

## Tarragona



### Reivindicación. «Queremos ir todos a una, para hacer frente común»

La Associació de Veïns Tarragona Centre organitzó durant la tarda de ayer una festa reivindicativa, en la calle Governador González, y contó con un espectáculo de magia, una merienda para los más pequeños y una actuación musical con el grupo Julivert. El momento más destacado fue la lectura del manifiesto que presentaron algunas asociaciones de vecinos de la ciudad. «Queremos tener una sola voz de cara al Ayuntamiento. Aunque cada entidad tenga su lucha particular, la mayoría de las asociaciones coincidimos en reivindicaciones comunes, como el planteamiento del urbanismo y la contaminación acústica», aseguró Núria Sabat, de la Associació de Veïns Tarragona Centre. FOTO: LLUIS MILIÁN.



Después de todo el proceso... a probar el mosto. FOTO: LLUIS MILIÁN

### Tradición

# El olor a vino reconquista la Part Alta

Por un día se recordó la época, no tan remota, en que se producía vino en la ciudad

NORIÁN MUÑOZ  
TARRAGONA

Carla y Joan tienen cinco años y están bebiendo mosto de un vasito. Lo acaban de hacer ellos mismos: pisaron la uva; «estaba blanda», decía ella; «estaba fría», apuntaba él, y luego lo pasaron por la prensa y a beber. Algunos niños saborean el líquido como entendidos; otros arrugan la cara y se niegan a probar más.

La escena tuvo lugar ayer en el patio del Col·legi d'Arquitectes, en la Part Alta, y lo que ayer era un taller organizado, muy probablemente en época de los abuelos no habría tenido nada de particular porque entonces en esta parte de la ciudad todavía se hacía vino.

Justamente ese es el sentido de L'Embutada, la Festa del Vi Novell que ayer organizaba por segundo año consecutivo el colectivo Santa Teca.



Pisar la uva, la parte que más entusiasmó a los niños. FOTO: N. MUÑOZ

El nombre del evento, la embutada, hace referencia al embut, el embudo con pico doblado que se usaba para probar el vino joven en las bodegas que había en la ciudad y que era muy característico de los pueblos de Tarragona y alrededores. De hecho, cuenta Berna Ríos, había la costumbre, cuando se iba a probar el vino a las bodegas, de ir pasando el embut de mano en mano entre amigos. A quien se le quedaba vacío pagaba la ronda.

Era una fiesta, «quería decir que el año había ido bien para los agricultores», explica.

Comenta Ríos que, a pesar de que la mayoría ya no lo recuerde, en los años cincuenta en la ciudad todavía funcionaban 16 bodegas que hacían su propio vino, una tradición heredada de los romanos. Y no muy lejos, en la zona donde hoy se asienta la industria química o en Sant Pere i Sant Pau, crecían las viñas.

Pero aquellas bodegas ya no existen, «la Part Alta ha dejado de oler a vino», señala Ríos.

### Recorrido con historia

Justamente para recuperar parte de esa tradición, dentro de L'Embutada se desarrolló un recorrido por los sitios de la Part Alta donde se encontraban cuatro de esos cellers de la mano del estudioso de la cultura popular Jordi Bertran. El recorrido pasó por Pau del Blau, Cal Trip, Pere Calà y Ca l'Armençol, que fueron cuatro de los más emblemáticos de Tarragona.

También fue la oportunidad para probar, cómo no, el vino joven de doce bodegas de todas las denominaciones de origen de la demarcación de Tarragona.

En esta fiesta, los euros se cambiaban por monedas, las 'tecas', con las cuales lo mismo se podía beber una copa de vino que comprar un plato de la fideuà que preparaba para la ocasión el Bar el Cortijo o el mismo embut que da nombre a la fiesta.

El día acompañó y la fiesta, igual que la música, se prolongó durante todo el día. El año pasado pasaron por la fiesta unas 1.500 personas y, a falta de un recuento final, todo hacía suponer que este año se superaría la cifra.

Para los más jóvenes, apuntan, es una oportunidad para recordar que el vino es bastante más que un producto, es también una cultura que no todos han tenido oportunidad de vivir de cerca. Se busca, además, rendir homenaje a Benito Baguena, que siempre tuvo la idea de recuperar esta fiesta pero que falleció antes de verla.

Vista la buena salud de la fiesta, seguramente se repetirá el año que viene por tercera vez. La idea, explican desde Santa Teca, sería poder ampliar la ruta y los días, aunque para dar el salto haría falta el apoyo de la administración, adelantando.



# Tarragona



FOTO: LLUIS MILIÁN

## Cultura

# Desfiles y bailes para mostrar las tradiciones de otros países

El acto central de la fiesta intercultural fue un desfile con las diferentes asociaciones

CARLA POMEROL  
TARRAGONA

Música, vestidos, bailes, *gegants*, dragones, banderas y, sobretodo, cultura. Estos fueron los ingredientes que se podían encontrar en la fiesta intercultural de Tarragona, que llegó ayer a su octava edición. Durante toda la jornada, se llevaron a cabo distintos actos, pero el más destacado fue el desfile de las diferentes asociaciones de la ciudad. Cumplieron con lo que querían: «sacar su cultura a la calle, para que los tarraconenses la conozcan», decía Yang Yang, presidenta de la Associació de Cultura Xinesa y organizadora del acto.

El desfile estaba capitaneado por un dragón rojo, que hacían mover los miembros de la asociación de Yang Yang, que iban seguidos de los *Gegants* de Sant Pere i Sant Pau. Las *gralles* se oían por encima de todo.

Los más animados fueron los miembros de la Associació de la Comunitat Ghanesa de Tarragona. Ellos eran la fiesta. «Vamos vestidos con muchos colores mezclados. Es muy típico de Ghana. La manera de vestir tiene mucho que ver con nuestra cultura, siempre colores alegres», aseguraba Agustín Diawuo, miembro de la

entidad, quien minutos antes de empezar el desfile. Luego ya no podía hablar, solamente cantaba y bailaba. Y es que fueron los más animados del desfile.

Si alguien del público se acercaba, acababa bailando también. «Lo más característico de nuestra cultura es que estamos muy unidos a la música y al baile», decía Diawuo, y la verdad es que no hacía falta que lo jurara.

Delante de ellos, había un grupo de chicas vestidas de una manera curiosa. Era una representación de la Associació de Paraguays de Tarragona. Las jóvenes llevaban indumentaria tradicional. Arriba, una camiseta, que se llama *Ao po'i*, lo que significa ropa limpia. La falda, llamada *Nanduti*, era azul, larga hasta los pies y con un tejido en forma de araña.

«Es una ropa de la época de la colonización», decía, Eduardo Ortega, secretario de la entidad paraguaya, quien añadía que «actualmente, esta ropa solamente se pone para bailar, aunque cada vez está más de moda en nuestro país». Por su parte, los chicos paraguayos iban con una faja de colores y con un *Piri*, más conocido como sombrero de paja.

Entre las chicas de Paraguay se encontraba Deisy Benítez, una joven de 25 años que es profesora

de bailes paraguayos. «Las danzas de Paraguay cuentan nuestra historia, como por ejemplo, el baile de La Galopera, que muestra como nuestros abuelos transportaban con jarrones de barro el agua desde los arroyos hasta casa», explica Deisy, quien destaca lo importante de mantener las raíces, «estando a tantos kilómetros de nuestras casas».

### La demostración

El desfile finalizó en el Institut Martí i Franquès, donde los distintos colectivos llevaron a cabo sus bailes tradicionales. Un grupo de chicas mostraron el baile de los Pastores, una danza típica en Filipinas.

Para ello, vestían con *Baro't Saya*, una especie de falda larga, hasta los pies. Todas con moño y flores en la cabeza. Los chicos chinos también sorprendieron con dos canciones chinas, acompañadas de bailes y exhibición de Kung-fu, una arte marcial china.

«El objetivo es que las diferentes culturas se conozcan entre sí y se relacionen», explicaba la organizadora Yang Yang, quien añadía que «nos gusta la cultura de donde vivimos e incluso empezamos a compartirla, pero también queremos enseñar la del lugar donde nacimos».

## Actuació del farmacèutic en la psoriasi



### Actuació dermatofarmacèutica en la psoriasi

El farmacèutic, com a professional de salut, disposa de les eines i recursos necessaris per abordar aquests pacients, facilitant:

#### 1. CONSELLS SOBRE MESURES HIGIÈNICO-COSMÈTIQUES

- Correcta higiene de la pell amb sabons neutres que incorporin emol·lients.
- Realitzar banys millor que dutxes. Punts Claus: aigua temperada, ensabonar i esbandir bé les zones de plaques per eliminar si hi ha restes de tractaments farmacològics anteriors, no utilitzar esponges ni guants de crin ni raspalls. Assecar sense friccionar, amb petits cops, i deixar la pell humida per després aplicar-hi la hidratació.
- Mantenir la pell ben hidratada amb l'ús de locions que la suavitzin i n'augmentin l'elasticitat. Cal evitar-ne la sequedat, que pot provocar picor i irritació i empitjorar la psoriasi.
- Informar-se sobre com s'han d'aplicar els tractaments tòpics per aconseguir-ne el màxim rendiment i prevenir possibles efectes secundaris.
- Evitar l'aplicació de colònies i perfums sobre la superfície corporal.

·Pel cuir cabellut s'aconsella alternar els xampús de tractament amb xampús suaus d'ús freqüent, el rentat haurà de ser suau, sobretot si hi ha plaques. Si s'asseca amb assecador, millor no utilitzar temperatures molt elevades i, a l'hora de pentinar, utilitzar un raspall de pèes de senglar en lloc de plàstic.

·En el cas de l'afaitat o depilació, es recomana utilitzar navalla o maquineta en els llocs on hi hagi lesions, en lloc d'utilitzar mètodes que consisteixin a estirar el pèl. Utilitzar productes sense alcohol i evitar tant la cera freda com la calenta en les lesions.

#### 2. CONSELLS EN RELACIÓ AMB L'ESTIL DE VIDA, L'ALIMENTACIÓ I HÀBITS

Cal evitar els factors desencadenants o agreujants com ara l'estrès, ansietat, alcohol, tabac, traumatismes físics, obesitat, sequedat ambiental i fàrmacs inductors. Es recomana l'exposició al sol amb fotoprotecció. L'alimentació juga un paper important en el desenvolupament i l'evolució de la psoriasi. Per això es recomana evitar el consum d'alcohol i tabac, mantenir un pes adequat, seguir una dieta equilibrada (omega 3 i 6, i carotens) -reduir el con-

sum de carn i greixos animals, i augmentar el de peix blau- i bona hidratació oral. Com a complementos alimentaris estan contrastats amb evidència científica els àcids grassos omega-3. Hi ha altres complementos com antioxidants (polifenols de l'oliva, vit. E, Seleni, Zinc), vitamina D, probiòtics i l'àcid fòlic, que milloren l'estat de la pell en general, tot i que l'evidència científica en psoriasi no ha estat demostrada.

#### 3. CONTROL PER L'ADHERÈNCIA AL TRACTAMENT I A LA REVISIÓ I SEGUIMENT DEL METGE

El tractament farmacològic sempre és sota prescripció mèdica i és fonamental aconseguir l'adherència terapèutica per part del pacient per obtenir l'eficàcia del tractament. En aquest sentit, el farmacèutic hi té un paper clau ja que pot realitzar un seguiment del tractament i detectar problemes d'incompliment de forma precoç.

#### 4. REFORÇ EN L'AUTOESTIMA I SUPORT PSICOLÒGIC

**I recordi: si té qualsevol dubte, consulti-ho al seu metge o farmacèutic.**