



Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo de Alarcón,
100% independiente. www.pozueloin.es @PozueloIN



RELATOS DE UNA PANDEMIA
Vivir algo para lo que no
estábamos preparados



Gracias a los más de 65.000 lectores SEGUIMOS LUCHANDO

Auditados por la OJD



*Definiendo las noticias,
la cultura, la moda,
la gastronomía
y las personalidades
que impulsan
Pozuelo de Alarcón*



CARACTERÍSTICAS

Pozuelo IN

Es una publicación mensual de carácter privado en la que se definen las noticias, la cultura, la gastronomía, la moda y las personalidades que impulsan Pozuelo de Alarcón.

Distribución

Con una tirada de 16.000 ejemplares, Pozuelo IN es buzoneada directamente en hogares, comercios e instituciones de Pozuelo de Alarcón y alrededores, obteniendo un impacto estimado de 60.000 lectores.

Pozuelo IN

EDITA: MEIGA MEDIA S.L.

REDACTORA JEFA: CARMEN MILLÁN

COLABORADORES: EDUARDO LÓPEZ GARCÍA DE JAIME, JESÚS CASTELLS.

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

DTO. PUBLICIDAD: GEMMA PÍA, PATRICIA GARCÍA SANCHO, ARIANA FRANCÉS, RAÚL GONZÁLEZ. TLFNO. 616 64 90 11

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA • www.pozueloin.es • redaccion@pozueloin.es — 91 016 08 91

DIRECCIÓN: Plaza Mayor, 4, local 6, 28223 Pozuelo de Alarcón — 91 016 08 91 — 91 057 68 24 • PUBLICIDAD: publicidad@pozueloin.es

POZUELO 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.



ACADEMIA ARTE Y BIENESTAR

ACADEMIA ESCUELA INGLESA

ACADEMIA EN ARMONIA

ACADEMIA JERSEY SCHOOL

ACADEMIA SPRACHSHULE

ACADEMIA WOLFRAM

ACOLCLIMA

ACPC

ACTIVIDA

ALHOBRA CONSTRUCTORA

AROGA-04

ARROYO MOTOR BOSCH SERVICE

ASESORÍA TAMEGA

ASESORÍA MARCOS HERRERO

AUTOESCUELA ALUCHE

AUTOESCUELA JAENES

AUTOMÓVILES ALHAMBRA



LA GRAN DEPRESIÓN

Por Jesús Castells

Fotografía: Marta Aparicio

➡ No hace falta ser un águila financiera ni un visionario gurú para saber que la que se nos avecina desde el punto de vista económico no va a ser fácil, nada fácil. Y lejos de sumirme aún más en vaticinar la catástrofe, me siento en la obligación moral de darme y daros ánimos para que salgamos adelante.

Lo primero que tendremos que hacer, nada más salir, será honrar a nuestros muertos, a todos y cada uno de ellos. Cada uno a su manera, como cada uno entienda que tiene que hacerlo, es de ley.

Habrà que seguir cuidándonos mucho de forma individual y colectiva. Y aunque igual dentro de un tiempo ya no salgamos a los balcones, creo que deberíamos de seguir aplaudiendo todos los días en nuestro interior a todos los que se dejaron la piel por sacarnos de esta. Ser agradecidos también es de ley.

Seguro que muchos de vosotros conocéis la filosofía Ubuntu, un concepto africano tradicional que proviene entre otras de la lengua zulú, y que habla de la lealtad de las personas y de la

forma ética de relacionarse entre ellas.

Es conocido el juego que un antropólogo propuso a los niños de una tribu africana. Puso una cesta llena de frutas cerca de un árbol y les dijo a los niños que aquel que llegara primero ganaría todas las frutas. Solo uno. Cuando dio la señal para que corrieran, todos los niños se cogieron de las manos y corrieron juntos, después se sentaron juntos a disfrutar del premio. Cuando él les preguntó por qué habían corrido así, si solo uno podía ganar todas las frutas, le respondieron todos a la vez: ¡UBUNTU!, ¿Cómo uno de nosotros podría estar feliz si todos los demás están tristes?

Ubuntu significa: "Yo soy porque nosotros somos". Es la conexión universal de compartir que conecta a toda la humanidad, es decir: Yo no soy si tú no eres, si los demás no son. "Personas trabajando juntas por una causa común"; Hay que reconocer que nosotros podemos llegar a tener plena existencia porque otras personas lo hicieron posible antes, dicho por ellos "nosotros estamos aquí hoy, porque vosotros estabais aquí ayer". Una persona con Ubuntu es aquella que se alegra cuan-

do el otro es bueno en algo, cuando tiene destreza porque piensan que todos se benefician con esto, todos son más. Muchos africanos piensan que cada persona decrece cuando otras personas son humilladas o menospreciadas, cuando otros son torturados u oprimidos. Ya ves, el continente más pobre de la tierra dándonos lecciones, entre otras, de humildad para aceptarlas.

A esto me refiero cuando digo que tendremos que cuidarnos de forma colectiva, porque individualmente más o menos ya sabemos.

Mucho mayor que el daño económico será el psicológico si no nos cuidamos de ahora en adelante todos y cada uno de nosotros, y sobre todo si no cuidamos de los demás.

La depresión se llevará por delante muchos más muertos que el virus si no le ponemos freno entre todos. Y pienso que la única forma de hacerlo es no dejar a nadie atrás, de ser capaces de mentalizarnos que salvarnos nosotros sin mirar a nuestro alrededor será una victoria agri dulce y dejará en manos de la tristeza a muchas almas.

Me niego a pensar que una vez superada la pandemia nos quedemos indiferentes,

y nada haya cambiado por dentro, habríamos perdido todos, los que se fueron y los que queden. No habremos aprendido nada. Una mierda.

Si el enemigo común de un pueblo no consigue unirnos para siempre es que estamos condenados a desaparecer. Tomemos nuestras manos y caminemos juntos, ¡UBUNTU!

Voy más allá de la esperanza, con los que profesen su fe o con los que quieran creer en el ser humano. Estoy seguro, no me cabe ninguna duda de que saldremos adelante, pero pongamos unos pilares firmes, profundos y orgullosos para nuestra especie. Nos tocará trabajar y trabajar mucho. No importa, lo haremos con ilusión. Nos tocará agarrar fuerte nuestras manos, pero si cada día al volver a casa, nos sentimos felices de haber puesto nuestro granito de arena para construir algo mejor entre todos, esta vez creedme, los aplausos nos lloverán del cielo a todos nosotros.

Jesús Castells es el autor del libro "Josdeputaaa!!! Me han "echao"! de la Editorial La Esfera de los Libros, de venta en las mejores librerías y en plataformas digitales. Ω



AUTOMÓVILES DURSAN

AXA SEGUROS

BIENESTETIC

BISTEC

BLUESKY MÚSICA

BODY FACTORY

BROOKILNG - BOXING - GYM

BOUTIQUE MAGDALENA ABAGA

CAAB CENTRO AUDITIVO

CARMEN NAVARRO

CENTRO COMERCIAL EQUINOCCIO

CENTRO COMERCIAL EL TORREON

CENTRO COMERCIAL GRAN PLAZA 2

CENTRO COMERCIAL MONTEPRÍNCIPE

CENTRO COMERCIAL SEXTA AVENIDA

CENTRO COMERCIAL ZIELO

CENTRO COMERCIAL ZOCO



LA CABAÑA MÁS SOLIDARIA

La Colonia de La Cabaña de Pozuelo de Alarcón, no deja de repartir solidaridad.

Gracias a los vecinos anónimos, las personas de Pozuelo pueden acceder a material tan necesario hoy en día como son las mascarillas.

Es el caso de Vicente, veterinario y vecino de la Cabaña, que de manera totalmente altruista y cubriendo de su propio bolsillo los gastos generados de dicha acción, está repartiendo a todas aquellas personas que tienen falta de mascarillas para que corran el menor riesgo posible.

Estas mascarillas se les facilita en su domicilio a las personas que por su alto riesgo no pueden salir a por ellas. Pozuelo In se reunió con Vicente y el Presidente de La Cabaña, Antonio Gómez, en el Autoservicio Córdoba situado en esta colonia. Allí coordinaron el reparto de las mascarillas y dejaron en depósito más de un centenar para todas las personas que lo precisen y no tengan inconvenientes en poder trasladarse a por ellas.

Vicente, dentro de sus posibilidades,

no solo centra su reparto en Pozuelo. Su solidaridad es mucho mayor, abarcando el reparto de material a distintos puntos de España a través de MRW.



Los pequeños de cada casa

Para que no se olviden que la gente los valora y les animan, los niños de la Colonia de La Cabaña, demuestran a diario su agradecimiento al personal de recogida y limpieza de Pozuelo de Alarcón desde que empezara este confinamiento.

Los profesionales ven a diario cómo el material de recogida de basura en La Cabaña está forrado de folios con mensajes de apoyo y agradecimiento por su gran esfuerzo y valentía en su trabajo



pese al riesgo que conlleva para su salud personal, sabiendo que es necesario hoy más que nunca.

Niños, que también llevan más de un mes de confinamiento, nos dan una lección de solidaridad sacando su mejor faceta.

Las paredes de las oficinas de estos héroes anónimos, se llenan hoy de esos mensajes de apoyo para no olvidar que no están solos. Ω



CENTRO OSLO
CHENSI HIPERBAZAR
CIENCIA Y ROBOTICA
CLÍNICA ARAVACA MEDICINA ESTÉTICA
CLINICA CENTRO
CLÍNICA DENTAL DR. FDEZ ATECA
CLÍNICA OME
CLÍNICA VETERINARIA MONTEPRINCIPE
COLEGIO ALARCÓN
COLEGIO BERNADETTE
COLEGIO CLUNY
COLEGIO ENDAZE
COLEGIO ESCOLAPIOS
COLEGIO EVEREST
COLEGIO HIGHLANDS
COLEGIO INTERNACIONAL ARAVACA
COLEGIO LICEO SOROLLA



CARTA DE UN MÉDICO DE POZUELO A LA ALCALDESA QUISLANT

En la carta refleja la desesperación ante la desidia de este Ayuntamiento. Navegando por las redes de Pozuelo de Alarcón, nos encontramos con esta carta de desesperación de un médico que dice así:

Carta a la Alcaldesa de Pozuelo de Alarcón

Mi nombre es Antonio Sáenz Calvo, Doctor en medicina, y especialista en Medicina Interna. Tengo el privilegio de trabajar desde hace 21 años como Médico de Familia en Pozuelo de Alarcón, donde está enterrado mi bisabuelo que murió en 1919 víctima de la gripe "española" siendo Alcalde de esta villa. Hoy es lunes 13 de abril, ya han pasado 50 días desde que se confirmara el primer caso de Coronavirus en Pozuelo de Alarcón, un chico que venía de Milán, y damos comienzo a la quinta semana de confinamiento.

Lo estamos pasando mal, se ha cerrado por Coronavirus el Centro de Salud de Somosaguas; mi Centro de Salud Pozuelo Emisora con 40 sanitarios ha tenido 10 bajas por Coronavirus (entre ellos el Director y la Coordinadora de enfermería, que siguen dirigiéndonos desde su casa), y otras 6 bajas de médicos, enfermeros, auxiliares y celadores que han ido voluntarios a IFEMA, que apenas han sido sustituidos por dos enfermeros y un médico voluntaria. Cada día de este mes, incluyendo sábados y domingos, y también el Jueves y Viernes Santo en los que hemos trabajado como si fuese un lunes normal, atendemos a las consultas presenciales, 20 de ellas por Coronavirus (al principio sin ropa de protección), y 400 llamadas telefónicas diarias para

seguir a nuestros vecinos con sospecha de infección por Coronavirus, algunos de ellos intubados en la UCI, y teniendo que lidiar nosotros con la angustia de su familia. No nos olvidamos del control telefónico o presencial de los pacientes crónicos que son hipertensos, diabéticos, oncológicos, anticoagulados, o presencial de traumatismos, curas a domicilio... y siguen necesitando. Atendemos por videoconferencia a embarazadas, postparto, lactancia... Además de visitar a domicilio a nuestros pacientes, con/sin COVID-19 cada día. En total en Pozuelo tenemos cerca de 3.000 personas con sospecha de COVID.

Los fines de semana se cierran los Centros de Salud de Casa de Campo, Somosaguas, Aravaca y San Juan y se concentran todos los recursos en nuestro Centro de Salud de Pozuelo Emisora, donde organizamos la atención sanitaria para 200.000 personas.

Tenemos unos pocos test PCR para saber quién está infectado, y los reservamos a personal esencial como la Policía Nacional de Pozuelo de Alarcón, abandonada a su suerte por su Ministerio, para que los que no estén infectados puedan seguir patrullando (actualmente tienen 10 bajas). La Residencia Alarcón ha sido cerrada por que el 80% de ancianos y cuidadores han dado PCR positivo (nuestros médicos fueron a hacer los test), y ahora se ha comenzado a hacer test a los 300 de otra residencia.

Afortunadamente, muchos vecinos (dentistas, veterinarios,...) nos han donado material, manguitos, mascarillas, pantallas protectoras; tenemos un coche y conductor voluntario para los avisos, de una empresa privada Servi-

car25, poco para los avisos que tenemos.

Bueno y ahora mi pregunta para usted Alcaldesa:

¿Qué es lo que hemos obtenido del Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón desde hace casi 50 días?...

Simplemente: Nada. Ningún contacto. Ninguna preocupación por conocer en qué condiciones están los sanitarios que atienden a la población de Pozuelo. Ningún ofrecimiento de ayuda o colaboración. Ninguna solución para los desplazados de residencias o de sus hogares por aislamiento. Nada, simplemente Nada tras 50 días.

Pero lo que realmente me sorprende es que la Alcaldesa del municipio más rico de España, ni siquiera se le haya pasado por la cabeza llamar una sola vez y preguntar: ¿Hola, os podemos ayudar?, ¿necesitáis algo?, Estamos aquí.

Es posible que algún día se reconozca nuestro trabajo y sacrificio (algunos de mis compañeros en la Comunidad de Madrid han muerto), pero Alcaldesa, ni por un momento sueñes en aparecer en algún sitio tratando de representarnos.

Gestionar en tiempos de bonanza es fácil, pero en tiempos complejos sólo está a la altura de los mejores. En tiempos de crisis la gente valiosa sobresale y lidera, los mediocres se hunden y los trepas se esconden hasta que escampe. Vamos Alcaldesa, no espere a que escampe y actúe con los sanitarios de los centros de salud que atienden y cuidan a la población del municipio que VD. tiene el honor de dirigir.

Dr. Antonio Sáenz Calvo
Médico del CS Pozuelo Emisora Ω



COLEGIO MIRABAL

COLEGIO MONTE TABOR

COLEGIO MONTESSORI ARAVACA

COLEGIO MONTESSORI SCHOOL-LA FLORIDA

COLEGIO SAN LUIS DE LOS FRANCESES

COLEGIO SAN PABLO CEU

COLEGIO SCHOENSTATT

COLEGIO STELLA MARIS

COMPOLASER

COMPRO ORO

DOYS REFORMAS

ECOTIENDA HERBOLARIO POZUELO S.L

EL ALMACÉN DE LA CASA

EL JARDIN DE OAK

EL MERCADITO DE POZUELO

ELYA NOVA ASESORIA

ENGEL AND VÖLKERS INMOBILIARIA



Una familia de Pozuelo dona más de 1.000 artículos de material sanitario
Por Carmen Millán

Siempre nos quedarán los vecinos de Pozuelo

Mala época la que vivimos en estos momentos por el COVID-19. Una pandemia que ha llegado por igual a todos, nos ha pillado desprevenidos y novatos. Pero es en estos momentos donde se ve el trabajo tanto de los supuestos "líderes" que nos deberían proteger y de los que realmente lo son y nos protegen, poniendo su salud en riesgo solo por y para los demás, personal sanitario, de limpieza, Policía, militares, servicios imprescindibles para poder combatir en el menor tiempo posible y de la mejor manera esta tragedia.

No me olvido de todos aquellos ciudadanos que de manera anónima ejerce su solidaridad, en Pozuelo muchos, pese a encontrarse sin ayuda. Es el caso de la Familia Pérez-Pérez.

Pepa Pérez Andújar y Antonio Luis Pérez Ortega es un matrimonio de Pozuelo que a ambos les ha pillado esta pandemia por separado, él en Granada y ella con sus dos hijas en Pozuelo.

Su máxima preocupación era ver de qué manera podían ayudar. Tras hablar con una empresa de unos amigos

suyos de Granada, Monofacturas Plásticas Vilchez S.L consiguieron hace un par de semanas que les donaran 500 viseras para poder repartir entre las Residencias de Mayores y Centros de Discapacitados de Pozuelo que tanto las demandaban por falta de este material. Con la colaboración de la Policía Local fueron entregadas.

No es una labor aislada, la familia Pérez-Pérez han enviado hoy EPIS a Calpau, Don Orione, Las Praderas y el Centro de Salud de la C/ Emisora, así como a un Hospital de Madrid.

En los siguientes días esperan recibir más material que irán repartiendo a aquellos centros que tengan necesidad. También cuentan con la ayuda de la Asociación de vecinos de Alhama de Granada "Marchando por Alhama", donde decenas de costureras de toda la provincia están trabajando para poder enviar material a diferentes puntos de España.

Esta es una de las historias que debemos de contar en voz alta, gracias a familias y personas como ellas podemos contar con material imprescindible. Como ellos, son muchos los que de manera anónima hacen una gran labor en Pozuelo para que esta villa sepa que alguien les tiende la mano.



Centros donde se han entregado este material:

- Hogar Don Orione
- Calpau
- Rudolf Steiner
- Villa Paz
- Residencia Prado del Rey
- Residencia La Salud
- Residencia Versalles
- Residencia Valderrey
- Residencia Ballesol
- Residencia La Atalaya
- Residencia Reoss y Zaman
- Residencia Avantos
- Villa Paz
- Liliana Michilot (HM Hospital de Madrid)
- Residencia de Hermanitas de los Pobres de Madrid Ω



ENGLISH FOR FUN
ENTRECAÑAS

ESCUELA DE ARTE Y BIENESTAR

ESCUELA DE BAILE DANCEPOINT STUDIOS

ESCUELA DE BAILE MIRIAM SICILIA

ESCUELA DE CHINO LONGWEN

ESPACIO AMATÍ

ESTHER PINILLA

ESTUDIO DE DANZA MARISA CASA

FISIODÍA

FISIOTERAPIA EUROPA

FLUENCY PILATES

FRIBAR

FROM MADRID TO HOLLYWOOD

FRUTAS MIGUEL

GALA MODA

GASOLINERA ZOCO POZUELO


www.aacoronavirus.org

#CON-VIDA

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE AFECTADOS POR EL CORONAVIRUS



Nace la primera Asociación Española de Afectados por el Coronavirus

Una plataforma a través de la cual defenderán vuestros derechos y os darán el apoyo personal necesario. Su objetivo es ser un punto de encuentro y referencia de todas las iniciativas sociales que están surgiendo en estos momentos tan duros.

La Asociación ha comenzado recientemente su andadura, una iniciativa de un grupo de ciudadanos preocupados por el gran sufrimiento al que nos vemos sometidos, día tras día, debido a la rápida propagación del coronavirus en España.

Sin duda, están ofreciendo su mejor versión, la más solidaria, para ayudar a todos los vecinos, sanitarios, farmacéuticos o a Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado. Pero no se olvidan

de los trabajadores y empresarios que estos días deben salir a la calle y exponerse al contagio mientras muchos otros se ven confinados en sus hogares viviendo situaciones igualmente duras de convivencia, de imposibilidad de trabajar y generar ingresos para afrontar los gastos personales, familiares o profesionales.

Mientras todo esto sucede, nuestros familiares y amigos contagiados siguen luchando y aferrándose a la vida y, por desgracia, son muchos los fallecidos que se van con la tristeza de la soledad, sin una mano a la que agarrarse en sus últimos momentos.

Ante dicha situación, esta Asociación pretende ser el altavoz de todos los afectados por esta crisis sanitaria y social. Quieren ofrecer todas las soluciones posibles y la ayuda necesaria al

potente impacto emocional que está produciendo un confinamiento nunca imaginado, el fallecimiento de nuestros seres queridos, la tensión de vivir ante un futuro incierto y la preocupación por la vida de nuestros mayores.

También buscarán una solución y apoyo a las necesidades económicas, laborales o empresariales para volver a lo que llamamos "la normalidad".

"España, sus empresarios, sus trabajadores, sus autónomos necesitan volver a la normalidad y, para ello, ofrecemos el necesario asesoramiento legal, tributario o financiero".

"España nos necesita y juntos somos más fuertes"

Una Asociación sin ánimo de lucro dirigida a todo tipo de personas, de todas las edades, niveles sociales y procedencia. Ω



GASTRO TIENDA - MR DELIC
GILMAR INMOBILIARIA
GIOVANNI ARENAS DENTAL
GLASSDRIVE POZUELO
GOES
GOORU BEAUTY
GREEN MONKEY IDIOMAS
HELVETIA SEGUROS
HORNO DE SAN LORENZO
IBOR AUDITORES
IKASA
INMOGLACIAR
INMOBILIARIA AKASA
INVERSIONES LAÍNEZ
ITV OCA
KENDALL
LA CHARCUTERIA

DIARIO DEL CORONAVIRUS

Por Ricardo Rubio

@ricardorubiooficial



#TePrestoMisOjos

























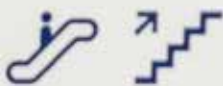








Servicio médico
Medical Centre









#TePrestoMisOjos





PISA BIEN, VIVE

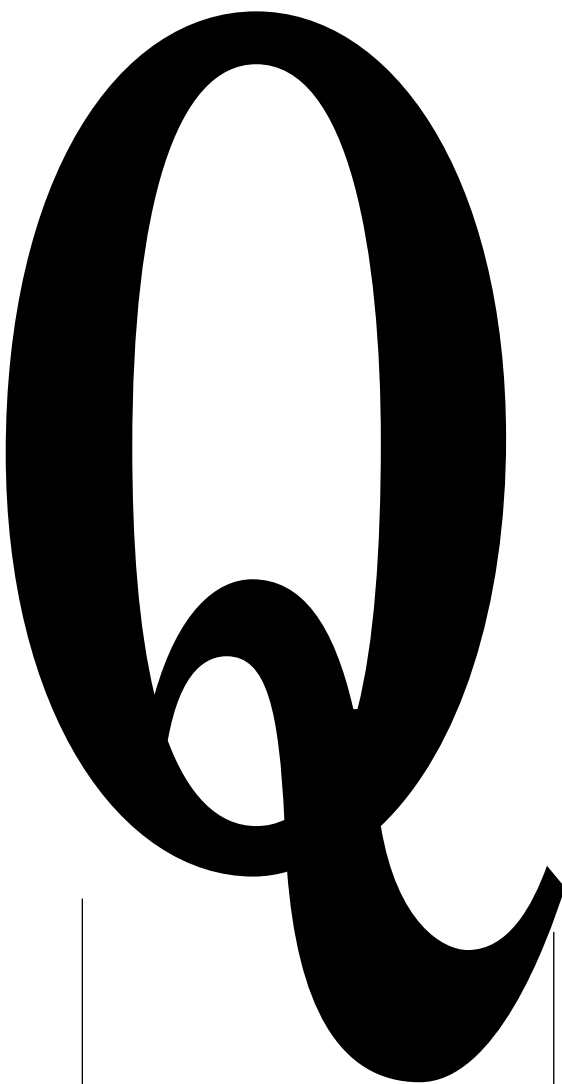
VICTOR ALFARO O COMO LIDERAR UNA REVOLUCION QUE EMPIEZA EN LOS PIES

Por Ariana Francés
Fotografía: Ricardo Rubio

MEJOR

”Nuestros niños son los pacientes más estratégicos y en los que más hay que predicar para que tengan una buena salud de mayores”





EL DIRECTOR GENERAL DE PODOACTIVA NOS CUENTA EN EXCLUSIVA PARA POZUELO IN LAS CLAVES PARA MEJORAR LA SALUD PODAL DE NUESTROS HIJOS

—QUIÉN ES VICTOR ALFARO

Victor Alfaro es un podólogo que empieza a ser algo coscón porque tengo 47 años, que empezó esta pequeña aventura en Huesca en una consulta de 40 metros y la verdad es que nos hemos ido liando y ahora somos un montón de gente. Tengo un equipo del que estoy enormemente orgulloso. Somos ciento y pico podólogos pero también hay físicos, ingenieros, matemáticos y la verdad es que estamos muy ilusionados porque para nosotros el I+D es fundamental. Si hace veinte años cuando abrimos nos hubieran dicho que íbamos a liderar la podología y que las cosas más punteras de podología en Europa las íbamos a hacer nosotros no nos lo hubiéramos creído.

—¿COMO NACE EN TI LA PASIÓN POR LA PODOLOGÍA?

Yo estudié enfermería y acabé montando una pequeña consulta de enfermería que no tenía mucha viabilidad por que pretendíamos que la gente nos pagara por algo que en la Seguridad Social hacen gratis e igual de bien así que eso no tenía mucho recorrido. Entonces fichamos un fisio y un podó-

logo de Madrid y viendo como trabaja entendimos que eso si tenía mucho margen de mejora porque era muy artesanal. Entonces me matriculé en Barcelona en la carrera de podología y bueno, cuando acabé la carrera nos pusimos a montar Podoactiva con mi hermano que es diez años menor que yo y él estaba en la fase de “qué estudiar?” le animé a ello y en el 2006 montamos podoactiva con la idea de intentar ver la profesión con otros ojos muy apoyados en la tecnología, en la investigación, hacer las cosas cuantificables y acercarnos lo más posible al método científico. Decidimos hacer un proyecto de investigación con la Universidad de Zaragoza. Lanzamos la primera patente que fue un escáner 3D y a partir de ahí un sistema robotizado de fabricación e ir haciendo crecer el equipo con perfiles tanto de podología como de I+D.

—EN QUE CONSISTE LA LABOR DE LA FUNDACIÓN PODOACTIVA? Tenemos dos proyectos solidarios, uno en la India y otro en Etiopía. La Fundación parte de la idea de que somos muy afortunados. Nosotros venimos de una familia absolutamente normal, en una casa con cuatro hermanos y pocos recursos y lo que hemos conseguido ha sido a base de trabajo. Me considero tremendamente afortunado por que cuando viajas por el mundo ves como está la gente que está mal

de verdad y se te quita toda la tontería. Siempre hemos intentado echar una mano y la Fundación Podoactiva va a ordenar eso. Se dedica fundamentalmente a prestar ayuda a cosas que tengan que ver con la salud, el deporte, la calidad de vida y la formación. Tenemos ahora mismo en marcha un proyecto muy importante de formación que empezó haciendo cosas puntuales de podología pero se ha convertido en un proyecto tan grande que en el 2021 se inaugura la primera universidad Podoactiva en Huesca. La idea es formar a nuestros podólogos desde cero y que sea una podología con miras a este siglo y hablando mucho de tecnología, de inteligente artificial, de robótica, cosas que yo creo que van a cambiar mucho nuestra profesión.

También tenemos un proyecto en la Fundación que es una unidad móvil de podología que es un mini bus con una clínica dentro y atendemos a más de 170 localidades del Pirineo para dar servicio a la gente mayor. A veces decimos que atendemos al 50% de la población de un pueblo por que como viven cuatro personas atendemos a dos de ellas.

También tenemos proyectos en la India o Etiopía con “Futbol is life”.

—Y EL LIBRO VIENE DE...

Pues el libro viene de que me lo planteó la editorial Planeta por que no existían libros divulgativos de podolo-





LA LASAGNA DE PATRIZIA
LA LEONESA
LA MANON - BOULANGERIE
LA RICHE PELUQUERÍA
LASHES & GO
LUCAS FOX INMOBILIARIA
LUNIK CENTRO ESTÉTICO
MAD 4 PADEL
MADECASA
MARCOS TABARA
MÁRMARA MODA Y ACCESORIOS
MENTA WAI MODA
MIDAS
MILLA.0
MULTITECNOLOGIE
MUNDODECO
MUSEO DEL JAMÓN



gía para gente normal como corredores o padres así que me plantearon el reto y la verdad es que ha funcionado muy bien. Todos los beneficios van a proyectos concretos como por ejemplo “Fútbol is life” en India, proyectos de fútbol para niños muy marginales de este país. Además le hemos metido mucha tecnología porque le hemos metido 20 videos con realidad aumentada. En cualquier foto que pone un móvil dibujado te descargas la aplicación y puedes ver el video. Así es más fácil entender lo que estamos trabajando en ese documento.

—HAZNOS UN ANALISIS DE LA SALUD DE LOS PIES DE NUESTROS HIJOS

Lo primero que pienso es que es de las cosas más importantes que tenemos en nuestras manos. Es un reto porque estamos jugando fuera del terreno de juego. Hoy la podología no entra en el terreno de la sanidad pública y la inmensa mayoría de padres desconoce la figura del podólogo y que puede ayudar a su hijo. Tenemos un margen de edad desde los 4 o 5 años hasta los 13 para mejorar las cosas por que después es muy difícil corregir esos posibles problemas. Es difícil que concienciamos a las personas de que un niño que no se queja lo traiga simplemente a ver si pisa mal.

Los síntomas más fáciles es ver a un niño más torpón de lo habitual por

ejemplo. Un niño que te dice el padre que no le gusta el deporte que prefiere estudiar o la play. Pues igual tienen algo que ver sus pies, por que a un niño que se mueve bien le gusta hacer cosas. Un pie más aplanado de la cuenta hace que ese niño sea más torpote y por lo tanto lo que no le gusta a ese niño no es el deporte sino quedar el último por ejemplo.

Otro síntoma por ejemplo es que el niño camine de puntillas o que meta los pies tanto para fuera como para dentro. Problemas con fácil solución con plantillas o simplemente con estiramientos. Es fundamental vigilar si cuando anda roza las rodillas porque de mayor puede tener problemas de cartilago. Nuestros niños son los pacientes más estratégicos y en los que más hay que predicar para que tengan una buena salud de mayores.

—COMO DETECTAMOS EN CASA LOS PROBLEMAS MÁS COMUNES?

Fundamentalmente que el niño se queje. Muchas veces echamos al cajón del crecimiento cualquier dolor que nos diga el niño y realmente crecer no duele. Los pies planos, un dolor en el talón, que meta los pies para dentro o para fuera, son deformidades que son muy fáciles de corregir en esta edad temprana.

En un adulto por ejemplo ya no podemos corregir esos síntomas pero los podemos tratar o aliviar con trata-

miento y con plantillas personalizadas. Cuando quites la plantilla ese problema volverá. Es como cuando usas gafas. Cuando te las pones ves pero sin ellas no. Pues lo mismo con las plantillas.

—QUE ES MEJOR, ZAPATILLA O ZAPATO?

Es la gran pregunta que me hacen todos los padres y madres. Tengo que decir que la mayor parte de marcas de zapatillas invierten muchísimo más dinero en tecnología e investigación que cualquier fabricante de zapatos. Una zapatilla hoy normal suele ser una zapatilla bien hecha. Lo más malo que tiene una zapatilla de deporte para llevarla mucho es la falta de transpiración ya que suelen ser materiales muy plásticos y hace un efecto como que se cuece dentro pero si el material transpira no hay problema. Otro tema a destacar: la amortiguación. Es importante pero con el punto de equilibrio. Con esto me refiero a que un niño si desde que nace lo llevamos muy acolchadito, con mucha amortiguación, siempre muy blandito, sus huesos van a ser peores por que nuestra osificación funciona con un estímulo que es el impacto. De hecho, es que se han hecho estudios comparativos entre niños que van siempre calzados con amortiguación y los que van descalzos y la osificación del que va menos amortiguado es mejor por que ha tenido mayor nivel de





ND VIVIENDA
NEW MOLINO MASCOTAS
NOVOCASA
NUBIA ATELIER
OH MY CUT
ORANGETHEORY
ORPEA RESIDENCIA DE ANCIANOS
OSTRAS MORRIS
PELUQUERÍA MONTEPRINCIPE
PESCADERÍA APARICIO
PIZZERÍA CARLOS
PODOACTIVA POZUELO
POLLERÍA CARLOS
PREMIUM INMOBILIARIA
PROYECTAS 2000
PROYECTO BAÑOS
PRYCONSA

impacto. ¿Cómo se cocina esto? Pues cuando el niño va a hacer deporte lleve cierta amortiguación y en su día a día es fenomenal que haga cosas con poca amortiguación como con un zapato o en verano descalzo o en chancas. Sino en general estamos consiguiendo niños en todos los aspectos blanditos.

—QUÉ RECOMIENDAS ENTONCES PARA MEJORAR LA SALUD PODAL DE LOS NIÑOS?

Recomiendo lo primero que la gente interiorice que tiene un profesional como un podólogo que como nosotros está en la vanguardia de la tecnología y que se busquen uno de confianza y que al niño lo vean una vez los pies para ver si le pasa algo y poder evitarle de mayor un montón de problemas que mermaran su calidad de vida.

—VOLVAMOS A PODOACTIVA, CUANTAS CLÍNICAS TENEIS AHORA MISMO?

Estamos en 160 puntos tanto en España como fuera. Tenemos una en Italia en Milán, dos en México, una en Portugal y ahora estamos con la mirada puesta en Inglaterra y en Estados Unidos para ver si empezamos a hacer cosas por ahí. Toda la tecnología que hemos desarrollado encaja muy bien en ese mercado. Tenemos más de 500.000 pacientes visitados y estamos en la vanguardia del sector. Toda esa base de datos que está tratada con Inteligencia Artificial te permite hacer un back up para que esa información y conocimiento pueda ser estudiado por todos los podólogos de Podoactiva. De esta manera nuestro personal está en constante aprendizaje. Cuando por ejemplo vamos a diseñar una plantilla, esa IA (Inteligencia Artificial) nos ayuda a buscar un paciente que haya tenido algo muy parecido y que le haya funcionado. La idea es apostar porque el conocimiento colectivo es mucho más interesante que el conocimiento individual.

—COMO PODÓLOGO DEL REAL MADRID, COMO ANDAN SUS JUGADORES?

A nivel de deportes de élite es muy difícil o casi prácticamente imposible encontrar un deportista que pise mal. Pisar mal es suficientemente “grave” para el como para no llegar a la élite. Es muy interesante trabajar en el primer equipo del Real Madrid pero es muy importante ver al chaval que empieza a jugar al fútbol por que si ese



pisa mal será muy difícil que llegue a ningún primer equipo de fútbol. Cuando estas arriba no ves grandísimos problemas pero donde tenemos el trabajo es en la cantera para trabajar con esos chavales y mejorarlos.

—ALGUNA ANÉCDOTA?

Durante bastantes años, mi mujer y yo los fines de semana éramos el equipo de administración y limpieza y los domingos era el día de zafarrancho y ese fue el hobby durante bastantes años hasta que pudimos contratar una señora de la limpieza y la verdad es que eso está muy bien por que eso te sitúa y te hace recordar de donde vienes y

te hace valorar más lo que consigues y que no te atontes.

Por ejemplo vas a entrar a Valdebebas con tu coche y siempre hay muchos aficionados que esperan a ver a sus estrellas y llegas tu, bajas la ventanilla y dicen: No es nadie! Y tu entonces te quedas tranquilo contigo mismo. El que piense que por que tu estes trabajando en un deporte elite ese equipo gana es que está en las nubes. Los deportistas de élite si están ahí es porque se han ganado estar ahí. Si los demás, sumas un uno por ciento pues bien pero la cosa es no restar. Ω



PUYÓ Y ASOCIADOS
QUIROPRACTICA POZUELO
REMAX ESTACIÓN INMOBILIARIA
RESTAURANTE BARCO APARICIO
RESTAURANTE BITE CLUB
RESTAURANTE BODEGA DE LA SALUD
RESTAURANTE CAPRICHIO DE GALICIA
RESTAURANTE CANCIECHU
RESTAURANTE CASA TERE
RESTAURANTE DOSCA III
RESTAURANTE EL ROCIO
RESTAURANTE LA AMERICANA
RESTAURANTE LA ESPAÑOLA
RESTAURANTE LA QUERIDA
RESTAURANTE LA TABERNA DE LOS POETAS
RESTAURANTE MARIUCA
RESTAURANTE MISS SUSHI

In Memoriam

Por Eduardo López García de Jaime @edulop007



Un pionero de la viña y el olivar español

CARLOS FALCÓ FUE EL HOMBRE QUE CAMBIÓ
EL MUNDO Y POCOS LO SABEN

Carlos, a secas, como le conocimos algunos, o Don Carlos como le llamaban en su empresa, ha aportado más al medio ambiente y al cambio climático que “muchos y muchas” que salen a manifestarse un viernes cualquiera.

Una de las últimas veces que tuve la oportunidad de conversar con él, largo y tendido, fue en su finca donde nos mostró sus viñedos. Ese día gracias a su hijo Duarte, tuve la suerte de compartir mesa con él y observar como conocía por su nombre a cada uno de sus empleados.

Me sorprendió gratamente porque los cuidaba a todos como

si fue un padre, y es que Carlos no era un empresario común, siempre fue un adelantado a su época.

Un hombre que en el año 1973, tras la guerra del Yon Kipur, decidió viajar a Israel y conocer de primera mano ese sistema de riego a los cultivos, que consistía en hileras de tubos de polietileno que incluían goteros, unas válvulas con roscas interiores capaces de eliminar la presión del agua, consiguiendo así su «goteo» localizado junto a cada planta, lo que permitía eliminar gran parte de su contenido en sal, así cuenta este hecho en su libro “La buena VIDA” editado por ESPASA.

Carlos fue importador de esa idea para otros cultivos, y lo trajo a tierras manchegas. Fue el pionero para la viña y el olivar, atrayendo a las firmas más importantes en su mayoría vitivinícolas, que vinieron de todas partes del mundo para conocer este sistema que había decidido implantar.

El riego por goteo genera un ahorro de dos tercios de consumo por aspersión, y donde antes una hectárea necesitaba 10.000 metros cúbicos de agua ahora, con este método tan ingenioso importado, solo se necesita 2.500 m cúbicos agua. Este es el legado que nos ha dejado Carlos Falcó, un caballero de la aristocracia del Reino de España, y que si algún título le definía perfectamente, era el de “Marqués de la sencillez” Ω



RESTAURANTE SENTIDO 'S
RESTAURANTE SUSHISHOP
RESTAURANTE SURI
RESTAURANTE OHARAS
RESTAURANTE URRECHU
ROCKING GUITARS
RODILLA
SALT ROOM
SANFERBIKE
SANITAS
SERCON
SOLO RUNNERS
SPEEDY
STAR DE FIESTA
STORRIJOS BIGBOSSY
SUPERMERCADO MOLINASECA
SUPERMERCADO MONTERIJU

In Memoriam

Por Carmen Millán @carmenmillan07



Quién iba a decir que...así empezaba la entrevista que te realicé en diciembre de 2015 y que daría pie a una gran amistad

Pues quién iba a decir, que en febrero de 2020, sería la última vez que quedaríamos, que nos reiríamos, que seríamos cómplices de momentos e incluso que sería la última vez que te oiría cantar boleros. Nos pilló de sorpresa a todos. No se si esto es una lección de vida por lo rápido que la vivimos, sin darnos cuenta que en cualquier momento todo puede cambiar, que debemos disfrutar y como tú decías, que debemos aprovechar cada minuto porque se nos pasa sin darnos cuenta.

Curiosamente estas fueron palabras tuyas de aquel último día "Carmen disfruta, cuando te quieres dar cuenta tienes más de 70 años y la vida ha pasado. La vida no está para

pensarla, está para vivirla" no se si fue una coincidencia o cosas del destino.

Muchos homenajes te han realizado desde distintos medios por haber sido Presidente del Real Madrid, el que después de muchos años consiguiera la tan deseada séptima Copa de Europa tras 32 años, el que de nuevo llevara al equipo blanco a lo más alto consiguiendo en su mandato varios títulos. Llegó la octava, una Liga, una Intercontinental, una Supercopa, una Recopa y una Liga de baloncesto.

Impresionante, pero a mi me impresionó lo que conocí de ti como persona y a esa persona es a la que hoy quiero rendir homenaje.

Una persona fuerte y luchadora, lo demostraste a lo largo de toda su vida. Con un gran corazón que dejabas ver entre amigos, quiero que se sepa.

Campechano, con un gran sentido del humor y tímido! quién lo podía imaginar.

Eres un señor Lorenzo, a mi siempre me lo demostrastes.

No es justo cómo ha ocurrido todo, para nadie, ni para los que se van ni para los que se quedan. Sin una despedida, un último abrazo, un último adiós.

Pero me quedo con los buenos recuerdos, los buenos consejos, tu sentido de la amistad, de la familia a la que siempre tenías presente y esos maravillosos ratitos.

Siempre te recordaré.

Descansa en Paz AMIGO Ω



TAKE A CAKE
TALLERES RISCAL
TECNOCASA INMOBILIARIA
TELELAVO
THE GREEN MONKEY IDIOMAS
THE KITCHEN
TIENDA RIVERO
TOLDOS POZUELO
TOY PLANET
VALLE DE LAS CAÑAS
VIRTUAL UNIVERSE
VOLVO
ZAROSAN
ZLOU PETIT

Y MUCHOS MÁS....
NO LOS ABANDONEMOS



VA POR VOSOTROS