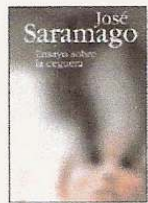


Con el patrocinio de



Caja Mediterráneo

Otras lecturas



JOSÉ SARAMAGO
Ensayo sobre la ceguera

EDITORIAL ALFAGUARA
424 PÁGINAS

La bondad de la humanidad puesta en entredicho.

► José Saramago, ganador del premio Nobel de Literatura en 1998, intenta describir el comportamiento humano en las condiciones más extremas para cuestionar si realmente la humanidad es tan civilizada. Una extraña ceguera que se expande por la población es el punto de partida para mostrar lo mejor y lo peor de la condición humana.

Saramago logra acercarse a los instintos primitivos del ser humano, empleados para poder sobrevivir en un mundo sin ojos donde reina el caos y el desorden en aras de lograr la supervivencia. Los enfermos son encerrados en un edificio, las mujeres obligadas a prostituirse para intercambiar comida robada y, todos, son víctimas del abuso y del egoísmo. La única esperanza es la mujer del médico, cuyos ojos son la única luz de la población. Ensayo sobre la Ceguera es, para muchos críticos, la mejor novela del premio Nobel portugués José Saramago (1922). LEVANTE-EMV VALENCIA

SABORES DEL MUNDO

CHIPRE



Afelia

● Cortar el solomillo en trozos cúbicos no muy grandes y meter en un bol con el vino tinto dentro del frigorífico 4 horas. ● Después, extraer los trozos de solomillo y secar en un paño. Reservar el vino. ● En una sartén echar aceite de oliva y dorar los trozos. Deben quedar sólo marcados por todos los lados. Retirar la carne y reservar. Con el aceite sobrante dar un par de vueltas a las semillas y, cuando desprendan el aroma, machacar en el mortero. ● Una vez machacadas, ponerlas en la sartén e incorporar la carne, salpimentar al gusto y verter el vino utilizado para marinar. ● Poner el fuego fuerte y cuando hierva reducir para que se vaya haciendo lentamente durante una hora. Remover de vez en cuando.

Envíenos sus recetas a
levantejove@epl.es

► **Grado de dificultad:** Fácil

► **Ingredientes:** 4 personas
Solomillo de cerdo (a unos 100 gramos por comensal)
Vino tinto (el necesario para cubrir la carne)
2 cucharaditas de semillas de cilantro
Sal
Pimienta negra
Aceite virgen de oliva

► **Tiempo de preparación:** 140 min.

► **Recomendación:** Se suele servir acompañado de un poco de salsa y con ensalada verde en el mismo plato. También se puede servir con patatas cocidas.

JUNTOS

EMV

2



► **SUEÑOS HECHOS REALIDAD.** 1 Alejandro disfruta del baño junto a unos delfines. LEVANTE-EMV 2 Juan, de nueve años, se atrevió a tirarse en paracaídas. LEVANTE-EMV 3 David, de 15 años, soñó un día con visitar Roma y descubrir los restos del imperio romano. LEVANTE-EMV 4 Carla, de 4 años, quería ser una princesa. 5 Con tan sólo 8 años, María ya tiene claro que desea ser veterinaria y aprender a cuidar los caballos. LEVANTE-EMV 6 Carlos, de 8 años, tuvo un encuentro con Spiderman. LEVANTE-EMV



«Yo sueño con...»

► Caja Mediterráneo contribuye a que los sueños de muchos niños con enfermedades crónicas se cumplan ► Fundación Pequeño Deseo trabaja desde 2005 en la Comunitat Valenciana y ya ha hecho realidad 350 deseos

O. B. VALENCIA

■ ¿Cuándo fue la última vez que soñó despierto? ¿Cuántas veces ha pensado en volver a ser un niño para desear cosas imposibles? Seguramente ya ni se acuerde de cuando quiso ser una princesa o un astronauta o en su máxima de conocer a su ídolo para hacerse una fotografía con él. Aquel tiempo pasó para usted pero no para miles de niños y adolescentes (de 4 a 18 años) que viven entre pruebas y diagnósticos médicos y que se pasan gran parte de su tiempo en el hospital.

Caja Mediterráneo y la Fundación Pequeño Deseo han logrado que ilusiones de niños enfermos de la Comunitat Valenciana se cumplan y les den fuerzas para luchar en su día a día. «Aunque los beneficiarios directos son los niños, los sueños cumplidos también ayudan a las familias», explican desde la delegación valenciana, que se puso en marcha en otoño de 2005.

Estas palabras son corroboradas por el doctor Raimundo Guerra, psicólogo especializado: «Las sensaciones de bienestar producidas por momentos de felicidad proporcionan un aumento de la beta-lipotropina teniendo su mayor exponente en la segregación de endorfinas, sustancias bioquímicas que intervienen entre otras funciones en la atenuación del dolor físico y la sedación», quién, además, añade que «la expectativa del deseo sirve para des-estresar al pequeño de la cotidiana situación».

Pero llevar a cabo estos deseos no es una tarea sencilla: «Generalmente conocemos los casos de los niños a través del centro hospitalario —los voluntarios se informan o son los propios médicos que contactan con la ONG— y, cuando se conoce el sueño, se pone en marcha», explican desde la Fundación enfatizando que «el equipo médico tiene la última palabra, tanto en el

deseo como en su ejecución». Así, para mantener esa ilusión y que el pequeño no conozca «lo que traman» los médicos, sus padres y los voluntarios de Pequeño Deseo, «se organiza en secreto y al margen del beneficiario» para que «la ilusión sea mayor».

Pero también son muchos los que se ponen en contacto a través de la página web (www.fpdeseo.com). En ella,

TESTIMONIO



Fernando no olvida el día que conoció a Alonso

► Fernando, de 15 años, ha visto cumplido su sueño gracias a la Fundación Pequeño Deseo y a Caja Mediterráneo: «Me dijeron en el hospital que tenía que ir a Barcelona a unas pruebas y acepté pero no me hacía ninguna gracia tener que ir tan lejos — tiene una enfermedad neurodegenerativa—. La verdad es que fui, pero me daba mucha pereza», confiesa el valenciano. «Y cuando llegaron —sigue narrando—, dos chicas vinieron al hospital y nos dijeron —le acompañó su padre, que ya conocía la sorpresa— que nos invitaban a desayunar a Mont-

meló» y destaca que «ahí todavía no me lo imaginaba pero sospechaba algo». Según explica, le enseñaron todo el circuito, los boxer y donde descansa Fernando Alonso, a quién no pudo conocer hasta que acabaron los entrenamientos. «Cuando acabó vino y nos hicimos fotos y contestó a todo lo que le pregunté». Al valenciano le asombró que «con cada carrera pierden de cinco a seis kilos de peso» y confesó que «en un principio me pareció bastante frío pero, cuando acabó el entrenamiento, estuvo mucho más atento y cariñoso».

«Fue una alegría porque es algo que no puede hacer toda la gente», comenta con gran ilusión incidiendo en que «me siento bastante afortunado porque he sido uno de los pocos que puede hacer eso». Pero esta experiencia también le ha ayudado a «darme cuenta de que gente que no has visto en tu vida sea tan cercana» porque «te reconforta».

LEVANTE-EMV VALENCIA