



# ❖ boletín informativo ❖

ASOCIACIÓN CULTURAL «AMIGOS DE MACOTERA»

Número 176

Ejemplar gratuito

Diciembre 2018

## LA SEMENTERA



Por fin, han llegado las lluvias, y han empapado las tierras; con este tempero, se ha iniciado la sementera, y, tras la sementera siempre viene un nacimiento; y lo mismo le sucede a todas las vidas que pueblan la tierra; y con el nacimiento viene la esperanza e la ilusión. En el mes diciembre, todos los años, un ángel congrega a todas las familias del mundo, en la explanada del Portal, a conmemorar el gran Nacimiento de la historia, y este Nacimiento también conlleva para la humanidad: esperanza e ilusión.

Mientras el mosto fermenta en la cuba, y el labrador se afana en dejar a punto la semilla, las clavijas, el barzón, el dental, la mancera o esteva, el timón o viga, las orejuelas, las cuñas, asentadera, cama y vilorta del arado, ha aguzada la reja, ha reparado los tiros, ha cosido las coyundas y ha preparado los balancines y boleas. Deja, para el final, la colocación de los gavilanes en el extremo de la aijada. Todo a punto, comenzará la sementera, a finales de octubre, con la lluvia benefactora.

Y cuando todo está a punto, el labrador, inquieto, se afana en preparar el terrero para la siembra. Antes ha retirado la basura, hacinada durante el año en los corrales y corralizas, en carros provistos del tablón delantero, que muestra, en su exterior, escenas de un paisaje agreste, de cacería galguera o el pasaje de san Isidro rezando, mientras el ángel hace el oficio. Antaño, una vez se llegaba a la tierra, se depositaba el estiércol en pequeños montones, dispuestos en hileras, que, luego, se desparrraban, uniformemente en manto, con el pico de seis dientes; en cambio, el labrador consideraba los orines y excrementos de las ovejas, como el abono excelente para sus tierras.

La imagen mañanera era un ritual: la yunta con el arado sobre el yugo haciendo cruz, el saco de simiente sobre la testuz de la yunta y el extremo del timón dibujando, sobre la tierra reseca o

sobre el barro, una línea irregular marcada por el paso vacilante de la yunta; en otros momentos, la pareja iba enganchada al carro y se montaban, en este, los aperos y la simiente. Era habitual observar la calle ensuciada con regueros de cagajones y boñigas, que solían barrer las mujeres, que, después, depositaban en el muladar de casa, como alimento de sus gallinas y como estiércol, que se trucaba a cambio de un carro de burrajos.

Mientras el labrador aderezaba el arado, ajustaba las cuñas y asentaba la reja con la azuela, el mozo cargaba la sembradera, que portaba sobre el hombro, y emprendía el oficio, a lleno por lleno, o sea, tirando una fanega de grano por huebra de terreno. Trazaba una calle de ocho o nueve cerros, espacio que podía alcanzar con el impulso del puño cargado de simiente, e iba avanzando por la besana con marcha acompasada y paso garboso. La pareja se colocaba en el cabecero con las orejeras, impidiendo su visión lateral; y el gañán, mancera o esteva en mano, iba guiando la yunta con la voz y abriendo, al tiempo, los cerros; el gavilán, dispuesto en la mano izquierda, por si era necesario limpiar el barro de las orejeras; la mirada firme a lo lejos y la siembra bien tapada bajo un lienzo de tierra arcillosa.

Al mediodía, el labrador y su mozo se sentaban en el ható, y sacaban, de las alforjas, la fiambarrera, que les había preparado el ama, y el barril de tinto, mientras la pareja de bueyes hacía lo propio con la cebadera suspendida de su testuz.

En función de las labores, que se realizaban en el campo, tomaban distintos nombres. Se dice besana, a la rastrojera consumida y zaleada por la pisada reiterativa del rebaño. Al levantarla y ponerle el cerro, perdía esa denominación y pasaba a llamarse pardala. Cuando era sembrada, dejaba de llamarse pardala y se convertía en serna. Una vez macollada, y recibía el primer arico, entonces se dice senara. Una vez espigada, se le llamaba cierna, y "pan", cuando estaba a punto de ser segada.

Antiguamente, se distribuía la propiedad en yugadas. Una yugada se definía al terreno que era capaz de labrar un yugo durante un año, que venía a ser como cincuenta huebras (un yugo era una pareja)

Ya está la simiente fermentado bajo el arrumaco de la madre tierra; mañana, dentro de unos días, cuando nos llegue la cita del ángel, los campos se convertirán en un alfombra de esperanza e ilusión.

**Felices fiestas**

## EL BARRIO DE ARRIBA Y EL DE ABAJO

La fisonomía y la estructura del pueblo ha ido evolucionando, progresivamente, hasta transformarse la aldea en villa a lo largo del tiempo. Antiguamente, según datos que tenemos, se empleaba, como material de construcción, únicamente, el barro. Se levantaba un tapial hasta la altura que se pudiese apisonar desde el suelo; de ahí a arriba, se finalizaba la pared con adobes, que se revestía con una buena capa de barro. Entre el tapial y la primera fila de adobes se solía intercalar cuartones de a marco para evitar el posible desmoronamiento del tapial, por el peso de los adobes superpuestos. Si la pared era excesivamente larga, se dividía en tramos mediante la colocación de cuartones verticales para evitar el tiro y sirviesen, a la vez, de atadura entre ambos.

Hoy contemplamos las viviendas de Macotera, en su mayoría, construidas de dos plantas, y el ladrillo y piedra han sustituido, de lleno, al tapial y al adobe; y el cemento ha suplantado, de cuajo, al barro y a la cal. Hoy se construye con más esbeltez y elegancia, aunque, en solidez, no se ha conseguido superar la firmeza de las antiguas viviendas de tapial y adobe. Esta opinión puede ser rebatible, y se pueden dar cientos de argumentos.

Hasta muy entrado el siglo veinte, casi todas las viviendas del pueblo eran de planta baja, enfoscadas de barro y cal; sus ventanas pequeñas, protegidas, normalmente, con una verja en forma de cruz y las techumbres y sobraos armados de ripia y teja vana.. Era la vivienda idónea para preservarse del crudo frío del invierno y del calor sofocante del verano; fotografía que

se desprende de los documentos que leemos de la época y, frente a casas de gran amplitud, se mezclan viviendas de veinte metros cuadrados, verdaderos cuchitriles, en que habitaba una familia.

En este capítulo, pretendo presentar la evolución del callejero desde 1752 hasta nuestros días y, para este trabajo, partimos de los datos, que nos proporciona el Catastro del Marqués de la Ensenada, de mediados del siglo XVIII.

En 1752, solamente, se nombraban algunas arterias del callejero actual: las calles Santa Ana, Larga, Fraguas, Plata, Luz, Aceras, Piojo y Carretera (Carretas); otras se nombraba señalando los puntos de origen y destino de cada una, como sucedía con “calle que baja de la plaza a la ermita de Santa Ana” (calles Cardenal Cuesta y Botica); “calle que baja de la Plata a la ermita del santo Ángel” (calle El Pozo); “calle que baja de la ermita de Santa Ana a la ermita de nuestra Señora de la Encina” (Oriente y Obispo Jaime); “calle que va de la ermita de Santa Ana al pozo de las piedras o Juan Rey” (la Cuesta); “calzada de Peñaranda, que parte de la plaza del lugar” (la calle de Peñaranda) y “Callejuela, que va de la plaza hasta Aguas Vertientes” (la calle del Oro); y existían otras más, que se conocían como “calle pública simplemente” y que tomaron nombre con el tiempo; es el caso de la calle de las Procesiones (calle Honda); la calle de las Aguas Vertientes (Regato de la Virgen), Arroyo de nuestra Señora de la Encina (la calle Eras), Arroyo del pozuelo (Regato Molino), salida al barro bermejo (calle del alto), salida al sitio de Pilita (actual calle de Alconada).

### boletín informativo

ASOCIACIÓN CULTURAL  
AMIGOS DE MACOTERA

#### Equipo coordinador

Eutimio Cuesta Hernández

Diego Losada Cosmes

Fernando Cuesta Martín

Ramón Zaballos Bueno

Juan Manuel González Hernández

Ángel Blázquez Taboada

José Luis Rivero del Campo

Juan Bautista Blázquez

Cristóbal Martín Bueno

M<sup>a</sup> Teresa Nieto Bueno



#### Cuentas corrientes

Caja Duero:

ES12 2108 2212 06 0030001166

Cooperativa Macotera “Sección de crédito”:  
5589

**Para los interesados,  
la cuota anual es de 8 euros.**

Depósito Legal: S.192 - 1987

Maqueta, fotocomposición e impresión:

COPISTERÍA OPE  
PASEO CANALEJAS, 20  
37001 SALAMANCA  
923 26.42.73

**Dirección de la Asociación:**  
**Boletín Informativo**  
**ASOCIACIÓN CULTURAL**  
**AMIGOS DE MACOTERA**  
**C/ Gardenia, 1, 3º D**  
**37003 - SALAMANCA**  
**Teléf. 923 25 20 12**

timicuesta@yahoo.es

La Junta local del Catastro, encargada de elaborar la relación de bienes urbanos y rurales de los vecinos del pueblo, para ubicar y definir las distintas viviendas del pueblo y, posteriormente, poder fijar la contribución única, dividen la localidad en seis barrios o distritos, partiendo de unos puntos de referencia y de algunas arterias conocidas, como las calles Larga, Santa Ana y Plata; de esta forma, va indicando el lugar en que se encuentran.

Los seis barrios se les conoce como barrio de Arriba, que comprendía parte de la calle Larga (desde el camino Mancera hasta la casa del señor Alfonso Maruso), y todas las calles aledañas a esa arteria; "barrio de Abajo", que abarcaba la calle Larga (desde la casa del señor Alfonso Maruso hasta las eras chicas y las calles anejas; "barrio de la Plaza", con las calles que la circundan (Fraguas, Oro, Cardenal Cuesta; "barrio de la Plata" (Plata, Sevilla, Piojo y Padre Nieto); "barrio de nuestra Señora de la Encina" y "barrio de Santa Ana", con su arteria principal la calle del mismo nombre y su entorno.

En la relación de casas, que componen cada barrio, se consigna su superficie en varas; la longitud de la vera castellana es de 0,835905 metros.

El total de viviendas habitables, existentes en Macotera a mediados del siglo XVIII, era de trescientas veinticuatro. Buen número de ellas poseía bodega, con su corral y oficinas (oficinas eran las paneras, los pajares y cuadras); hay alguna, con antecorral.

El barrio de Arriba, cruzado por un buen tramo de la calle Larga, lo integraban ciento una casas; cincuenta y tres de ellas, abrían sus puertas a la calle Larga; y treinta y seis se hallaban en las calles aledañas. En este barrio, se situaba la salida del "barro bermejo", que así llamaban el camino, que, actualmente, es la calle Alto, que ascendía por la vereda izquierda del Cerro, encajonado un pequeño tramo, para culminar en el llano. Lo llamaban camino del barro bermejo porque cruzaba un terreno muy rojizo o arcilloso. (Yo recuerdo la existencia de ese sendero que fue anulado cuando se hizo la concentración. Se hallaba muy próximo, (a la izquierda), del alto de la carretera de Peñaranda)

El barrio de Abajo, atravesado por el segundo tramo de la calle Larga hasta el Cristo, lo componían treinta y siete viviendas. En este distrito, se ubicaban el Humilladero (éste se encontraba a la salida del pueblo, a la altura del porquero. Humilladero se decía del lugar devoto, que solía haber a la entrada o salida de los pueblos y, junto a los caminos con una cruz o imagen), y la plazuela del Concejo. (confluencia de las calles Honda y Millán y Caro colindante con la casa de Ramón el Ranos)

El barrio de la Plaza lo formaban treinta y cuatro casas; de ellas, trece se ubicaban en la plaza, once en la calle Fraguas y diez, en las vías inmediatas.

El barrio de la Plata estaba constituido por cincuenta y cuatro casas; treinta y seis se encontraban en la calle de la Plata y el resto, en sus calles vecinas. En relación con este barrio, quiero aportar un dato interesante: el espacio, a la espalda de la calle de la Plata, que corresponde a la discoteca, las viviendas de Gregorio Madrid, Manola Zaballos y José el Morenito lo ocupaban los ejidos del Concejo (así dice el catastro: vivienda de Cristóbal Durán, en la calle la Plata (12 x 23), linda al poniente con "calle que desde la Plaza baja a la ermita de Santa Ana" y, al mediodía, con los ejidos del Concejo) (Ejido, campo común, que no se labra, y donde suelen reunirse los ganados). La calle el Piojo (Mediodía) separaba los ejidos del Concejo de una serie de cortinas para herrén, solares en que, posteriormente, se construyeron las casas de Pedro Pondera, Alfonso, el del Villar, Román Gumersindo, Agustín Gavilán y la Morena la Jorja.; estas cortinas eran propiedad de Jerónimo Zaballos, Francisco Zaballos, José Celador, Francisco Jiménez y Francisca Blázquez Bueno; la superficie de estas cortinas era, aproximadamente, de media huebra. Se sembraban y se segaban en verde para el ganado. La construcción, posterior, de las viviendas de Juan Gómez, Pedro Pondera y Alfonso, sobre esos terrenos, es el origen de la calle Nueva (Padre Nieto); la abundancia de ganados, pastando en los ejidos y herrenes, atraía muchos insectos, razón por que se pusiese a esta servidumbre, después calle, el nombre del Piojo (Mediodía). El barrio de Nuestra Señora de la Encina lo formaban treinta y una viviendas. Su centro era la ermita y su alameda, cercada de pared de barro y que la cruzaban el arroyo de nuestra Señora y el arroyo de Aguas Vertientes. Los linderos de una de las numerosas cortinas para herrén, que circundaban el pueblo, nos hablan de la existencia de las charcas de nuestra Señora (Una cortina de Francisco García de Pascual, cercada de pared, al sitio de las eras grandes, que, bien hace en sembradura para herrén una cuarta, linda a levante con cortina de don Alonso Sánchez Bueno; al norte, con otra de Antonio Nieves; y poniente y mediodía, con las charcas de nuestra Señora de la Encina. (Creo que estas charcas debieron ocupar la trasera del taller de Juanfra el herrero y el corral de Remi el Pacho).

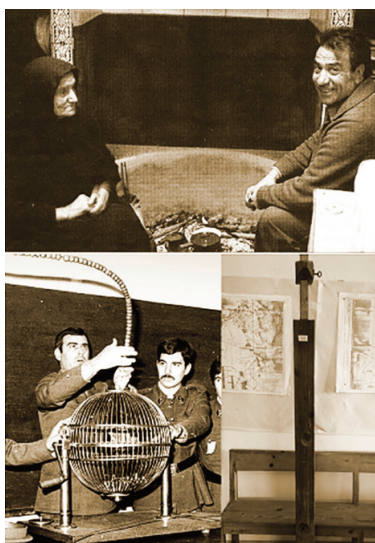
El barrio de Santa Ana lo configuraban sesenta y siete casas; sólo treinta y nueve daban a fachada a la calle de su nombre y el resto se repartía por las calles vecinas. De la plazuela de Santa Ana partían las calle que bajaban de la ermita de Santa Ana, a la ermita de la Virgen de la Encina y a la del Ángel (Cotorrita).



Juan Bueno, Ino de don Sergio, Pepe Esparrama y Pedro Calores

Familia de los Dulios

## LOS QUINTOS-LA TALLA-EL SORTEO



Se sigue celebrando el día de los quintos, pese a que hace ya muchos años, que desapareció la mili. A los que nos tocó hacerla, y celebramos aquel 27 de diciembre, saliendo a “cobrar la marza”, lo recordamos como un día de jolgorio. Pidiendo por todo el pueblo, acompañados con la música de los Pachulos. Por la tarde, con el dinero recaudado, se hacía una

buena merienda, y, a continuación, el baile de los quintos.

Lo que ya nadie recuerda, son otras fechas, también muy importantes, como el día de “la talla”. Después de misa mayor, íbamos al ayuntamiento a comprobar si dábamos la estatura para hacer el servicio militar; algunos intentaban achicarse a ver si colaba y se libraban de la mili; otros, más patriotas, levantaban la cabeza para así poder ir a hacer su servicio a la patria.

El sorteo se hacía el primer domingo de enero, al año siguiente de entrar en quinta. Solía ser un día de muchos nervios. Todavía se iba all Sahara, Ifni, Guinea Ecuatorial, además de Ceuta y Melilla. Y eso imponía. Aquel año, casi todos los amigos habían ido voluntarios a Matacán o a Salamanca. Estaban obligados hacer seis meses más de mili, pero escogían destino, y se libraban de ir a África.

Aquel domingo de enero de 1962, nos reunimos, después de misa, tres de los pocos que quedábamos para entrar en el sorteo: Pedro Machaca, Pedro Chapa y yo mismo, en casa de Chapa, que era de los pocos que tenían teléfono en aquellos tiempos en Macotera. Su padre había quedado con el capitán Blas, un macoterano muy conocido, que estaba en la Caja de Reclutas de Salamanca. Quedaron que haría una llamada en cuanto se celebrase el sorteo. Poco después del mediodía, sonó el teléfono. Lo cogió el Sr. Paco el Chapa, y, enseguida, comprendimos que no pintaba bien. ¡A África!, dijo. La Sra. Ana María, que lo escuchó desde la cocina, le entró un llanto que se oía en toda la plazuela san Gregorio. Salimos con intención de ir a vinos, pero Pedro el Machaca, nos pidió, por favor, que le acompañásemos a casa, porque no sabía cómo decirselo a su madre. Recuerdo como, al entrar en la cocina, nos encontramos a Juan, nuestro poeta, a un lado, y, a su madre, al otro lado de la lumbre. Siempre que veo esa foto, recuerdo aquella mañana.

Juan debió notarlo en nuestras caras y saltó: ¡A Africa! La señora María Francisca, rompió a llorar, como una Magdalena, mientras la consolaba el bueno de Juan. Yo tuve más suerte, me tocó hacer la mili en Madrid.

Por casualidad, un año más tarde, ya de veterano, recibo una orden, para que me presentase al capitán de la compañía. Con un miedo, que me temblaban las piernas; antes de presentarme, saqué brillo a mi hebilla del cinturón, que relucía como los chorros del oro. También, en mis botas, descargué la caja de betún/búfalo, hasta que me vi la cara en ellas. ¡A sus órdenes, mi capitán!, me presenté en su despacho. Vas a ir a Granada a recoger a tres reclutas, que vienen hacer la mili a nuestro cuartel. En este sobre, tienes el billete del tren, que sale a las once de la noche; pide la cena para el viaje y, después de comer, puedes salir del cuartel. Cogí mi petate, donde metí mi cena: una lata de sardinas y dos chuscos. Añadí una toalla para el viaje y un libro de ocasión: “La Cartuja de Parma”, que había comprado el domingo anterior en la Cuesta Moyano, al lado del Retiro. Así, ligero de equipaje, y, con tiempo suficiente para llegar a la estación de Atocha, atravesé andando todo Madrid, y, ya, en la estación, esperé la salida del tren.

No faltaba mucho para las once de la noche, cuando oigo unos gritos: ¡Comenencias, Comenencias! Me volví, y, no lo podía creer, vi como corrían hacia mí, Pedro el Chapa y Pedro el Machaca, también con sus petates al hombro. Ante el asombro de la gente, que casi llenaba el andén, nos pusimos a tararear y bailar la charrá de San Roque. Habían estado un mes de permiso en Macotera, y volvían a Melilla en el mismo tren que a mí me dejaría en Granada. Pasamos toda la noche juntos. Primero cenamos las ricas viandas que traían del pueblo: chorizo, torreznos y pan, -pero pan del bueno-, torta del tío Kiko y de los hermanos Miguel y José Manuel. Mi cena del cuartel: la lata de sardinas y los dos chuscos, quedó olvidada en el petate. A las ocho de la mañana, llegamos a Granada. Allí, me despedí y bajé del tren. Cuando este reanudó su viaje, los vi partir asomados a la ventanilla, despidiéndome con sus pañuelos, -como en las películas-. Yo también les decía adiós, con mi pañuelo en la mano y mi petate al hombro. Nos despedíamos al grito de: ¡Nos vemos en San Roque!

Los dos hace tiempo que nos dejaron, a veces, recuerdo aquella mañana del sorteo, con las madres llorando, y aquel largo viaje hasta Granada.

¡Que descansen en paz! (Un recuerdo para Matea y Loli).

## CLAUSURA DEL AÑO JUBILAR TERESIANO EN ALBA DE TORMES



### ... y la Puerta Santa se cerró hasta 2023

El lunes 15 de octubre, solemnidad de Santa Teresa de Jesús, tuvo lugar la clausura del Año Jubilar Teresiano en la Iglesia del Monasterio de la Anunciación de Nuestra Señora de las Madres Carmelitas Descalzas de Alba de Tormes, donde reposan los restos mortales de la Santa, fundadora del Carmelo y patrona de la Diócesis de Salamanca. El Obispo de Salamanca Mons. Carlos López presidió la misa pontifical a las 12.00 del mediodía, y fue el encargado de cerrar la Puerta Santa del templo jubilar, a las 19.45 horas, en un sencillo acto, que se llevó a cabo al finalizar la procesión con la imagen de Santa Teresa de Jesús y su santo brazo.

De esta forma, concluyó el año de gracia, concedido por el Papa Francisco al templo sepulcro de Santa Teresa de Jesús en Alba de Tormes, que se inició el 15 de octubre de 2017 con la apertura de la Puerta Santa y una solemne celebración eucarística. Doce meses repletos de actos, celebraciones, encuentros y peregrinaciones que han permitido a miles de personas lucrarse de la gracia de la indulgencia plenaria, cumpliendo las condiciones acostumbradas para todos los jubileos (Confesión sacramental, Comunión Eucarística, Oración por las Intenciones del Papa y además visitar en peregrinación el templo jubilar participando, con devoción, en los ritos jubilares; o, al menos, permanecer ante las reliquias de Santa Teresa de Jesús por un tiempo razonable en piadosa meditación, concluyendo con la oración del Padrenuestro, el Credo, y con invocaciones a la Santísima Virgen María y a Santa Teresa).

En todo lo relacionado con Santa Teresa, Macotera, desde su

beatificación en octubre de 1614, ha expresado su devoción a la Santa en todas las celebraciones, que se han venido organizando, a lo largo de la historia, en su honor.

El protagonismo de Macotera fue señero: el domingo, día de la octava de su beatificación, en la procesión que presidieron las autoridades, señor Obispo, varios religiosos carmelitas y gran asistencia de fieles, en la que cuatro religiosos, revestidos, llevaban a hombros, en andas de plata, el "Corazón magnánimo de la santa Madre", por la placeta, que hay ante la iglesia, en bien ordenada procesión, que puso término y fin a toda la solemnidad.

Así nos lo describe el cronista

*"Acabóse la música con algunos villancicos, y habiendo recibido la bendición del señor Obispo, se fue la gente algo tarde a comer y, con cuidado de volver temprano por estar citados para las dos a la solemnísima procesión, que ordenó el señor Obispo se hiciese en la forma que luego diré.*

*Habiendo ya cumplido con sus lugares, y dicho misa en ellos, venían a paso largo, aunque, sin desconcertarse, todos los curas y clérigos revestidos con sobrepellices, pendones, cruces, sacristanes y alcaldes, empuñadas las varas de toda la tierra de Alba, que son de más de setenta concejos, con mucha gente que los acompañaba, que solo refiero aquellos que, por orden y expreso mandamiento de los oidores del duque, estuvieron obligados a venir a la procesión.*

*Prometióse premio a los sacristanes que mejor adorno pusiesen a sus cruces. Lucióse el trabajo de todos, porque vinieron muy bien aderezadas: fueron pasando todos sin desordenarse por delante de la iglesia de las Descalzas, y, con esta vista, se alegró mucho la gente, y se dio remate gustoso a la misa, y, principalmente, con la entrada de la villa de Macotera, que no se puede pasar en silencio lo que hicieron este día, pues se aventajaron a los demás pueblos, Entraron primero en dos cuartagos (caballos) blancos, cabalgando a lo natural y en pelo dos labradores de buena disposición, vestidos al uso llano y antiguo de Castilla, con sayos de compuerta y prolijas faldas, anchos tala-bartes cinturones, cuellos colchados, con largas trenzas, melena crecida y caperuza de cuartos, embrazando paveses (escudos grandes), en uno de los cuales venían las armas de su villa, y, en otro, un retrato de la santa Madre con este mote: "Teresa me complet". Como dando a entender el nuevo ser que había recibido con tenerla en su jurisdicción y distrito.*

*A estos seguía, una compañía de salvajes greñudos y fieros, con bastones nudosos, que, a su tiempo, jugaban con buen denuedo. Entró, sucesivamente, con buen concierto y disciplina*

*militar una compañía de bien dispuestos mancebos, todos de buen parecer, aunque robustos y en el traje cubiertos de seda, cargados de plumas, bandas y cadenas, con buen aire y bríos, prestos y acompasados ademanos en cargar y disparar arcabuces y en hollarse a compás de los pisanos y cajas. Disimulaban tanto su profesión y ejercicios de la cultura de la tierra, que, a quien no les mirara con atención las manos groseras callosas, le parecieran soldados de Flandes. Eran en número setenta, y llevaban cumplidos los oficios: Capitán con jineta, paje que le precedía con rodela y celada. Alférez con venablo cuando dejaba la bandera. Sargento con alabarda y Cabos de escuadra muy bizarros; y, después de todos, pisando a lo valiente, y, por extremo gallardo, su Maestre de Campo, que parecía se había traído de algún tercio de Nápoles, era de muy buena persona, y sabía representar la que le encomendaron, y gobernar el bastón con gravedad.*

*En pos de esta escuadra llegaron hasta dieciséis niños, de rostros agradables a lo pastoril, melenas rubias, pellicos jironados, zarafuelles (zaragüelles) de lienzo, medias y zapatos blancos, diestros en bailes y zapatetas (brincos), con hachas en las manos, alumbrando y acompañando sus estandartes y Cruz, como lo hacían también el cura, clérigos, alcaldes y el físico del lugar, que envuelto en una ropa de martas, traía más autoridad, que un protomédico.*

*En el concierto dicho, dieron vuelta y guiaron todos a la plaza del castillo, donde hicieron los soldados alarde de su gallardía con una buena rociada de arcabuces, y habiendo agradado el concurso de esta villa, se retiraron a descansar y comer que instaba el tiempo”*

Y esta exhibición denota la gran devoción y apego, que Macotera ha sentido y siente por la Santa desde ese día de su beatificación, y que se prorroga en el tiempo.

Yo recuerdo, cuando niño, la costumbre de hacer una peregrinación a Alba el día de Santa Teresa; las mozas del pueblo, muy devotas ellas de la Santa, a la que tenían por Patrona, el día de la víspera, después de comer, salían, en panda, ataviadas, para la ocasión, con calzado ligero, pañuelo a la cabeza y morrala, donde cobijaban los enseres y viandas para soportar la jornada. La mayoría iba andando y no faltaba alguna caballería, cuya montura compartían las amigas de la cuadrilla; distraían las tinieblas y el miedo de la noche con cánticos, rezos y corrillos de amena conversación.

Solían llegar a la ciudad ducal con las primeras horas de la noche, y su posada era la iglesia de las madres; en su recinto, descasaban y echaban alguna cabezá, para estar listas y a tiempo, para asistir a todos los actos, que se habían organizado en honor de la Santa: la misa, la oración ante el cuerpo de Teresa y la procesión.

Pero la festividad no se reducía solo al ritual religioso, sino que la diversión profana también tenía su hueco, y se daba una vuelta por el baile, se presenciaban los fuegos de artificio, que preparaba el cohetero Pepino, o se asistía a la corrida de toros, o al teatro, o a la feria de chucherías, tiendas de quincalla y cacharros...; y, entre estos enredos, Cupido no se estaba quieto, lanzaba, de vez en cuando, algún flechazo, que tenía, como diana, el corazón de algún mozo y moza foráneos, y que se finalizaba en boda; fue el caso de Miguel Oreja García, natural de Herrezuelo, anejo de Éjeme, y Ana M<sup>a</sup> Nieto Bueno, moza veinteañera de Macotera, enlace que se celebró en enero de 1857; y que motivó la presencia del apellido Oreja en la genealogía de Macotera.

Pero, cuando la festividad de la Santa adquirió el cénit de la solemnidad, fue a partir del tercer centenario desde el punto de vista religioso; no solo acudían devotos de la tierra, sino que comenzaron a organizarse peregrinaciones de fieles de lejanas tierras; el templo se fue engalanando con estandartes, que regalaban los peregrinos, y para hospedar a estas personas, hubo que ampliar y acondicionar el café-fonda, que fue lucido por la habilidad de un pintador macotera. Desde entonces, la devoción ha ido en aumento y la concurrencia ha sido mayor, contribuyendo no poco, a esta exaltación teresiana, el celo de los preladados y la comunidad de religiosos carmelitas y las rutas teresianas peregrinas, que arrancan desde cualquier punto del país, pero la que tiene mayor atractivo y contenido es la que parte del lugar del nacimiento (Ávila), y finaliza en el lugar del fallecimiento de la Santa, Alba de Tormes.

Se inauguró el 21 de agosto de 2014, e inicia su itinerario en Ávila y, transcurre por los pueblos de Cardeñosa, Peñalba de Ávila, Gotarrendura, El Oso, Papatrigo, Narros de Salduña, Fontiveros, Rivilla de Barajas, Narros del Castillo, Duruelo, Mancera, Macotera, Tordillos, La Iurda, Garcigrande y Alba de Tormes.

El acto final se celebra en el “Monasterio de la Anunciación de Nuestra Señora” de las Carmelitas Descalzas.



## D. FERNANDO GARCÍA GUTIÉRREZ, NUEVO PÁRROCO DE MACOTERA



También ha sido nombrado párroco de Alaraz, Santiago de la Puebla y Malpartida, sustituyendo en el cargo a los hermanos presbíteros don Rafael y don Victoriano Pascual Pérez. En las dos primeras parroquias, tomó posesión el pasado 23 de septiembre. El domingo día 30 de septiembre, lo hizo en las parroquias de Malpartida, a las once, y, en Macotera, a las trece horas, durante la eucaristía dominical.

En la primera toma de posesión, fue presentado por don Rafael y, en la segunda, estuvo acompañado por nuestro Obispo Mons. Carlos López.

Nació el 28 de enero de 1981 en Salamanca, pero se considera natural de Mancera de Abajo, donde vive su familia.

Se marchó a estudiar a Salamanca con 10 años y, allí, estudió en un colegio público y, luego, en el instituto.

A los 18 años, en la parroquia de Santo Tomás de Villanueva, tomó la decisión de entrar en el Seminario Diocesano de Salamanca (Calatrava), donde estudió los cinco años de Teología en la Universidad Pontificia. Fue enviado a estudiar la Catequética dos años a Madrid, en la Facultad de San Dámaso.

Fue ordenado diácono el 6 de diciembre de 2006 en Rollán, donde hizo la etapa pastoral, y ordenado sacerdote, el 1 de julio de 2007, por don Carlos, actual obispo, en la Catedral Vieja de Salamanca.

Sus primeros destinos fueron: Rollán, Barbadillo, Galindo y Peragüi, Cannillas de Abajo, Calzada de Don Diego, La Rad y Doñinos de Salamanca, cuatro años en total. Después, cogió las parroquias de Tordillos, Nava de Sotobal, Coca de Alba, Alconada, Ventosa, Palacios Rubios, Poveda de las Cintas, El Campo de Peñaranda y Peñaranda de Bracamonte, durante un periodo de siete años, para pasar a su actual destino.

Es miembro de la Delegación Diocesana de la Catequesis, coordinando la Escuela de Catequistas y consiliario del Movimiento de Vida Ascendente de Salamanca y profesor de religión en el colegio de San Juan Bosco, en Salamanca.

Su deseo, para la nueva etapa, es seguir estando disponible para todos, especialmente, para transmitir la Fe en Jesús, vivo y resucitado, a los niños y a los jóvenes, y acompañar a las familias en sus inquietudes, penas y alegrías.

## DIVERTIMIENTO PARA CUERDA



Me acerqué al Novelty a tomar café, y observé que don Gonzalo Torrente Ballester erguía la cabeza y miraba, fijamente, al rincón. ¿Qué mirará, sin pestañear, este señor? Y le seguí con la vista. Y no era por menos: el arte se impone ante todas las cosas: humos, olores a café, tratos de chalán y partidas de cartas.

Y me volví a casa llevando, en el móvil, el juego de la cuerda, que sirve para tanta cosas, que nos divierte.

Y, en casa, me he quedado maravillado al comprobar, como con los extremos de una cuerda, y sé que se trata de una cuerda por el ovillo inter-nicolor, que cuelga del lóbulo de la oreja de la figura del cuadro, y que es de cuerda, no lía ni maroma, como se ve, se pueden trenzar figuras tan simples, pero tan significativas, tan armónicas, empastadas, artísticas y bellas.

Y me entretuve un rato, y me quise convertir en Jerónimo, y eché mano de la punta invisible de la cuerda, y seguí su trazado y su trenzado, que dejaba como diseño una cabeza, un tórax y la media parte de un abrazo; y cogí la otra punta, y la seguí y me dio como resultado la otra parte de un abrazo; Y arriba, del cuello, pendía un pañuelo, con caída ancha abajo, y ovalado..Y el fondo gris me dio la impresión de que se sonría con la diversión del juego de la cuerda.

Y recordé el juego de la comba de las niñas, y el ritmo endiablado de "chorizo", y aquella canción, que acompañaba los saltos: "El cocherito, leré/me dijo anoche, leré/que si quería, leré/ montar en coche, leré/; y yo le dije leré/no quiero coche, leré/ que me mareo leré/.

Y seguro que este juego le ha servido a Jerónimo de inspiración, para crear su serie de arte, que tiene como servidor: la cuerda.

**Enhorabuena, maestro**

## INO, EL DE DON SERGIO



“Estrellas dulces, distantes, sois ojos de amigos muertos que se acuerdan de la tierra” y nos miran, nos hablan depositando palabras en nuestro corazón, para así ayudarnos a dialogar con ellos en esas largas noches de insomnio, en estas infinitas soledades, que nos acompañan cuando crecemos en edad.

Ino, he sentido, estos días postreros, la presencia de esa luz, que ilumina, que te acerca a mí y consigue que te sienta cerca, como cuando saboreábamos un vaso de vino en la plazuela del Moreno, a la sombra del emparrado de fibra y sin racimos. Nos conocimos el año 1946 en aquel caserón de la calle Fonseca, donde latines, álgebras y guisantes se *empadrinaban* con los gorgojos. Y casi, sin habernos, nos hicimos amigos. Ya lo escribió Cicerón: “Sólo entre los hombres de bien puede existir la amistad”. Para ti, lo era todo el mundo. Lo dijo Carmen Ester en la ceremonia de tu despedida: “Aquí están tus amigos, tus compañeros del hospital, del laboratorio, tus pacientes de los pueblos donde ejerciste de médico y tus amigos macoteranos. Lo comprobé leyendo las dedicatorias de las coronas de flores. Y es que tú, entre otras virtudes, no te dabas esa importancia que, en aquellos tiempos, otorgaba el ser doctor en Medicina.

Y Macotera. Vivías en Ávila, trabajabas en Ávila, eras esposo y padre en Ávila, pero, a la hora del recreo, volabas para aterrizar en la calle Larga. Eras tan macoterano, que convertiste a tu muy amada esposa, Andrea, en macoterana. Y en la misma hornacina, colocaremos a Javier, a Puri y hasta Carmen Ester y tus nietos. Y es que en ese pueblo, donde naciste 83 años atrás, te has divertido de lo lindo.

“Nostalgia de tu tierra, de tu casa, de tus amigos, alegría de vivir, bienhumorado, con tu abierta sonrisa y con tu simpatía generosa”. Vivencias que compartías y que se acrecentaban con la presencia de Paco, Aguín o Marce, y otros muchos, a los que has vuelto a encontrar en la lejanía de Dios. Le decía yo a Paco, el Oreja, tu gran amigo, en el cementerio, cuando ya nos íbamos: “¡Las picias que hicisteis juntos!”.

Un día, de no sé cuándo, recibí una carta tuya, remitida desde Mingorría (Ávila). Han pasado más de 50 años, y sólo *me recuerdo* de una frase: “...por las tardes, paseamos por un camino paralelo a las vías de tren”. Y pensé “un nuevo *ángel de la guarda*”. Sospecha, que se confirmó cierto día de 1966 en presencia de Nuestra Señora de la Fuencisla, en su Santuario de

Segovia. No era un ángel, era una compañera (“os doy”). Cogidos de la mano habéis andado ese largo camino de cincuenta y dos años. En la vereda, crecieron tu título de analista, el hospital, el laboratorio, las ansias e ilusiones de cada día, los hijos (“He poblado tu cuerpo de amor y sementera”) y así se hizo fecunda vuestra vida.

“En la prosperidad y en la adversidad”. También hubo amarguras. “A veces, lloro sin consuelo por tristezas que desconsolaron mi alma”. Niebla que, con los días, se desvaneció.

Ella, tu compañera, te inyectó música y senderos. Música de la que nos habéis hecho partícipes a todos nosotros. También compartimos algún viaje. Recuerda aquel blanco, que saboreamos un soleado día de septiembre, en la plaza de un pueblo de Croacia, ante la mirada atónita de un templo romano.

Ino, no sentimos resbalar los días, “que sin saber cómo y adónde la salud y la edad se hayan ido”. En tu largo atardecer, tuviste alivio con la presencia, cálida y amorosa, de tu Andita. Y así ocurrió que, ya cansado, al amanecer del día 23, le dijiste: “¡Déjame que me vaya!”

Pedro Cuesta

### LA MUJER RURAL. PORQUE YO LO VALGO

La diputación, a través del Ceas, organizó el martes día 13 de noviembre, una charla de dos horas, que resultó de lo más interesante y entretenida. No se dirigió a la mujer rural, sino a la mujer en sí, recalcando que, en todo momento, no tenemos que dejar de valorarnos, que debemos tener más autoestima. Nos aconsejó dejar, a un lado, nuestras rutinas y cambiar nuestras costumbres, para que nuestro cerebro trabaje. Nos tenemos que ver guapas, arreglarnos, aunque tengamos problemas, quizás estos los buscamos nosotras o los creamos de las cosas que no tienen importancia. Nos aconsejó valorar mucho la amistad, pensar en el día en que vivimos y dejar de pensar en el pasado, si no es para revivir buenos recuerdos, y no dejar las cosas para el mañana. Si os encontráis con una amiga o vecina, y, si, en ese momento, apetece tomar un café, no lo dejéis para mañana. Se leyó una carta escrita por la asociación de mujeres de El Escorial de la Sierra, en la que aconseja lo importante que es trabajar todas las asociaciones juntas, incluyendo a los niños (campamento de verano) para poder contarles nuestras experiencias, y enseñarles nuestras costumbres, para que no se nos pierdan. Insistió mucho en no dejar de valorarnos y queremos mucho, porque, aunque el hombre nos gana y mucho en fuerza física, en valores le ganará siempre la mujer.

Para terminar charla hicimos ejercicios de relajación y salimos relajadas y encantadas.

## LA SALA, UN LUGAR SAGRADO



Era un domingo por la tarde, de finales de septiembre, el sol iluminaba las paredes que daban al oeste, aunque no picaba, ya se iba ablandando. Mi madre empezó a llamarme. Yo estaba, como todos los días, que no había escuela, en la Cuatro Esquinas, donde nos juntábamos los muchachos de por allí, arrimados a la pared de Antonio, el carnicero. Me comía yo un rescaño de pan pringao con el tocino del cocido y, algunas veces, unas cuantas bellotas, que me traía mi tío Pedro del Monte de los Gómez. Era mi postre preferido o, a lo mejor, no había otro. Y mi madre dale que te pego: ¡Pedro! ¡Pedro! Pero ven! Ya me fui. Y es que teníamos que dar la enhorabuena a una novia, que la habían leído las amonestaciones en las misas de por la mañana. Había cuatro clases de invitados: a la boda (misa y comida), sólo a misa, a las amonestaciones y a los que se daba parte del enlace. Nosotros pertenecíamos al tercer grupo. La explicación: que no querían estirarse mucho, porque la familia era muy larga. Yo lo que oía. Mi padre me esperaba a la puerta para obsequiarme con un soplamocos, pero me escurrí y se dio con la puerta. ¡En qué hora!

Me vistieron con el traje de la primera comunión. Lo había estrenado en día tan señalado en el mes de mayo, y no había vuelto a ponérmelo. Me lo prepararon mis tías, Isabel y Nati, que eran modistas. Recuerdo que la chaqueta no tenía solapas. No se veían esas cosas por entonces. Lo habían sacado de un figurín. Mi madre iba con un vestido, que yo me acuerdo, y que la hacía muy guapa. El padre de familia, con el traje que estrenó la víspera de san Roque, el día la Virgen. Había traído el corte de Béjar el señor Segis -eran muy amigos- y, luego, se lo había cosido, no me acuerdo, si Trilla o Maxi. Trataba bien con los dos, aunque Maxi era vecino nuestro en la calle Retuerta. Como había charcos por la lluvia del día anterior, mi madre me llevaba cogido de la mano. Entonces, casi no había coches para salpicarnos. Llegamos a la casa de la novia, ya había gente por los alrededores, entramos. En el portal, nos esperaban los padres de la muchacha. El hombre, a mí, me dio un coscorrón, y la mujer, un *peñizco* en uno de

los carrillos. "Vamos, entrad por aquí, que ahora no hay nadie".

La sala estaba, según se entra, a mano izquierda. Yo enseguida vi los bizcochos, que había encima de la mesa. ¡Pero, si eran las seis de la tarde y estaban todas las luces encendidas, y tenía la habitación dos ventanas grandes! Del techo, como, a la mitad, colgaba una lámpara con no sé cuantas bombillas. Porque hubiera más de diez. Eran como lágrimas de cristal. Una cosa así como las estalactitas, que explicaba don Jesús en la escuela.

Habían colocado la mesa en medio, y los novios estaban sentados de espaldas a la calle. Nosotros nos colocamos, donde nos dijeron, mirando a los novios. Mi madre me agarraba una mano y mi padre la otra, para evitar que me lanzara sobre las bandejas de dulces. Se me nublaban los ojos; además de los biscochos, había pastas, mantecados, rosquillas y caramelos. A mí, de siempre, los pasteles que más me han gustado, han sido los borrachos y los *empiñonaos* del señor Luis el Confitero. Me iba al escaparate a mirarlos. Así es como el médico me recetó antiparras a los 14 años.

Decía mi madre: ¡Qué mantel tan bonito! Y Beatriz, la novia, el bastidor hubo que repararlo, deteriorado como estaba, de tanto *pallá* y *pacá*. Me han ayudado mi hermana y mi cuñada. La abuela y mi madre se han encargada de las cortinas de las ventanas; las de las alcobas ya estaban de antes. ¡No te puedes hacer idea de los hilos, que se han gastado y las agujas de ganchillo!

Decía mi madre: ¡A mí me vas a decir, que mi madre no suelta la aguja ni para dormir! No había visto nunca un dibujo tan animoso. Y la novia: Cosas de mi hermana, que no sé de dónde saca tanta alicantina. Mientras mi padre y el novio tenían otra conversación, hablaban de los *sanroques* y de los toros de Guarrate, que se corrieron este año. En medio de la conversación, y prisionero como estaba, no podía hacer otra cosa que mirar. Y veía que, según se entraba en la sala, a la mano izquierda, había un arca, con un paño encima y un jarrón con flores. Mi abuela Juana guardaba en el arca las sayas y la ropa que se ponía los domingos para ir a misa, y el traje de la boda de mi abuelo para el día, que tuvieran que amortajarlo. En esta, estaría el vestido de la novia. A la mano derecha, se encontraban las dos alcobas, pero no se veían las camas, porque lo impedían las cortinas, también de ganchillo. En la pared frente a la entrada, se encontraba un aparador. La parte de arriba, de cristalera. Se veían platos, vasos más grandes y más chicos, tazas de cafés y más cosas. Me gustó mucho el reloj de cuerpo entero, colocado entre alcoba y alcoba. El péndulo se balanceaba. Oí el campanazo de las seis y media cuando ya nos íbamos.

En el rincón, haciendo ángulo con la pared de la calle, habían colocado un mueble con un espejo, una palangana, con un jarro encima, y un balde debajo para recoger el

el agua. Me parece que lo llamaban aguamanil, aunque otros le daban ese nombre al jarro. Y, en la paredes, colgaban cuadros con fotografías. También había una repisa con un Corazón de Jesús.

Se me llenaron los ojos de tantas cosas guapas, que me vino a la memoria la casa-templo que edificó Salomón a Yavhé: artesonado de cedro, paredes cubiertas con planchas de ciprés y de cedro, y toda la casa revestida de oro puro. No era para menos: se trataba de la casa de Yavhé, dios de Israel.

Al salir, Beatriz corrió la cortina de la alcoba, para que mi madre viera la cama de la noche de bodas. Quince días después, salía de esa sala, blanca y radiante, la novia. Previamente, había recibido, como era preceptivo, la bendición de su padre, ante la presencia de los familiares más próximos. Mientras tenían lugar las ceremonias del casamiento en la iglesia, la criada, ayudada por algunas vecinas, preparaba la sala para el gran banquete. Hubo que ensanchar, colocando alguna mesas en el portal. A los nueve meses, en la alcoba de Beatriz y Manolo, nació Juan. Llevaría el mismo nombre que su abuelo paterno, al que le correspondía ser el padrino. Fue muy grande la alegría que impregnó a toda la familia. Había llegado el gran esperado. Una vez más la sala se vistió de gala.

Los días se perseguían unos a otros, crecíamos todos al tiempo, que lo hacían los chopos de la alameda. El abuelo Antonio, el padre de Beatriz, murió. El velatorio se instaló en la sala de las dos alcobas. A mí, me pilló de vacaciones y pude acompañarlos. Asistí al entierro y al rezo del rosario los nueve días del novenario.

Ya de grande, acosado por estos recuerdos, cae en mis manos un libro, en el que leo que las ceremonias que tienen lugar en la sala, como el nacimiento, el matrimonio y la muerte, le conceden la consideración de "lugar sagrado", porque son acciones propias de los dioses, que, a su vez, nos legaron.

**Pedro Cuesta**

**PD. Para escribir esta historieta, he echado un vistazo al libro "La Arquitectura Popular en Macotera", que escribió José Luis Rivero.**

## Agenda cultural del Ayuntamiento

Comenzamos una nueva temporada de cursos en el pueblo y, como siempre, con ganas de que los habitantes de Macotera, a pesar del duro invierno y la escasez de habitantes, podamos sentirnos más activos y más vivos. Se repiten los cursos de mayor éxito de años anteriores, y se intenta renovar con la impartición de otros nuevos, para no caer en la rutina.

**Ya están en funcionamiento los siguientes cursos:**

Bailes charros, matriculados 15 personas; iniciación a la Infor-

mática, con 9; manualidades, con 11; yoga, con 15; pintura, con 6; zumba, con 34; y cocina, con 15.

Los mayores de 65 años siguen el programa del curso "Depende de ti", en el que se imparten nociones de Informática y prácticas de yoga

Para el próximo enero, se proyecta la puesta en marcha de un taller de escultura y otro de Informática de tres meses de duración.

## La ruta del Agua



El día 27 de octubre, la Asociación de mujeres siglo XXI, organizó una excursión a Mogarraz, con la intención de hacer la "ruta del agua". Es la primera vez, que nos animamos a hacer una salida de estas, y no pensamos que se pudiese animar tanta gente. Nos apuntamos 24 mujeres, y la experiencia, a pesar de algún pequeño accidente, nos gustó y volveremos a repetirla. Llegamos a Mogarraz. El día amaneció fresquito; tomamos un café y arrancamos rumbo a lo desconocido: "La ruta del agua". Una ruta cortita de unos 7 kilómetros; la hicimos al contrario, y la verdad que nos vino bien, pues nos habían advertido de la dureza de los dos últimos kilómetros; al finalizarla, alguien del lugar nos aconsejó hacerla así, pues, en temporada de calor, debe ser algo dura.

Una ruta circular y con parajes preciosos, que, por lo que nos contaron, en cada época del año, tiene su encanto. Tardamos tres horas, pero disfrutamos de todo y de cuanto nos encontramos en el camino. No nos dio tiempo a comer el bocata, porque, entre castañas, uvas, moras y demás frutos del terreno, nos volvimos con la tortilla con pimientos para casa.

Terminada la ruta, disfrutamos de una suculenta comida en Mogarraz; después, paseamos por el pueblo y nos chocamos de bruces con el marrano de san Antón, que deambulaba por allí, tropezándose con los turistas.

Decidimos, a la vuelta, visitar y gozar con una de nuestras joyas salmantinas más singulares, La Alberca, donde nos tomamos otro café, calentito, antes de volver a casa.

## SOBRE LAS GRASAS

Los hidratos de carbono, las grasas y las proteínas son nutrientes esenciales para el ser humano. Cada uno cumple su misión, y gracias a ellos vivimos. La ingesta excesiva de hidratos de carbono puede acarrear enfermedades como la diabetes tipo 2 o del adulto. El abuso de las proteínas puede conducir a la gota. El ingerir muchas grasas conlleva padecimientos como las “piedras” en la vesícula biliar<sup>1</sup> o la obesidad. Igualmente el déficit de estos tres nutrientes trae encadenados padecimientos como la desnutrición, la anorexia, trastornos en el crecimiento, infecciones, etc.; de ahí la importancia de tomar una dieta equilibrada sin exceso ni defecto de ninguno de ellos.

En los últimos años ha habido grandes progresos en la investigación sobre este tema que han de ser tenidos en cuenta en nuestra alimentación. Se habla de grasas “buenas” y “malas”, pero, ¿qué son las grasas saturadas?, ¿y las grasas trans?, ¿qué es el colesterol “bueno” y el colesterol “malo”?

Las grasas son sustancias orgánicas que surgen como productos de la reacción química entre los ácidos grasos y la glicerina, y están presentes en ciertos tejidos de los animales y las plantas. Cuando son líquidas se suelen llamar aceites, cuando son sólidas propiamente grasas. Forman parte de nuestras membranas celulares, de los esteroides\* (las hormonas sexuales, la Vitamina D...); nos protegen del frío; forman el panículo adiposo; almohadillan a órganos como el corazón o el riñón; transportan en la sangre a las vitaminas A, D, E y K; son una fuente fundamental de energía: 1g produce 9,4 kilocalorías...

Las grasas están saturadas cuando todos los átomos\* de carbono de sus ácidos grasos están saturados, es decir, se encuentran unidos entre sí solamente mediante enlaces\* simples (por tanto no presentan dobles o triples enlaces). Se hallan en grandes concentraciones en las carnes o en los aceites de coco y palma, entre otros.

Las grasas insaturadas, sin embargo, son aquellas cuyos ácidos grasos están insaturados, esto es, tienen enlaces dobles o triples en su molécula\*: monoinsaturadas, con un solo doble enlace, como las presentes en el aceite de oliva y poliinsaturadas, con varios dobles o triples enlaces, como las de los pescados y cereales (omega 3 y omega 6 -ver más adelante-); todas estas son más recomendables desde el punto de vista nutricional. Pero, en la composición de todos los alimentos grasos, hay, en distinta proporción, tanto grasas saturadas como insaturadas. El colesterol. Es un lípido, un alcohol esteroideo, “una forma de grasa” esencial, que es parte de la pared de nuestras células, de las hormonas sexuales, de los corticoides suprarrenales...

Como es poco soluble en el agua, necesita del concurso de las proteínas para transportarse, y esa unión forma las denominadas lipoproteínas (lípidos más proteínas). Estas se conocen por las siglas que las representan por su nombre en inglés: HDL: “High Density Lipoprotein” -Lipoproteínas de Alta Densidad- y LDL: “Low Density Lipoprotein” -Lipoproteínas de Baja Densidad-.

Las lipoproteínas de alta densidad, las HDL, pesan más, tienen la capacidad de arrastrar a las partículas que se acumulan en el interior de las arterias y transportarlas hacia el hígado para su eliminación con la bilis. En cambio las LDL, tienden a depositarse, y eso favorece la obstrucción de aquellos vasos sanguíneos, y de ahí la aterosclerosis\*, los infartos, los ictus..., (pero

en la producción de esas enfermedades hay también otros factores fundamentales como: la tensión arterial que tenga la persona, la diabetes, el sedentarismo, el tabaquismo, etc.). Por tanto, las formaciones “buenas” del colesterol serían las HDL, las pesadas; mientras que las ligeras serían las “malas”, las LDL. Lo que pondera el colesterol que tenemos, es, sobre todo, la comida que tomamos, aunque también puede aumentar por alteraciones hereditarias.

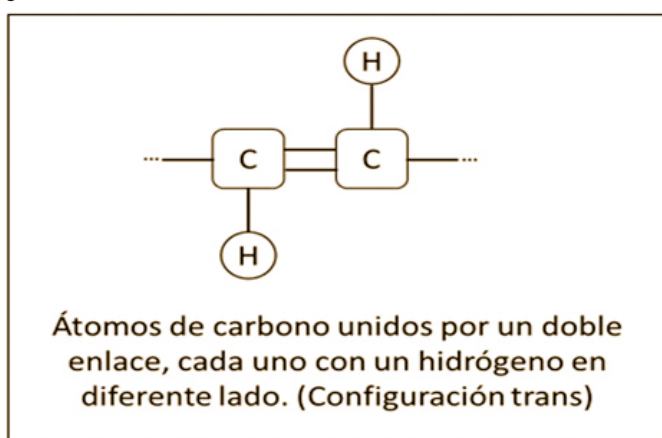
En cifras aproximadas podríamos decir que el colesterol no debe exceder en la sangre de los 200mg/dL. Las HDL deben estar como mínimo entre 35-40mg/dL. Las LDL no deben sobrepasar los 90mg/dL. Los triglicéridos (el tipo de grasa más común) tampoco deben superar los 150mg/dL.

Los ácidos grasos trans. Son aquellos que tienen los átomos de hidrógeno saturando al carbono en distinta orientación del espacio -uno a la derecha y otro a la izquierda- (ver el esquema). Se forman a partir de los ácidos grasos insaturados que han sido total o parcialmente hidrogenados (se han enlazado con el hidrógeno). Pueden estar presentes, entre otros, en las margarinas, en algunos productos de bollería o precocinados, en los fritos de repetición (por encima de los 120°C pueden formarse acrilamidas\* -tóxicos-).

**Las grasas formadas con estos ácidos (grasas trans) son anormales, el organismo no las necesita, no tenemos enzimas para metabolizarlas, aumentan en la sangre las LDL y disminuyen las HDL, intervienen en la formación de membranas celulares alteradas, en el envejecimiento celular, en el depósito en el interior de las arterias de partículas; todo lo cual es malo para el cerebro, o para el sistema cardiovascular. Favorecen la irritación celular, la inflamación, y de ahí se puede llegar incluso a la formación de cánceres<sup>2</sup>...**



Las margarinas. El emperador Napoleón Bonaparte III de Francia, hacia 1870, ordenó producir grasas sólidas de gran poder calórico, más baratas, y más fáciles de conservar que las de la mantequilla, para que dispusieran de ellas no solo los soldados, sino toda la población. Se obtienen de los aceites vegetales: colza, girasol, soja, palma, oliva, etc. Para conseguirlas se somete a estos aceites a procesos como el de hidrogenación parcial y así se consigue que pasen de líquidas a semisólidas, que sean más manejables y más duraderas. Pero en su composición tienen grasas trans en distinta proporción, por ello, en algunos países han llegado incluso a prohibirlas, aunque cada vez se consigue fabricar margarinas con menos porcentaje de esas grasas.



Ácidos grasos omega 3 y omega 6. La palabra omega procede de la última letra del abecedario griego ( $\omega$ ) y se emplea en este contexto para nombrar una característica de estos ácidos grasos insaturados, que, empezando por el final de la fórmula de su molécula, en la situación 3 o 6, presentan dobles o triples enlaces. Tienen importancia porque entre ellos están algunos esenciales como el linoleico y el linolénico, que es necesario aportárselos al organismo con lo que comemos, porque no los podemos sintetizar, y son imprescindibles para la vida. Se hallan en las grasas de los pescados, en diferentes aceites como la del girasol, en frutos secos como las nueces, en algunas semillas, en los cereales, etc.

De todas formas, pescados como el tiburón o el pez espada..., pueden contener también metales pesados como las dioxinas o el mercurio, sustancias tóxicas para el organismo. Por esto, puede ser mejor la ingesta semanal de pescados azules con preferencia los de pequeño tamaño (boquerón, sardina) o lenguado, merluza...; con menos metales pesados en su composición.

Las grasas rancias -oxidadas-. Se forman a partir de ácidos grasos insaturados que han estado en contacto con el aire -el oxígeno- durante largo periodo de tiempo. Son de sabor más desagradable. Contienen productos químicos de degradación: aldehídos, cetonas... Pueden no ser beneficiosas para algunas personas.

La ingesta de abundante fibra vegetal (frutas, verduras, legumbres) disminuye el colesterol sanguíneo. El ejercicio físico, y el consumo de alimentos como los que contienen ácidos grasos insaturados -los omega 3 y los omega 6- (tomadas con moderación), contrarrestan las alteraciones que producen las grasas perjudiciales. Por tanto, una dieta variada -equilibrada, y el ejercicio físico, es la mejor solución. Se ha de saber también, que lo más peligroso que puede haber es tener la cifra de colesterol en la sangre muy bajo, ya que, eso, es incompatible con la vida. Lo que se debe evitar es tomar excesivas grasas saturadas y grasas trans (o hidrogenadas), pero no obsesionarse por un consumo ocasional.

#### \*GLOSARIO:

Acrilamida (cancerígeno en experimentación animal): Sustancia que puede producirse al freír las patatas a más de 120°C, al tostar el café, al quemar el tabaco...

Ateromatosis (atero: papilla, oma: tumor, osis: degeneración o estado irregular): Acúmulos principalmente de colesterol en el interior de las arterias que pueden llegar a obstruirlas.

Átomo (a: sin, tomos: corte -que no se puede cortar-): Partícula de materia tan pequeña que no se puede dividir por métodos químicos, formada por un núcleo rodeado de electrones.

Enlace: En este contexto expresa la unión entre dos átomos de un compuesto químico, como por ejemplo el carbono (C), y se representa por un guion cuando es simple o con dos cuando es doble: C - C o C = C.

Esteroles: Compuestos químicos muy abundantes en la naturaleza entre los cuales se halla el colesterol y los múltiples derivados del mismo como las hormonas sexuales (andrógenos y estrógenos), las hormonas de la corteza suprarrenal (corticoides), los ácidos biliares, etc.

Molécula: Parte más pequeña que se puede obtener de una sustancia de manera que se mantengan sus propiedades químicas. Está formada por la unión de varios átomos.

**Doctor Oliva**

#### BIBLIOGRAFÍA:

1. Oliva I. *"Cuidar la salud es amar la vida / Caring for Health Means Love for Life"*. Salamanca: Amarú, 2015.

2. Larsson SC, Work A. *"Red and Processed Meat Consumption and Risk of Pancreatic Cancer: Metaanalysis of Prospective Studies"*. Br J Cancer. 2012;106:603-7.

(Con la colaboración del Profesor Francisco Javier Montes Sánchez -Catedrático de Ingeniería Química de la Universidad de Salamanca-)

## UN CUENTO DE MI ABUELA SOBRE ECONOMÍA

La Josefa, que así se llamaba, nacida a finales del XIX, y rodeada de sus nietos relataba el siguiente cuento:

Érase una vez, hace muchísimo tiempo, un padre de familia que debido a su impericia y a una crisis económica cayó prisionero de sus muchas deudas. A punto de perderlo todo y sufrir el rigor de la pobreza, no le quedó más remedio que hacer un pacto con “el diablo”. Consistía en vender el alma de su hija a cambio de una cantidad de oro con la que salvar al resto de la familia. Y así lo hizo.

Sin embargo, precavido, le dijo a su querida hija: “ponte en el cuello esas cadenas de plata, con la imagen de la Virgen y ese Crucifijo de marfil, y por nada del mundo te los has de quitar. Prométeme que jamás te los quitarás”. La hija prometió a su padre que le obedecería y que nunca se iba a quitar las medallitas.

El tiempo pasaba felizmente para toda la familia, salvada de la pobreza y confiados casi habían olvidado el pacto firmado. Un día, la joven se fue a bañar

al río con sus amigas y cuando se metía en el agua, inconsciente y por descuido olvidó su promesa, dejó colgadas y a salvo sus medallas de plata y su Crucifijo de marfil de una ramita, por temor a que se le perdieran en el agua.

“El diablo”, que nunca duerme, vio la ocasión, y asiendo brusca-mente a la niña la arrastró hacia el infierno. La joven, como pudo y en el último instante, se agarró al marco de la puerta y exclamó: “¡Virgen Santísima, sálvame! Al oír semejante invocación, “el diablo” y su séquito, la arrojaron con violencia al exterior, cayendo la desdichada en medio de un espeso y tremendo zarzal.

(Llegado a este punto, mi abuela, con la respiración entrecortada y con lagrimones rodando por sus mejillas, paraba su relato, se secaba los ojos y con un profundo suspiro continuaba). Pero, qué casualidad. Por ese bosque cabalgaba, en un brioso corcel, un apuesto y hermoso príncipe. Iba de caza y con él un perrito muy listo y simpático. Distraído, comía rosquillas, de una bolsita repleta, preparada por su aya en palacio. Le dio una a su perrito y éste, con los dientes, en vez de comérsela se metió

en el zarzal hasta encontrar a la niña y le dio su rosquilla. La joven acarició y le dio las gracias al perrito, que se fue de nuevo con su amo.

Al día siguiente la escena se repitió. El príncipe pensativo se dijo: “¡qué raro que no se coma la rosquilla mi perrito con lo que

le gustan!”. Al tercer día, el príncipe resuelto a desvelar el misterio le dio la rosquilla al perrito y éste volvió a meterse en el zarzal. Entonces, desenvainó la espada y comenzó a cortar con fuerza las zarzas.

Ya estaba cerca de la muchacha, cuando ésta, con miedo, exclamó: “¡estoy desnuda!”.

(Mi abuela, emocionada, y sintiendo el palpitar de la joven, nos dejaba atónitos a los nietos ante tan feliz encuentro)

Entonces, el príncipe, sin verla todavía, le dijo: “¡no temas y cúbrete con mi capa que ahora te lanzo por arriba!”. Y así fue como la joven salvada, ante la sorpresa del príncipe, le contó toda su historia.

Ni que decir tiene, que ambos quedaron prendidos el uno del

otro al verse. Enamorados hasta el tuétano. Pero habiendo aprendido la lección se juramentaron mutuamente en la prudencia, en la sensatez y en el cariño.

En palacio corrió la noticia con gran contento y el Reino recuperó la confianza ante la dicha.

Al poco tiempo se celebró una gran boda donde todos fueron felices y comieron perdices y faisanes. Por supuesto, manteniendo la estabilidad presupuestaria del Reino. No sin algunas críticas de aquellos Señores acostumbrados a “disparar con pólvora del Rey”.

Y colorín colorado este cuento se ha acabado.

(Recuperada ya mi abuela del trance del ajuste presupuestario, sus ojos de misericordia se posaban con dulzura sobre los nuestros, abiertos como platos, todos mudos y en silencio, sintiendo todavía en el cogote un escalofrío parecido al que produce “el déficit económico”).



## VIII COLOQUIO

### ASOCIACIÓN CULTURAL TAURINA "MEDIA VERÓNICA" DE MACOTERA

INVITADO



### TOÑO BLÁZQUEZ

PRESENTARÁ SU LIBRO "EL VENENO DEL TORO

Y OTRAS BAJAS PASIONES"

SÁBADO 27 DE OCTUBRE DE 2018, A LAS 19 H

SALÓN DE ACTOS DE LA COOPERATIVA DE MACOTERA

ENTRADA LIBRE Y GRATUITA



Como podéis comprobar la Asociación Cultural Taurina "Media Verónica" de Macotera no para, sigue su promoción y defensa de la fiesta nacional, organizando una serie de actividades que tienen como protagonistas a toreros, ganaderos, cronistas y al toro; a concursos de fotografías taurinas y a encierros y capeas infantiles, aprovechando las fiestas patronales.

El pasado 27, Toño Blázquez presentó su último libro, "El veneno del toro y otras bajas pasiones", en el salón de actos de la Cooperativa de Crédito. Un libro de memorias, en el que Toño va pergeñando sus experiencias en sus años de cronista taurino por los distintos medios del país; ahí recoge la historia detallada de los pormenores vividos de la fiesta durante las décadas de los setenta y noventa. Para Toño lo de veneno es sinónimo de pasión.

Asimismo, organiza, periódicamente, visitas al campo, para observar al toro en su "hábitat" natural; así sucedió el día 28 de octubre, se desplazaron a Colmenar Viejo, donde Carlos Aragón Cancela tiene pastando su camada, "Flor de Jara", en su finca, Zahurdón"; Carlos, el ganadero, les fue explicando, durante su recorrido por la finca, las peculiaridades de la ganadería, su encaste y procedencia colomeña.

Volvieron a casa con la satisfacción de haber visto, en vivo, una de las ganaderías más toristas de España.

## A MI AMIGO MANOLO



Amigo Manolo, ¿por qué te fuiste tan pronto? El último día, que te vi, fue el día 11 agosto: iba a misa de "Quintos del 60", y me dije: "Voy a ver a mi amigo Manolo, que está malito". Nunca olvidaré tu sonrisa, ni tu saber estar como persona: jamás, te oí hablar mal de nadie.

Éramos niños en la escuela y, después de los deberes, (algunos olvidábamos queriendo), merendábamos rápido, chocolate con un poco pan y, a jugar al fútbol, que era lo nuestro, aunque yo muy malo.

Toda la semana jugando y dándole vueltas para ver si el domingo, después de misa, retábamos a la cuadrilla de Patán (Pedro) o cualquier otra de las buenas, que había en Macotera, ya que a ti te daba igual, tú solo podías con todos.

Algunos dijeron que te parecías a Fleitas, tú menos grueso, pero grande también.

Recuerdo muchas historias vividas, no tengo espacio para ello: meriendas, cantes, que no era lo tuyo pero reías igual; jugábamos a los chinos con Pacho, Bienve, (vaya águilas), y los demás, a la barra de comparsa, nadie podía con vosotros.

Grandes momentos también has pasado con los amigos de Peña Maravillas.

Últimamente, siempre preguntaba por ti: si habías venido, si estabas a ver al Atleti, la Champion k se negaba... Cuando nos veíamos, me decías lo mismo, ¿qué tal Agustín?, ¿vas a torear en S Roque? ¡A ver si tienes las narices de torear al toro colorao, que yo toreé!

Tú sabías participar en todo.

En fin, Amigo, muchas cosas quedan sin mencionar, no en olvido. Siempre te recordaré.

**Agustín García "Confite y Gitano"**

### Defunciones

Miguel Blázquez Zaballos, *Calero*  
 Agripina García Casado, *Morenita, hermana de Segis*  
 Inocencio Sánchez Zaballos, *hijo de don Sergio*  
 Buenaventura García Cuesta, *Morenito*  
 Antonia García Sánchez, *Morucha*  
 Anita Sánchez Sánchez, *Quilina*  
 Teresa Hernández Tavera, *Cartagena*  
 Francisco Jiménez Arévalo, *hijo de Patro el Parra*  
 Gabriel García Nieto, *Adrián*  
 José Manuel Zaballos Hernández, *Conejo*  
 Pablo Zaballos Zaballos, *Quesque*  
 Petra Sánchez Gómez, *Guindina*  
 Gabriel Madrid Madrid, *Madriles*  
 Román Bautista Jiménez, *Vivas*  
 Alonso Bueno Salán, *hijo de Miguel Ángel Panera*  
 Miguel Blázquez Sánchez, *Calderas*  
 Francisco Sánchez Jiménez, *Cabra*

**MANOLA Y ANTONIO “CORTO” CELEBRARON SUS BODAS DE ORO**



Nuestro Colaborador, Antonio Sánchez “Corto” y Manola, su señora, el día 13 de agosto, renovaron su compromiso matrimonial en una ceremonia sencilla, pero muy emotiva, en la iglesia de Nuestra Señora del Castillo; actuó, como presidente, don Blas, sacerdote de Fuenterroble, amigo personal del consorte. Acompañaron a los esposos sus hijos y nietos y hermana Teresa, discípula de Jesús; el cortejo se dirigió a la iglesia a los sones de los chicos del grupo Adobe.

Cuando los vi en la puerta de la iglesia, saqué la impresión de que no se trataba de un renovación, sino de la continuidad de aquel 27 de julio de 1968, en que don Ignacio Pinto presidió el compromiso firme de acatamiento mutuo hasta el fin de los días. Y Manola y Antonia no tenían necesidad, en su fuero interno, de insistir en esa entrega, que se profesan ya día a día; ellos quisieron escenificar y recordar, ante sus hijos y nietos aquel momento, en que ellos se prometieron fidelidad y, al mismo tiempo, mostrarles el principio y el lugar donde arrancó su existencia; Y, para la ocasión, eligieron a don Blas, cura de

Fuenterroble, para que hiciese de maestro de ceremonias en el acontecimiento. Y, en aquel 27 de julio, a Manola y Antonio, los acompañaron sus padres, sus hermanos y amigos; en este momento, se sintieron esas ausencias que la vida, como vida, nos va dejando como un reguero de naturalidad; pero estuvieron ahí en el recuerdo y en los momentos de máxima emoción.

Y la pareja contó con la participación de sus nietos, que actuaron de monaguillos en el desarrollo de la misa y en las lecturas; y, al final de la Eucaristía, el hijo mayor, Antonio, expresó, en nombre de toda la familia, su gratitud, y subrayó la importancia, que tiene la familia, tanto en los ratos alegres y en los sinsabores de la vida, que también tocan a la puerta de nuestra convivencia, sin llamar.

Y afloraron las felicitaciones y los buenos deseos por doquier. Después los familiares y amigos fueron obsequiados con un suculento aperitivo, rociado con un vino español y refrescos en el Garden. El grupo Adobe interpretó algunas canciones típica, y un pasodoble, que valsearon la pareja de recién casados; y el coro, en la emoción del momento, cantó las canciones propias de la villa, y Fernando Cuesta no se resistió, y saltó por peteneras en honor de la pareja.

Posteriormente, los contrayentes y allegados se desplazaron a Peñaranda, donde, en uno de sus restaurantes, compartieron un menú ceremonial y degustaron la tarta nupcial, entre vítores a los novios.

Nuestra más cordial enhorabuena, y que sea para bien y para muchos años.

**A COROA**

Buenos días. Para aquellos que todavía no le conocáis, aquí os presentamos a Ángel, nuestro druida. Él es el encargado de mimar nuestros vinos desde la vendimia al embotellado. Un lujazo de profesional y mejor persona. Muy orgullosos de nuestro equipo.

**Marta Sertaje**

D. ....  
 C/ ..... n° ..... Piso .....  
 Localidad ..... C.P. ....  
 Provincia .....