

Majadahonda

Nº 61 - OCTUBRE 2026



Sanny van Heteren

REINVENTARSE PARA VOLVER A VIVIR



Majadahonda IN

EDITA: MEIGA MEDIA S.L.

GERENTE: CARMEN MILLÁN

COLABORADORES: MAY PAREDES, ENRIQUE MORENO, JOSÉ ANTONIO FERNÁNDEZ, GUILLERMO MOLINA, JORGE GÓMEZ Y MICAELA MALAUSSENA.

DISEÑO Y ARTE: MIGUEL REDEL GÁMIZ • **FOTOGRAFÍA:** RICARDO RUBIO.

DTO. PUBLICIDAD: 616 64 90 11 • **PUBLICIDAD@MAJADAHONDAIN.ES.**

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 **IMPRIME:** MONTERREINA • **www.majadahondain.es** • **redaccion@majadahondain.es**

DIRECCIÓN: Plaza Mayor, 4, local 6, 28223 Pozuelo de Alarcón — 91 057 68 24 — 616 649 011 • **PUBLICIDAD:** publicidad@majadahondain.es
MAJADAHONDA IN no se responsabiliza de la opinión vertida en los artículos de sus colaboradores.

Esta publicación no puede ser reproducida, distribuida, comunicada públicamente o utilizada con fines comerciales, en todo o en parte, sin la previa autorización de la empresa editora.

Zielo SHOPPING
POZUELO

VIERNES 13 DE NOVIEMBRE

Christmas Show

TRIBUTO A LAS HUNTRIX

VIVE EN DIRECTO EL ENCENDIDO DE LUCES CON RUMI, MIRA Y ZOE.
DESDE LAS 17:00 H. ACTIVIDADES, SET DE MAQUILLAJE, SHOW Y MEET&GREET



#zielokidsexperience

MÁS INFO EN **ZIELO.ES**

Avda. de Europa nº 26 B
Pozuelo de Alarcón · Madrid





La F1 en Madrid: El miedo de la izquierda a la prosperidad de los pueblos

Por Enrique Moreno

HAY UNA DIFERENCIA ESENCIAL ENTRE QUIEN GOBIERNA PARA QUE LOS CIUDADANOS PROSPEREN Y QUIEN GOBIERNA PARA QUE LOS CIUDADANOS DEPENDAN. TODO LO DEMÁS ES LITERATURA POLÍTICA. EL GRAN PREMIO DE FÓRMULA 1 DE MADRID YA TERMINÓ Y, PARA DESGRACIA DE SUS DETRACTORES, NO HA LLEGADO EL APOCALIPSIS CLIMÁTICO, NO HA COLAPSADO LA CIUDAD, NO HA ESTALLADO LA BURBUJA DEL CAPITALISMO SALVAJE NI HAN APARECIDO LOS CUATRO JINETES CABALGANDO POR LA CASTELLANA. LO QUE SÍ HA APARECIDO SON CIENTOS DE MILES DE VISITANTES, HOTELES COMPLETOS, RESTAURANTES ABARROTADOS, TAXIS TRABAJANDO, COMERCIOS VENDIENDO, EMPRESAS FACTURANDO, MILES DE EMPLEOS DIRECTOS E INDIRECTOS Y UNA PREVISIÓN DE IMPACTO ECONÓMICO CERCANA A LOS 467 MILLONES DE EUROS ANUALES. CASI NUEVE MIL PUESTOS DE TRABAJO. OCHENTA Y TRES MILLONES EN IMPUESTOS Y COTIZACIONES. MÁS DE CUATRO MIL QUINIENTOS MILLONES DE EUROS PROYECTADOS DURANTE LA PRÓXIMA DÉCADA. UNA AUTÉNTICA LLUVIA DE RIQUEZA PARA MADRID. Y, SIN EMBARGO, TODAVÍA HAY QUIEN SOSTIENE QUE LO MEJOR HABRÍA SIDO NO CELEBRAR LA CARRERA. VÁLGANOS TODO EL OLIMPO MARXISTA.

No deja de fascinarme esa extraña capacidad que posee una parte de la izquierda para convertir cualquier éxito económico en un problema moral. Si se abre una fábrica, protestan porque contamina. Si se construye una infraestructura, porque altera el paisaje. Si llega una empresa tecnológica, porque genera desigualdad. Si aterriza la Fórmula 1, porque representa el capitalismo. Si el turismo bate récords, porque hay demasiados turistas. Si desaparecen los turistas, porque cae el empleo. La enfermedad siempre encuentra un nuevo síntoma. El diagnóstico nunca cambia. El paciente, que es la sociedad, debe permanecer eternamente en observación para que el médico de guardia —el Estado— nunca pierda su razón de existir.

La Fórmula 1 no vende únicamente velocidad. Vende confianza. Ninguna competición de esta magnitud instala su circo en una ciudad si no percibe estabilidad, capacidad organizativa, seguridad, infraestructuras y atractivo internacional. Cada cámara de televisión enfocando Madrid durante horas constituye una campaña publicitaria que nin-

guna administración podría pagar con dinero público. Cada aficionado extranjero que pasea por sus calles, duerme en un hotel, cena en un restaurante o compra en un comercio deja riqueza que termina llegando, de una forma u otra, a miles de familias que jamás verán un monoplaza desde el paddock. Esa es la diferencia entre crear riqueza y repartir la que otros generan.

Quizá ahí resida el verdadero conflicto ideológico. Hay modelos políticos que entienden al ciudadano como un individuo capaz de prosperar si se le abren oportunidades y otros que parecen contemplarlo como un menor permanente cuya supervivencia depende de la tutela constante de la Administración. Porque un ciudadano que encuentra empleo, monta una empresa, aumenta sus ingresos y mejora su calidad de vida necesita menos al político. Y eso, para determinados proyectos de poder, constituye un problema de primer orden. Un hombre económicamente independiente piensa por sí mismo. Un hombre dependiente vota pensando en quién administra su dependencia.

Resulta revelador comprobar cómo los mismos dirigentes que cuestionaban el Gran Premio guardan un silencio casi reverencial cuando se despilfarran cientos de millones en organismos duplicados, estructuras burocráticas infinitas, observatorios cuya utilidad nadie consigue explicar o campañas institucionales cuya única función consiste en convencernos de que debemos agradecerles nuestra propia existencia. Ahí nunca aparecen los cálculos sobre rentabilidad, impacto económico o retorno social. Curioso concepto de la eficiencia: el dinero privado que genera empleo les incomoda; el dinero público que desaparece sin dejar rastro les parece un ejercicio de justicia social.

Madrid ha demostrado que competir por atraer inversión, turismo y grandes acontecimientos internacionales no es una extravagancia, sino una estrategia de crecimiento. Quien recorre hoy la ciudad encuentra una economía que se mueve, que factura, que contrata y que proyecta una imagen de dinamismo hacia el exterior. Esa prosperidad no garantiza que todos sean ricos, pero multiplica las posibilidades de que muchos vivan mejor. Y eso siempre será preferible al igualitarismo de la pobreza que algunos siguen vendiendo envuelto en papel reciclado y grandes discursos sobre la justicia climática.

Al final, la política también se parece mucho a una carrera de Fórmula 1. Hay quien pisa el acelerador para avanzar y hay quien prefiere poner el freno porque le incomoda que los demás lleguen demasiado lejos. La diferencia es que, mientras unos entienden el progreso como un motor que hay que alimentar, otros parecen contemplarlo como una amenaza que conviene ralentizar para que nadie deje de necesitar al piloto que lleva las manos sobre el volante del Estado. Ω



AKIRA

MEDICINA CAPILAR Y ESTÉTICA

Calle Doctor Barraquer 3
14004, Córdoba - España

Teléfono: +34 689 323 098





Los incendios no empiezan con una cerilla. Empiezan con un despacho

Por José Antonio Fernández

SIEMPRE HE DESCONFIADO DE LA GENTE QUE CREE QUE UN BOSQUE PUEDE GOBERNARSE DESDE UN DESPACHO CLIMATIZADO DE BRUSELAS O DE MADRID. NO PORQUE SEAN MALOS; ESO SERÍA CONCEDERLES UNA PROFUNDIDAD PSICOLÓGICA QUE NO MERECE. DESCONFÍO PORQUE HABLAN DEL MONTE IGUAL QUE UN VEGANO DA UNA CONFERENCIA SOBRE JAMONES IBÉRICOS: CON MUCHA TERMINOLOGÍA, MUCHA SUFICIENCIA Y UN DESCONOCIMIENTO ENCICLOPÉDICO DE AQUELLO SOBRE LO QUE PONTIFICAN. LLEVAMOS DÉCADAS SUSTITUYENDO A PASTORES POR ASESORES, A INGENIEROS DE CAMPO POR BURÓCRATAS Y A QUIENES CONOCEN CADA BARRANCO POR QUIENES CONOCEN CADA SUBVENCIÓN. DESPUÉS LLEGA JULIO, ARDE MEDIA ESPAÑA Y LOS MISMOS ILUMINADOS COMPARECEN MUY COMPUNGIDOS DELANTE DE UN MICRÓFONO PARA DECIRNOS QUE EL FUEGO ES CULPA DEL CALOR. QUÉ DESCUBRIMIENTO. EL AGUA MOJA, EL HIELO ENFRÍA Y EL FUEGO QUEMA. PARA SEMEJANTE DESPLIEGUE INTELECTUAL NO HACÍAN FALTA TANTOS MINISTERIOS.

Hace unos días escuchaba el testimonio de un empresario forestal cuya familia llevaba un siglo viviendo del monte. Tres generaciones limpiando bosques, abriendo cortafuegos y haciendo precisamente ese trabajo ingrato que nadie aplaude cuando sale bien porque consiste en que no pase nada. Contaba que hace más de una década la propia Administración le adjudicó la limpieza de miles de hectáreas de cortafuegos en la Sierra de Madrid, con todas las autorizaciones en regla, y que apenas comenzaron los trabajos aparecieron los ecolegetas, las protestas, paralizaciones y obstáculos hasta dejar el proyecto prácticamente enterrado. No entro a juzgar aquel expediente concreto porque no conozco todos sus detalles. Lo que sí conozco es el resultado que cualquiera puede contemplar cada verano: montes cada vez más cargados de combustible, incendios cada vez más violentos y pueblos enteros pendientes de que cambie el viento para no desaparecer del mapa.

Los incendios no se apagan en julio. Se apagan en enero. Se apagan cuando se limpia el monte, cuando se mantienen los cortafuegos, cuando se permite el pastoreo, cuando se retira madera muerta y cuando se entiende que un bosque abandonado no es un bosque protegido, sino una bomba de relojería esperando una chispa. Eso lo sabe cualquier ganadero, cualquier brigadista y cualquier persona que haya pasado más tiempo entre encinas que entre comisiones parlamentarias. Pero resulta que ahora la experiencia vale menos que una guía redactada por alguien que probablemente distingue un pino de un chopo gracias a Google Lens.

Lo fascinante de nuestra época es esa superioridad moral con la que algunos convierten cada prohibición en una conquista civilizatoria. Todo está prohibido. Cortar, limpiar, desbrozar, aprovechar la madera, meter ganado, abrir pistas, tocar una rama caída... cualquier intervención parece poco menos que un atentado ecológico. El monte, según esa nueva religión, debe permanecer intacto, inmóvil y sagrado, como si la naturaleza española hubiera evolucionado durante siglos sin pastores, sin leñadores, sin carboneo, sin resinadores y sin generaciones enteras de hombres y mujeres que vivían precisamente de cuidarla. La paradoja es extraordinaria: quienes menos han pisado un monte son quienes más instrucciones dan sobre cómo conservarlo.

Y luego están los discursos oficiales. Siempre impecables. Siempre solemnes. Siempre vacíos. Mucho hablar de resiliencia, biodiversidad, sostenibilidad y demás palabras que sirven para llenar congresos internacionales mientras el monte acumula toneladas de combustible vegetal esperando la siguiente ola de calor. La burocracia produce informes con una velocidad admirable; el bosque produce maleza bastante más deprisa. Y cuando ambos procesos se encuentran, gana siempre el fuego.

Confieso que hay días en los que uno termina haciéndose preguntas incómodas. ¿De verdad todo esto responde únicamente a la incompetencia? ¿De verdad nadie veía venir que abandonar durante años la gestión del territorio tendría consecuencias? ¿No estará detrás de tanto despropósito el dinero de ciertas compañías? Cuesta creer que tanta gente preparada pueda equivocarse de forma tan sistemática durante tanto tiempo. Lo hacen tan extraordinariamente mal que cualquiera acabaría pensando que persiguen exactamente el resultado que obtienen. Yo no afirmo semejante cosa. Me limito a reconocer que, cuando una política produce reiteradamente el efecto contrario al que proclama, la frontera entre la torpeza y la sospecha empieza a hacerse peligrosamente fina.

Mientras tanto, el mundo rural sigue escuchando lecciones de quienes lo visitan dos fines de semana al año para hacerse una fotografía abrazando un alcorcho. El pastor se convierte en sospechoso, el ganadero en contaminador, el propietario forestal en depredador y el ecologista de despacho en sumo sacerdote de la naturaleza. Es un teatro magnífico hasta que el telón empieza a arder. Entonces aparecen los helicópteros, los políticos con chaleco reflectante, las promesas de que ahora sí aprenderemos la lección y las habituales declaraciones institucionales llenas de palabras grandilocuentes y absolutamente estériles. Pasa septiembre, llegan las lluvias y todo vuelve a olvidarse hasta el verano siguiente, cuando el ritual se repite con la precisión de un reloj suizo.

Yo sigo creyendo, quizá porque todavía conservo el viejo defecto de escuchar a quien sabe antes que a quien presume de saber, que el bosque necesita menos dogmas y más gestión; menos ideología y más conocimiento; menos despachos y más botas embarradas. Porque el fuego no vota, no entiende de eslóganes ni distingue entre izquierdas y derechas. Pero sí distingue perfectamente entre un monte cuidado y otro abandonado. Y me temo que el mayor combustible que está acumulando España no es la maleza. Es la soberbia de quienes llevan años convencidos de que un decreto puede más que un siglo de experiencia. Ω



By **BISTEC**

· CATERING DE FUEGOS Y ASADO ARGENTINO ·
· EVENTOS SOCIALES & CORPORATIVOS ·

📞 676 52 42 88

filocatering.es



+ INFO



BOUTIQUE & BAR DE CARNES

🇦🇷 🇺🇷 🇪🇸 🇮🇹

· CARNES PREMIUM SELECCIONADAS ·
· VINOS DE EXCEPCIÓN ·

AV. EUROPA 22 - POZUELO DE ALARCÓN
91 041 40 73
bistec.eu



+ INFO



Mimmi
WELLNESS PLACE

Tu centro de estética avanzada en Boadilla del monte.
Donde los resultados son reales y la experiencia es única.
Pide tu cita de valoración gratuita y descubre cuál es el tratamiento ideal para ti.

Dirección: Av. Montepíncipe 23, local 13 · 28660 Madrid, (parking gratuito para clientes).
Web: www.mimmiwellness.es Teléfono: 676 86 22 54





La denuncia falsa, esa exquisitez democrática que solo existe cuando la presenta el adversario

Por José Antonio Fernández

SIEMPRE ME HA FASCINADO LA CAPACIDAD QUE TIENE CIERTA IZQUIERDA PARA DESCUBRIR PRINCIPIOS JURÍDICOS NUEVOS SEGÚN QUIÉN OCUPE EL BANQUILLO. CUANDO UN CIUDADANO CORRIENTE DENUNCIA Y EL ASUNTO TERMINA ARCHIVADO, AQUELLO FORMA PARTE DEL RIESGO NORMAL DE ACUDIR A LA JUSTICIA. CUANDO QUIEN ACABA CITADA COMO QUERELLADA ES LA ESPOSA DEL PRESIDENTE DEL GOBIERNO TRAS UNA QUERRELLA POR PRESUNTA DENUNCIA FALSA, ENTONCES, DE REPENTE, EL PROBLEMA DEJA DE SER LA DENUNCIA Y PASA A SER EL DENUNCIANTE, EL JUEZ, EL PROCEDIMIENTO, EL CONTEXTO, EL CLIMA POLÍTICO, MERCURIO RETRÓGRADO Y, SI HACE FALTA, LA ALINEACIÓN DE LOS PLANETAS. TODO MENOS AFRONTAR UNA EVIDENCIA ELEMENTAL: EN UN ESTADO DE DERECHO CUALQUIERA PUEDE SER LLAMADO A DECLARAR SI UN JUEZ APRECIA QUE EXISTEN MOTIVOS PARA INVESTIGAR.

No deja de hacerme gracia esa superioridad moral con la que algunos llevan años repitiendo aquello de "hay que creer siempre a la víctima". Siempre. Bueno... siempre no. Siempre que la víctima pertenezca al club adecuado. Porque cuando quien denuncia resulta ser alguien ideológicamente incómodo, entonces aparecen los matices, las cautelas y las presunciones de inocencia que habían permanecido misteriosamente hibernando. El derecho, para estos prestidigitadores de la moral, ya no es un conjunto de reglas iguales para todos; es una plastilina que se estira o se encoge según el color del carné político.

Lo verdaderamente llamativo no es que un juez cite a declarar a Begoña Gómez tras la querrela presentada por Vito Quiles por un presunto delito de denuncia falsa. Lo llamativo es el escándalo que produce algo tan rutinario como que

la Justicia investigue. Porque conviene recordar una obviedad que algunos parecen olvidar deliberadamente: una citación judicial no equivale a una condena, igual que un archivo tampoco convierte automáticamente en culpable de denuncia falsa a quien denunció. Precisamente por eso existen los tribunales: para investigar, escuchar y decidir.

Lo que sí resulta revelador es la reacción. Durante años hemos soportado sermones interminables sobre la igualdad ante la ley. Magnífico principio. Suscribo cada palabra. Pero parece que esa igualdad termina justo donde empieza el perímetro de La Moncloa. Allí la toga molesta, el juez incomoda y cualquier resolución desfavorable pasa a ser poco menos que una conspiración planetaria. Qué casualidad. Mientras las resoluciones favorecen a los tuyos, la Justicia funciona de maravilla; cuando dejan de hacerlo, el sistema entero parece haberse convertido en una amenaza para la democracia.

Yo crecí creyendo que la fortaleza de un sistema democrático consistía precisamente en eso: en que nadie estuviera por encima de los jueces. Ni el presidente del Gobierno, ni su esposa, ni un ministro, ni un periodista incómodo, ni el vecino del quinto. Nadie. Si un ciudadano puede ser investigado, también puede serlo quien vive en el palacio más famoso de España. Y si eso escandaliza a alguien, quizá el problema no esté en los jueces, sino en el concepto de igualdad que algunos manejan.

Llevo demasiado tiempo viendo cómo se pretende sustituir el Estado de Derecho por el Estado de la simpatía. Si el investigado es de los míos, persecución. Si es de los otros, ejemplaridad. Si el juez me gusta, independencia judicial. Si no me gusta, lawfare. Si la denuncia favorece mi relato, valentía. Si perjudica al mío, acoso político. Es un mecanismo tan infantil que acabaría enterneciendo si no fuera porque degrada la confianza de los ciudadanos en las instituciones. No sé qué terminará resolviendo este procedimiento, ni voy a fingir que lo sé. Para eso están los tribunales. Lo que sí sé es que una democracia empieza a pudrirse cuando algunos consideran que comparecer ante un juez es un privilegio reservado para los demás. El día que haya ciudadanos intocables porque su apellido, su cargo o su proximidad al poder les otorguen una especie de inmunidad moral, ese día la Justicia dejará de llevar venda en los ojos para empezar a llevar carnet en el bolsillo. Y cuando la ley deja de ser igual para todos, ya no estamos hablando de justicia. Estamos hablando, sencillamente, de poder. Ω

ORO-SILVER

JOYERÍA COMPRO-ORO
BOADILLA DEL MONTE



ARREGLOS TASACIÓN DE HERENCIAS VENTA JOYAS

659 94 84 21



Oro-Silver
C.C EL PALACIO LOCAL 42B (Junto a Bankia o Gimnasio)

PRECIO MÁXIMO GARANTIZADO
PAGO EN EFECTIVO AL INSTANTE

Pasarás la ITV sobre ruedas.

Revisión Pre-ITV Gratuita
y si detectamos alguna anomalía
te ofrecemos un 10% en recambios.*

*Oferta válida hasta el 31/12/2026

Talleres Riscal

C. Vereda de los Barros, 25 - Tel. 916 33 30 40 - servicioriscal.es




Bienestetic
MEDICINA ESTÉTICA · ESTÉTICA AVANZADA

10 ANIVERSARIO
*Cuidando de ti,
MEJORANDO TU BIENESTAR*

10 AÑOS CONTIGO

*Tu mejor versión,
NUESTRO COMPROMISO*

10 AÑOS
DE CONFIANZA,
CUIDADO Y BIENESTAR
¡Gracias!

Bienestetic
MEDICINA ESTÉTICA · ESTÉTICA AVANZADA

Gracias por formar parte

10 AÑOS
DE CONFIANZA,
ARMONIA Y BIENESTAR

¡Celebra con nosotras!

2x1

Bienestetic
MEDICINA ESTÉTICA · ESTÉTICA AVANZADA

Francia 2 bis loc.1 - Pozuelo de Alarcón
91 727 32 09 www.bienestetic.com

*En estética, consulta condiciones. Válido hasta 20.10.2026



Imagínese que alguien decide meter la mano en el puchero

Por Guillermo Molina

A MÍ LA PALABRA IMAGÍNESE SIEMPRE ME HA PARECIDO MARAVILLOSA PORQUE PERMITE COLOCAR DELANTE DE NUESTROS OJOS UNA SUCESIÓN DE HECHOS SIN OBLIGARNOS A ACEPTAR DE ANTEMANO LA CONCLUSIÓN. IMAGÍNESE USTED UN PAÍS EUROPEO, DEMOCRÁTICO, MODERNO, ORGULLOSO DE SUS INSTITUCIONES Y YA BIEN ENTRADO EL SIGLO XXI. IMAGÍNESE QUE SU PRESIDENTE COMPARECE DESDE LA RESIDENCIA OFICIAL PARA ANUNCIAR UNAS ELECCIONES ANTICIPADAS Y, EN LA MISMA DECLARACIÓN INSTITUCIONAL, ADEMÁS DE COMUNICAR LA FECHA DE LAS URNAS, APROVECHA PARA CARGAR CONTRA LA OPOSICIÓN, A LA QUE DESCRIBE COMO LA PEOR DE LA DEMOCRACIA, Y PLANTEA EL FUTURO INMEDIATO COMO UNA DISYUNTIVA ENTRE LA CONTINUIDAD DE SU PROYECTO POLÍTICO Y UNA OLA IDEOLÓGICA DE SIGNO CONTRARIO. NO HACE FALTA IMAGINAR DEMASIADO PORQUE ESO, EN ESENCIA, ACABA DE OCURRIR EN ESPAÑA.

Imagínese ahora que todo sucede después de años políticamente turbulentos, con investigaciones, escándalos, acusaciones cruzadas, derrotas parlamentarias y una crisis de vivienda que se ha convertido en una de las grandes preocupaciones nacionales. Imagínese que las protestas por la vivienda crecen, que un grupo termina acampando en la Puerta del Sol, precisamente delante de la sede del Gobierno de la Comunidad de Madrid, gobernado por el principal partido de la oposición, y que comienza entonces esa maravillosa especialidad española consistente en discutir no ya

sobre el problema, sino sobre quién tiene que solucionarlo, quién debe desalojar a quién, quién tiene las competencias, quién manda a la Policía, quién interpreta mejor la Constitución y quién consigue colocarle al adversario el muerto encima de la mesa. Si Goya levantara la cabeza no pintaría Los fusilamientos del tres de mayo. Pintaría una reunión de administraciones españolas intentando averiguar de quién es una competencia.

La Comunidad pide que se desaloje la acampada. La Delegación del Gobierno defiende el derecho de reunión. El asunto llega al Tribunal Superior de Justicia de Madrid y éste rechaza ordenar de manera inmediata el desalojo solicitado por el Ejecutivo autonómico. Y usted, ciudadano normal que por la mañana intenta llegar al trabajo, pagar la hipoteca y encontrar dónde aparcar, contempla el espectáculo y se pregunta lo de siempre: "Pero ¿aquí quién manda?". Pues depende. En España manda muchísimo todo el mundo hasta que llega el momento de hacerse responsable de algo.

Imagínese después que los dos grandes sindicatos, CCOO y UGT, anuncian una huelga general de veinticuatro horas por la vivienda y los salarios precisamente en este otoño electoral. Están en su derecho, faltaría más. Tan legítimo es convocar una huelga como preguntarse por su oportunidad política, por qué ahora, por qué de esta manera y qué responsabilidad corresponde a cada Administración después de años de una crisis habitacional que no apareció el jueves pasado detrás de un contenedor. Porque ése es otro vicio muy español: descubrir los problemas cuando empieza la campaña electoral. Antes eran estadísticas; después se convierten milagrosamente en emergencias nacionales.

Y mientras todo esto ocurre, Barcelona vive manifestaciones por la vivienda que terminan con barricadas, contenedores ardiendo, lanzamientos de objetos, detenidos y agentes heridos. Aquí es donde a mí empiezan a sobarme las explicaciones infantiles. Porque una cosa es manifestarse, protestar, gritar, exigir alquileres más baratos o pedir la dimisión del lucero del alba —derechos todos ellos perfectamente democráticos— y otra muy distinta quemar mobiliaria-

rio urbano o enfrentarse a la Policía. La democracia permite estar enfadado. Incluso muchísimo. Lo que no convierte automáticamente en democrático cualquier comportamiento realizado mientras uno está enfadado.

Y entonces llegamos al Ministerio del Interior.

Yo no sé qué ocurrirá durante las próximas semanas ni tengo una bola de cristal encima de la mesa. Tampoco voy a atribuir conspiraciones sin pruebas, que ése es otro deporte nacional tan practicado como el fútbol. Pero sí sé una cosa: cuando un país entra en periodo electoral con una enorme polarización, protestas en las calles, una huelga general anunciada, enfrentamientos institucionales y episodios violentos, el Ministerio del Interior deja de ser una cartera más. Se convierte en uno de los árbitros esenciales de la tranquilidad democrática. Y a un árbitro, sobre todo cuando el partido está caliente, no basta con exigirle que sea imparcial; también conviene que todo el estadio pueda percibirlo como tal.

Porque la confianza institucional funciona como la virginidad: cuesta mucho conservarla y se pierde una sola vez. Cuando media España sospecha de la otra media, cuando cada decisión policial se interpreta políticamente, cuando un desalojo parece favorecer a unos y no desalojar parece favorecer a otros, cuando una manifestación se convierte inmediatamente en munición electoral, el problema deja de ser únicamente jurídico. Se convierte en un problema de credibilidad.

Yo nací en una España que todavía recordaba perfectamente lo que significaba desconfiar del poder. Y quizá por eso me produce cierta inquietud esta nueva costumbre de considerar paranoico a cualquiera que haga preguntas incómodas. No. Preguntar es precisamente lo contrario. Preguntar quién decide, con qué criterio, bajo qué norma, por qué se actúa aquí y allí no, quién da una orden y quién asume después la responsabilidad debería ser la gimnasia elemental de cualquier democracia adulta.

Porque las instituciones no pertenecen al Gobierno. Ésa es una diferencia que a veces parece olvidarse en cuanto alguien llega a La Moncloa. La Policía no es del ministro. La Fiscalía no es del presidente. La televisión pública no es del partido que gana las elecciones. La Administración no es patrimonio de quien ocupa temporalmente los despachos. Todo eso pertenece al Estado y, por extensión, a ciudadanos que votan a la izquierda, a la derecha, al centro, a ninguno o al Pato Donald si algún día decide presentarse.

Por eso yo, si militara en la oposición, observaría las próximas semanas con los ojos bastante abiertos. No porque dé por hecha ninguna maniobra, sino precisamente porque en democracia nadie debería dar nada por hecho. Exigir transparencia, neutralidad institucional y aplicación idéntica de la ley no es desconfiar de la democracia. Es cuidarla.

Y si alguien considera exagerado pedir semejantes precauciones, yo volvería al principio.

Imagínese que todo esto estuviera ocurriendo con un Gobierno del signo político contrario.

Ahora dígame usted si lo miraría exactamente igual. Ω

POZUELO ROCKING GUITARS



TU TIENDA DE MÚSICA EN POZUELO

Instrumentos Musicales



Benigno Granizo, 12 - Pozuelo Estación - 91 351 41 95 / 672 488 070
pozuelorockingguitars@gmail.com

Clases de Música

Luthería





Debes dejarlos crecer

Por May Paredes

DE TODA LA VIDA HA EXISTIDO LA TÍPICA AMIGA/O QUE NADA MÁS SALUDARTE TE REGALAN UNA OPINIÓN NO PEDIDA SOBRE SI TIENES MEJOR O PEOR CARA O SI HAS ENGORDADO O LA IMPERTINENCIA DE TURNO. COSA QUE SEGÚN EL DÍA QUE TENGAS TE PUEDE MOLESTAR O NO, PERO QUE ES DEL TODO IMPROCEDENTE. LA GENTE SIEMPRE HA HABLADO DE OTROS CON TOTAL IMPUNIDAD SALTÁNDOSE TODAS LAS REGLAS DE LA BUENA EDUCACIÓN.

Pero quizá debido a la masiva exposición que se ejerce en redes, prensa, televisión y otros medios, este mal endémico se ha extrapolado a todo lo que uno ve.

Y es que últimamente viene siendo habitual hablar del aspecto físico de los personajes públicos tan desproporcionadamente que se ha llegado a crear un lema que de poco está sirviendo y es el famoso «del físico no se habla». Por el contrario, es ya un perverso y enfermizo deporte mundial. No es que no se hablara antes en la peluquería viendo revistas del corazón, pero era pecado venial, pero lo de ahora es una verdadera pandemia.

Siempre se ha criticado a los delgados tanto como a los gordos, y a los jóvenes tanto como a los mayores, pero ahora parece que la cuestión se ha ido absolutamente de las manos tanto de los que hablan y como de los receptores de dichas habladurías. Presas todos de este absurdo y dañino juego en el que finalmente todos acaban participando.

Bien es cierto que en España nunca se ha dejado envejecer a sus artistas. Quizá el mundo de la música es de los más crueles al respecto, no dejando hacerse mayores a sus músicos tan gentilmente como a otras profesiones públicas, se les niega el derecho a no ser los mismos que empezaron

su trabajo cuando eran más jóvenes. El ejemplo contrario sería, el de The Rolling Stones quienes siempre tuvieron el beneplácito del público con elogios y alabanzas, a pesar de llevar arrastrando y maltratando su propio repertorio en innecesarias y mastodónticas giras mundiales, viendo gente ir y llenar estadios como máxima expresión del rock and roll. De ese mismo privilegio gozan otros artistas como Dylan quien se puede permitir llenar un pabellón en Madrid, ver tres días balbuceando sus propios temas de forma irreconocible. ¿Pero qué ocurre?, que a los artistas de aquí, ese mismo público los etiqueta de antiguos, gente mayor, de otra época y un sinfín de argumentos que no aplican del mismo modo a grupos o cantantes de otros países, como los que he mencionado antes, por poner un ejemplo.

La cosa es que ese baremo no se aplica igual cuando hablamos de las mujeres y el tema está empezando a azotar también a las artistas de otros países. Sí, a ellas, solo a ellas, a quienes no se les otorga la misma condescendencia que a ellos.

Volviendo así al viejo cliché de madurito interesante y vieja. ¿Es edadismo? ¿Gerontofobia selectiva?

No sé, y el tema me ha llamado la atención a raíz de las últimas apariciones de Madonna en público y su extraño aspecto y su incomprensible comportamiento.

Ella siempre me resultó admirable, sobre todo por desprender una obvia inteligencia más que envidiable. Se supo reinventar constantemente desde una sabiduría y control del show business como pocos. Cada paso era un acierto. Ahora cada paso es un descabro, y estos hechos me hacen pensar cuánto puede primar la presión sobre el físico por encima de los logros, que la clase de estándares que se han creado hagan tambalear la razón de la mismísima reina del Pop, haciéndole caer en el juego del elixir de la eterna juventud para seguir siendo lo que siempre ha sido, una estrella de la música.

Ella no lo necesita como artista, pero parece ser que como mujer sí.

Acaba de sacar un disco magnífico, pero podría defenderlo como lo hacen nuestros músicos de aquí, acorde con el momento de la vida por el que transitan, con orgullo y convicción.

Esta tiranía ya la han denunciado muchas actrices, que siempre han alegado que no se les permitía hacerse mayores como a sus compañeros de gremio.

Ni mucho menos yo estoy en contra de los retoques estéticos, y la edad no está reñida con la coquetería, pero sí abogo por vivir el momento de la vida en el que se está. Eso no significa necesariamente dejarse canas si no te ves bien o ir a la clínica a ponerte un poquito de algo.

Pero sin ceder a las exigencias de los followers y haters de turno.

Porque el espectáculo del esperpento arruina la obra y tapa al artista, que queda a merced de la tiranía del falso espejo de quien practica el ensañamiento como forma de alimentación para mentes vacías.

Ellas valen tanto como ellos.

Quizá, si aplicáramos esta fórmula al mundo de la música y el arte escénico, los artistas nacionales no tendrían que ser denostados como antiguos y nuestras grandes divas internacionales llevarían una existencia mucho más relajada. Creo que todos saldríamos ganando si por encima de todo se cuidara y respetara a la gente que se sube a un escenario a hacer lo que mejor sabe hacer, simplemente, su trabajo. Ω

HAZ DE TU TIEMPO EL MEJOR PATRIMONIO

📍 Alcalá de Henares



Cervantes es solo el comienzo.

Alarga tu estancia y descubre su historia, su gastronomía
y un legado literario único. Experiencias que hacen
de Alcalá de Henares un destino Patrimonio Mundial.

Prepara tu viaje en visitmadrid.es



**Comunidad
de Madrid**



Por Jorge Gómez

La confianza, esa gallina de los huevos de oro

HAY UNA DIFERENCIA ESENCIAL ENTRE UN NEGOCIO PRÓSPERO Y UN MERCADILLO DE PÍCAROS: LA CONFIANZA. TODO LO DEMÁS —LOS BALANCES, LOS ESTADIOS, LOS CONTRATOS TELEVISIVOS O LAS CAMPAÑAS PUBLICITARIAS— VIENE DESPUÉS. LA CONFIANZA ES EL CEMENTO INVISIBLE SOBRE EL QUE SE LEVANTA CUALQUIER MERCADO. CUANDO ESE CEMENTO SE RESQUEBRAJA, EL EDIFICIO PUEDE SEGUIR EN PIE DURANTE UN TIEMPO, INCLUSO LUCIR UNA FACHADA ESPLÉNDIDA, PERO POR DENTRO YA HA EMPEZADO A DESMORONARSE.

Por eso me ha llamado especialmente la atención la contundencia con la que el fútbol inglés ha afrontado las acusaciones contra el Manchester City por presuntos incumplimientos de las normas financieras. No porque los británicos sean moralmente superiores al resto del planeta. Sería una ingenuidad infantil pensar que en Inglaterra los dirigentes desayunan ética kantiana con el café. No. Actúan con dureza porque conocen perfectamente cuál es la verdadera gallina de los huevos de oro: la Premier League.

Y esa gallina no pone huevos de oro gracias a la poesía del fuera de juego o a la belleza de un pase entre líneas. Los pone porque millones de personas, dentro y fuera del Reino Unido, creen que están consumiendo una competición cuya credibilidad merece la pena pagar.

Detrás de ese producto viven decenas de miles de personas. No solo futbolistas multimillonarios que aparecen en anuncios de perfumes. Viven cocineros, empleados de mantenimiento, personal de seguridad, conductores, periodistas, cámaras, técnicos de televisión, analistas de datos, administrativos, camareros, hoteles, empresas de transporte y una interminable cadena de proveedores. Más de cien mil

empleos dependen, directa o indirectamente, de que el consumidor siga creyendo en el producto.

Eso explica que las instituciones inglesas comprendan algo que parece de sentido común: cuando existe la sospecha de que alguien ha alterado las reglas del juego, investigar no es un acto de heroísmo moral. Es una inversión económica. Porque el peor enemigo de un negocio no es la competencia; es la pérdida de confianza de sus clientes.

En España, sin embargo, tengo la impresión de que todavía no hemos terminado de aprender esa lección. El llamado caso Negreira ha generado uno de los mayores terremotos reputacionales que ha vivido nuestro fútbol. Existen procedimientos judiciales abiertos y responsabilidades que deberán determinar los tribunales y los órganos competentes. Precisamente por eso, la prioridad debería ser despejar cualquier sombra con la máxima transparencia posible.

Sin embargo, la sensación que percibe una parte de la opinión pública es distinta. Da la impresión de que algunos actores del ecosistema futbolístico —instituciones, determinados medios de comunicación o incluso los actores que viven del negocio— prefieren que el tiempo actúe como anestesia antes que como bisturí. Como si la erosión de la memoria pudiera sustituir al esclarecimiento de los hechos. Es una estrategia peligrosa. Muy peligrosa.

Porque el aficionado puede perdonar casi cualquier cosa: una mala temporada, un fichaje fallido o un entrenador equivocado. Lo que difícilmente perdona es sentirse engañado. Cuando el espectador empieza a preguntarse si el resultado depende exclusivamente de lo que ocurre sobre el césped, el espectáculo comienza a perder su esencia.

La economía moderna gira alrededor de una palabra aparentemente sencilla: confianza. Sin confianza no existen bancos sólidos, ni bolsas estables, ni marcas valiosas. Tampoco competiciones deportivas duraderas. La reputación tarda décadas en construirse y apenas unos minutos en comenzar a derrumbarse.

Quizá esa sea la verdadera diferencia entre quienes entienden el deporte como una industria estratégica y quienes todavía creen que basta con mirar hacia otro lado hasta que pase el temporal. Porque los problemas que se esconden debajo de la alfombra no desaparecen. Simplemente esperan el momento en que alguien levante la alfombra.

Y cuando eso ocurre, el polvo suele ser mucho mayor de lo que parecía. Ω



FITNESSSPORTS

Valle de las Cañas, Madrid



FS CROSS

NUEVO

BOX

NATACIÓN

ESTIRAMIENTOS



LLAMA AHORA

91 799 2801

AVDA. JUAN ANTONIO SAMARANCH TORELLÓ 8

28223 POZUELO DE ALARCÓN



fitnesssports.eu

POZUELOIN



SANNY: «LA VIDA ES UN SUSPIRO Y NO PIENSO DESPERDICIARLA»

DE LOS FOCOS DE HOLLYWOOD A UNA NUEVA VIDA EN HAWÁI

Por Carmen Millán

DEJÓ ATRÁS LOS ESTRENOS, LAS ALFOMBRAS ROJAS Y UNA CARRERA JUNTO A GRANDES FIGURAS DEL CINE PARA DESCUBRIR QUE SU PAPEL MÁS IMPORTANTE ESTABA LEJOS DE LAS CÁMARAS. LA MATERNIDAD, UNA ENFERMEDAD QUE LA MANTUVO DOS AÑOS PRÁCTICAMENTE POSTRADA EN UNA CAMA Y UNA INESPERADA REINVENCIÓN PROFESIONAL HAN TRANSFORMADO SU MANERA DE ENTENDER EL ÉXITO.

Hay vidas que parecen escritas para el cine. La de Sanny podría ser una de ellas. Comenzó a actuar siendo apenas una adolescente, compartió experiencias con grandes nombres de la industria y se acostumbró a ese universo de rodajes, festivales y estrenos en el que tantas personas sueñan con entrar. Sin embargo, cuando parecía tenerlo todo, decidió cambiar de guion.

A los 40 años, un embarazo la llevó a replantearse sus prioridades. Junto a su pareja puso rumbo a Hawái, dispuesta a vivir la maternidad lejos del ruido de la industria cinematográfica. Lo que no podía imaginar era que una enfermedad posterior a la COVID-19 acabaría convirtiendo aquella nueva etapa en la prueba más dura de su vida.

Hoy, Sanny asegura haber encontrado otra forma de vivir y trabajar. Se ha adentrado en el negocio digital, dedica buena parte de su actividad a la comercialización de sistemas de tratamiento de agua Kangen y defiende una filosofía en la que el tiempo, la familia y la libertad personal ocupan el lugar que antes pertenecía al cine. Habla con entusiasmo, se emociona al recordar los años más difíciles y no tiene reparos en reconocer que su escala de valores ha cambiado por completo. Lo que antes parecía imprescindible ahora le resulta secundario. Y lo que antes daba por sentado se ha convertido en su mayor tesoro. Su historia no es la de una actriz que simplemente abandonó el cine. Es la de una madre que descubrió el valor del tiempo cuando la enfermedad estuvo a punto de arrebatárselo

«Cuando me quedé embarazada, decidí que había llegado el momento de vivir otra experiencia»

—Sanny, empecemos por el principio. Tu historia con el cine tiene algo de película. ¿Cómo llegó aquella primera oportunidad?

Empecé muy joven y, curiosamente, todo surgió gracias a mi madrina, la actriz Jennifer Rush. Un día, mientras la estaban maquillando para un rodaje, alguien de la productora comentó que llevaban tiempo buscando a una chica con unas características muy concretas y que no conseguían encontrarla. Mi madrina preguntó cuáles eran y, en cuanto se las describieron, pensó inmediatamente en mí. Así comenzó todo.

—Después llegaron los rodajes y la oportunidad de trabajar junto a grandes figuras de la interpretación. ¿Qué recuerdos guardas de aquellos años?

He tenido la enorme suerte de trabajar con grandes actores y actrices. Mi carrera ha sido muy divertida y la he disfrutado muchísimo. He vivido experiencias maravillosas, pero llegó un momento en el que sentí que quería algo diferente.

Cuando os conocí a vosotros, creo que ni siquiera yo sabía todavía que estaba embarazada. Tenía 40 años y recuerdo perfectamente cuál fue mi primer pensamiento: quería disfrutar de aquella experiencia al máximo. Se lo dije a mi pareja con toda naturalidad: «Vámonos a ser padres, a vivir otra aventura». Y nos fuimos a Hawái.

—No todo el mundo se atreve a abandonar una carrera consolidada para empezar de nuevo. ¿Sentiste vértigo?

Para mí era mucho más importante vivir aquella etapa de mi vida. Quería disfrutar de la maternidad, estar presente y descubrir otra manera de hacer las cosas. Sentía que había llegado el momento de cambiar mis prioridades.



—¿Y el cine? ¿Has cerrado definitivamente esa puerta?

No del todo, pero también es verdad que hacerse mayor dentro de esa industria no es fácil. Yo tomé una decisión: quería seguir siendo natural. Estaba cansada de escuchar propuestas para ponerme bótox o hacerme el tratamiento de turno.

No quería entrar en esa pelea perpetua contra el envejecimiento. Verte envejecer en una pantalla gigante, expuesta constantemente a la mirada de los demás, puede resultar complicado.

—Hablas de la maternidad como si hubiera marcado un antes y un después. ¿Qué ha significado para ti?

Es lo mejor que me ha pasado en la vida. Me he entregado completamente a mi papel de madre y he decidido hacer las cosas de una manera diferente.

Me cuesta aceptar que una personita que llega al mundo con tanta pureza tenga que adaptarse desde tan pequeña a un sistema regido por normas tan estrictas.

Empecé a pensar en la cantidad de horas que nuestros hijos pasan al cuidado de otras personas mientras nosotros estamos trabajando. Y pensé, un día crecerán, se marcharán de casa y quizá nos demos cuenta de que no hemos podido disfrutar de ellos todo lo que hubiéramos querido.

—Aunque para muchas familias conciliar no es una elección, sino una auténtica carrera de obstáculos.

Por supuesto. Soy plenamente consciente de que muchísimas madres tienen que dejar a sus hijos al cuidado de otras personas por necesidad. No siempre existe la posibilidad de elegir. Pero eso no significa que resulte fácil emocionalmente. A muchas nos duele tener que renunciar a ese tiempo con ellos.

Yo tuve claro que quería organizar mi vida de otra manera para poder estar presente.

«Estuve dos años prácticamente inmóvil. Lo peor fue perderme ese tiempo con mi hijo»

—Y cuando estabas construyendo esa nueva vida familiar en Hawái, llegó la enfermedad. ¿Qué ocurrió?

Me puse muy enferma durante la pandemia. Estábamos viviendo en Hawái y la situación sanitaria era muy complicada. En el lugar donde nos encontrábamos había muy pocas camas disponibles y, si

podías respirar, te mandaban a casa.

Empecé a sufrir síntomas extraños. De repente me aparecía una mancha, estando sentada el corazón se me disparaba hasta las 160 pulsaciones, tenía náuseas, me encontraba fatal...

Acudí a distintos médicos intentando explicarles lo que me pasaba. Yo les decía que seguía teniendo síntomas relacionados con la COVID, pero entonces sentía que no me creían. Hoy se habla mucho más de la COVID persistente, pero en aquellos momentos fue desesperante.

—¿Qué resulta más difícil: afrontar una enfermedad o sentir que nadie encuentra una explicación a lo que te sucede?

La incertidumbre fue tremenda. Estaba desesperada. Empecé a buscar respuestas por todas partes. Visité médicos, sanadores, sacerdotes... Llegó un momento en el que estaba dispuesta a explorar cualquier camino que pudiera ayudarme.

También decidí estudiar. Hice un curso de medicina integrativa de dos años porque necesitaba comprender mejor lo que estaba viviendo.

—Cuando miras atrás, ¿qué es lo que más te duele de aquella etapa?

Sin ninguna duda, el tiempo que perdí con mi hijo.

La enfermedad me mantuvo prácticamente postrada en una cama durante dos años. Apenas podía moverme.

Y mientras tanto mi hijo crecía.

Es un tiempo que nadie me va a devolver. Puedes recuperar muchas cosas en la vida, pero los años de infancia de un hijo no vuelven.

—¿Hubo algún momento en el que pensaste que nunca recuperarías tu vida anterior?

Fueron años durísimos. Cuando estás tan enferma, las cosas más sencillas se convierten en desafíos enormes. Algo tan cotidiano como sacar al perro podía parecerme imposible.

«El día que conseguí subir la cuesta de mi casa comprendí cuánto había cambiado mi vida»

—Sin embargo, llegó un momento en el que empezaste a notar cierta mejoría. ¿Cómo lo recuerdas?

Después de consultar a muchos médicos y probar diferentes productos, empecé a



mejorar poco a poco. Hubo uno en particular con el que yo relacioné una mejoría importante y que, curiosamente, también acabaría siendo el primero con el que gané dinero a través de internet.

Recuerdo algo que todavía me emociona.

Durante mucho tiempo había sido incapaz de subir la cuesta de mi casa para sacar al perro. Un día iba caminando con mi marido, hablando tranquilamente, cuando de pronto me dijo: «Oye, ¿te has dado cuenta? Acabas de subir la cuesta».

Todavía se me pone la piel de gallina al recordarlo.

Para cualquier otra persona puede parecer una tontería. Para mí fue extraordinario. Era recuperar algo tan básico como caminar sin sentir que el cuerpo me abandonaba.

Y sentí que tenía que compartir mi experiencia con el mundo.

—¿Podemos hablar de una recuperación completa?

No. No estoy recuperada al cien por cien, pero he conseguido volver a llevar una vida normal gracias a diferentes cambios y a las cosas que, en mi caso, considero que me han ayudado.

Después de haber estado tan mal, poder hacer una vida normal es algo que valoro muchísimo.

—Y en mitad de ese proceso aparece un mundo que, aparentemente, no tenía nada que ver contigo: los negocios digitales. ¿Cómo se produce esa transición?

Yo soy una chica criada en España que no tenía ni idea de que existían todas estas posibilidades.

Al principio todo el mundo me decía que estaba loca. Imagínate, después de haber trabajado como actriz, ponerme a descubrir cómo funcionaban las ventas por internet.

Pero empecé a aprender y a trabajar en ello. Hoy gano mucho más dinero que antes y, para mí, lo más importante es que también puedo ayudar a otras personas a desarrollar su propia actividad y generar ingresos.

—Has centrado buena parte de tu trabajo en un producto muy concreto: los sistemas de agua Kangen. ¿Qué fue lo que te atrajo de ellos?

Me interesó mucho todo lo relacionado con el agua y sus características. Kangen es un sistema de tratamiento de agua que, entre otras cosas, produce agua con hidrógeno molecular disuelto. Es una tecnología que lleva décadas comercializándose y con la que me siento muy identificada.

A mí me gusta compararla con la experiencia de beber agua de un manantial. También se habla de su utilización entre deportistas de élite y se mencionan nombres como Cristiano Ronaldo o Messi.

—¿Qué le dirías a alguien que siente curiosidad, pero que no conoce el producto?

Que me escriba. Me encanta hablar con la gente y explicar lo que hago. Estoy encantada de compartir mi experiencia, resolver dudas y contar cómo funciona.

Pueden contactar conmigo a través de mis redes sociales, en @sannywithachanceof. Siempre intento encontrar tiempo para todo el mundo.

—¿Y qué hay detrás de ese entusiasmo? ¿El negocio, el producto o la vida que te permite llevar?

Todo está relacionado, pero no se trata solamente del dinero. Lo verdaderamente importante es que puedo pasar tiempo con mi familia, organizar mis días, viajar por el mundo y hacer las cosas que quiero.





Además, me encanta enseñar a otras mujeres cómo pueden emprender y construir una alternativa profesional. Y por supuesto, todos los beneficios que este agua aporta.

—Hace diez años, ¿te habrías imaginado rechazando una propuesta de Netflix?

¡Jamás! Si hace diez años alguien me hubiera dicho que iba a rechazar una serie de Netflix, le habría contestado que era imposible.

«La fe me ha sostenido cuando parecía que todo se derrumbaba»

—Escuchándote, da la impresión de que has cambiado tu definición del éxito. Antes estaba ligada a una carrera artística; ahora hablas de libertad, familia y tiempo. ¿Qué es lo que verdaderamente te mueve?

La manera en la que miramos la vida lo cambia todo.

La esperanza, la fe, creer que hay algo más allá... Para mí son fundamentales. Estoy convencida de que, sin esa fe, no habría conseguido llegar hasta aquí.

La vida es un suspiro. Todos vamos a morir algún día, y precisamente por eso creo que tenemos que disfrutarla, vivirla de verdad.

No deberíamos dejarnos arrastrar siempre por lo que la sociedad espera de nosotros. Tenemos que escuchar lo que sentimos, perseguir nuestros sueños y atrevernos a vivir de acuerdo con ellos.

Yo estoy completamente convencida de que, cuando damos a los demás, Dios nos lo devuelve.

—Hablas mucho de superación personal, pero detrás de los grandes cambios casi siempre hay alguien que permanece a nuestro lado. ¿Quién ha sido tu mayor apoyo?

Mi marido, sin ninguna duda.

Tengo la inmensa suerte de compartir mi vida con un hombre que me ha cuidado de una manera extraordinaria.

Cuando atraviesas una enfermedad tan larga y tan incapacitante, una relación de pareja se pone a prueba de verdad.

Soy consciente de que muchas parejas no habrían podido soportar una situación como la nuestra.

Él estuvo ahí. Me cuidó, me acompañó y no me soltó la mano. Sin él no habría podido.

«Vivo en mitad del Pacífico, pero hay algo de Europa que me sigue llamando»

—Has vivido del cine, has conocido el éxito, has sido madre, has atravesado una enfermedad devastadora y has vuelto a empezar. ¿Hacia dónde quieres dirigir ahora tu vida?

Es una pregunta difícil.

Creo que todos los lugares tienen algo especial y que cada etapa de la vida te lleva hacia donde necesitas estar.

Ahora vivo en mitad del Pacífico, en un lugar extraordinario, pero reconozco que últimamente me apetece volver a Europa.



GRAN RE-ESTRENO PESCADERÍA

en C/ Francia 8, Pozuelo de Alarcón



»»» **TE ESPERAMOS EN NUESTRA
NUEVA OFICINA DE
POZUELO DE ALARCÓN**
EN AVDA. EUROPA Nº 9



Para estar más cerca de ti

Cuando se abre una nueva oficina de Cajamar, se abre un proyecto distinto lleno de soluciones.
Una entidad financiera diferente que acompaña **a las familias, a los profesionales y a las empresas.**



Top 10 Redacción IN: los mejores colegios privados de Bachillerato del Noroeste de Madrid

Por Micaela Malaussena

Un colegio anuncia un 100% de aprobados en Selectividad. Parece un dato definitivo. Pero falta una pregunta.

¿El 100% de qué alumnos?

No es lo mismo conseguir pleno de aprobados llevando a la PAU a prácticamente toda una promoción que lograrlo después de que una parte relevante de los alumnos no llegue a presentarse.

Ese dato, habitualmente ausente de los titulares promocionales de los centros, es uno de los criterios principales utilizados por Redacción IN para elaborar este Top 10 de colegios privados de Bachillerato del Noroeste de Madrid.

La clasificación se concentra en Pozuelo de Alarcón, Majadahonda, Boadilla del Monte y Las Rozas, cuatro municipios con una extraordinaria concentración de enseñanza privada y algunas de las mejores calificaciones de acceso a la Universidad de la región.

No es un ranking comercial ni una clasificación proporcionada por los colegios.

Redacción IN ha cruzado resultados de PAU, datos publicados por la administración educativa, información de los propios centros, porcentaje de presentación cuando está disponible, resultados de excelencia y programas internacionales.

Y la investigación deja alguna sorpresa.

La metodología: una buena media no es suficiente

La ponderación utilizada por Redacción IN concede:

30% a resultados PAU y acceso universitario.

25% al porcentaje de alumnos presentados a PAU.

15% a la continuidad y titulación de la promoción.

10% a los aprobados respecto al conjunto de alumnos.

10% a indicadores de excelencia, como alumnos por encima de 12 o 13 sobre 14.

5% a la regularidad de los resultados durante varios cursos.

5% a IB, A Levels, idiomas y preparación universitaria internacional.

Existe además una regla importante.

Cuando el porcentaje de alumnos presentados no está disponible públicamente, Redacción IN no presupone que sea del 100%.

El centro simplemente no recibe la máxima valoración posible en ese apartado hasta que el dato pueda comprobarse. En los colegios internacionales se introduce una excepción metodológica: no realizar PAU no equivale necesariamente a abandonar Bachillerato, porque parte de sus estudiantes puede seguir IB, A Levels u otras vías de acceso a universidades españolas y extranjeras.

Con estos criterios, este es el resultado.

1. Orvalle — Las Rozas

Orvalle encabeza el Top 10 de Redacción IN por la combinación de rendimiento, excelencia y continuidad demostrada durante varios cursos.

En la PAU 2026, el 44% de las alumnas consiguió una calificación superior a 12 sobre 14 y la nota media de acceso a la Universidad alcanzó el 8,55 sobre 10. Las tres mejores calificaciones fueron 13,70, 13,64 y 13,54.

Hay además un antecedente especialmente importante para este ranking: en 2025 el centro hizo público que consiguió 100% de alumnas presentadas y 100% de aprobadas. Redacción IN no extrapola automáticamente ese porcentaje a 2026, porque no hemos encontrado publicada la tasa equivalente para la última promoción. Pero el precedente permite comprobar que sus resultados recientes no proceden de una pequeña selección de alumnas.

La concentración de notas excelentes termina inclinando la balanza.

Dato IN: 44% de la promoción de 2026 por encima de 12/14; media de acceso de 8,55 y evidencia de 100% de presentación en el curso anterior.

2. Retamar — Pozuelo de Alarcón

Retamar es uno de los colegios que sube con fuerza cuando introducimos el porcentaje de alumnos presentados.

La media PAU publicada es de 8,30 sobre 10.

Pero el dato diferencial es otro: la información procedente de estadísticas educativas sitúa en el 100% el porcentaje de alumnos que se presenta a PAU.

Eso cambia mucho la interpretación.

No estamos únicamente ante una media alta. Estamos ante un centro que combina una calificación de 8,30 con una tasa de presentación del 100%.

Además, Retamar mantiene una trayectoria continuada de resultados elevados. En 2025, Santiago Quemada, alumno del colegio, consiguió 14 sobre 14, máxima calificación posible.

Su combinación de nota, participación y continuidad coloca al colegio de Pozuelo en la segunda posición.

Dato IN: 8,30 de media PAU + 100% de alumnos presentados.

3. Mirabal International School — Boadilla

Mirabal presenta probablemente los resultados de excelencia individual más llamativos de 2026.

Su alumna Valeria Fragola Raso consiguió 13,99 sobre 14, la mayor calificación de la Comunidad de Madrid.

Pero no fue un caso aislado.

El 40% de los alumnos obtuvo más de 12 puntos y el 66,7% superó 11, mientras que la media publicada sobre 14 fue de 10,9.

Su programa de Bachillerato Internacional también ofrece cifras destacadas: 36,5 puntos de media, máxima de 43 y el 100% de quienes consiguieron el Diploma IB lo obtuvieron en modalidad bilingüe.

Existe, sin embargo, una carencia relevante para nuestra metodología.

No hemos encontrado publicada la tasa de alumnos presentados a PAU respecto al conjunto de la promoción 2026.

Y la media PAU administrativa disponible —7,67 sobre 10— aconseja además distinguir claramente entre la espectacular nota máxima y el rendimiento medio de todos los presentados.

Dato IN: 13,99 de máxima, 40% por encima de 12/14 y un IB especialmente potente; porcentaje de presentación PAU no disponible.

4. Trinity College Boadilla — Boadilla del Monte

Trinity protagoniza una de las mayores subidas respecto a un ranking elaborado únicamente por nota media.

Su PAU 2026 terminó con 100% de aprobados, una media de 7,8 sobre 10 y una nota media de acceso de aproximadamente 8,2.

Las mejores calificaciones alcanzaron 13,50, 13,43 y 13,27.

Además, el 32,28% obtuvo más de 12 sobre 14 y el 12,90% superó 13.

Pero el dato determinante para Redacción IN es otro: el porcentaje publicado de alumnos presentados a PAU es del 100%.

Eso significa que la media no corresponde a una fracción seleccionada de estudiantes.

Toda la promoción computada llega al examen.

Por eso Trinity adelanta en nuestro ranking a colegios que presentan una nota media PAU superior pero de los que no hemos conseguido conocer qué porcentaje de alumnos se presenta.

Dato IN: 100% presentados, 100% aprobados y casi uno de cada tres alumnos por encima de 12.



5. Colegio Alarcón — Pozuelo de Alarcón

Alarcón constituye quizá el ejemplo más claro de la filosofía de este ranking.

Su media PAU publicada es de 8,27 sobre 10, pero además conocemos el porcentaje de presentación: 94%.

Y conocemos las cifras de 2026.

Se presentaron 24 alumnos y aprobaron los 24.

La nota media de acceso alcanzó 8,08 sobre 10; 14 de los 24 estudiantes obtuvieron al menos un 8 y cuatro consiguieron un 9 o más.

La nota máxima de acceso fue 9,59 y, incluyendo la fase voluntaria, llegó a 13,11.

La fase obligatoria dejó una media de 7,60.

Alarcón queda por delante de otros centros con medias ligeramente superiores porque ofrece una información fundamental: sabemos que prácticamente toda la promoción llega hasta PAU.

Dato IN: 94% presentados y 100% de aprobados entre los 24 examinados.

6. Engage International School — Majadahonda

Engage presenta uno de los mejores datos PAU del Noroeste: 8,37 sobre 10.

De hecho, por media pura debería aparecer por delante de Retamar, Alarcón y Trinity.

No ocurre así por una razón metodológica.

La fuente que recoge su resultado administrativo no proporciona porcentaje de alumnos presentados a PAU.



Por tanto, sabemos cuánto obtuvieron quienes hicieron el examen, pero no qué proporción representan respecto a la promoción completa.

No significa que exista selección académica ni que el porcentaje sea bajo. Significa exactamente eso: el dato no está disponible públicamente en las fuentes examinadas.

Redacción IN ha decidido no convertir una ausencia de información en un hipotético 100%.

Dato IN: excelente 8,37 de media PAU; porcentaje de presentación no disponible.

7. Alegra British and International School — Majadahonda

Alegra se mueve prácticamente en las mismas cifras que Engage.

Su media PAU publicada alcanza 8,35 sobre 10 y la media de acceso, 11,6 sobre 14.

Además, presenta un historial especialmente fuerte en Bachillerato Internacional.

Una alumna consiguió en una promoción reciente los 45 puntos sobre 45 del IB, la máxima calificación posible. En 2023 el colegio publicó además un 100% de alumnas presentadas y aprobadas en IB.

Pero hay que distinguir IB y PAU.

Para la última referencia PAU no hemos localizado el porcentaje de alumnas presentadas respecto a la promoción completa.

En un colegio internacional esa ausencia resulta menos preocupante que en un centro exclusivamente español, porque algunas alumnas pueden seguir vías universitarias internacionales. Pero tampoco permite otorgarle automáticamente la máxima puntuación de continuidad.

Dato IN: 8,35 de media PAU y 11,6/14 de acceso; fuerte rendimiento internacional, pero sin tasa PAU completa publicada.

8. The British School — Pozuelo de Alarcón

El antiguo British Council School, actualmente The British School, alcanza una media PAU de 8,34 sobre 10.

Es una calificación extraordinariamente competitiva.

Su posición exige, sin embargo, una consideración especial. El centro desarrolla un modelo británico combinado con el currículo español y desde septiembre de 2026 incorpora los iA-Levels, junto a su itinerario BiBac.

Por tanto, utilizar exclusivamente la PAU para medirlo sería metodológicamente incorrecto.

No hemos localizado un porcentaje público de alumnos presentados a la PAU que permita compararlo directamente con Retamar, Trinity o Alarcón.

Eso no significa que los restantes alumnos no hayan terminado Bachillerato. Pueden estar accediendo a la Universidad mediante otros itinerarios.

Dato IN: 8,34 de media entre quienes realizan PAU, dentro de un sistema donde la Selectividad española no refleja necesariamente a toda la promoción.

9. Logos International School — Las Rozas

Logos registra una media PAU de 8,20 sobre 10 y una media de acceso publicada de 11,49 sobre 14.

También aparece con un 100% de aprobados entre los alumnos que realizan la prueba.

Pero vuelve a faltar el denominador fundamental.

No hemos localizado el porcentaje exacto de alumnos de 2.º de Bachillerato que se presenta finalmente a PAU.

Su carácter internacional y la oferta de Bachillerato Internacional obligan además a interpretar el dato con cautela.

Dato IN: 8,20 PAU y 11,49/14 de acceso; porcentaje de presentación no publicado en las fuentes examinadas.

10. Everest School Monteclaro — Pozuelo

Everest cierra el Top 10, aunque sus últimos resultados permiten discutir seriamente una posición superior.

En 2026 consiguió una media de 7,7 en la fase general de PAU y una media de Bachillerato de 8,2.

Seis alumnos superaron 13 sobre 14 y la mejor calificación alcanzó 13,448.

Existe además un antecedente particularmente interesante. En 2025 Everest comunicó que 150 alumnos habían apro-

bado la PAU, con un 100% de éxito, y que una cuarta parte de ellos había superado 12 sobre 14.

Es una cohorte extraordinariamente grande, lo que concede especial valor estadístico al resultado.

Lo que no hemos podido establecer con suficiente seguridad para 2026 es qué porcentaje de todos los matriculados en 2.º acabó presentándose a PAU.

Dato IN: seis alumnos >13 en 2026 y una promoción anterior de 150 aprobados; falta completar la tasa de presentación de la última promoción.

El gran dato oculto de los rankings escolares

La investigación deja una conclusión bastante clara.

Si ordenásemos estos colegios exclusivamente por la media PAU disponible, Engage, Alegra o The British School ocuparían posiciones superiores.

Pero Redacción IN ha decidido introducir una exigencia adicional.

Queremos saber cuántos alumnos llegan.

Retamar tiene 8,30 y un 100% de presentación.

Trinity, un 100%.

Alarcón, un 94%.

De otros centros con medias superiores no hemos conseguido localizar ese porcentaje.

No significa que sus resultados sean peores. Tampoco que estén seleccionando alumnos. Significa que existe una información necesaria para interpretar correctamente la nota media que no está disponible públicamente.

Y en un ranking independiente esa diferencia debe constar.

El ejemplo que explica por qué importa

Imaginemos dos colegios con 100 alumnos en 2.º de Bachillerato.

El primero presenta 60 a PAU. Los 60 aprueban y consiguen una media de 8,5.

El segundo presenta a los 100. Aprueban los 100 y obtienen una media de 8,2.

Un ranking construido exclusivamente sobre la nota PAU colocaría primero al colegio del 8,5.

Redacción IN no necesariamente.

Porque el segundo ha conseguido llevar a 40 alumnos más hasta la prueba y mantener, pese a ello, una media muy elevada.

Ese es el efecto que pretendemos medir.

Cinco cifras que deberían publicar todos los colegios

Hay una forma extraordinariamente sencilla de acabar con la discusión.

Cada colegio podría publicar al finalizar el curso únicamente cinco números:

1. Alumnos matriculados en 2.º de Bachillerato.
2. Alumnos que obtienen el título de Bachillerato.
3. Alumnos presentados a PAU.
4. Alumnos que aprueban PAU.
5. Nota media de todos los presentados.

Con esos cinco datos cualquier familia podría conocer mucho mejor el rendimiento académico real.

Porque decir «100% de aprobados» sin indicar cuántos alumnos había inicialmente en la promoción ofrece una fotografía incompleta.

Lo que no hemos encontrado

Redacción IN ha buscado específicamente para los principales colegios del Noroeste las cifras de matriculados en 2.º de Bachillerato 2025/26, titulados, presentados y aprobados.

No existe, al menos de manera pública y fácilmente verificable en las fuentes localizadas, una tabla completa que proporcione simultáneamente esas cuatro cifras para todos los centros.

Sí aparecen indicadores parciales.

Retamar figura con 100% de presentados.

Trinity, con 100%.

Alarcón, con 94%.

Orvalle publicó expresamente 100% de presentadas y 100% de aprobadas en 2025.

Pero para otros colegios aparece únicamente la media de quienes realizaron PAU.

Redacción IN ha preferido dejar esas casillas como ND antes que estimarlas.

Y un último matiz: los colegios internacionales

Existe una precaución imprescindible.

Un porcentaje reducido de presentación a PAU puede ser una señal importante en un colegio que imparte exclusivamente Bachillerato español.

En un centro internacional, no necesariamente.

Un estudiante puede terminar correctamente sus estudios mediante IB, A Levels u otra titulación internacional y acceder a una universidad extranjera o incluso española sin seguir exactamente el mismo itinerario PAU.

Por eso este ranking no considera automáticamente «fracaso» no presentarse a Selectividad.

Lo que exige es conocer qué ocurrió con el resto de la promoción.

Ese es, probablemente, el dato más importante de todos.



La conclusión de Redacción IN

El Noroeste de Madrid dispone de una concentración poco habitual de colegios privados con resultados académicos elevados.

Pozuelo coloca cuatro centros en este Top 10; Boadilla, dos; Majadahonda, dos; y Las Rozas, otros dos.

Pero esta investigación también demuestra que la nota media de Selectividad cuenta solamente una parte de la historia.

El mejor resultado no tiene por qué ser la nota más alta.

Para Redacción IN, el verdadero indicador de fortaleza académica aparece cuando un colegio consigue combinar tres cosas: que sus alumnos terminen Bachillerato, que prácticamente todos lleguen a la PAU y que, además, obtengan grandes resultados.

Por eso, a partir de ahora, cuando un centro anuncie un «100% de aprobados», habrá una pregunta que merece hacerse antes que ninguna otra:

¿qué porcentaje de la promoción se presentó? Ω

**DIEZ AÑOS
DE FUNDACIÓN CANÁ:
UNA DÉCADA APRENDIENDO
QUE NADIE SOBRA**



ació para acompañar a personas con discapacidad intelectual y a sus familias. Diez años después, Fundación Caná se ha convertido en uno de los proyectos sociales más reconocibles de Pozuelo: 234 beneficiarios, 155 voluntarios, decenas de profesionales y una comunidad que ha aprendido que la inclusión no consiste únicamente en ayudar, sino en compartir la vida.

Por Carmen Millán

Hay aniversarios que se celebran contando años. Y hay otros que obligan a contar vidas.

En el Teatro MIRA, el pasado 4 de octubre, Fundación Caná cumplió diez años y durante unas horas ocurrió algo que explicaba mejor su historia que cualquier memoria anual. Sobre el escenario estaban ellos. Chicos y chicas, hombres y mujeres con discapacidad. Algunos caminando, otros en silla de ruedas. Unos más tímidos, otros incapaces de esconder la alegría. A su alrededor, familiares, profesionales, voluntarios y amigos. No estaban al fondo. No ocupaban un lugar simbólico. Estaban en el centro.

Era exactamente donde debían estar.

Diez años después de su constitución, Caná celebraba una década de trabajo, pero también una idea que poco a poco ha ido calando en Pozuelo: una persona no puede ser definida exclusivamente por aquello que no puede hacer.

Detrás de aquella fotografía había miles de horas de terapia, excursiones, partidos de fútbol, talleres, campamentos, conversaciones, fisioterapia, tardes de ocio y mañanas difíciles. Había

padres preocupados por lo que ocurrirá el día de mañana. Hermanos. Profesionales. Voluntarios. Y había, sobre todo, personas que durante estos años han aprendido cosas y han enseñado muchas otras.

Porque esta historia comenzó mucho antes de que existiera un edificio con el nombre de Fundación Caná en la puerta.

Antes de Caná hubo unas familias

Para entender la Fundación hay que viajar hasta el año 2000. Un grupo de familias de Pozuelo que convivía con la discapacidad se enfrentaba entonces a una pregunta sencilla de formular y mucho más complicada de resolver: ¿qué ocurre fuera del colegio, de las terapias o de la atención estrictamente asistencial? De aquella necesidad nació ADIPO, la Asociación de Discapacitados de Pozuelo.

Era una iniciativa pequeña. Treinta familias. Ocio los domingos. Talleres de informática, musicoterapia, cocina o dibujo. Cosas aparentemente normales.

Precisamente de eso se trataba.





De tener amigos. De salir. De aprender. De pintar. De cocinar. De disfrutar de un domingo como cualquier otra persona. Durante dieciséis años, aquel proyecto fue creciendo hasta que las necesidades superaron la estructura que lo había alumbrado. En febrero de 2016, con el respaldo de la parroquia de Santa María de Caná y de su párroco, D. Jesús Higuera, ADIPO dio paso a la Fundación Caná. La nueva entidad asumió a las familias y las actividades anteriores y comenzó a construir un proyecto mucho más amplio.

Caná no nació, por tanto, de un despacho. Nació de una necesidad.

Y quizá ahí se encuentre una de las claves que explican su posterior crecimiento.



Don Jesús Higuera y una casa para quedarse

Resulta difícil contar estos diez años sin detenerse en D. Jesús Higuera.

El sacerdote llegó a Pozuelo en 1995 para levantar una parro-

quia prácticamente desde cero en una zona, la Avenida de Europa, que entonces empezaba a transformarse. Más de treinta años después, su historia personal está inseparablemente ligada a la ciudad.

Quienes le conocen saben que lleva décadas repitiendo una idea: una parroquia no son fundamentalmente sus paredes, sino las personas que entran en ella.

Fundación Caná acabaría convirtiéndose probablemente en una de las expresiones más visibles de esa forma de entender su misión.

La entidad se constituyó formalmente en 2016. Apenas un año después atendía ya a 91 familias y colaboraba con otras organizaciones para proporcionar terapias y talleres a 70 personas con discapacidad intelectual. En 2018 eran 121 familias. En 2019 comenzó un nuevo capítulo: el programa de Atención Diurna arrancó con cuatro jóvenes de 21 y 22 años con parálisis cerebral. Un año después se amplió el servicio y se abrió una línea específica para personas con discapacidad intelectual.

El proyecto había dejado de ser una suma de actividades.

Se estaba convirtiendo en una estructura de acompañamiento para toda una vida.

Y eso era especialmente importante para los padres.

Porque existe una pregunta que muchas familias de personas con discapacidad aprenden a pronunciar casi en silencio: ¿qué será de mi hijo cuando yo no esté?

En mayo de este año, durante un encuentro con empresarios y colaboradores de Pozuelo, D. Jesús volvió sobre esa preocupación. El objetivo, explicó, es que las familias tengan la seguridad de que sus hijos seguirán acompañados.

Que Caná sea siempre su casa.

Pocas frases explican mejor lo que pretende ser la Fundación.



En el Mira Teatro de Pozuelo de Alarcón la música puso voz a diez años de camino compartido.



2022: por fin, una casa propia

El 11 de octubre de 2022, la historia cambió de escala. Aquel día se inauguraron las nuevas instalaciones de Fundación Caná junto a Santa María de Caná. El entonces arzobispo de Madrid, Carlos Osoro, y la alcaldesa de Pozuelo, Susana Pérez Quislan, participaron en un acto en el que apenas cabía un alma más.

Después llegó el corte de cinta.

El edificio suponía mucho más que ganar metros cuadrados. Las nuevas aulas estaban específicamente adaptadas a las distintas actividades y permitieron aumentar el número de personas atendidas, ampliar el servicio diurno y mejorar talleres y terapias.

Aquel día D. Jesús miró a los verdaderos protagonistas y pronunció unas palabras que el tiempo ha terminado haciendo todavía más significativas: "Al veros hay esperanza. Vosotros nos enseñáis cómo se vive la vida con sencillez y alegría".

La frase podía sonar emotiva.

Pero detrás empezaba a haber una organización cada vez más compleja.

Del ocio de los domingos a un proyecto para toda la vida

Hoy Fundación Caná trabaja sobre algo mucho más amplio que la asistencia.

Su misión declarada es favorecer el desarrollo formativo, emocional y social de las personas con discapacidad intelectual y

acompañar también a sus familias. Eso se traduce en atención diurna, talleres terapéuticos y formativos, fisioterapia, musicoterapia, deporte, actividades de ocio, habilidades sociales, autonomía, respiro familiar y formación para el empleo.

Hay cocina, informática, robótica, arteterapia, costura, zumba, fitness, pilates o fútbol.

Pero detrás de cada actividad existe un objetivo mayor.

Aprender a utilizar el transporte público. Manejarse en una tienda. Comunicarse mejor. Preparar un currículum. Resolver un conflicto. Cuidarse. Relacionarse. Tomar decisiones.

En definitiva, ganar autonomía.

Uno de los últimos pasos ha sido el proyecto Salta, puesto en marcha para preparar a personas con discapacidad que aspiran a incorporarse en el futuro a programas universitarios adaptados. En 2024, además, 34 personas participaban en atención diurna, 151 en los talleres de tarde del proyecto Activa y 152 familias estaban vinculadas al programa de ocio Sal.

Aquellas treinta familias de los primeros años de ADIPO quedaban ya muy lejos.



Los números que cuentan una parte de la historia

A veces las cifras resultan frías.

Aquí ayudan a comprender la dimensión alcanzada.

Los datos de 2024 analizados por Fundación Lealtad sitúan en 234 los beneficiarios de Caná, con 155 voluntarios y 14 empleados. Ese mismo ejercicio la entidad registró 744.234 euros de





Las familias, el corazón de Caná: diez años caminando juntas, sosteniéndose en los momentos difíciles y celebrando cada pequeño gran paso.

ingresos y 742.659 euros de gastos. Fundación Lealtad acredita además a Caná con su sello Dona con Confianza tras verificar el cumplimiento de sus nueve principios de transparencia y buenas prácticas.

El crecimiento tiene otra lectura.

Ciento cincuenta y cinco voluntarios significan ciento cincuenta y cinco personas que, en algún momento, decidieron entregar parte de su tiempo.

Y el tiempo es quizá una de las pocas cosas que nadie puede recuperar.

Hay estudiantes que acompañan actividades. Adultos que ayudan en el ocio. Empresas que aportan recursos. Asociaciones que colaboran. Profesionales que trabajan cada día.

A comienzos de este año, por ejemplo, Rotary Club Pozuelo Villa financió veinte equipaciones completas para el equipo de fútbol de Caná.

Puede parecer un detalle.

Para quien se pone esa camiseta, deja de serlo.

Porque formar parte de un equipo significa también pertenecer.

Una Fundación que ha ido entrando en Pozuelo

La historia de Caná tampoco puede comprenderse aislada de la ciudad.

Sus usuarios han participado en actividades municipales; la Fundación está presente en las celebraciones del Día Internacional de las Personas con Discapacidad; ha recibido el apoyo de empresas y asociaciones locales; músicos y vecinos han orga-

nizado conciertos solidarios; y el nombre de la entidad aparece cada vez con mayor frecuencia unido a la vida social del municipio.



Pozuelo ha ido conociendo a Caná.
Y Caná ha ido entrando en Pozuelo.

El pasado septiembre, esa relación recibió además un recono-

cimiento indirecto pero profundamente simbólico cuando D. Jesús Higuera fue nombrado Hijo Adoptivo de Pozuelo de Alarcón después de más de tres décadas vinculado al municipio. Entre los méritos destacados por el Ayuntamiento figuraba precisamente su trabajo junto a las personas con discapacidad y sus familias.

Un mes después llegó la gran celebración de la década. El Teatro MIRA se llenó para festejar los primeros diez años de Fundación Caná. La entidad reconoció al Ayuntamiento por el apoyo prestado durante ese camino y la alcaldesa, Paloma Tejero, resumió el compromiso institucional con una idea: apoyar a las personas con discapacidad y a sus familias no es una cuestión de caridad, sino de dignidad y justicia. Pero probablemente lo importante de aquella gala ocurrió antes y después de los discursos. Ocurrió sobre el escenario.



En las miradas.
En los saludos.
En esos pequeños gestos difíciles de explicar a quien nunca ha pasado una tarde dentro de la Fundación.

Andrea, Carmen, María Eugenia... los nombres detrás de la palabra discapacidad

Las organizaciones corren siempre el riesgo de convertirse en siglas, estadísticas y memorias. Caná sólo se entiende cuando aparecen los nombres. Andrea, por ejemplo. Su madre, Beatriz Pérez Abraham, recordó durante el encuentro empresarial del décimo aniversario cómo su hija había cambiado su propia manera de entender la vida. Andrea ha representado a España en competiciones internacionales de kárate.

O Carmen y María Eugenia, que aquel mismo día decidieron transformarse en reporteras, micrófono en mano, y entrevistar a los invitados.

Durante unos minutos dejaron de ser “usuarias”. Eran periodistas.

Y quizá ahí resida una lección fundamental.

La inclusión comienza muchas veces cuando dejamos de decidir de antemano quién puede hacer qué.



Martín del Río, Director de la Fundación Caná.

Lo que no aparece en ninguna memoria

Diez años pueden ordenarse en una cronología.

- 2016. Fundación.
- 2017. Crecimiento.
- 2018. Atención diurna.
- 2019. Nuevo edificio.
- 2020. Reconocimiento a la transparencia.
- 2021. Nuevos proyectos.
- 2022. Décimo aniversario.

Pero hay otra contabilidad imposible.

No conocemos el número de abrazos.

Ni cuántas veces un padre ha vuelto a casa un poco más tranquilo.

Ni cuántas amistades han comenzado durante una excursión.

Ni cuántos jóvenes han conseguido hacer solos algo que meses antes parecía imposible.

No sabemos cuántas veces un voluntario llegó pensando que iba a ayudar y regresó descubriendo que había aprendido algo.

Eso no cabe en una hoja de cálculo.

Y, sin embargo, probablemente sea el verdadero patrimonio acumulado durante estos diez años.

Porque Fundación Caná nació para mejorar la vida de personas con discapacidad, pero por el camino ha sucedido algo más: muchas de esas personas han terminado cambiando también a quienes las rodean.

Han obligado a relativizar las prisas.

A celebrar avances pequeños.

A comprender otras formas de comunicarse.

A descubrir capacidades donde otros sólo habían visto límites. Ω



Estas a una consulta de volver a lucir melena salvaje

Te ofrecemos los mejores tratamientos capilares.

Pide tu cita en: +34 689 323 098
o ven a vernos a: C/Doctor Barraquer 3, Córdoba, España



AKIRA

MEDICINA CAPILAR Y ESTÉTICA

akiramed.com