de ambos bandos reunidos en grupos en los parapetos.

A veces oíamos los cañones a lo lejos y algún que otro disparo de rifle. Todavía los oigo, pero a nuestro alrededor hay un silencio absoluto. Permití que uno o dos hombres salieran a encontrarse con uno o dos alemanes a mitad de camino. Intercambiaron puros, fumaron y hablaron. El oficial con el que hablé espera que hagamos lo mismo el día de Año Nuevo. Le dije: "Sí, si sigo aquí".



Sentí que debía sentarme y escribir la historia de esta Nochebuena antes de irme a acostar. Es extraño pensar que mañana por la noche volveremos a estar en plena acción. Si uno sale vivo de esto, será una Navidad que recordará toda la vida. El alemán que cantaba tenía una voz realmente bonita. Voy a dar un paseo por las trincheras para ver si todo está bien. Buenas noches.

Día de Navidad

Tuvimos una noche tranquila, aunque a nuestra derecha e izquierda había francotiradores. En mis trincheras y en las del enemigo frente a nosotros solo había grandes hogueras encendidas y, de vez en cuando, canciones y conversaciones. Esta mañana, al sonar la diana, los alemanes enviaron grupos para enterrar a sus muertos. Nuestros hombres salieron

a ayudar y entonces todos, de ambos bandos, nos reunimos en el medio y, en grupos, comenzamos a hablar e intercambiar regalos. Toda la mañana hemos estado fraternizando y cantando canciones. Todos fueron muy amables y acordamos que los hombres no se acercaran a las trincheras de sus oponentes, sino que permanecieran a mitad de camino entre las líneas. Todo esto es extraordinario. Los hombres se mostraron muy naturales y amistosos. Se tomaron varias fotos: un grupo de oficiales alemanes, un oficial alemán y yo, y un grupo de soldados británicos y alemanes.

Los alemanes son sajones, un grupo de hombres apuestos, que solo desean la paz de una manera viril, y no parecen estar en absoluto en sus últimas. Me sorprendió la facilidad con la que nuestros hombres y los suyos se llevaban bien.

Acabamos de hacer una pausa para cenar y hemos quedado en volver a vernos después, hasta el anochecer... hasta las 9 de la noche, cuando la guerra comience de nuevo. ¡Me pregunto quién empezará a disparar! Dicen: “Fuego al aire y lo haremos” y cosas por el estilo, pero, por supuesto, empezará y mañana estaremos matándonos unos a otros sin piedad. Es una situación extraordinaria la que permite un “Día de la Paz”. Nunca he visto a hombres tan contentos de tener un día libre como ambos bandos.

Su cantante de ópera nos va a cantar una o dos canciones esta noche y quizá yo también les cante una. Intenta imaginar dos líneas de trincheras en paz, a solo 50 metros de distancia, los hombres

de ambos bandos nunca se han visto, salvo quizá alguna que otra cabeza de vez en cuando, y nunca han salido fuera de sus trincheras. De repente, un día, los hombres salen en tropel y se reúnen en medio para charlar amistosamente. Un tipo, un hombre casado, quería tanto una foto de Betty [la hija pequeña de Armes] y Nancy [desconocida] en la cama, que yo tenía, y se la di, ya que tenía dos: parece que la enseñó a todo el mundo, ya que varios alemanes me lo contaron después. Me dio una foto suya con su familia tomada el otro día, que acababa de recibir.

Bueno, tengo que terminar ahora para poder enviarla hoy. Acabo de terminar de cenar. Ahora tengo que salir para supervisar las reuniones de los hombres y los alemanes.

Intentaré escribir más en un día o dos. Guarda esta carta con cuidado y envía copias a todos. Creo que les interesará. Fue curioso caminar solo hacia las trincheras enemigas para encontrarme con alguien a mitad de camino y luego acordar una tregua navideña. Será algo que recordaré toda mi vida.

Besa a los bebés. Escríbeme una carta larga y cuéntame todas las novedades. Espero que las fotos salgan bien. Probablemente las verás en algún diario.

Tuyo,

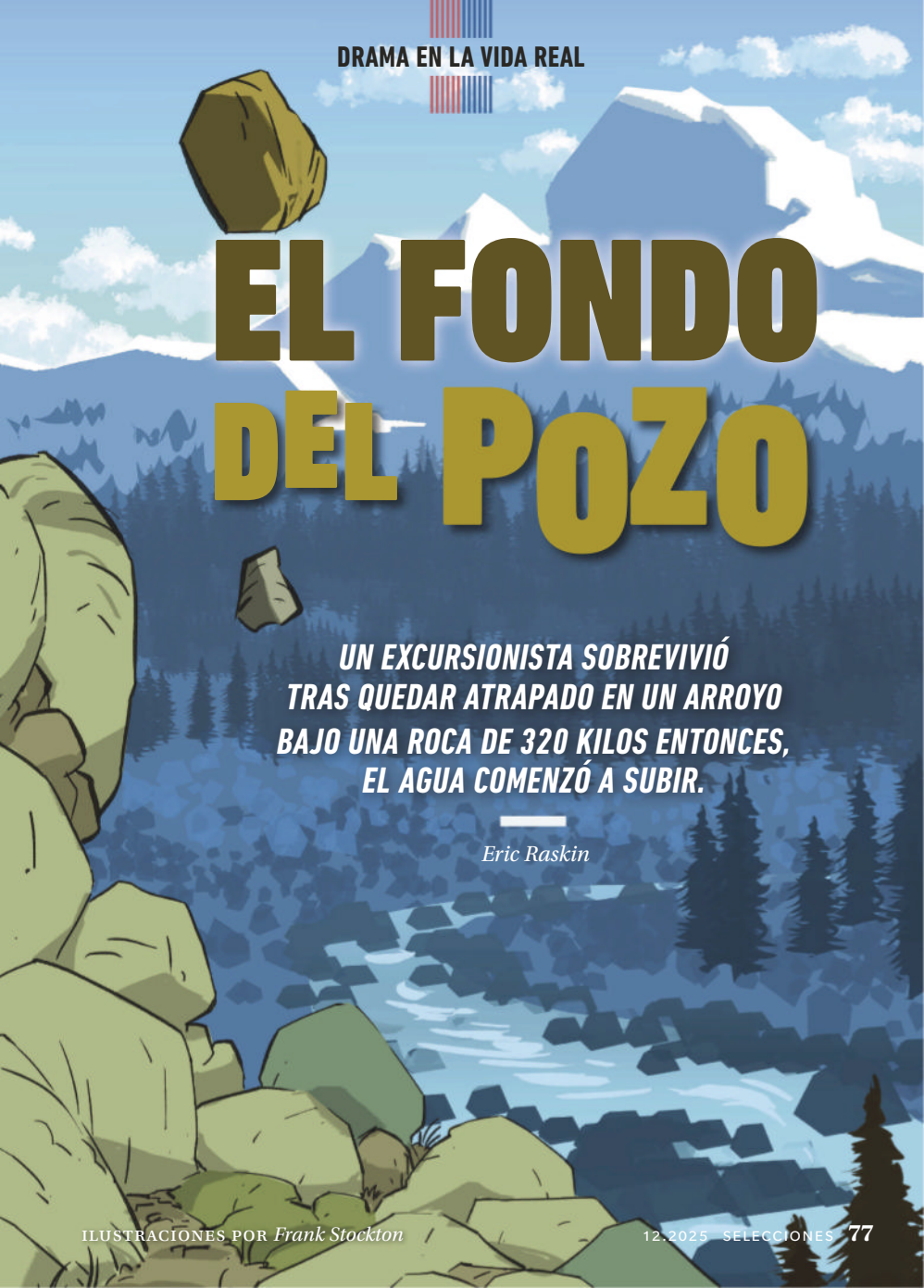
Jake

Nota del editor: El capitán Armes sobrevivió a la guerra de trincheras y regresó con su familia después de la guerra. ❖



Un cartel alemán de la Primera Guerra Mundial dice "Navidad de 1914".





DRAMA EN LA VIDA REAL

EL FONDO DEL POZO

**UN EXCURSIONISTA SOBREVIVIÓ
TRAS QUEDAR ATRAPADO EN UN ARROYO
BAJO UNA ROCA DE 320 KILOS ENTONCES,
EL AGUA COMENZÓ A SUBIR.**

Eric Raskin

CUANDO JOANNA ROOP oyó un estruendo acompañado de estrepitosos golpes, sintió un nudo en el estómago. El horrible ruido de rocas que bajaban a toda velocidad por la ladera provenía del lugar donde su esposo, Kell Morris, había estado de pie un minuto antes.

La pareja, ambos de 61 años, había estado caminando por Godwin Creek, en Seward, Alaska, buscando un lugar para cruzar el agua en el camino hacia su destino, el glaciar Godwin. Se habían separado, y Morris había escalado un terreno rocoso contra el acantilado, mientras que Roop caminaba río abajo. Ella había tomado nota mentalmente de un posible cruce y se dirigía hacia allí cuando oyó el desprendimiento a unos cien metros detrás de ella.

Corrió tan rápido como pudo, pero le parecía que se movía a cámara lenta. Y, en cierta medida, así era: cada paso tenía que ser deliberado mientras atravesaba las rocas.

“¡Kell! —gritó—. ¡Kell!”. No oyó ninguna respuesta por encima del ruido del agua. Roop estaba casi segura de que su esposo había desaparecido, sepultado bajo una pila de rocas. Pero allí estaba, junto a la orilla del agua, con su característico sombrero fedora marrón y su mochila azul. *Gracias a Dios.*

Entonces Roop se dio cuenta de que solo podía verlo desde los omóplatos hacia arriba. La mayor parte del resto de su cuerpo estaba atrapado bajo una enorme roca con forma de media luna. Morris yacía boca abajo, consciente, con la cara apenas fuera del agua del arroyo.

Tiene que estar aplastado ahí debajo, pensó Roop. Pero Morris hablaba y no parecía sentir dolor, a pesar de que su bota izquierda sobresalía de debajo de la roca y apuntaba al cielo en un ángulo espantoso. Supuso que tenía la pierna aplastada. Morris podía mover la pierna derecha y los brazos, y respiraba bien. Lo que no podía hacer era girar la cabeza y ver la enormidad de la roca que lo había atrapado.

“¡Solo muévela, Jo!”, gritó.

La roca, que más tarde se determinó que pesaba alrededor de 320 kilos, era demasiado grande para que Roop la moviera por sí sola. Sin embargo, se puso en cuclillas, metió la mano por debajo desde un lado e intentó levantarla. La enorme roca no se movía. Morris se apoyó en los codos y levantó la rodilla derecha mientras Roop agarraba la piedra. Trabajando al unísono, él empujando desde abajo y ella desde el costado, lograron moverla muy ligeramente. Pero eso era lo máximo que podían hacer.

Roop sacó su celular, pero en esa zona remota no había señal. Sin forma inmediata de pedir ayuda, buscó en la zona una roca larga y delgada que pudiera deslizarse debajo de la roca y hacer palanca con ella para darle a Morris espacio para salir. Pero no encontró la herramienta que necesitaba. También le preocupaba que, si la roca se movía, pudiera aplastarlo.

Morris comenzó a temblar en el agua a un grado.

“Para, Jo —dijo—. Ve a buscar ayuda”.



Metió la mano en el bolsillo y sacó su teléfono. “Toma, ahora tienes dos teléfonos. Ve tan lejos como sea necesario hasta que tengas señal.” Roop no quería dejar a su esposo, pero sabía que no tenía otra opción. Y, de alguna manera, mantuvo su sentido del humor.

“No te vayas a ningún lado”, le dijo a Morris mientras se marchaba.

KELL MORRIS Y JO ROOP SE conocieron cuando eran divorciados de mediana edad y tuvieron uno de esos matrimonios de familia numerosa: él tenía dos hijas adultas y ella dos hijos adultos. Llevaban casados un par de años y vivían en Kootenai, Idaho, una pequeña ciudad cerca de la frontera con Canadá. Se habían jubilado anticipadamente y habían empezado a cons-

truir dos casas con la intención de obtener ingresos por alquiler.

“Pero ambos nos jubilamos pronto”, dice Morris. “La inflación se comía nuestras pensiones. Teníamos la primera casa a medio construir cuando nos empezamos a quedar sin dinero”.

En 2024, Roop, que había sido policía estatal de Alaska antes de jubilarse, se reunió con una vieja amiga en Seward y se lamentó de tener que volver a trabajar. La amiga le comentó que la policía local necesitaba gente. Antes de que se dieran cuenta, Roop y Morris se mudaron a Alaska, donde Roop se unió al departamento de policía y Morris, que había tenido diversos trabajos a lo largo de los años, desde instalador de tuberías hasta instructor de esquí, encontró trabajo como capataz en una empresa de

ingeniería naval. El plan era volver a Idaho regularmente para seguir trabajando en las casas hasta terminarlas.

A Morris y Roop siempre les había gustado el senderismo y no pudieron resistirse al encanto de la belleza natural de Alaska. El pasado 24 de mayo, sábado del fin de semana del Día de los Caídos, querían evitar las multitudes vacacionales en la península de Kenai, una zona que incluye parte de Seward y que se adentra en la costa del centro-sur de Alaska. En su lugar, decidieron hacer una excursión al glaciar Godwin por un sendero aislado y sin urbanizar. Segui-

rían el arroyo 4 de Julio hasta el arroyo Godwin, bordeado de rocas depositadas por el glaciar. Llenaron sus mochilas con lo necesario para el día: bocadillos, agua y ropa seca. La temperatura era de poco menos de 10 °C cuando salieron de casa alrededor de las 8 de la mañana y se pronosticaba que subiría a 12 °C, uno de los días más cálidos del año hasta la fecha en Seward.

“Si llegamos al glaciar, genial. Pero si no lo conseguimos, tampoco pasa nada”, dijo Morris al ponerse en marcha. “Disfrutaremos de un gran día de cualquier manera”.

Caminaron un par de kilómetros, siguieron unas huellas frescas de alces y osos, y luego hicieron una pausa poco

En un cálido día de primavera, la pareja fue de excursión por el arroyo Godwin.



antes de las once de la mañana para observar a una cabra montés recién nacida y a su mamá.

“Ni siquiera se ha levantado y camina todavía”, susurró Roop.

Cuando volvieron a ponerse en marcha, el arroyo se estrechó y la corriente se hizo más rápida. Morris y Roop se separaron en busca de un lugar seguro para cruzar. Morris no quería caminar por debajo de unas rocas que parecían inestables, así que subió por el cañón hasta alcanzar una altura suficiente para caminar por encima de ellas.

Tal y como temía, las rocas estaban sueltas. Morris estaba justo encima de ellas cuando empezaron a deslizarse por la pendiente. Las rocas más pequeñas sobre las que caminaba también cedieron.

“No vi nada —recuerda—. No tengo ningún recuerdo visual. Pero el sonido me acompañará para siempre”.

Todo sucedió en un instante. Morris cayó unos seis metros y aterrizó boca abajo en el agua. La roca que cayó detrás de él seguramente lo habría aplastado si no fuera porque varias otras rocas grandes habían aterrizado justo a su lado y absorbieron la mayor parte del impacto de esa roca gigante.

Tumbado en el arroyo, Morris hizo una rápida autoevaluación. Sí, estoy vivo. Sí, tengo sensibilidad en las extremidades. Pero estoy atrapado. No puedo mover la pierna izquierda en absoluto y estoy inmovilizado bajo algo.

“¡Ayuda! ¡Ayuda!”, gritó.

Minutos más tarde, Roop lo encontró.

AHORA, TEMIENDO QUE A su esposo no le quedara mucho tiempo de vida, Roop no quería dejarlo solo. Pero estaba desesperada por pedir ayuda. Caminó unos 300 metros hasta la primera curva del arroyo, donde tenía una buena visibilidad del valle. Intentó llamar por teléfono. Para su sorpresa, la llamada al 911 se conectó. Roop conocía al operador que respondió.

“Evan, soy la oficial Roop. Kell está atrapado en el río bajo una roca con la pierna aplastada. Necesito un helicóptero, ¡y lo necesito ahora mismo!”.

Mientras Roop regresaba junto a su esposo, Sam Paperman, de 22 años, conducía de regreso a casa tras un turno matutino guiando excursiones en trineos tirados por perros por los glaciares locales para *Turning Heads Kennel*. Sus jefes, Sarah Stokey y Travis Beals, también son propietarios de Seward Helicopter Tours, y Paperman es voluntario en el vecino Departamento de Bomberos de Bear Creek. Estaba en el momento adecuado cuando la notificación del Departamento de Bomberos de Seward llegó a su teléfono: “Por favor, respondan a una búsqueda y rescate de un hombre que está atrapado bajo una roca en el arroyo”.

Paperman había recorrido muchas veces el accidentado arroyo Godwin y sabía que era casi imposible acceder a él, incluso en vehículo todoterreno. Así que llamó al gerente del aeropuerto de Seward y obtuvo la autorización para convertir uno de sus helicópteros en un vehículo de rescate para ese día. Luego

llamó al Departamento de Bomberos de Seward.

“Tenemos dos helicópteros disponibles”, dijo Paperman. Unos minutos más tarde, Paperman y el piloto Neo Martinson estaban en el aire.

KELL MORRIS NUNCA HABÍA temido a la muerte, pero mientras yacía allí solo se preguntaba cuán doloroso sería encontrar la muerte por hipotermia. El agua no solo estaba helada. También estaba subiendo rápidamente: en ese día cálido, el glaciar se estaba derritiendo a un ritmo mayor de lo normal. Morris comenzó a temblar con más fuerza. Pero mantuvo la calma, puso las manos en el suelo del arroyo y empujó hacia arriba, manteniendo su rostro barbudo fuera del agua hasta que Roop regresó.

“Ya vienen”, le dijo a Morris. “Les dije que necesitábamos un helicóptero. Ya están en camino”.

A LAS 12:09 P. M., doce minutos después de que se enviara la llamada, el jefe del Departamento de Bomberos de Seward, Clinton Crites, estableció un puesto de mando de incidentes en la cantera del Centro Industrial Marino de Seward, a unos 3 km río abajo de donde se encontraban Morris y Roop. Ese era el lugar más cercano al que podían llegar los camiones de rescate.

El helicóptero de Seward Helicopter Tours llegó cuando los vehículos todoterreno aún estaban a al menos 45 minutos de distancia. Paperman vio a Roop abajo, agitando los brazos. No

había una superficie nivelada para aterrizar el helicóptero, así que Martinson apoyó un patín en el suelo y dejó el otro suspendido sobre el agua, y Paperman salió del helicóptero.

El helicóptero regresó al puesto de mando para recoger más hombres y suministros. Mientras tanto, Roop y Paperman, que no tenían equipo ni material médico, hicieron lo que pudieron, que no era mucho.

“Pongamos un trozo de madera flotante debajo de la roca para intentar aliviar la presión”, dijo Paperman.

Trabajando juntos, inclinaron ligeramente la piedra de 320 kilos, lo que provocó que se reposicionara sobre el muslo izquierdo de Morris. Era el dolor más intenso que había sentido nunca. Estaba seguro de que su fémur estaba a punto de romperse.

Paperman y Roop también sentían cierto dolor al esforzarse por evitar que la roca se moviera más. El agua helada les empapaba las botas. A Roop le dolían los dedos por intentar mantener la roca en su sitio. Lo único que podían hacer era esperar a los refuerzos.

JASON HARRINGTON, un bombero de 27 años que trabajaba a tiempo completo en el Departamento de Bomberos de Seward, estaba disfrutando de unas hamburguesas a la parrilla con otros bomberos en ese día perfecto de finales de primavera cuando recibieron la llamada de que un hombre estaba atrapado bajo una roca en el arroyo Godwin.

La barbacoa quedó en suspenso.

Harrington y sus compañeros de rescate se apresuraron al puesto de mando del incidente.

El helicóptero de reconocimiento podía transportar a tres rescatistas a la vez. Harrington formaba parte del primer grupo que Martinson llevó a Morris, Roop y Paperman. Unos 15 minutos después de que Paperman llegara al lugar, el helicóptero volvió a sobrevolar la zona con un patín en el suelo, y Harrington y otros dos bomberos saltaron al suelo. Harrington asumió el mando como jefe de operaciones.

“Bien, ya tenemos a algunos chicos aquí, saquemos esto de encima de Kell”, dijo Roop. Pero la formación y la experiencia de Harrington le llevaron a adoptar un enfoque diferente: vio a una víctima consciente y estable en un campo de rocas donde todo podía desplazarse a medida que subía el agua.

“Vamos a necesitar más mano de obra”, dijo. Si intentaban levantar la roca y fallaban, corrían el riesgo de dejarla caer sobre Morris, sobre todo si las rocas más pequeñas que había debajo se desplazaban. Un movimiento en falso y podría morir aplastado.

Harrington evaluó a Morris. Estaba claro que estaba entrando en hipotermia. El excursionista caído estaba consciente, pero sus respuestas verbales eran cada vez más lentas y su habla se estaba volviendo confusa.

Estaban en una carrera contra el reloj, pero Harrington creía que tenían tiempo para que el helicóptero trajera a otros tres rescatistas y más equipo.



Mientras esperaban, uno de los rescatistas examinó la bota retorcida de Morris.

“¿Puede mover los dedos del pie izquierdo?”, le preguntó mientras le apretaba la punta de la bota.

“Sí, los estoy moviendo ahora mismo”, respondió Morris.

La bota no se movía. Los rescatistas sacudieron la cabeza. “Este hombre va a perder la pierna”.

Cuando regresó el helicóptero, Morris llevaba casi tres horas en el arroyo. Entraba y salía del estado de conciencia a medida que se instalaba la hipotermia.

“Quédate conmigo”, le instó Roop a su esposo mientras le sostenía la cabeza por encima del agua. La bajada



de temperatura corporal era una amenaza mayor que el ahogamiento, pero todos los factores se estaban sumando.

“Se nos acaba el tiempo”, dijo Harrington a su equipo. “Tenemos que sacarlo de aquí”. Los rescatistas colocaron dos bolsas de aire neumáticas, que se utilizan a menudo para desalojar objetos pesados en accidentes automovilísticos, debajo de la roca y las inflaron, lo que ayudó a estabilizar todo y a proteger a Morris en caso de que la roca se deslizará.

Había llegado el momento de aplicar la fuerza bruta. Cuatro hombres agarraron los bordes de la roca de 300 kilos y, a la cuenta de tres, la levantaron lo más alto que pudieron por un lado, no mucho, solo unos centímetros.

“¡Sostenla, manténla firme!”, gritó Harrington. Tres rocas más pequeñas inmovilizaban la pierna izquierda de Morris, por lo que dos rescatistas se acercaron y las movieron.

La tarea de Roop era sacar a Morris, pero cuando llegó el momento, estaba agotada para arrastrarlo contra la corriente del arroyo. Lo movió un poco, pero ahora, si los rescatistas perdían el control de la roca, probablemente le cortarían las piernas por los muslos.

“¡Necesito ayuda!”, gritó Roop. Uno de los bomberos que movía las rocas más pequeñas agarró a Morris por las axilas y, mientras los demás mantenían elevada la roca gigante, lo sacó.

Después de tres horas atrapado bajo la roca, Morris quedó libre.

LOS RESCATISTAS PENSARON que tenían que atender su pierna izquierda destrozada, pero rápidamente se dieron cuenta de que no llevaba la bota puesta. Se le había salido en la caída, se había retorcido y se había llenado de agua, lo que le había dado la sensación de tener un pie dentro. Lejos de estar retorcida y destrozada, la pierna de Morris solo había sufrido unos pocos rasguños.

Sin embargo, aún no estaba fuera de peligro: el equipo tenía que entrarlo en calor. El primer paso fue quitarle la ropa mojada. “Tengo sus calzoncillos largos y ropa seca en mi mochila”, dijo Roop. Se los pusieron y luego le añadieron mantas térmicas, un saco de dormir y una férula de vacío para todo el cuerpo, que envolvía el cuerpo de Morris y lo inmovilizaba. A medida que su temperatura subía, se volvió más alerta y su pulso y frecuencia cardíaca mejoraron.

Tardó otra hora en llegar el helicóptero del escuadrón de rescate aéreo de la Guardia Nacional Aérea de Alaska del Ala 176, equipado para transportar a Morris. Luego lo llevaron en una cesta a través de la bahía Resurrection hasta el Providence Seward Medical Center, donde pasó dos noches.

La estancia en el hospital fue puramente por precaución. Morris, de alguna manera, salió prácticamente ileso. Tenía un feo moretón en un hombro y pequeños rasguños por todo el cuerpo, pero eso era todo.

“Que no tuviera lesiones importantes”, dice Harrington, “fue sorprendente, en el buen sentido”.

NORMALMENTE NO SE CONSIDERARÍA afortunado a un hombre que queda atrapado en un desprendimiento de rocas, cae seis metros y aterriza boca abajo en un arroyo bajo una roca, pero en muchos sentidos, Kell Morris lo fue.

“En este caso, las estrellas se alinearon”, dice el jefe de bomberos Crites.

Morris y Roop creen que fue más que eso. “No creo que la suerte tuviera nada



Kell Morris y Joanna Roop planean seguir explorando la naturaleza salvaje de Alaska.

que ver”, dice Roop. “Creo que el plan de Dios lo tuvo todo que ver”.

Morris volvió al trabajo tres días después del accidente, y él y Roop planean mantener su agenda de senderismo, esquí de travesía y otras aventuras al aire libre. “Definitivamente vamos a llegar a ese glaciar”, dice Morris. “No hay forma de que eso nos venza. Pero no subiremos por el arroyo, conocemos algunas personas que pueden llevarnos allí en helicóptero”. 🏔️



▲ **¿Qué sería de un** árbol de Navidad sin adornos? Fueron inventados hace unos 170 años por un soplador de vidrio de Turingia, Alemania. Supuestamente porque no podía permitirse las nueces y las manzanas que se utilizaban para decorar los árboles en aquella época. Hoy en día, la mayoría de los adornos se fabrican a máquina.



Precaución. Vidrio

*Ornamental o de alta tecnología,
delicado o irrompible, colorido o
transparente: el vidrio tiene
muchas caras.*

Jens Bey

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:







FOTOS (EN EL SENTIDO DE LAS AGUJAS DEL RELOJ): GETTY IMAGES/RYOSEI WATANABE;
ANTONI BASTIEN/ALAMY STOCK PHOTO; GETTY IMAGES

◀ Cuando entra en los baños

del mini parque Yoyogi-Fukamachi en Tokio, Japón, unos cristales líquidos en un vidrio especial hacen que las paredes se vuelvan opacas. Esto se activa con un corte de luz, por lo que un fallo en el suministro eléctrico no puede provocar un percance embarazoso en el baño.

◀ Si su vista se está deteriorando, las gafas suelen ayudar.

Para encontrar las lentes adecuadas, el óptico coloca una lente pulida sobre otra hasta que refractan la luz de manera que se enfoca con precisión en la retina. Si el punto focal está ahí, vemos con claridad.

▶ Kilómetros de fibra de vidrio

son la columna vertebral de la transmisión de datos moderna. Los datos viajan a través de ellos, convertidos en pulsos ópticos, casi tan rápido como la luz. Estas llamadas fibras ópticas se colocan en haces codificados por colores.





◀ **El vidrio laminado** de la cabina de observación de la Aiguille du Midi, a 3.842 metros de altura, cerca de Chamonix, Francia, tiene solo doce milímetros de grosor. Desde ella, los visitantes disfrutan de una vista impresionante, incluso hacia abajo. Solo el vidrio les impide caer en un abismo de 1.000 metros de profundidad.

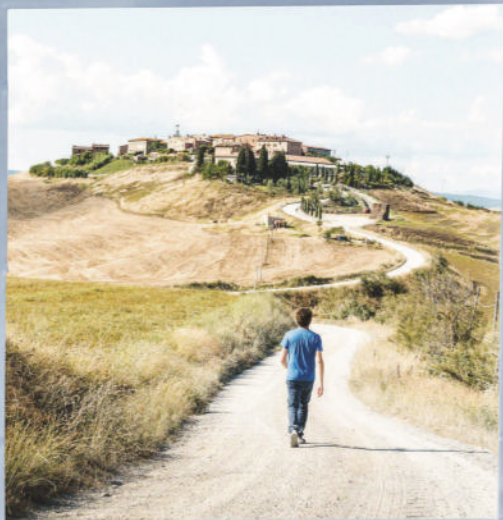
▶ **Los vitraux** crean una atmósfera especial. Este es también el caso de la Sagrada Familia en Barcelona, España. Cuando la luz de la mañana entra por las ventanas del lado este, estas le dan un tono azulado. Por la tarde, las de la fachada oeste bañan el interior de la basílica con una luz amarillo-anaranjada.

▼ **Quienes no toleran el calor** no tienen cabida en un taller de soplado de vidrio. La materia prima solo se puede moldear cuando está al rojo vivo. En algunos lugares, incluso se sopla con la boca. Los artesanos que utilizan una pipa de soplado para dar forma a vasos, cuencos y jarrones deben ser capaces de tolerar el calor y tener pulmones fuertes.

FOTOS (EN EL SENTIDO DE LAS AGUJAS DEL RELOJ) GETTY IMAGES/ALENA PAULUS; PICTURE ALLIANCE/IMAGEBROKER/CHRISTIAN HANDL; GETTY IMAGES/OLIVER ROSSI







Los prados curativos de la MEMORIA

LOS RECUERDOS SON LAS SEMILLAS DEL
PASADO, LISTAS PARA FLORECER DE FORMA
INSTANTÁNEA Y BENEFICIOSA.

Jack Denton Scott

NUESTRA CASA era un lugar encantador y privado, rodeado de bosques. El enorme prado que había delante era el lugar de encuentro favorito de la fauna silvestre, desde ciervos hasta cachorros de zorro. Pero, de repente, después de 17 años, no nos renovaron el contrato de alquiler y tuvimos que mudarnos.

Pensamos que lo lamentaríamos para siempre. Pero un día mi esposa me preguntó: “¿Recuerdas aquella vez que vimos a una cierva dar a luz a dos cervatillos en el prado?”. Y yo añadí: “¿Recuerdas aquellos zorrillos bailando a la luz de la luna?”.

Sin ningún plan, ese se convirtió en

nuestro prado mágico de recuerdos. Recordar esas escenas nos hizo apreciar la oportunidad que habíamos tenido de presenciarlas, lo que nos proporcionó una forma segura de vencer nuestra desesperación por la pérdida. Descubrimos la verdad que Cicerón había escrito: “La memoria es el tesoro y la guardiana de todas las cosas”.

Esos prados accesibles que todos guardamos en el increíble repositorio llamado memoria pueden incluso ayudarnos a afrontar los problemas. Mi esposa y yo aprendimos una técnica para aliviar los problemas de un amigo que utilizaba los recuerdos para hacer soportable su diálisis dos veces

por semana. Su médico le había aconsejado: “Tómate un descanso para recordar. Es como una pausa para tomar café que te aporta paz mental”. Así que nuestro amigo cerraba los ojos durante el tratamiento y volvía a pasear por las calles de París con la bruma de una lluvia primaveral en el pelo. Redescubría con alegría una valiosa antigüedad en una tienda, un objeto cuyo valor no apreciaba el empleado. Volvía a escuchar la ópera *Aida*, cuya música elevada lo alejaba de la antiséptica sala del hospital.

NADIE SABE CON CERTEZA cómo funciona la memoria ni dónde se almacenan exactamente los recuerdos en el cerebro. Por muy misteriosa que sea la memoria, todos sabemos que no es solo una máquina de grabación visual. Implica el olfato, el oído, incluso el gusto y el tacto.

¿Recuerdas cómo se sentía el primer renacuajo que sacaste de un estanque? “Como gelatina viva”, recordaba mi hermano menor. ¿Y qué recuerdos evoca la nariz con los olores de las palomitas de maíz, las hojas quemadas, el aserrín del circo?

La memoria puede ser un pasaporte al pasado agradable, ya que la mayoría de los expertos coinciden en que recordamos más situaciones buenas que malas.

Cuando Irina Skariatina era prisionera política en San Petersburgo después de la Revolución Rusa, solía “escaparse” con frecuencia, cerrando los

ojos y pensando en un viaje que había hecho hacía mucho tiempo a Nápoles. “En mi mente —dijo más tarde—, veía poco a poco calles olvidadas y escaparares, letreros, rostros, pequeñas escenas callejeras, y en lugar de estar inmóvil, como en una fotografía, la ciudad cobraba vida, llena de color, movimiento y sonido. Cuanto más me concentraba, más claras se volvían las imágenes, hasta que al final esas horas se llenaron de placer”.

Los recuerdos pueden transportarnos lejos de la presión de la era actual de los supermercados y llevarnos de vuelta a saborear un tiempo pasado. El chef parisino Georges Masraff afirma: “Cuando las personas están preocupadas, añoran la comida de su infancia. Los platos más exitosos nos recuerdan los brazos de la madre que nos protegía”.

Esto es realmente cierto en el caso de mi esposa. Cuando prepara una sopa sustanciosa, una receta de su madre llamada *pasta e fagioli* (pasta y frijoles), se sienta de nuevo a la mesa de sus padres en el norte del estado de Nueva York, y el simple hecho de recordar aquellos días felices de su infancia ayuda a disipar la tristeza que nos invade a todos.

Los recuerdos también pueden re- alzarse con una cámara. El antiguo editor de *Life*, Loudon Wainwright, se emocionó al ver películas caseras de sí mismo “en pañales” patinando sobre hielo.

De repente, sintió y recordó el amor

especial del fotógrafo, su padre. “El niño se cayó, la cámara se tambaleó cuando su dueño se acercó para ayudarlo y luego se estabilizó cuando el niño se levantó sonriendo. La cámara se acercó para hacer un primer plano, luego se alejó y se mantuvo fija mientras el niño patinaba, con los tobillos doblados, dando una vuelta tras otra. Décadas más tarde, la ternura del fotógrafo abrumó por completo a su sujeto”.

Mi amigo Richard también tiene recuerdos muy nítidos de su padre, especialmente durante la temporada navideña. Richard recuerda que durante la Depresión de 1929, cuando tenía ocho años, solo recibió manzanas, naranjas y una sola barra de chocolate en su calcetín de Navidad. Se sintió lleno de autocompasión.

Más tarde, en la mañana de Navidad, su padre le dijo que su regalo estaba en

el patio. Richard corrió al exterior y vio una montaña de nieve de nueve metros de altura, convertida en un tobogán gigante.

Su padre había pedido al equipo de limpieza de nieve del pueblo que amontonara parte de la intensa nevada de tres días en los patios laterales de su casa. Richard recuerda que, con su propia montaña de nieve, era la envidia de todos los niños del barrio. “Hasta el día de hoy —dice—, cada vez que nieva, siento un cariño especial por ese padre tan especial”.

Los recuerdos compartidos por las familias son algunos de los mejores. “¿Te acuerdas?”, dirá uno, y ahí se irán, recogiendo la paz del pasado.

El autor británico James Barrie resume así el valor de estos tesoros guardados en nuestra mente: “Dios nos da la memoria para que podamos tener rosas en diciembre”. ❄️



Sonría como un humano

Científicos japoneses han ideado una forma de hacer sonreír a los robots. En un avance revolucionario que promete aplicaciones en cosmética y medicina, investigadores de la Universidad de Tokio cultivaron células de piel humana con forma de rostro y las estiraron para formar una amplia sonrisa, utilizando unos ligamentos artificiales. A continuación, fijaron el tejido cutáneo vivo al rostro del robot. El resultado, aunque inquietante, es un paso importante hacia la construcción de robots más realistas, según el investigador principal, Shoji Takeuchi. El tejido vivo tiene numerosas ventajas sobre los metales y los plásticos, de acuerdo con Takeuchi, que van desde la eficiencia energética del cerebro y los músculos hasta la capacidad de la piel para repararse a sí misma.

REUTERS

Navidad en Núremberg:
impensable sin pan de
jengibre





Lo mejor de lo mejor

DURANTE 130 AÑOS, UNA FAMILIA DE
NÚREMBERG, ALEMANIA, HA MANTENIDO VIVA
LA TRADICIÓN DE HORNEAR PAN DE JENGIBRE.

Sophie Burkhart

12.2025 SELECCIONES **97**

EL AIRE DE LA CALLE ya huele a canela, clavo de olor y aromas tostados; en resumen, huele a Navidad. El cielo está nublado y la temperatura es agradable. Es difícil pensar ya en el invierno, pero aquí, en la calle Peter-Henlein-Straße de Núremberg, los preparativos para la temporada navideña llevan semanas en marcha. Y la Navidad sería impensable sin ellos: las galletas de jengibre *Elisen Lebkuchen*.

Bernd Woitinek y su familia llevan horneando estas galletas desde principios de agosto, y los hornos han estado funcionando a toda velocidad desde entonces. Su familia está formada por su esposa Pia, su hija Vanessa y sus dos hijos, Dominic y Maximilian. Todos dan una mano. La panadería de pan de jengibre de Núremberg lleva 130 años en manos de la familia, una empresa verdaderamente tradicional.

“Todo lo que hemos producido hasta ahora ya se ha vendido. Seguimos sin producir para almacenar”, afirma el maestro panadero. Bernd Woitinek también suministra sus productos a supermercados, y un agente de compras le comentó una vez que el pan de jengibre se vende mejor en agosto y septiembre que en noviembre. “Es probable que la gente ya lo esté esperando con ganas”, explica Woitinek para justificar este fenómeno. Sin embargo, para él no tiene sentido: el pan de jengibre es y siempre será un dulce navideño. La industria comienza a hornear para la próxima temporada ya en enero. El pan

de jengibre se congela y luego se saca según sea necesario, comenta Woitinek.

Aquí es donde ocurre toda la magia, en la sala de producción, donde los ingredientes sencillos se transforman en dulces especiados. Cada día se hor-



LA COMPOSICIÓN EXACTA DE LA MASA DE JENGIBRE ES UN SECRETO FAMILIAR.

nean 25.000 galletas de jengibre, pero hay un largo camino desde la masa básica hasta el producto terminado.

Todo comienza con los frutos secos, una mezcla de nueces, avellanas y almendras, que se trituran, 80 kilos por caldera. “A continuación, los frutos secos se esparcen uniformemente en bandejas de horno y se tuestan suavemente a 180 grados durante 40 minutos”, explica Bernd Woitinek. Eso es lo que le da a la sala su aroma característico. El especialista en pan de jengibre pasa la mano por una bandeja de frutos secos tostados, con la superficie crujiente y dorada. Estos se añaden ahora a la masa base.

La masa se compone de mermelada de damasco, miel, cáscara de limón y naranja confitada, clara de huevo y carbonato de amonio. Además, se añade mazapán de avellana, que es más in-

tenso que el mazapán normal elaborado con almendras. Luego, un poco de azúcar. “Mi pan de jengibre tiene un contenido de nueces del 38 por ciento. El requisito para el pan de jengibre Elisen es de al menos el 25 por ciento”, explica Woitinek. Su masa base contiene menos del 2 por ciento de harina. Esta es una de las muchas diferencias con los productos industriales, afirma.

La mezcla se refina con especias: canela, clavo de olor, cardamomo, anís estrellado y macis. La composición exacta es un secreto. Una gran batidora mezcla los distintos componentes hasta obtener una mezcla homogénea y es-

pesa. A continuación, una bomba la transporta a la máquina de extender, tras lo cual se aplica a las obleas. La mezcla extendida se cubre con una capa ultrafina de azúcar impalpable, que es higroscópico y, por lo tanto, ayuda al secado. Por último, otra galleta de jengibre cae sobre la bandeja de horno.

Todo esto tiene lugar bajo la atenta mirada de su hijo Dominic, que pesa las piezas individuales para comprobar su calidad. Poco a poco, las galletas de jengibre comienzan a tomar forma. Pero aún no están listas; faltan las almendras. Estas se colocan ahora a mano en el centro de cada galleta de jengibre. Tres

La panadería de pan de jengibre Woitinek en Núremberg es un negocio familiar: el hijo Dominic, el padre Bernd, la hija Vanessa y la madre Pia (de izquierda a derecha).





Las galletas de pan de jengibre recubiertas de chocolate pasan por un canal de enfriamiento.



Pia Woitinek ata una cinta roja alrededor de cada paquete.

piezas cada una, en forma de estrella, siempre de la misma manera. Cuatro empleados se encargan de decorar las galletas. Seguramente las galletas de jengibre ya estarán listas pronto, ¿no? Bernd Woitinek niega con la cabeza.

A continuación, el pan de jengibre se lleva a la sala de secado, donde reposa a 35 grados centígrados y con un 15 por ciento de humedad hasta la mañana

siguiente. En la producción industrial, esto sería inimaginable, dice Bernd Woitinek, pero para él es imprescindible. “Si horneara el pan de jengibre fresco inmediatamente, no funcionaría. Mi masa es tan húmeda que se saldría de la bandeja de horno”, afirma.

Al día siguiente, el pan de jengibre se hornea a 190 grados durante 15 minutos. Y solo entonces está listo. Al menos el sencillo. Hay otras dos variedades: recubierto de chocolate y glaseado blanco. Estos últimos se adornan con un glaseado de azúcar caliente, dos gramos por pan de jengibre. Los recubiertos de chocolate pasan por lo que probable-



mente sea un sueño hecho realidad para los amantes de los dulces: pasan por debajo de una cascada de chocolate en una cinta transportadora y se recubren de manera uniforme. A continuación, el pan de jengibre pasa por el canal de enfriamiento, donde el chocolate previamente calentado se endurece a 13 grados centígrados.

Cuando salen del canal, las galletas de pan de jengibre están recubiertas de una crujiente capa de chocolate. “Cuando el chocolate brilla y las galletas de jengibre tienen un aspecto precioso, me siento feliz. Sin duda,

hago esto con pasión”, afirma el panadero de jengibre. Toma una galleta de jengibre y la parte por la

mitad. “¿Observas?, se pueden ver los trozos de nueces”, dice. “Para mí, eso es una señal de calidad. La humedad y el hecho de que pueda morder trozos de nueces”. El pan de jengibre es perfecto y Bernd Woitinek está satisfecho. Ahora solo queda empaquetar las galletas terminadas. Pia Woitinek ata una cinta roja alrededor de la parte superior de los paquetes; el pan de jengibre, ya sea natural, glaseado en blanco o recubierto de chocolate, está listo para la venta.

La tienda de fábrica de los Woitinek abre el 27 de septiembre, “la gente ya la está esperando”. La horneada continúa hasta el día de Navidad; Bernd Woitinek calcula que cada temporada se elaboran más de un millón de galletas de jengibre. A partir de octubre, cuando comienzan las ventas *online*, el estrés aumenta. “Algunos días de noviembre o diciembre, tenemos aquí seis furgonetas grandes de correos con paquetes para las ventas en línea”, informa. La demanda es enorme. El clima y la temporada apenas importan. ❄️



**Hay noches tan maravillosamente blancas
en las que todo es plateado.**

**Algunas estrellas brillan tan suavemente
como si trajeran a piadosos pastores
ante un nuevo niño Jesús.**

**Como si estuvieran esparcidos con denso polvo de diamantes,
aparecen los campos y las mareas,
y en los corazones, llenos de sueños,
surge una fe sin capilla
que obra silenciosamente sus milagros.**

RAINER MARIA RILKE, POETA ALEMÁN-AUSTRÍACO (1875–1926)

GAJES

DEL
oficio



“No, no tenemos con sabor a frutilla”

Mi primera asignación como segundo teniente fue en la sede del Comando de Defensa Aeroespacial. Ese primer día me encontré con muchos oficiales de alto rango caminando, y constantemente tenía que hacer el saludo militar a alguien: un general por aquí, un coronel por allá. Final-

mente, me enteré de que la última persona uniformada a la que había saludado era un cartero.

—SKIP MCTIGHE,
Estados Unidos

Cierto mes de diciembre, un compañero de trabajo se vio obligado a participar en un Amigo Invisible con

un costo máximo de diez dólares. Protestó llevando diez pepinos que costaron un dólar cada uno.

—@KINGEDHILL

Un niño de 6 años espera pacientemente en la cola de unos grandes almacenes para encontrarse conmigo, Papá Noel. Cuando es su tur-

ILUSTRACIÓN: JON CARTER

Acabo de recibir un paquete en la puerta de la casa. Mi esposo, un trabajador independiente, se envió a sí mismo una caja de peras Harry & David con una nota alentadora para las fiestas de fin de año.

—@PUBLICROAD

no, salta a mi regazo y le pregunto qué le gustaría para Navidad. Me entrega una carta. Le pregunto si había sido un buen chico todo el año. Él sonríe, señala la carta y me dice que no me preocupe por eso. Luego salta y se aleja. Mi curiosidad despertó,

Abro su carta. En él hay una lista y un billete de cinco dólares. El niño sobornó a Santa.

—MONEYWISE

La empresa para la que trabajé solía obsequiar a los empleados que duraban muchos años con ellos un bonito reloj de pie cuando se jubilaban. Quizá no trabajé allí el tiempo suficiente o tal vez no lo hice lo suficientemente bien. El caso es que, dos años después de jubilarme, simplemente me llamaban de la empresa una

vez a la semana para decirme qué hora era.

—CHARLES E.,
Estados Unidos

Los trabajadores acudieron a Reddit para revelar algunos de los momentos extraños del trabajo:

♦ Un cliente llamó, furioso.

—Son una empresa terrible que ni siquiera sabe crear una aplicación de calendario correctamente —gritó—. He intentado hacer una reserva para el 30 de febrero y ni siquiera la he encontrado. Díganme, ¿cómo puedo hacer una reserva para el 30 de febrero si el calendario solo muestra hasta el 28 de febrero?

♦ Todos los días en el trabajo, contesto el teléfono diciendo:

—Habla Dave.

Y todos los días, alguien responde:

—Hola, ¿puedo hablar con Dave?

♦ Un compañero de trabajo me preguntó una vez:

—¿No crees que estás siendo desconsiderado por ser tan alto?

—REDDIT.COM,

Cuando era coronel de la Fuerza Aérea, estaba a bordo de un avión de inteligencia lleno de equipo complejo. Un joven mayor me mostró su computadora.

—Esa es una pantalla de chat, señor —dijo—. Lo usamos para transmitir información enemiga a la tripulación.

Asintiendo, bajé por la fila. Parpadeando en la pantalla de un aviador a varios pies de distancia estaba esta advertencia:

—¡Cuidado! ¡El coronel está en camino!

—GCFL.NET



El doctor Tiburón

DEPREDADA

*Riley Elliott,
científico neozelandés
especializado en
tiburones, es feliz
cuando bucea bajo las
olas observando
tiburones o cuando
aboga por un mejor
entendimiento de los
habitantes más
difamados del océano.*

DORES —

Diane Godley



Los helicópteros de las noticias volaban a baja altura sobre el doctor Riley Elliott y la doctora Ocean Ramsey en un intento por filmar el loco rescate que ambos estaban intentando llevar a cabo en las aguas al sur de Perth, en Australia. Era abril de 2014 y los dos biólogos marinos nadaban frenéticamente junto a un tiburón moribundo en un intento por reanimarlo. Lo que hacía aún más inusual este dramático rescate era el hecho de que se estaba llevando a cabo durante una matanza de tiburones.

En los tres años anteriores se habían producido siete ataques mortales de tiburones blancos en las playas del estado de Australia Occidental. La población quería que se tomaran medidas y se había dado permiso para llevar a cabo una prueba de tres meses de exterminio de tiburones de más de tres metros.

Los animales más grandes iban a ser capturados con anzuelos gigantes en líneas de tambor con cebo y luego sacrificados, mientras que los tiburones más pequeños iban a ser liberados “vivos”. Según el periódico *The Guardian* en ese momento, las líneas de tambor capturaron 172 tiburones, 50 de los cuales medían más de tres metros y fueron abatidos. Ninguno era un tibu-

rón blanco. Unos 20 tiburones fueron encontrados muertos en los anzuelos cebados —14 de ellos de menos de tres metros— antes de que las tripulaciones pudieran llegar hasta ellos, mientras que otros 90 fueron liberados “vivos”.

Los conservacionistas Elliott y Ramsey encontraron a uno de los tiburones liberados asfixiándose en el fondo del océano. El tiburón tigre, de 2,4 metros, también sangraba por las heridas causadas por los anzuelos. Los dos científicos nadaron con el tiburón hasta la superficie, uno a cada lado, y continuaron nadando con él durante una hora y media tratando de reanimarlo.

Ambos biólogos marinos sabían que los tiburones liberados no tenían muchas posibilidades de sobrevivir después de haber estado enganchados en un anzuelo durante hasta 12 horas. Agotados y traumatizados, una vez liberados, los animales simplemente se hundieron en el fondo del océano. “Nos dimos cuenta de la negligencia que esto suponía, así como de toda la matanza de tiburones, y quisimos hacer algo para detenerlo”, dice Elliott.

Al igual que muchas especies marinas, los tiburones necesitan mantenerse en movimiento en el agua para poder respirar, explica Elliott. Si no lo hacen, se asfixian. Cuando los pescadores deportivos liberan una captura, la sostienen en la corriente para que el agua fluya por sus branquias. No la sueltan simplemente para no tenga energía para nadar.



Los científicos Riley Elliott y Ocean Ramsey pasaron más de una hora nadando junto a este tiburón tigre en un intento por reanimarlo.

“Así que sacamos un tiburón tigre bebé del fondo y nadamos con él, uno a cada lado”. Durante el esfuerzo de reanimación, un barco pesquero dedicado a la matanza de tiburones navegó junto a la pareja, gritando por un altavoz que lo que estaban haciendo era ilegal. Pero los científicos no se dejaron intimidar: ya habían consultado con abogados antes de aventurarse en el agua. Sin embargo, este loco acto de salvar a un tiburón atrajo el interés de los medios de comunicación de todo el mundo.

SURFEANDO DESDE PEQUEÑO en Raglan, Australia, y la península de Coromandel, en la isla norte de Nueva Zelanda, Riley Elliott se sintió atraído

por el océano desde muy temprana edad. Inicialmente dedicado al estudio de los delfines, este científico marino se licenció con honores en Zoolología y obtuvo una maestría en Ciencias Marinas en la Universidad de Otago, Nueva Zelanda.

Pero fue un incidente durante una inmersión en la región de Fiordland, en la isla sur, para estudiar la comunidad local de delfines lo que cambió el enfoque de su investigación. A través de su máscara pudo ver algo a 40 metros de profundidad que se precipitaba hacia él: era un tiburón. En aquel entonces, sus conocimientos sobre los tiburones se limitaban a lo que había aprendido viendo la película *Tiburón*.



El doctor Elliott ha buceado en apnea con todas las especies de tiburones.

Se asustó muchísimo.

“Me quité el dispositivo de control de flotabilidad y salí disparado hacia la superficie”, recuerda. Preparándose para un ataque, abrió los ojos y vio un inofensivo tiburón escolar de 30 centímetros, considerado inofensivo para los humanos debido a su pequeño tamaño y su preferencia por presas pequeñas.

“Me sentí muy avergonzado: era un biólogo marino en ciernes y no tenía

la más mínima idea de lo que era un tiburón”.

Llevó esa vergüenza a la universidad antes de dirigirse a Sudáfrica para estudiar a los tiburones blancos. Después de pasar tiempo con los peces depredadores más grandes del mundo, descubrió que eran cautelosos, calculadores y vulnerables. Según él mismo admite, sus miedos se convirtieron rápidamente en fascinación.

Desde entonces, Elliott ha buceado en apnea, sin jaula, con tiburones de todas las especies, incluidos tiburones blancos, tiburones tigre, tiburones toro y tiburones mako, y su conocimiento y comprensión de la especie ha aumentado. Según él, al comprender la ciencia, los seres humanos y los tiburones pueden encontrar una forma de coexistir o incluso evolucionar hasta un punto en el que podamos superar nuestra reacción adversa hacia los tiburones.

“Debemos temer a los tiburones. Pero espero que podamos reaccionar ante ese miedo de forma racional. Los tiburones llevan más tiempo entre nosotros que los dinosaurios y los árboles. Son increíblemente importantes para nuestros ecosistemas marinos, pero sus poblaciones han disminuido en un 70 por ciento en los últimos 50 años, y gran parte de ello se debe al miedo y a la desinformación”.

A PRINCIPIOS DE SIGLO, las aletas de tiburón para sopa y las curas tradicionales tenían una demanda cada vez mayor, especialmente en China. Dado que las aletas de tiburón son uno de los productos del mar más caros, se extendió una industria no regulada que amenaza gravemente a las poblaciones de tiburones en todo el mundo.

El aleteo de tiburones consiste en capturar tiburones, cortarles las aletas en el mar y arrojar sus cuerpos de vuelta al océano. Incapaces de nadar sin sus aletas, se hunden hasta el fondo, donde mueren asfixiados o son devorados por depredadores.

Para su horror, Elliott descubrió que Nueva Zelanda era uno de los cinco países del mundo que permitían el aleteo de tiburones, “y esto seguía ocurriendo porque no estaba a la vista del público”. Decidió hacer algo.

En 2010, Elliott inició el primer estudio en profundidad sobre los tiburones azules en el Pacífico Sur, que reveló que era la especie de tiburón más aleteada. Al carecer de financiación para su investigación sobre los tiburones, Elliott recurrió al *crowdfunding* para recaudar 200.000 dólares para el sistema de marcado por satélite que necesitaba para la investigación de campo. Las personas que contribuyeron podían poner nombre a una etiqueta que identificaba a un tiburón en particular y podían seguir la etiqueta de ese tiburón a través de una web.

Su investigación descubrió que el tiburón azul migraba desde Nueva

Zelanda hasta el ecuador y viceversa, y que este viaje lo hacía vulnerable a la pesca con palangre. Los bancos de tiburones azules se enfrentaban al desafío de millones de anzuelos de palangre y, si eran capturados, les cortaban las aletas y arrojaban sus cuerpos al mar para que murieran. “Muchos de los tiburones que marcamos desaparecían”, dice Elliott. “Los capturaban y les cortaban las aletas para hacer sopa de aleta de tiburón. Era devastador”. Su investigación conmovió al público y dio lugar a 88.000 firmas en apoyo de la prohibición del aleteo de tiburones en Nueva Zelanda. Desde 2014, cuando la prohibición del aleteo de tiburones en aguas neozelandesas se convirtió en ley, se estima que se ha salvado de la matanza a 150.000 tiburones al año.

EL CONOCIMIENTO ES PODER, y comunicar la ciencia a través de los medios modernos es la forma en que Elliott se involucra con el público para lograr cambios, como la prohibición del aleteo de tiburones en Nueva Zelanda y otros lugares, y para detener el programa de sacrificio de tiburones de 2014 en Australia Occidental. “Sabemos científicamente por Hawái [donde se llevó a cabo el sacrificio de tiburones entre 1959 y 1976] que no reduce el riesgo para las personas. Lo único que hace es matar innecesariamente a los tiburones, así como a cientos de otras especies cuyo hogar es el océano”, afirma Elliott.

“Si queremos comprender a los tiburones, tenemos que aprender dónde están sus hábitats. A partir de ahí, podremos tomar decisiones correctas. Los tiburones sobreviven cazando lo que comen. Al fin y al cabo, probablemente sean los depredadores más educados de la Tierra”.

Según el Instituto Australiano de Ciencias Marinas (AIMS), cada año mueren alrededor de diez personas por ataques de tiburones en todo el mundo. Para poner esto en perspectiva, más de 150 personas mueren cada año por la caída de cocos. “Es el riesgo estadístico más bajo del mundo natural. Debido a *Tiburón*, lo exageramos mucho más que los ahogamientos, los accidentes de auto y otros riesgos cotidianos”, dice Elliot.

CUANDO ERA NIÑO, solíamos pasar las vacaciones en una playa sin vigilancia y nos decían que si veíamos una sola aleta saliéramos del agua, pero que si veíamos muchas aletas no nos preocupáramos, porque serían delfines. Tenía curiosidad por saber si esto era un mito cuando entrevisté Elliott, especialmente después de que un joven que practicaba jet ski en el río Swan, en Perth, en febrero de 2023, fuera atacado mortalmente por un tiburón. “Al fin y al cabo, los delfines son depredadores muy parecidos a los tiburones”, me dice. “A menudo comen las mismas presas. Así que el hecho de que haya delfines no significa que no haya tiburones”.

El ataque de Perth fue lo que Elliott describe como un “escenario de perro malo”. En aguas turbias, los tiburones toro cazan a ciegas, utilizando electrorreceptores y vibraciones. La combinación de aguas turbias, actividad alimenticia y luego un destello de carne llevó al tiburón a reaccionar. “Para evitar el ataque, no debemos interrumpir a los depredadores que están alimentándose”, dice Elliott. “En estas condiciones, uno se está exponiendo a una interacción adversa”.

CUANDO LOS DOCTORES Elliott y Ramsey finalmente saltaron al tiburón tigre bebé después de nadar con él durante una hora y media, este se hundió dramáticamente hasta el fondo como una piedra. La decepción de la pareja era palpable. Pero cuando su aleta tocó la arena, dio una pequeña patada y se despertó, antes de dar otra patada y nadar sin ayuda. Sus esfuerzos habían dado sus frutos.

“En todo el mundo, el público vio cómo se rescataba a una cría inocente”, comenta Elliott. Aunque el objetivo de la matanza de tiburones era librar a las playas de los grandes tiburones blancos, el resultado fue la muerte de más de 100 tiburones tigre pequeños. No se había registrado ningún ataque de tiburones tigre en la zona. “Fue una reacción política ridícula y precipitada”. El gobierno de Australia Occidental de entonces acabó retirando su plan de colocar líneas de tambores a lo largo de 70 playas de Perth y la costa sur.



El doctor Elliott bucea con un tiburón azul, que en su día fue la especie de tiburón más cazada del mundo.

Hoy en día, las líneas de tambores SMART (Alerta de gestión de tiburones en tiempo real), que consisten en un ancla, dos boyas y una unidad de comunicaciones GPS conectada por satélite y unida a un anzuelo con cebo, se colocan cada mañana frente a muchas playas australianas, a unos 500 metros de la costa, y se recogen al final de cada día.

El uso de las líneas de tambor es actualmente objeto de debate y se está investigando su eficacia. Según el sitio web del gobierno de Australia Occidental (sharksmart.com.au), “la prueba científica no letal de las líneas de tambor SMART se diseñó como un programa de captura, marcado, reubicación y liberación de especies objetivo, a diferencia de la prueba letal de 2014, que se diseñó para matar a las especies de tiburones objetivo capturadas en la línea”.

Sin embargo, según Elliott, que actualmente es investigador independiente y presentador y productor de Shark Week en Discovery Channel, la serie de televisión más longeva del mundo, las líneas de tambor SMART solo atraen a la costa a tiburones que, de otro modo, simplemente pasarían nadando. 🦈

Nota del editor: Elliott utiliza Shark Week para ayudar a financiar su investigación y ayudar a los medios de comunicación a educar al público sobre la conservación del mundo natural. También dirige The Great White, una app de seguimiento de tiburones que permite a los buceadores explorar los tiburones marcados por la Sustainable Oceans Society (SOS), una organización sin fines de lucro fundada por Elliott y sus amigos de la universidad de biología marina.

BIENVENIDOS A LA DOLCE VITA



SIRACUSA TIENE UNA LARGA Y AGITADA
HISTORIA. QUIZÁS SEA PRECISAMENTE
POR ESO POR LO QUE LA VIDA
AQUÍ ES TAN RELAJADA.

Marlene Knobloch



ALGUIEN DEBERÍA PAGARLE a Erlend Øye por sentarse en la cafetería. Solo por la foto. Es última hora de la tarde en el Café Viola, unos cuantos italianos miran con sombrío encanto por encima de sus tazas de café espresso, una mujer estadounidense se inclina con ojos hambrientos sobre el helado que la mesera acaba de colocar frente a ella. Sentado entre ellos hay un noruego alto con una chaqueta azul oscuro, una barba cómodamente canosa, y solo sus gafas de montura gruesa que recuerdan el encanto juvenil de antaño.

Erlend Øye no se levanta de un salto, se levanta cuando me ve, extiende los brazos como si diera la bienvenida a una familia extensa y luego *bacio* a la derecha, *bacio* a la izquierda. “Tuve que aprender eso primero”, dice. Estilo, relajación, elegancia. Øye tiene 49 años y es cofundador de las bandas Kings of Convenience y The Whitest Boy Alive. Se ha mudado muchas veces: Londres, Berlín, San Pablo, México, además de giras mundiales. Hace doce años aterrizó una noche con su madre en Siracusa, en el extremo sur de Sicilia, y se quedó. Sí, el rico helado de pistacho, el pez espada fresco y el suave cabello playero son buenos argumentos, pero no son suficientes para retener a un noruego inquieto. Siracusa no es tan impresionantemente hermosa como Venecia, ni tan extensa y trascendental como Roma.

La grandeza de esta ciudad se re-

monta a un pasado lejano, desvanecido con los años. Se dice que en la antigüedad vivían aquí más de un millón de personas, hoy en día son poco más de 100.000. Las piedras del casco antiguo, en la pequeña isla de Ortigia, unida al continente, fueron colocadas por los griegos, luego los romanos continuaron construyendo, después los árabes, luego los normandos, hasta que llegaron los siguientes conquistadores y los siguientes... Antigüedad, Bizancio, Barroco: todo se disputa el protagonismo. Una ciudad marcada por siglos de dominio extranjero.

Nadie describió la indiferencia resultante de los sicilianos de forma más magnífica que el escritor Giuseppe Tomasi di Lampedusa en su trágica y divertida novela *El gatopardo*: “A los sicilianos no les importa si algo se hace bien o mal. Lo que los sicilianos nunca perdonan es que se haga algo”.

El viento sopla cálido entre las hojas de las palmeras y los vestidos de las mujeres que pasan. En Siracusa, la vida transcurre en las plazas, en las calles, junto al mar. Entre la gente. La ciudad es pequeña, densamente construida, todo sucede en el centro de Ortigia, la gente se encuentra con frecuencia.

Marcin Oz, su antiguo compañero de banda que siguió a Øye a Siracusa hace diez años, tarda menos de cinco minutos en pasar con su esposa e hijo. Leí en alguna parte que se es neoyorquino si se ha vivido en Nueva York durante diez años. ¿Es Oz ahora siracusano?

“Soy residente”, dice.



En Siracusa, la vida transcurre en las plazas, en las calles, junto al mar y en mercados como este de Ortigia. La pequeña isla está conectada con el continente.

“No se puede estar tan orgulloso de Siracusa como de Nueva York”, dice Sarah, la esposa de Oz, natural de Siracusa. “¿Pensaba que Siracusa era la Manhattan de la antigüedad?”, digo.

Oz asiente. “Los griegos hicieron que la ciudad fuera genial en aquella época...”

“...y por eso seguimos hablando de ella hoy en día”, termina la frase Sarah. Los tres se quejan de que hay demasiadas licencias para restaurantes, tiendas de recuerdos y bares turísticos, y vuelvo a pensar en Tomasi di Lampedusa. “Las innovaciones solo nos atraen cuando las percibimos como descoloridas”.

Øye no dice adónde nos llevará

nuestro paseo, simplemente se pone en marcha. Primero hacia el mar, hacia el paseo marítimo, donde las estrechas fachadas son bonitas, pero están marcadas por los vientos salados de los inviernos tormentosos. Dejamos atrás la playa urbana de Cala Rossa. Las olas rompen contra las rocas, Øye se da la vuelta y exclama: “¡Qué bonito!” ¿Por qué le gusta tanto la zona este, donde ni siquiera se puede ver la puesta de sol? “Es uno de los pocos lugares del casco antiguo por donde circulan los coches —dice—, si no fuera así, la calle estaría llena de tiendas”. El tráfico protege la autenticidad.

Antes había prostitutas aquí. Ortigia,

Todavía existen las calles del casco antiguo sin bares ni restaurantes. El aire salino afecta a las fachadas y a los elementos decorativos religiosos.

el centro histórico de Siracusa, era un barrio peligroso y muchos residentes de la ciudad lo evitaban. Luego regresaron y poco a poco acabaron con la delincuencia. Aquellos fueron los buenos tiempos: así es como siempre ocurre, dice Øye: hay diez años fantásticos y luego llegan los turistas. Probablemente nunca he vivido en una ciudad que no hubiera pasado ya irremediablemente su apogeo, pienso para mis adentros mientras bajamos una escalera desde la muralla de la ciudad en la costa hasta el llamado solárium. Un andamio plano sobre las rocas junto al mar, una plataforma con una escalera que conduce al agua.

Durante el día, cuerpos relucientes se tumban al sol en la plataforma: los turistas, antes de suspirar y partir hacia el anfiteatro griego, y los lugareños en su pausa para comer, antes de suspirar y volver a la oficina. El solárium es uno de los lugares que te enamoran de Siracusa.

Øye habla de cómo está cambiando la ciudad. Cuando se mudó aquí, era uno de los pocos extranjeros. Miro al mar, donde ahora brilla débilmente la luna llena, y pienso que nunca se puede tener todo. O solo por un momento. Por un instante, hay una ciudad con playas, con un mercado donde se puede comprar atún fresco y mozzarella ahumada, y durante un breve periodo de tiempo, la ciudad se deleita en una gloriosa indiferencia. Luego llueven imanes para el refrigerador y delantales de cocina, y el eterno ruido de las maletas con ruedas resuena en los callejones.

No, Siracusa no ha perdido por completo su encanto; todavía se pueden encontrar lugares tranquilos y apacibles, dice Øye, mostrándome el barrio de Graziella, justo detrás del templo de Apolo. Sin bares, sin restaurantes, oímos el eco de nuestros pasos, gatos flacos corretean por los adoquines de color claro, casi susurramos mientras caminamos por los callejones.

Es más, los habitantes de Siracusa son estoicamente amables, sin mostrar ningún rastro de cansancio o antipatía. Quizás piensen: ¿para qué molestarse? Después de los vándalos, los árabes, los normandos, los Staufer, los Habsburgo y los Borbones, ¿por qué rebelarse contra los turistas precisamente?

Al caer la tarde, Øye gira hacia la Via Della Giudecca, hacia el antiguo barrio judío, donde los callejones son aún más estrechos. Según cuenta, en el pasado había aquí farolas de vapor de sodio de color naranja. Miro la luz blanca y deslumbrante de las nuevas farolas, que iluminan las paredes y los rostros con una dureza cegadora, e imagino el callejón con una luz naranja turbia, como en un cuento de hadas, una luz en la que las personas y la noche eran más íntimas, inseparables entre sí.





La playa de la ciudad invita a darse un chapuzón. Las ruinas del templo de Apolo son una visita obligada para los turistas.



Nos detenemos frente al bar Tinkite. Aquí es donde comenzó toda la historia una noche de 2012. Øye estaba de vacaciones con su madre. Querían encontrarse con un amigo, pero no estaba allí. En su lugar, alguien le entregó una guitarra a Øye. Al final de la noche, había hecho nuevos amigos, que aún conserva, y había encontrado su futuro hogar.

Ya es de noche cuando nos sentamos en un banco de la Piazza Archimedes. En su centro, la fuente de Diana salpica de forma relajante y uniforme entre familias, parejas con mirada ausente y vasos que tintinean. Seis ancianos charlan en dos bancos enfrentados, agitando sus manos bronceadas. Parece que se han encontrado sin haberlo planeado.

Øye ha aprendido el estilo de vida del sur de Italia y se ha adaptado a la *dolce vita*: cappuccino solo por la mañana, por supuesto.

Nunca programe dos citas por la ma-

ñana: las cosas, las personas y las citas se retrasan, y la burocracia italiana lleva tiempo, mucho tiempo, pero todo el mundo se reúne para comer y cenar. Por supuesto, la serenidad, la falta de presión y la eterna convivencia tienen un precio. Se está haciendo viejo, dice Øye finalmente con un encogimiento de hombros esa noche, ya no tiene mucho que decir. “La época de mi vida en la que trabajaba duro ha terminado”.

¿Le sorprende seguir aquí? “Un poco”, dice. “Pero tenía la sensación de que aquí trabajo bien. Esto es exactamente lo que quiero”. A veces, en Berlín, salía solo con su guitarra, pero nunca salió nada de ello. “La gente no entendía que pudiéramos crear juntos un momento bonito. Decían: “Hmm, podría estar bien, en

FOTOS: (IZQUIERDA) DOV MAKABAW/ALAMY STOCK PHOTO; (DERECHA) © GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO



realidad es una buena idea, déjame pensarlo unos días”“.

¿Son los italianos simplemente gente más amable? Øye hace una breve pausa. “Aquí es muy fácil”. Qué rápido le invitaron los sicilianos a su casa, le prepararon comida, celebraron juntos. Quizá, pienso, mientras Øye saluda a otro amigo frente a la tienda de discos Malamore, que parece ser tanto un bar como un lugar de moda, quizá aquí uno se siente un poco me-

nos solo que en el resto del mundo.

Última parada, un restaurante moderno y relajado en un patio. Afuera, luces de colores y plantas; adentro, pesadas mesas de madera y velas. Todo sabe fantástico, filete rosado asado con duraznos, pescado fresco. Pienso en los caballeros de la Piazza Archimedes, que probablemente han pasado allí toda su vida. ¿Se sentará Erlend Øye allí algún día, con el pelo gris pero contento? Øye echa un vistazo al menú y pide tiramisú y gelatina de limón de postre.

Observa a un grupo de jóvenes turistas levantarse de la mesa de al lado. “¿De dónde son?”, les pregunta. “De Rusia”, responde uno. “Pero vivimos en Ámsterdam”, dice su amigo, y añade con una sonrisa, aunque con demasiada precipitación: “Desde hace dos años”. Una breve charla, sí, Siracusa es genial, nos despedimos del despreocupado grupo. Es cierto, los buenos tiempos son efímeros.

Luego sumergimos nuestras cucharas en el tiramisú con chocolate de la ciudad siciliana de Modica, tan delicioso que paraliza cualquier pensamiento. 🍷

TOMADO DE DIE ZEIT (30 DE ENERO DE 2025) © DIE ZEIT

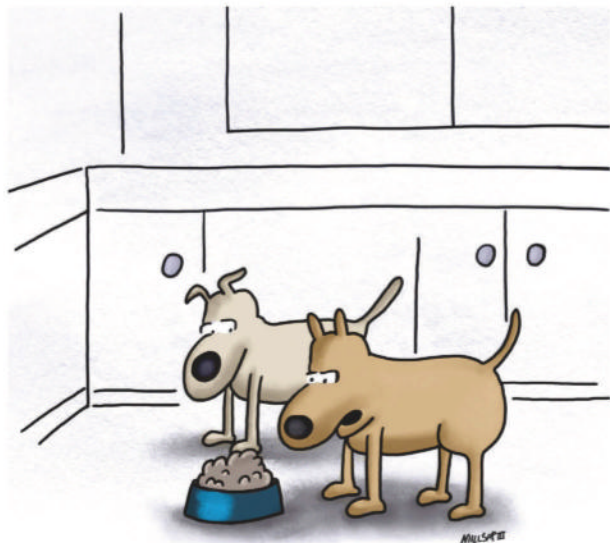


Libertad

En toda la historia de la humanidad, probablemente ningún país ni pueblo haya sufrido tanto bajo la esclavitud, las conquistas extranjeras y la opresión, ni haya luchado tan apasionadamente por su libertad como Sicilia y los sicilianos.

KARL MARX, ECONOMISTA Y FILÓSOFO ALEMÁN (1818-1883)

COSAS DE CHICOS



“Ojalá dejaran de poner comida en mi sombrero”.

En la víspera de Navidad, David, mi hijo de nueve años, estaba preparando un vaso de leche y galletas para dejárselas a Papá Noel. Nos preguntó si también podía poner una botella de cerveza, en caso de que Papá Noel quisiera una. A mi esposo le pareció graciosa la

idea, y accedió.

A la mañana siguiente, mi hijo entró corriendo a nuestra habitación, emocionado porque había llegado Papa Noel con sus regalos. Nos pidió que lo acompañáramos a verlos y luego corrió a la cocina para mostrarnos la botella de cerveza a

medio beber.

—¿Ya ven? Sí existe Papá Noel —exclamó emocionado— ¡Mi papá se habría tomado toda la botella!

—KAREN BELLAMY,
Canadá

Aunque a mi hija le encantó su primer calendario de Adviento,

Mi nieto de siete años habla continuamente. Le pregunté si pensaba que su lengua le duraría toda la vida. Él respondió:

—Dicen que me parezco a ti, y lo estás haciendo bien.

—CHAS GALLANT, *Canadá*

perdió el interés en él a los pocos días. Todo quedó claro cuando me di cuenta de que había abierto todas las puertas para comerse los chocolates y las había vuelto a cerrar.

—MICHA BRYN,
Reino Unido

Una mañana, mientras conducía con mi nieta Nevaeh, de tres años, rumbo a la guardería tras una fuerte nevada, le dije: “Todo está tan blanco que la abuela ni siquiera sabe dónde está el camino”. La pequeña respondió inoportunamente: “Abuela, está bajo la nieve”.

—BONNIE GRONNING,
Canadá

Cuando mi hijo era pequeño, se hizo vegetariano durante un año, y siempre pensamos que era por su buen corazón y su amor por los animales. Ahora es un

adolescente y acaba de confesar que parecía ser la única forma de evitar comer el pastel de papa que servían en el jardín de infantes.

—JESSICA HOLMES,
comediante

Mi hija acaba de aprender a mover las cejas. Me preguntó si yo podía hacerlo, así que lo hice. Entonces exclamó:

—¡Guau, puedes hacerlo muy rápido! Debe ser porque solo tienes una ceja, así que es más fácil.

—@SHARRZEOR

Durante una conversación con mi nieta de nueve años, le dije que cuando yo tenía su edad, nuestra casa fue la primera en la cuadra en tener una televisión a color.

La niña preguntó:
—¿De qué color era?

—DEBORAH BRETTEL,
Canadá

Cuando mi hija Katie tenía dos años, instalamos una piscina en nuestro jardín. El verano siguiente visitamos a mis padres en su campo. Cuando estábamos a punto de meternos a un lago, la niña le preguntó a mi papá: “Abuelito, ¿quién limpia todo esto?”.

—DEBBIE MADDOCK,
Estados Unidos

Mi hija de seis años me acaba de decir que quería quedarse despierta hasta más tarde. Le dije:

—Está bien, diez minutos más.

Luego respondió:
—¿Qué tal 40 horas? Creo que tenemos que trabajar “la negociación”.

Odiaba cómo estaba vestido mi hijo adolescente, así que le dije que me encantaba. Se cambió. Sígueme para más consejos sobre crianza.
—@DADMANN_WALKING

JUEGOS MENTALES

Pastoreando gatos

DIFÍCIL La fotógrafa Nicole estaba tomando una foto para la tarjeta de Navidad de los cuatro gatos de su cliente. Los sentó en fila. De izquierda a derecha, estaban un gato marrón, un gato gris, un gato negro y un gato blanco.



➤ Pero Ana empezó a arañar a Lucky, que estaba a su lado. Así que Nicole los separó, moviendo a Ana al extremo izquierdo de la foto y dejando a Lucky donde estaba.

➤ Entonces Mala salió corriendo del encuadre, así que Nicole la cogió en brazos y la colocó en un nuevo lugar, justo a la izquierda de Sky.

➤ A Ana y Mala les encanta pelearse, por lo que no estaban juntas al principio, así que Nicole cambió a los dos gatos que ahora estaban en el medio para separar a Ana y Mala. Al hacerlo, los pantalones negros de Nicole se cubrieron de pelo blanco.

➤ Entonces Sky no miraba a la cámara, así que Nicole colgó una cinta para llamar su atención, pero Ana la persiguió en su lugar.

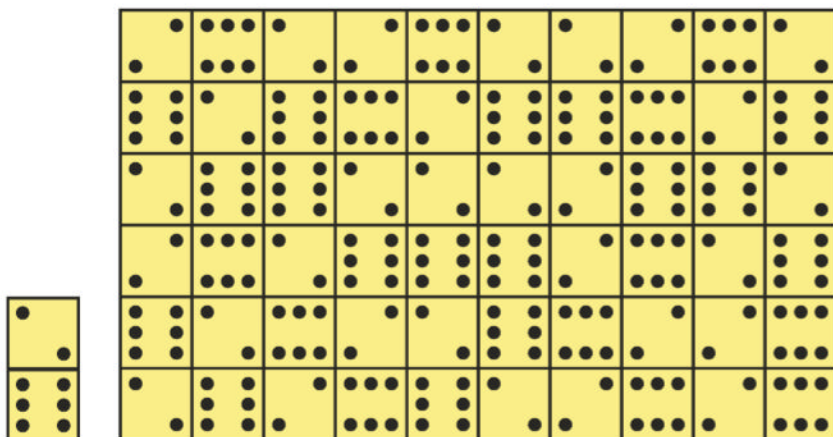
➤ Mientras Nicole perseguía a Ana, Sky pasó junto a los otros dos gatos. Cuando Nicole regresó con Ana, la dejó en el extremo, junto a Sky.

Y, por fin, pudieron hacer una foto decente.

De izquierda a derecha, ¿de qué colores eran los gatos de esa foto?

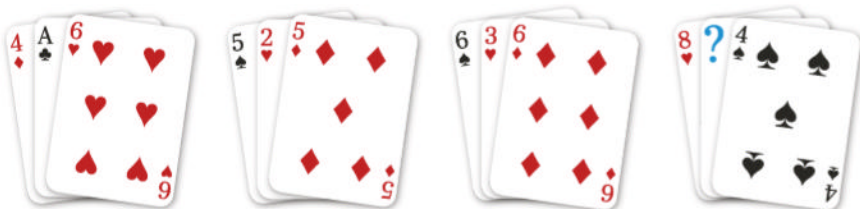
Domino-no

MEDIO Esta cuadrícula está compuesta íntegramente por fichas de dominó que se parecen al modelo que se muestra a continuación, excepto una. ¿Puede encontrarla?



Una mano amiga

FÁCIL Mirando las manos que se muestran a continuación, ¿qué carta pertenece al lugar donde está el signo de interrogación?

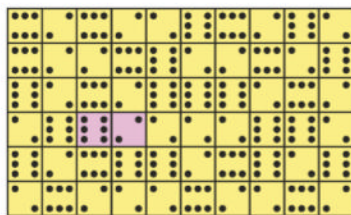


Liberar

FÁCIL Coloque una A, B o C en cada celda vacía de esta cuadrícula de manera que ninguna línea horizontal, vertical o diagonal contenga tres celdas consecutivas con letras idénticas (como B-B-B) o tres letras diferentes (como C-A-B). ¿Puede garantizar una cuadrícula sin conjuntos?

		C	
		A	
B	C		
		A	A

RESPUESTAS



A	B	A	A
B	C	C	A
A	C	A	C
B	C	C	C

Liberar

Una mano amiga
Leidas juntas, la segunda y la tercera carta representan el valor de la primera carta al cuadrado. Como 8 al cuadrado es 64, la carta que falta es un seis, y la única carta de seis que queda es un trebol.

Pastoreando gatos
Blanco (Mala), negro (Lucky), pelirrojo (Sky), gris (Ana). Empezaron con Sky-Ana-Lucky-Mala. El seis del dominó resalta para parecerse al modelo. El seis de tréboles.

ENRIQUEZCA su
VOCABULARIO

Huracanes, lluvias torrenciales, granizo, terremotos... Abundan las noticias sobre fenómenos atmosféricos y geológicos, porque muchas veces provocan serios problemas. Vea si conoce el significado de los adjetivos, no tan comunes, que asociamos a este tema.

Mirtha L. Rigoni

1. Intempestivo. A. Que se mueve de modo violento y rápido. **B.** Que está fuera de tiempo. **C.** Que no se puede aplacar.

2. Orográfica. A. Lluvia que se produce cuando una masa de aire húmedo asciende por la ladera de una montaña. **B.** Cuando la masa de aire húmedo avanza desde el mar. **C.** Cuando el aire húmedo desciende sobre un valle.

3. Ignívomo. A. Que vomita fuego. **B.** Que arrasa quemando. **C.** Que calienta demasiado.

4. Racheado. A. Puede referirse a un alud. **B.** A un período de abundantes y persistentes precipitaciones. **C.** Al viento.

5. Hidrológica. A. Variedad de tormenta. **B.** Tipo de sequía. **C.** De dana, una depresión en niveles altos de la atmósfera, que, aislada de la circulación general atmosférica, se mueve de forma independiente y puede producir precipitaciones intensas.

6. Anfractuoso. A. Quebrado, sinuoso, tortuoso. **B.** Angosto, estrecho. **C.** Que no se divide en partes o fracciones.

7. Tectónico. A. Término que se usa en referencia a un tornado. **B.** A un

cumulonimbo (nube densa que forma frentes muy altos y provoca tormentas violentas). **C.** A un sismo.

8. Hialino. A. Adjetivo que puede caracterizar al frío. **B.** Al calor extremo. **C.** A un tsunami.

9. Silente. A. Característica del viento. **B.** De la lluvia o llovizna. **C.** Del granizo.

10. Granífulgo. A. Utilizado clasificar los tipos de granos o bolas de agua congelada que caen de las nubes en la granizada. **B.** Usado para estudiar el fenómeno. **C.** Empleado para evitar el granizo.

11. Convectiva. A. Tipo de inundación. **B.** De tormenta. **C.** De calima (se forma por las partículas de polvo o arena en suspensión; su densidad dificulta la visión).

¿LO DECIMOS BIEN?

“Nos sorprendimos ayer con la caída de granizo, o lo que algunos llaman graupel”. ¿Son sinónimos graupel y granizo? ¿Y podemos decir que “el cielo estaba nuboso por la mañana y después se despejó” en lugar de “el cielo estaba nublado...”?

Enriquezca su vocabulario

RESPUESTAS

1. Intempestivo. B. Inoportuno, que está fuera de tiempo. Por ejemplo, puede ser así un vendaval.

2. Orográfica. A. Cuando asciende el aire húmedo al encontrarse con un obstáculo orográfico, como una montaña, este se enfría, se forman nubes y se origina la lluvia que lleva este nombre.

3. Ignívomo. A. Un volcán puede calificarse como ignívomo cuando está activo o en erupción. Es más bien una calificación poética para aludir a la expulsión de lava, ceniza y fuego.

4. Racheado. C. Viento cuya intensidad cambia de forma intermitente y, en ocasiones, violenta. Se producen ráfagas que aumentan repentinamente de velocidad, seguidas por periodos de menor intensidad. Podemos decir que el viento sopla a rachas.

5. Hidrológica. B. Sequía provocada por la disminución del caudal de los ríos, lagos o acuíferos.

6. Anfractuoso. A. Un terreno puede ser desigual, sinuoso, quebrado, y probablemente se vuelve sumamente difícil de transitar en medio de una tormenta.

7. Tectónico. C. Se dice que un sismo es de este tipo cuando ocurre por el

desplazamiento de las placas tectónicas. Esto hace que se libere energía acumulada a lo largo de fallas.

8. Hialino. A. Traslúcido. La expresión “frío hialino”, no es común, pero puede utilizarse en relación con el frío intenso, tanto que crea una capa de hielo traslúcido.

9. Silente. B. La llovizna fina y persistente suele ser silenciosa, tranquila, sosegada, es decir, silente.

10. Granífugo. C. Un cañón de este tipo puede utilizarse en el campo para proteger las cosechas; mediante explosiones de gas acetileno y aire, emite ondas de choque que interfieren en la cristalización del granizo.

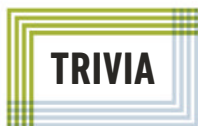
11. Convectiva. B. Con este adjetivo se alude a la tormenta causada por convección, un proceso en el que el aire cálido y húmedo asciende rápidamente desde la superficie, se enfría y se condensa para formar nubes de gran tamaño.

RESPUESTA

“Nublado” se refiere a un cielo cubierto completamente de nubes, mientras que “nuboso” es un cielo con nubes, pero con la posibilidad de ver el sol entre estas. Y el graupel se forma cuando las gotas de agua en las nubes se congelan en torno a un cristal de hielo; el resultado es un granizo blando, del tamaño de un grano de arroz.

Puntuación

8 Bueno **9-10** Notable **11** Sobresaliente



1. El surrealismo cambió la manera de representar los sueños, el inconsciente y la imaginación. Una de sus pinturas más famosas muestra relojes derretidos en un paisaje onírico. ¿Cuál es esta obra?

- A) El hijo del hombre
- B) La persistencia de la memoria
- C) Las señoritas de Aviñón
- D) El jardín de las delicias

2. Algunos países están formados por miles de pequeñas islas que conforman archipiélagos únicos. ¿Qué nación posee la mayor cantidad de islas en todo el mundo?

- A) Indonesia
- B) Canadá
- C) Suecia
- D) Filipinas

3. La primera ceremonia de los Premios Óscar se celebró en 1929 y premió a una película muda. ¿Cuál fue el primer largometraje en recibir el premio a Mejor Película?

- A) Amanecer
- B) Wings (Alas)
- C) El cantor de jazz
- D) Lo que el viento se llevó

4. El poema If ("Si") inspira a generaciones por su mensaje de resiliencia y madurez ante la vida. ¿Quién fue su autor, también creador de *El libro de la selva*?



- A) Rudyard Kipling
- B) William Blake
- C) Oscar Wilde
- D) Lord Byron

5. Los científicos buscan replicar la energía del Sol en la Tierra a través de un proceso limpio e ilimitado. ¿Cómo se llama esta tecnología experimental que busca generar energía mediante la unión de núcleos atómicos?

- A) Energía de fisión
- B) Energía de fusión
- C) Energía geotérmica
- D) Energía cinética

6. El reino animal esconde récords fascinantes. ¿Cuál es el mamífero más veloz del planeta, capaz de superar los 110 km/h durante la carrera?

- A) Tigre de Bengala
- B) Gacela de Thomson
- C) Guepardo
- D) Leopardo

7. Prometeo fue un titán que desafió a los dioses del Olimpo para beneficiar a la humanidad. ¿Qué elemento robó del fuego divino para entregarlo a los hombres?

- A) El rayo
- B) El fuego
- C) La sabiduría
- D) El vino

8. La contaminación por microplásticos se ha convertido en una amenaza global. ¿Qué son exactamente estos residuos?

- A) Pequeñas partículas de plástico
- B) Desechos metálicos en el océano
- C) Microorganismos que degradan plástico
- D) Restos de bioplásticos reciclados

9. Durante los primeros Juegos Olímpicos modernos, la participación femenina era muy limitada. ¿Qué disciplina fue la primera en permitir mujeres competidoras en 1900?

- A) Atletismo
- B) Tenis
- C) Gimnasia
- D) Natación

10. La UNESCO reconoce sitios naturales y culturales. ¿Qué ciudad posee la mayor cantidad de lugares declarados Patrimonio Mundial?

- A) París
- B) Roma
- C) Estambul
- D) Kioto

11. ¿Qué banda británica lanzó el mítico álbum *The Dark Side of the Moon* en 1973?

- A) Pink Floyd
- B) The Rolling Stones
- C) Led Zeppelin
- D) Queen

12. En el ciclo de vida de las estrellas, algunas terminan en una explosión colosal que libera energía. ¿Cómo se llama este fenómeno?

- A) Agujero negro
- B) Nova
- C) Supernova
- D) Pulsar

13. A veces las personas con poca habilidad sobrestiman sus capacidades y toman decisiones erróneas con gran confianza. ¿Cómo se denomina este fenómeno psicológico?

- A) Efecto placebo
- B) Efecto halo
- C) Efecto Dunning-Kruger
- D) Efecto Pigmalión

14. ¿Cuál es el idioma con mayor cantidad de hablantes nativos en el mundo?

- A) Inglés
- B) Español
- C) Chino mandarín
- D) Hindi

15. El trabajo pionero de Marie Curie cambió la ciencia médica y la física. ¿Qué elemento radiactivo descubrió por el cual recibió el Premio Nobel?

- A) Polonio
- B) Uranio
- C) Plutonio
- D) Cobalto

Respuestas: 1. B) La persistencia de la memoria 2. C) Suecia 3. B) Wings (Alias) 4. A) Rudyard Kipling 5. B) Energía de fusión 6. C) Guepard 7. B) El fuego 8. A) Pequeñas partículas de plástico que contaminan agua y suelos 9. B) Tenis 10. B) Roma 11. A) Pink Floyd 12. C) Supernova 13. C) Efecto Dunning-Kruger 14. C) Chino mandarín 15. A) Polonio.

**Cumplimos 85 años y el
regalo te lo llevás vos**



**Escanéa y descubrí
tu sorpresa**

Selecciones
READER'S DIGEST

85
AÑOS
ESTAMOS SIEMPRE

Descubrí lo desconocido

**UNIDADES
LIMITADAS**

**50%
OFF**

¡INGENIO MYSTERY BOX

Una experiencia llena de emoción ¡Pedila hoy!



PROMOCIÓN VÁLIDA PARA LA REPÚBLICA ARGENTINA HASTA EL 31/12/2025. NO ES ACUMULABLE CON OTRAS PROMOCIONES VIGENTES NI INCLUYE GASTOS DE ENVÍO.