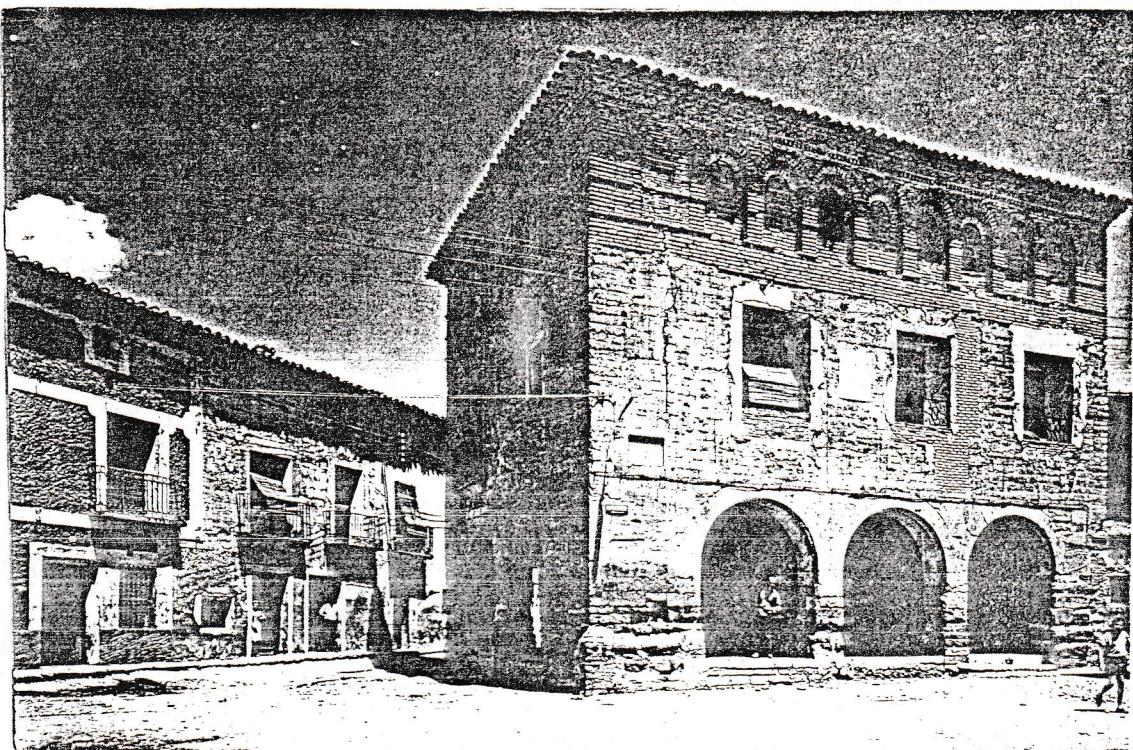


EL BOLETIN

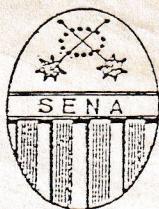
89

AÑO XVII. BOLETIN nº 1 - 1er. TRIMESTRE. MARZO DE 1989

SERVICIO DE PUBLICACIONES



SENA (HUESCA) PLAZA MAYOR



ASOCIACION ARTISTICO CULTURAL SENENSE

SUMARIO

- NOTICIARIO CONSEJO DE REDACCION.
- SANTA AGUEDA !QUE TARDE LA DE AQUEL DIA! M C C C
- ENTRE EL AMOR Y LA NOSTALGIA LUIS ARDANUY URIOL
- LOS ARBOLES HERALDO DE ARAGON.
- TOSKI Y BLANQUITO EVA G. VARGAS SANCHEZ
- ¿QUE ES EL CONSUMO?
- LA CERVEZA FLOR ARDANUY COSTA
- MIGUEL SERVET CARLOS FISAS
- ANTIGUO RETABLO DE SENA "LA REGION ARAGONESA"
- LA FAMILIA ERNESTO ARDANUY MONTULL
- AL LA TIERRA DE SENA
- UN DIA EN EL MONTE MIRENTXU GORRITI
- LAS RATITAS DEL CAMPO MARIA CARRARA PALACIN
- NUEVOS RIEGOS L A U
- LA OSITA EVA Ma TISAIRO PARDINA
- PORTADA Y CONTRAPORTADA FOTOS ARCHIVO DE LA
ASOCIACION.-

NOTICARIO

Un arrastre de hojalatones por la calle, unos fajos de leña en alguna puerta y el 16 de enero en calendario señalan que son las "Agueras de San Antón". Noche de hogueras para que el Santo guardara a los animales:

La'uguera San Antón
en un rincón.

El que no mate tocino
no comerá morcillón.

Noches añoradas en la que todo el pueblo era un campamento de hogueras, que calentaban la fría noche de enero. Los mozos atrevidos saltaban - (cuando las llamas semiacagadas lo permitían). Unos sacaban el porrón o la bota, otros madalenas, otros almendras, etc. Se conversaba, se cantaba, se jugaba y los críos con los latones "esparcían" las brasas con el "carraño" seguro de los que estaban al resollo aprovechando el último calor. ¡Seguir guardando y añadiendo latones, Zagales! que así no se perderá esta bella tradición. Cuesta tan poco traer un montonero de grava para no estropear el asfalto... y un poque de leña o trastos viejos en cada casa para quemar..., que vale la pena volver a revivir que los vecinos nos reunamos esa noche alegre.

Estos hojalotones fueron aprovechados, días después, por las mujeres para animar la fiesta de Santa Agueda, como muy bien se detalla unas páginas más adelante...

De la Escuela ha salido la idea de hacer "un equipo de salud" que se trata de que conozcamos, sepamos y vivamos en salud total, que no sólo es ausencia de enfermedad sino muchas cosas mejores más... En estas páginas iremos escribiendo cosas, además de otros medios, a través de los que participaremos activamente en las campañas que con fines saludables se desarrollem...

El pasado día 11 del corriente participamos en una reunión para preparar otra definitiva que se celebrará el día 8 de abril: "Encuentro de Asociaciones Culturales en el medio rural". Con el fin, en principio, de tener oportunidad de conocer e intercambiar nuestras experiencias, necesidades, formas de colaborar, etc. con otras asociaciones de la provincia similares o parecidas a la nuestra.

El día 12 de marzo hubo un "Encuentro de Rondallas de la Comarca" en Ballobar. Tanto los asistentes como los del pueblo lo pasaron - muy bien y con ganas de que se repita. De Sena hubo importante participación en calidad, a pesar de que avisaron precipitadamente y nos cogieron sin preparar. Queremos que estos intercambios se repitan para animarnos, conocernos y fomentar la afición. ...y a veces de los mejores de cada pueblo sale un grupo que podría llamar la atención en la provincia de Huesca, en Barbastro y en Monzón... Aquí, en Sena, pensamos hacer un "Encuentro Comarcal".

"EL DIA DEL ARBOL" podemos celebrarlo el día de Pascua por la mañana entre las 9 y las 11 horas, para empezar a hermosear un poquer los alrededores del pueblo (que buena falta les hace). Vamos a hacer ca-

so de los carteles anunciadores y acudiremos a la Almazara a las 9 de la mañana del día 26 de marzo con una "jadeta, un restiller, u lo que sea..."

Los últimos libros adquiridos para la biblioteca son:

- Aguila el último romano Rosemary Sutcliff
- El rojo emblema del valor Stephen Crane
- El tragaluces Buero Vallejo
- Zacaílán el aventurero Pío Baroja
- Vete a ensillar el mar Joan Aiken
- Rebelión en la granja George Orwell

El día 23 de abril, día del libro, lo vamos a celebrar de la siguiente manera: a las 11 de la mañana estaremos en la calle, a las puertas de la entrada de la biblioteca con una mesa que esperamos se llene de libros. El lema es "TRAER un libro que tengas en tu biblioteca y que creas que nos va a gustar o a interesar para regalar a la biblioteca de la Asociación", y así, entre todos la llenaremos de libros. El que no pueda venir ese día no se libra de traer el libro..., que nos lo envíe o que lo traiga otro día. Siempre será bien recibido. !GRACIAS!.

Durante este trimestre han nacido:

- José Manuel Mored Romero hijo de Carlos y Juan Ma
- Noelia Bayer López hija de Mathyas y Palmira

han fallecido:

- Pilar Torres Ferrer
- Carmen Galindo Ester
- Gabriel Pisa Salillas

q.p.d.

El teatro fin de curso está por preparar, por lo que tenemos que leer obras (si a alguien le gusta alguna que lo diga) y zagalos prepararos para entrar en escena que en esta vida hay que hacer mucho teatro...

Anunciamos ya las actividades del mes de Mayo, que con motivo de las fiestas vamos a programar:

- El día 13 de mayo concurso de dibujo. Como será sábado a las 10 de la mañana en lugar a designar por "Los Amigos del Arte", que son quienes -dirigirán y supervisarán las "obras realizadas" por los participantes.
- Posterior exposición durante los días de las fiestas con el resultado obtenido, calificación y entrega de premios.
- Festival de JOTA CANTADA el sábado 20 de mayo a las 6,30 de la tarde. Programamos, en principio, cuanto antes mejor porque de lo contrario los últimos días de fiesta las gargantas están "amoladas" por el trasnocheo. En el transcurso de este acto se sorteará entre las entradas de los asis-

tentes en magnífico RADIOCASET que tras haberlo sorteado dos veces no ha salido dueño. Así que a la tercera... Esta vez seguro que toca a quienes vengan a escuchar cantar jotas a las nuevas voces de Sena y comarca.

• Empezar a relucir las campanillas, a diseñar las carrozas o la grupa porque los premios serán más o menos así de interesantes:

1er. premio a la carroza mejor adornada y original 10.000Pt.

2º " " " " " 5.000 "

Premio especial a la más antigua (para la conservación del carro, la galera o el volquete, así como las parejas de grupa) 5.000 "

Premio especial a la que suba mejor y con más elegancia 3.000 "

Estos premios podrán ser declarados nulos, podrán subdividirse o cambiarse "todos ellos", siempre que el jurado lo estime conveniente, sin que valgan reclamaciones...

• Subvencionaremos las tortas... al 50%, como todos los años, en la romería de Santa Quiteria.

• La Junta Directiva reunida en sesión ordinaria el día 18 de marzo, entre otros acuerdos, comenta agradecer a la Comisión de Cultura de la Diputación Provincial de Huesca la "Subvención Extraordinaria" en premio a nuestro trabajo continuado por la difusión de la cultura durante 1988, de 255.000 Pesetas para la construcción de nuevas gaitas aragonesas, a fin de que cada gaitero tenga su gaita. Asimismo se ha recibido, con un año de retraso, la subvención del Departamento Provincial de Cultura de la D.G.A. de 75.000 Pesetas. Entre las subvenciones y las cuotas de los asociados, que cada vez somos más, vamos haciendo todo lo que nos es posible por el bien cultural de Sena. Como siempre esperamos sugerencias y el apoyo necesario en estas, a veces, ingratas labores.

• A la hora de terminar de escribir estas notas, acabamos de pasar por el pueblo tocando y cantando las "Coplillas de San José". Hemos introducido la gaita al cantar la melodía. SEGURO QUE NUESTROS "ANTEPASADOS CELTAS" LO HACIAN ASI...

!Qué alegre oír la gaita por la mañana entonando la dulce "senera" cantata de las coplillas... ¿Puede haber más belleza? Dímoslo tú.

!SANTA AGUEDA! !QUE TARDE LA DE AQUEL DIA!

Este año Santa Agueda, la fiesta de las mujeres, brilló un poco más que otros años por tres motivos: 1º por ser domingo, pues las fiestas son más fiestas si caen en domingo; 2º porque el día amaneció resplandeciente y muy benevolente, aletargados y cansados del largo, crudo y gris invierno, este día nos despejó y alegró un poco; y 3º porque las mujeres y por segundo año consecutivo decidieron organizar unos actos que por alegres y populares hicieron que nos olvidáramos, al menos por unas horas de las penas y de los problemas.

Como dicen que, de los errores se aprende, se trató de no cometer los del año anterior. A la hora de organizar hubo sus más y sus menos pero al final todo salió a pedir de boca.

Tres actos a destacar en este día: Almuerzo, misa y tarde de carnaval.

Por la mañana, las más madrugadoras, despertaron al vecindario con un primer repique de campanas, llamando a almorzar alrededor de la hoguera en la Plaza de San Juan. Comer, beber (no mucho), cantar y reír fué todo lo que allí se hizo, ademas de hacer correr algún que otro "alcagüete".

A la hora de la misa todo fue fiesta: nuevo repique de campanas, mucha gente en la iglesia, flores en el altar y un coro que cantó "como los Angeles" y sin ensayar.

Bendecida ya la torta y terminada la misa otra vez a repicar, y después y sin temer "al marido" muchas un vermut se fueron a tomar. Dáandonos prisa unas a otras nos marchamos a comer para salir cuanto antes a tomarnos un café.

Nadie podía pensar que, sin prepararlo apenas, hicieramos de aquella tarde una gran fiesta de carnaval. Disfraces hubo, si mis calculos no me fallan, alrededor de 40, pero lo que hay que valorar no es la cantidad sino la calidad.

Por temor a olvidarme alguno no quiero citar ninguno, sólo hay que resaltar que mayores y pequeños supimos aprovechar y disfrutar esa libertad que dá el saberte "escondido" detrás de un disfraz.

Después de dar la vuelta al pueblo con la charanga y después de disfrutar las que participamos y los que salían a mirar llegó la hora del chocolate. Mención especial merece quien dejó el local y quien pudo dejar la fiesta y ponerse a cocinar.

Quedó un gran sabor de boca y muchas ganas de repetir otro año. Al finar se consiguió lo que se pretendía pasar un día divertido y en armonía.

ENTRE EL AMOR Y LA NOSTALGIA (Leyenda)

A unos dos Km. de Sena, en la margen derecha del Alcanadre, destaca un macizo montículo conocido con el apelativo de "TOZAL DE LA MORA" sobre el cual existe una hermosa leyenda, que más o menos ha despertado cierta inquietud en las conciencias de cuantos hemos habitado estos lugares altoaragoneses.

Toda leyenda atrae a los pueblos, nadie las cree pero tampoco las niega. Encierran como un misterio lleno de fantasía, que surge de las tinieblas de la historia, creadas por la imaginación de ciertos seres.

Hasta ahora elegía los temas de manera espontánea mirando el espejo retrovisor, si la imagen que aparecía era de interés me ponía a escribir. Hoy me han dicho ¿Por qué no nos cuenta la leyenda de "LA MORA"? = Allá voy:

A principios del siglo XII, poco después de reconquistar a los sarracenos estos lugares, los moros dejaron profundas huellas en nuestras tierras y ¿cómo no? en sus pobladores. Nada menos las habían ocupado unos 400 años. En su retirada, ante el avance de los cristianos, uno de los jefes moros, dejó oculta en el montículo descrito la mujer más destacada de su harén. Preciosa y encantadora esposa cuya aureola de hermosura y distinción se comentaba por toda la comarca: esbelta, largas meletas, ojos grandes y oscuros, tez morena y derramaba simpatía a raudales. Una dama como ninguna. Eligió como albergue, en espera del regreso de su amado, una profunda cueva sita en el tozal al que dió nombre. Allí vivía, suspiraba y sufría profunda nostalgia oculta en su cueva. sus lastimeros gemidos, dicen que podían percibirse a gran distancia por cuantos observaban sus pesares. Casi nadie podía verla. Durante el día permanecía oculta, durante las noches de luna salía a sus alrededores para hacer las oraciones dirigidas a su dios Alá y a su profeta Mahoma, suplicando el regreso de su amado. Solamente nuestros antepasados podían contemplar las ropas tendidas al sol mañana, lavadas durante las horas nocturnas en el río Alcanadre (nombre por cierto de claro origen musulmán). Las gentes de nuestra tierra tuvieron por ella gran veneración. La quisieron y admiraron y respetaron. También ella amó esta tierra que no quiso abandonar por considerarla suya y sólo anhelaba el regreso de su amado ausente.

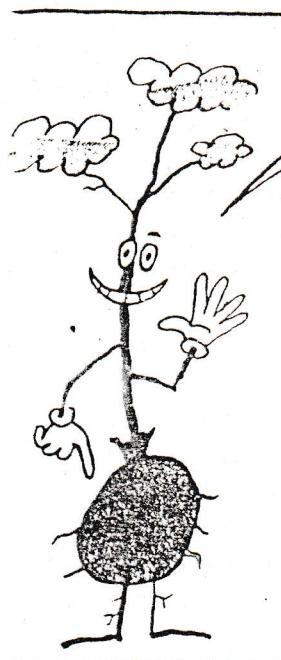
Por mi parte les puedo asegurar que durante mi infancia y aún después recorrió estos parajes pensando ingenuamente en hallar un día la boca de una cueva, una señal que indicara la existencia de aquella DAMA MORA.

En la cima de la montaña había restos de un doble muro, prueba evidente de que sobre el mismo se había construido un castillo, fortaleza u observatorio que dominaba la zona para vigilar todas las tierras del entorno. Pudo servir de camuflaje porque la sierra con su frondosa vegetación por un lado y el río por el otro a la vez que protegían debía resultar una residencia acogedora.

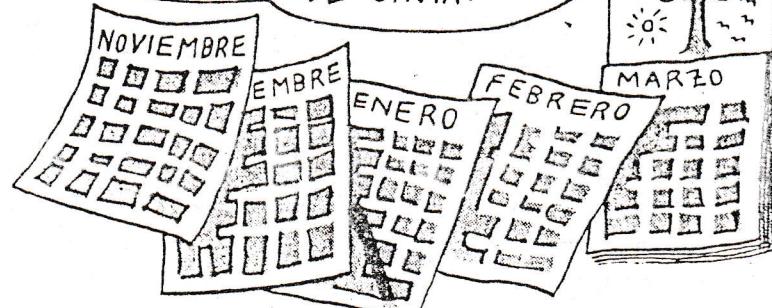
Por la "SUBIDA LA MORA" cierra los ojos, abre las ventanas de tu imaginación y posiblemente verás aparecer la sombra encantadora de aquella MORA que murió entre suspiros de amor !Qué Alá te lo conceda! Luego nos lo cuentas...

Luis Ardanuy Uriol

CÓMO SE PLANTA UN ÁRBOL



LA MEJOR ÉPOCA PARA PLANTARME ES ENTRE NOVIEMBRE Y MARZO, YA QUE EN ESTAS FECHAS ESTOY EN REPOSO INVERNAL, SIN CIRCULACIÓN DE SAVIA.

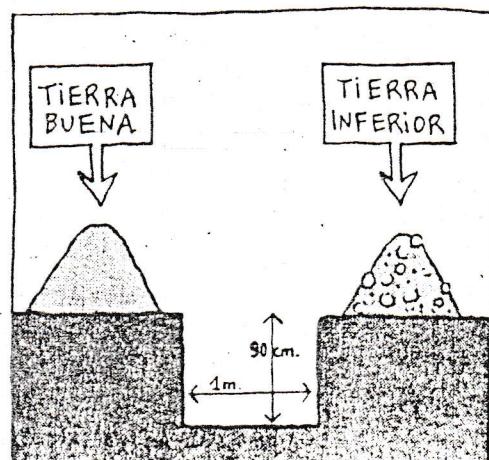
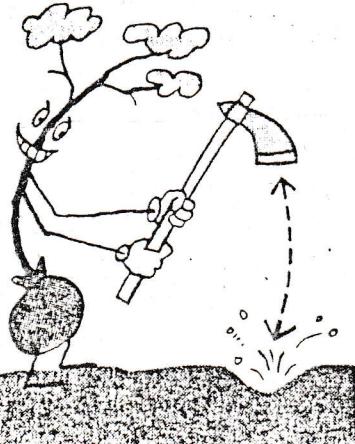


NO OLVIDEIS QUE ES PREFERIBLE EXCAVAR LOS HOYOS CON ANTELACIÓN AL DÍA DE LA PLANTACIÓN. ASÍ CONSEGUÍREIS:

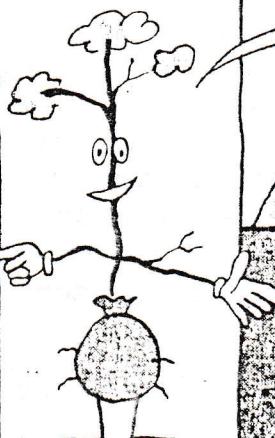
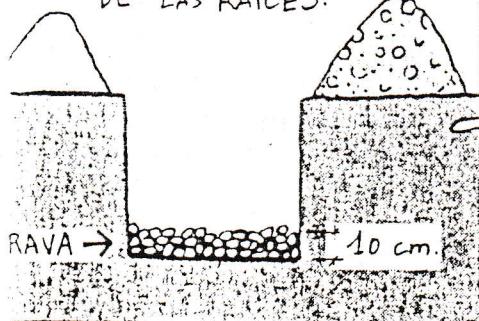
- QUE SE AIREE LA TIERRA EXTRAIDA
- QUE CON LAS HELADAS INVERNALES Se destruyan muchas insectos nocivos.
- Se desmenucen los terrenos extraídos.

HAREMOS UN HOYO DE $0,9 \times 1\text{m.}$
(VER DIBUJO)

NO OLVIDEIS UN TALLE: A UN LADO DEJAREMOS A TIERRA DE SUPERFICIE, Y AL OTRO A TIERRA MÁS PROFUNDA, DE MENOR CALIDAD

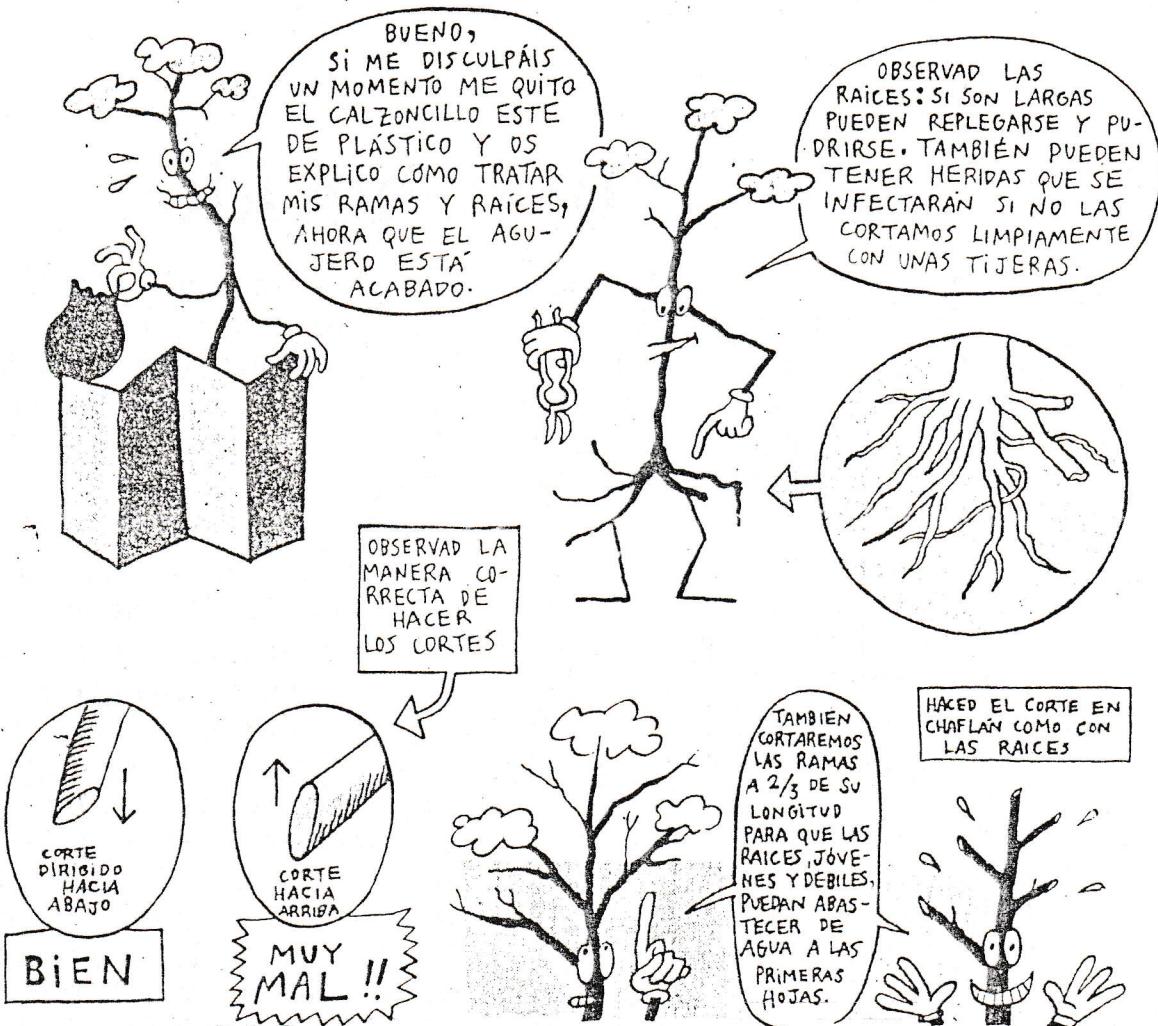


COLOCAD EN EL FONDO DEL HOYO UNA CAPA DE 10cm. DE GRAVAS GRUESAS, DE FACILITARAN EL DRENAGE, EVITANDO EL ENCHARCAMIENTO DE LAS RAICES.

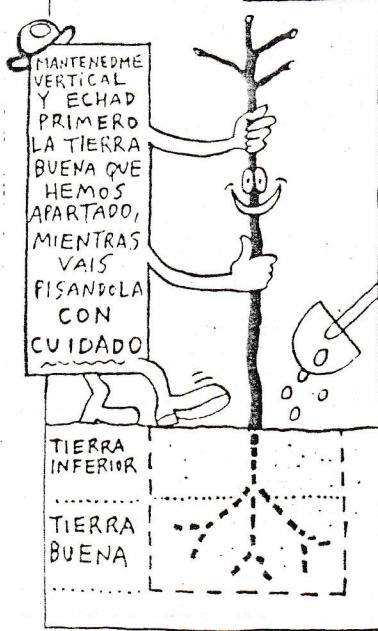


SOBRE LA GRAVA, UNA CAPA DE TIERRA BUENA BENEFICIARA A MIS RAICES. GUARDAD UNA PARTE PARA DESPUES...





YA PODÉIS PLANTARME !!!



Antiguos conocidos

Desde los más remotos tiempos que el hombre comenzó a vivir en este planeta hemos estado ligados a los árboles. Al principio, cuando eran el sustento y cobijo de nuestros antecesores. En ellos encontraban el refugio frente a los temibles depredadores y el alimento necesario para la subsistencia en forma de frutas, bayas y demás productos comestibles. Allí, entre los árboles de los bosques tropicales, el que un día fue nuestro abuelo más remoto se adaptó a moverse eficazmente entre las ramas, para lo que desarrolló extremidades con cinco dedos con que agarrarse y un sentido de la vista muy agudo para no errar al pasar de una a otra rama. Y así vivieron durante miles de años hasta que algunos de aquellos homínidos se aventuraron a salir del bosque y adentrarse en la sabana.

El tiempo siguió pasando y aquel hombre primitivo, cada vez más inteligente y más parecido al de hoy, encontró nuevos y quizás más importantes usos a estos vegetales. Algun día debió de descubrir el fuego y aprendió que la madera era el mejor combustible para mantenerlo. Así, gracias a ella, empezó a cocinar sus alimentos, a utilizarlos

como defensa frente a las fieras que le acechaban, a calentarse durante los días fríos del invierno y a dominar la noche con su luz.

Pero el uso de la madera de los árboles aún le reportó muchas más ventajas conforme seguía avanzando la civilización. Los troncos sirvieron para construir refugios sólidos y resistentes, para fabricar herramientas de agricultura, corrales donde encerrar a los animales y poder aprovecharse de su carne, leche, etcétera. También la madera le sirvió para fabricar armas, como lanzas, arcos y flechas, y otros útiles, como cuencos, la rueda y los carros, las primeras embarcaciones, palancas para mover grandes pesos, etc. Hasta aprendieron que los árboles también podían tener aplicaciones medicinales aprovechando sustancias de sus hojas, raíces, flores o semillas.

Algunos pueblos primitivos, conscientes de la importancia que tenían los árboles en sus vidas, les dedicaron dioses y rindieron culto. Los bosques, en muchas culturas, han sido el lugar de residencia de espíritus, de magos y brujas, de apariciones, de duendes, elfos, gnomos y otras criaturas similares.

Altos, anchos, viejos

El árbol más alto del mundo es una *Sequoia sempervirens* que habita en California y mide 121,1 metros de altura. Es un árbol relativamente joven que aún crecerá más. Su edad es de unos 583 años. Existen unos ejemplares de *Sequoia giganteum*, también en California, que pueden alcanzar los 14 metros de diámetro. Uno de estos árboles, el llamado «Arbol Casa», tiene en su base una habitación de 6,40 por 8,20 metros (52,66 metros cuadrados). Si quisiéramos dar una vuelta completa a su alrededor tendríamos que andar 30,78 metros.

El árbol de más edad que se conoce es un ejemplar de *Pinus longaeva* situado en las Montañas Blancas de California. Tiene 5.000 años de vida, aún más viejo que las pirámides de Egipto.

Algunos de las especies de árboles que primero poblaron este planeta, hace unos 200 millones de años, aún viven entre nosotros. Como los árboles que hoy viven son casi iguales a aquellos de hace tantos años, les llamamos fósiles vivientes. Son el *Ginkgo biloba* (ginko o cabellera de venus) y *Metasequoia glyptostroboides*.

Los árboles que seguramente han sido más altos de todos los que vivieron en este planeta fueron un pino de Douglas (*Pseudotsuga menziesii*) que está muy extendido por el noroeste de América y una especie de eucalipto (*Eucaliptus regnans*) que vive en Tasmania.

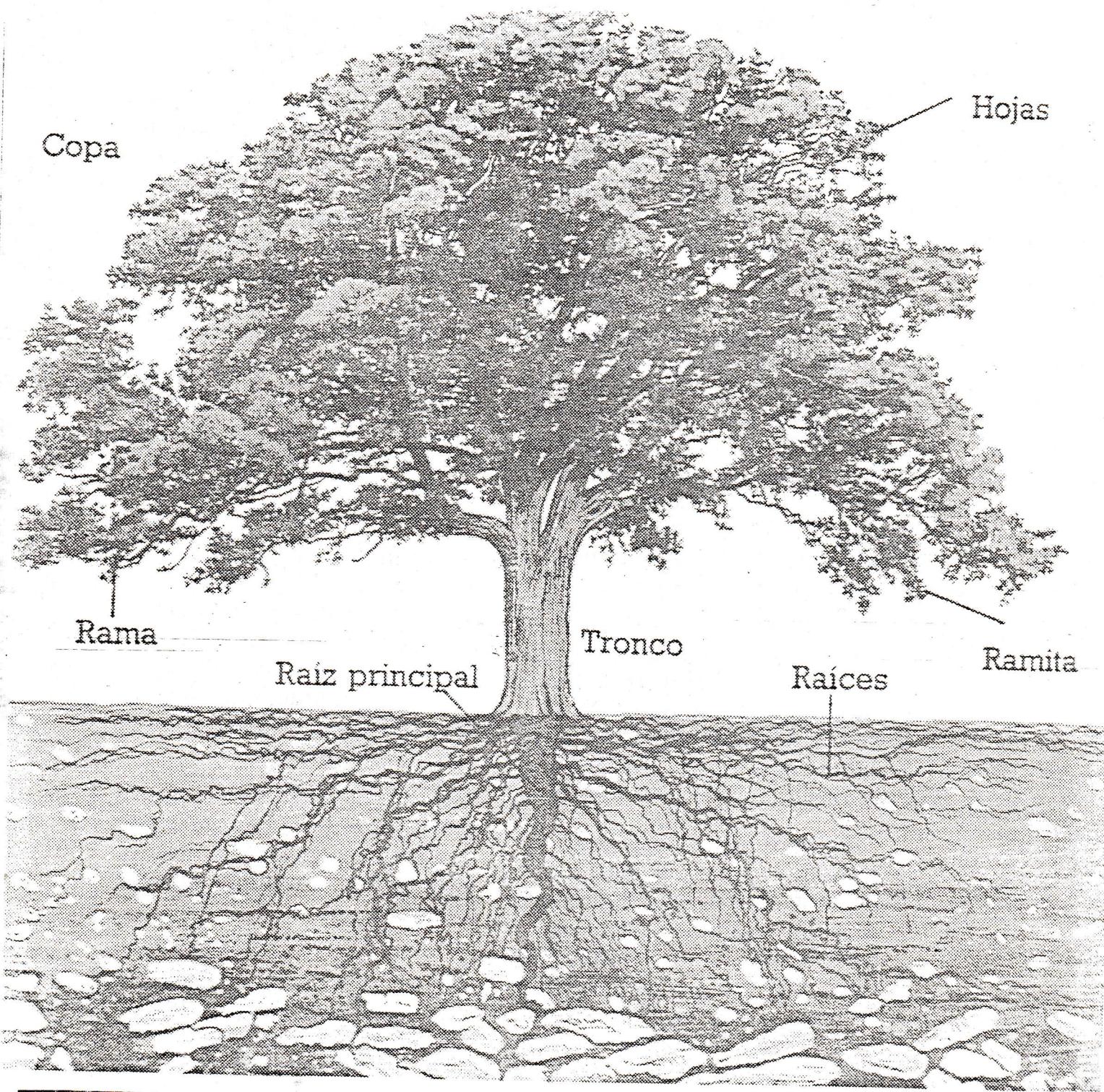
En 1902 se derribó en Canadá un pino de Douglas que medía unos 138 metros de altura y unos 15 de perímetro. Más alto aún fue el eucalipto, pues llegó a 139 metros de altura.

Aunque las sequoias son los árboles más voluminosos, el más gordo del mundo es el ciprés de México (*Taxodium mucronatum*). Le llaman «El Gigante», pues aunque sólo alcanza los 47 metros de altura, su perímetro es de 38 metros.

El eucalipto viviente más alto que se conoce está en Australia occidental y mide 113 metros. Es la angiosperma más alta del mundo.

Estas ilustraciones están tomadas del libro «Arboles», Editorial SM, Colección El Joven Investigador, y han sido realizadas por Norma Burgin, Karem Daws y David More.

El árbol



Todos los árboles tienen tres partes: un tronco leñoso, una copa formada por ramas y hojas y una gran base formada por sus raíces, que se extienden bajo tierra.

Amigo

“Plántame, no me cortes”

13 TOSKI Y BLANQUITO

Erase una vez un pastor que tenía 372 ovejas, 20 corderos y 10 carros y 3 cabras y 2 perros, que en total tenía 207 animales.

Un dia, se le perdió una cabra, y el pastor le dijo a los perros que buscásem y primera fue un perro y como no venía en dos días fue el otro, pero tampoco volvía.

El pastor se enfadó, y dentro de una semana y media fue a buscar la cabra por la mañana, y por la noche encontró a la cabra en un pajar, y la cabra se llamaba Belfi. Pasaron semanas y los perros no volvían, y Juan (el pastor) todos los días iba al campo y decía:

¡Blanquito! ¡Tosqui! ¡Venid! que se llamaban los dos perros, pero nada no había manera de encontrarlos.

Un buen día que estaba nevando (por que era Navidad) Volvieron los perros, primero Blanquito con un perra y tres perritos y después Tosqui con otra perra y cuatro perritos y se quedaron allí con el pastor y los 216 animales fueron muy felices.



Alimentación y consumo

¿Qué es el consumo?

EL CONSUMO HUMANO engloba objetos, sustancias y servicios. Unos que consumimos hasta su total destrucción como alimentos o ropas, y otros cuyo consumo se traduce en uso, solos, como el coche particular, o compartidos, como los autobuses y el teléfono, o sea, los que pertenecen a servicios públicos y privados.

Pero no todos sentimos las mismas necesidades: a unos les gusta nadar, a otros bailar, unos prefieren leer y otros escuchar música. De este modo unos consumirán bañadores y otros zapatos, unos libros y otros discos. Pero todos cubrirán la necesidad de divertirse, aunque de diversas maneras.

Esto sucede porque somos diferentes y tenemos gustos distintos, además de que influyen otros hechos para que consumamos productos con muchas variaciones. Entre estas causas podríamos citar: EL AMBIENTE que nos rodea, es evidente que en los pueblos no se utilizan las mismas cosas que en las ciudades. La EDAD marca radicalmente las preferencias. EL DINERO y MOMENTO, no es lo mismo que nuestro presente o futuro económico sea prometedor o que sea decadente. LA EDUCACION o preparación

Consumo es el acto de utilizar los productos que satisfacen las necesidades naturales de cada individuo; sabiendo que cada uno puede tener necesidades diferentes.

Desde que nacemos, y aun antes de nacer y después de morir, CONSUMIMOS. Nuestra propia vida, las ropas que vestimos, los alimentos que necesitamos, los transportes y servicios que utilizamos, nuestras aficiones... y un largo etc. El problema está en saber «qué consumimos» y «para qué», si cubre nuestras necesidades o las sobrepasa, si nos dejamos seducir por la publicidad, si nos engaña la apariencia externa de las cosas, si estamos informados sobre cómo consumir, o no lo estamos, y eso es lo que precisamente vamos a intentar en éste y otros artículos: INFORMARNOS.

recibida a lo largo de nuestra vida y que marca las aficiones. NUESTRAS COSTUMBRES, TRADICIONES LOCALES y FAMILIARES cambian profundamente de un lugar a otro. EL PRODUCTO en sí, cuyas características nos agradan más o menos y también LA PUBLICIDAD que con los medios de que dispone nos conduce con frecuencia a donde ella quiere, que siempre es a la compra del producto anunciado.

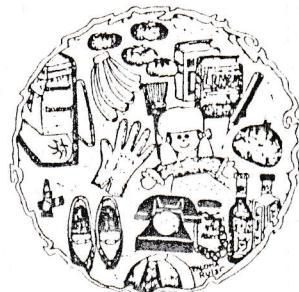
Haciendo un poco de historia en consumo nos remontamos a la ECONOMIA de TRUEQUE, es decir el intercambio de producto. Las personas tenían relación directa, valoraban ellos mismos estas cosas que se cambiaban según las necesidades y posibilidades. En nuestros tiempos el trueque ya no tiene cabida, es un sistema que sólo

puede servir en comunidades pequeñas y elementales.

A medida que se avanza en el tiempo se inventa el dinero y se construyen las fábricas, se instala la SOCIEDAD de CONSUMO. El consumidor ha perdido el control del producto y de sus necesidades del consumo.

A las empresas productoras les interesa que consumamos MUCHO y PRONTO. Por ello se hacen las cosas con materiales poco resistentes. También se provoca en la gente, mediante la publicidad, la costumbre o el afán competitivo de tener más productos. Para que se canse pronto de ellos, se imponen las modas y se empuja a comprar otros nuevos antes de que los anteriores se hayan desgastado.

En estas condiciones, que son nuestro presente, el CONSUMO



HUMANO puede causar un problema «el del intercambio desigual entre el productor y el consumidor», siendo siempre éste el que está en inferioridad de condiciones frente a los sistemas de producción, distribución y venta.

Los consumidores y usuarios no controlan la CALIDAD, el PRECIO ni la INFORMACION sobre los productos o servicios que utilizan; por lo que se encuentran DESPROTEGIDOS ante este intercambio desigual.

La protección del consumidor es una consecuencia inmediata del respeto al ciudadano, en la competición democrática de la vida de gran parte del mundo, pero aún falta mucho por recorrer en este camino; desde esta sección vamos a intentar contribuir a la formación de los consumidores y usuarios. Para empezar, planteémonos seriamente este tema, siendo receptivos a toda información y haciendo lo posible por llevar a cabo un consumo racional.

Flor Ardanuy Costa
Diplomada en Consumo

ALIMENTACIÓN Y CONSUMO

Información alimentaria: La cerveza

La cerveza es una bebida alcohólica de uso muy frecuente, especialmente durante la época de verano, y sin embargo, muchos de los buenos bebedores desconocen no sólo el origen y tratamiento de esta bebida sino sus propios caracteres fisiológicos.

Y es que el hecho de beber si bien responde a una necesidad del organismo que tiene que compensar sus pérdidas de líquido, tiene otros matices más sutiles. La bebida nos aporta calorías pues cada gramo de alcohol que se ingiere incrementa nuestra ración en 7 calorías, pero además actúa de euforizante y si el consumo es excesivo —situación frecuente con las bebidas de poca graduación alcohólica, como es el caso de la cerveza— entraña riesgos de habituación.

La cerveza tiene una larga y curiosa historia. Se fabricaba ya en el Oriente hace más de seis mil años. Se obtenía a través de la fermentación del grano de cebada y muy pronto los antiguos descubrieron el interés que podía tener si se realizaba una germinación previa. No obstante, fue en la Edad Media, cuando los monjes introdujeron el uso del lúpulo para dar a la cerveza su sabor amargo y su perfume característico. A lo largo del Siglo XIX los progresos técnicos fueron decisivos: por una parte el frío industrial que permitió producir cerveza permanentemente, y por otra parte, los trabajos de Pasteur sobre las levaduras que aseguraron las constantes de su fabricación. Actualmente la cerveza es una bebida difundida en el mundo entero y sus características parecen ser las adecuadas a las necesidades del «hombre moderno», a la vez que sus condiciones actuales de producción parecen adaptarse

a las posibilidades tecnológicas de los nuevos países.

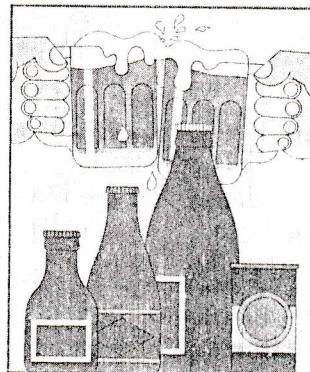
La cerveza, quizás porque está fabricada a partir de productos exclusivamente naturales —cevada, agua, lúpulo, levadura— tiene a los ojos del gran público como algo mágico y se le confieren un sinnúmero de propiedades.

Desde luego su manipulación tiene muchas y diversas operaciones. En primer lugar se obtiene la malta, fruto de la germinación de una cebada seleccionada a este efecto, después triturado y mezclado con agua, filtración, adición al mosto obtenido del lúpulo cuyas resinas amargas darán a la cerveza su sabor característico y, finalmente, la levadura que provocará la fermentación. Cada una de las etapas numerosas de la fabricación de la cerveza exige una rigurosa higiene y un riguroso control de calidad.

La cerveza nos aporta unas 400 calorías por litro, parte de estas calorías proceden de los hidratos de carbono que entran en su composición y parte de su contenido alcohólico. Un medio litro de cerveza que con tanta facilidad se consume en la época de verano nos proporciona el mismo valor calórico que 100 gramos de pan. Las cervezas oscilan entre 3°-7 y hasta 10° las llamadas cervezas de lujo.

Esto quiere decir que un litro de cerveza de 5 grados de alcohol, es decir de un 5 % de alcohol puro o absoluto nos proporciona 50 cc. de alcohol.

No obstante la cerveza,



según demuestran trabajos muy serios, se distingue del vino o del whisky en que estimula, largamente la secreción de insulina y el metabolismo de los azúcares a la par que nos

proporciona un aporte no despreciable de las vitaminas del grupo B.

Se considera que unos 3/4 de litros de cerveza, consumidas por un hombre de 70 kilos de peso, no produce ningún caso de alcoholismo.

Quizás en este momento debemos preguntarnos ¿cuáles son las cantidades de alcohol y cuáles las peligrosas... puesto que ya vemos que a través de una bebida tan aparentemente inofensiva como la cerveza también si se consumen grandes cantidades existe el riesgo:

— La cantidad de alcohol que se puede considerar como ciertamente peligrosa corresponde a la que sobrepasa la mitad de las calorías del gasto de base, es decir 700 calorías para un hombre de 65 kgrs. de peso, es decir 100 gramos de alcohol puro. En el caso de la mujer 600 calorías, si su peso son 55 kgrs. y una cantidad de 85 gramos de alcohol. Esta afirmación se hace en base a las estadísticas que han estudiado el número de cirrosis alcohólicas que coincidan, son un porcentaje muy alto, en individuos que consumían dosis como las reflejadas, de alcohol.

Ya hemos comentado que el alcohol aporta siete calorías por gramo y que es absorbido por la sangre entre los 15-30 minutos siguientes a su ingestión si se está en ayunas y de una a tres ho-

ras, si el estómago está lleno.

El alcohol es pues «quemado», es decir transformado o metabolizado hasta convertirse en agua y gas carbónico, liberando calor. Esta combustión se realiza a la velocidad de 100 miligramos por hora y kilo de peso corporal, es decir 7 gramos aproximadamente por hora, para un hombre de 70 kgrs.

El gasto de energía del hombre no aumenta cuando ha bebido porque el alcohol actúa de auténtico combustible del organismo, tomando el lugar de, sobre todo, las grasas. El exceso de calorías procedentes de las bebidas alcohólicas hace engordar, en contra de lo que mucha gente cree.

Es frecuente encontrar situaciones de desnutrición intensa en individuos alcohólicos que pierden el apetito para consumir otros alimentos que su organismo necesita y presentan, igualmente deficiencias de vitaminas provocadas, exclusivamente por esta situación.

Concluyendo

— La cerveza es una bebida alcohólica y como tal no puede beberse indiscriminadamente.

— Los niños no pueden beber cerveza, ni para que les abra el apetito ni porque les guste o sea muy refrescante. No hay que habituarse.

— La cerveza tiene un valor calórico y, en consecuencia, aumenta la dieta en calorías que pueden traducirse en unos kilos más.

Flor Ardanuy Costa
Diplomada en consumo

MIGUEL SERVET: MEDICO, TEOLOGO, HEREJE y MARTIR

... Servet vió la luz en Villanueva de Sijena (Huesca)... En su último proceso fue llamado y condenado como "Miguel Servet de Villanueva del reino de Aragón en España". Su padre era notario en Sijena y su madre, Catalina Conesa, era de ascendencia oscense. El padre redactaba escrituras en latín o en catalán hasta 1554, es decir, hasta un año después de la trágica muerte de su hijo Miguel.

Este espíritu inquieto y aventurero pertenecía a una familia muy religiosa. Uno de sus hermanos era sacerdote. Desde su niñez dio pruebas de gran inteligencia, y al llegar a la adolescencia dominaba perfectamente el latín, el griego, tal vez francés, las matemáticas, la historia y la geografía. Pasó a estudiar a Barcelona, donde conoció a Juan Quintana, confesor luego de Carlos I, que le protegió y le ayudó muchísimo. De Barcelona se trasladó a Toulouse, y allí cursó los estudios de derecho. Terminados éstos volvió al lado de Quintana, con quien estuvo en la coronación de Carlos I. Fue luego a Alemania, donde experimentó la influencia del incipiente protestantismo. En Basilea contrajo amistad con Ecolampadio, con quien terminó peleándose a causa de las ideas de Servet sobre la Santísima Trinidad. Sobre este tema publicó un libro que fue condenado y perseguido.

Empezó entonces una vida errante durante la cual tropezó muchas veces con la justicia, tanto civil como eclesiástica. Viajaba de un sitio para otro, y de todos tenía que salir huyendo a causa de sus ideas.

Cambiando de nombre..., se dedicó a vivir de sus vastos conocimientos, revisando, corrigiendo y anotando obras eruditas, como la Geografía de Tolomeo.

La narración de las aventuras de Miguel Servet necesitaría muchas páginas... Baste decir que continuaba escribiendo y estudiando. Se doctoró en medicina y ejerció esta profesión en París, donde sus servicios fueron muy apreciados. Sin embargo tuvo que abandonar la capital francesa a causa de un libro poco respetuoso con la tradición galénica, que levantó las iras de la facultad parisina.

Por este tiempo conoció a Juan Calvino, al que de inmediato se enfrentó violentamente. Se creó un mal enemigo, pues Calvino era rancoroso y famático...

Tal vez producto de esta brutal fricción fue el libro de Servet Christianismi restitutio y la Institución de la religión cristiana de Calvino. Con una imprudencia que le fue fatal, Servet comunicó por carta a Calvino la publicación de su obra. El destinatario se enfureció y prometió que si Servet iba a Ginebra, ciudad dominada por Calvino, no permitiría que saliera vivo de ella.

En la Restitución del Cristianismo se encuentra la descripción de SU DESCUBRIMIENTO DE LA DOBLE CIRCULACION DE LA SANGRE, que pasó inadvertido durante muchos años, por hallarse en una obra de teología y no de medicina. El texto dice así, siguiendo la traducción de Angel Alcalá:

"El espíritu vital tiene su origen en el ventrículo izquierdo del corazón, y a su producción contribuyendo principalmente los pulmones. Es un espíritu tenue elaborado por la fuerza del calor, de color rojizo, de tan fogosa potencia que es como una especie de vapor claro de la más pura sangre, que contiene en sí sustancia de agua, de aire y de fuego. Se produce en los pulmones al combinarse el aire aspirado con la sangre sutil elaborada que el ventrículo derecho del corazón transmite al izquierdo. Pero este tránsito no se realiza a través del tabique medio del

corazón, como corrientemente se cree, sino que, por un procedimiento muy ingenioso, la sangre sutil es impulsada desde el ventrículo derecho del corazón por un largo circuito a través de los pulmones. En los pulmones es elaborada y se torna rojiza, y es trasvasada desde la arteria pulmonar, se mezcla con aire aspirado, (y) por espiración se vuelva a purificar de la fuligine; y así, finalmente, la mezcla total, material apto ya para convertirse en espíritu vital, es atraída por la diástole desde el ventrículo izquierdo del corazón."

Siguen dos páginas y media, por lo menos, en las que aclara y completa esta descripción...



Miguel Servet, que había sido condenado a muerte en Francia, cometió la imprudencia de presentarse en Ginebra, y más imprudencia todavía cometió al escuchar un sermón de Calvino que este pronunciaba en la catedral. Aunque se hacía llamar Miguel Vilamonti, fue reconocido y encarcelado el 13 de agosto de 1553. El odio de Calvino contra Servet se hizo patente en el proceso que se le siguió. Rehusó a su prisionero vestidos, alimentos y defensa. El proceso mismo fue un ejemplo de parcialidad: todo estaba preparado para llevar a Servet a la hoguera, y Calvino manifestaba a las claras que ese era su deseo.

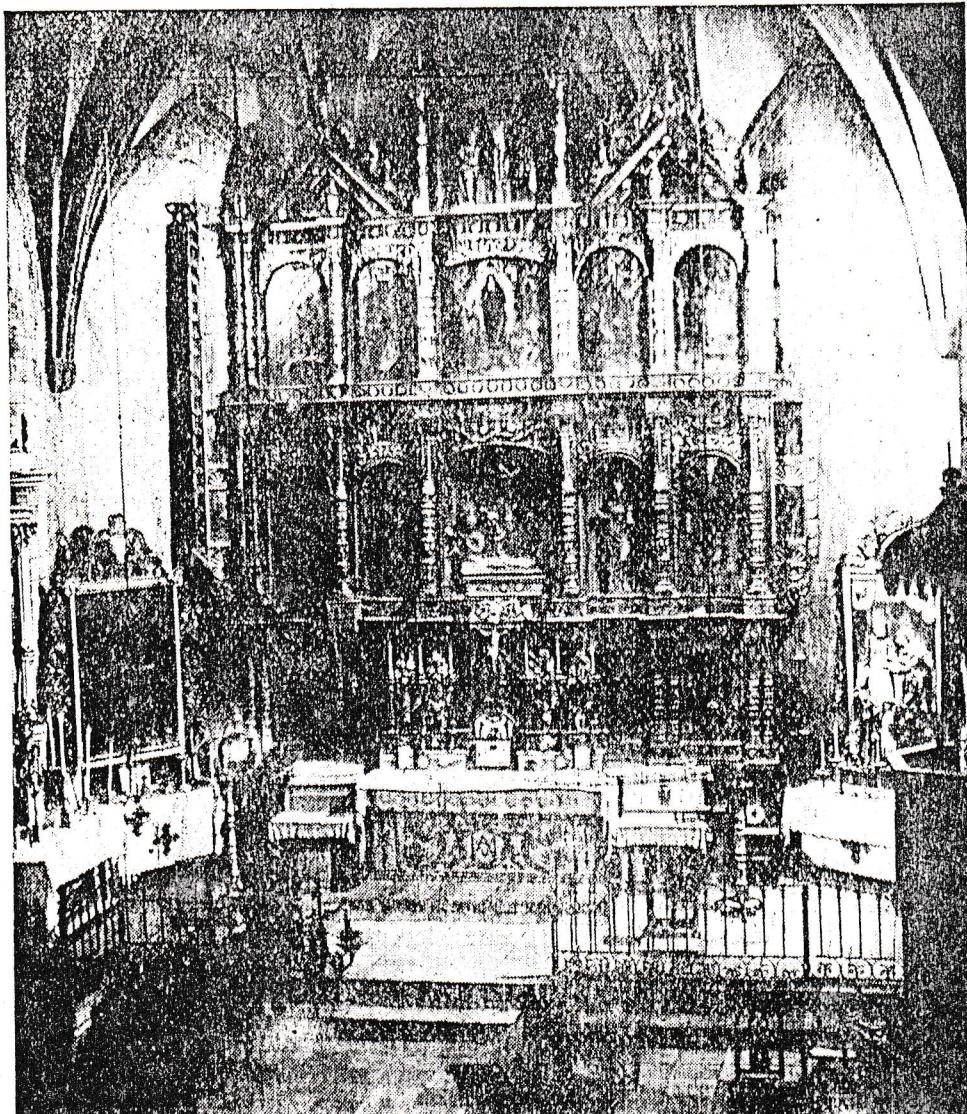
En la madrugada del domingo 27 de octubre de 1553 -y conste que en domingo no se acostumbraba llevar a cabo ejecuciones-, Servet fue conducido a la hoguera.

Carlos Fisas

HISTORIAS DE LA HISTORIA

3^a serie Págs. 183, 187

Ed. Planeta



Magnífico retablo del siglo XVI
de la iglesia de Sena, (Huesca)

Fotografía anterior al año 1.932, fotocopiada del libro "La REGION
ARAGONESA" de la biblioteca de D. Luis Ardanuy.-

LA FAMILIA

Erase una vez una familia muy pobre y tenian tres hijos y todos eran chicos. Sus padres un dia les querian abandonar porque no tenian nada; sólo una casa de madera pequena.

cuando les querian abandonar se escondieron en el bosque y no los encontraron. Llegó la Pauvildad pero los chicos estaban muy tristes. Un dia que estaba anocheciendo un hombre llamó a la puerta y les dijo si podía pasar la noche allí, porque se le había parado el coche y estaba muy lejos de su casa.

La familia le dejó entrar y el hombre durmió allí.

Por la mañana se fue y al siguiente dia les trajo una cesta de chavidad y un numero de loteria.

En el sorteo la familia estaba muy impaciente.

Al dia siguiente el hombre del coche les dio la noticia de que les había tocado 100 millones de ptas.

Con este dinero se volvieron ricos y tuvieron una chavidad muy alegre.

" A LA TIERRA DE SENA "

No me he planteado nunca la pregunta de si pudiera tener o no "vena literaria", lo que me hace suponer que yo la tengo, pero un miedo nacido de mi interior, me lleva a escribir estas líneas, el miedo de que el tiempo cruel e implacable, pudiera borrar un día los recuerdos de mi vida en Sena, recuerdos hoy vivos y frescos, por eso tengo el deseo de escribirlos para mí, para volver a leerlos y así vivir de nuevo en el pensamiento y en el recuerdo aquellos hermosos días de mi vida en Sena..... .

Cuando llegué a Sena, hace 17 años, no sé por qué razón hicimos nuestra entrada por la carretera de Castelflorite, y al ver aquella llanura seca, árida, con las montañas de San Pedro al fondo, me recordó las películas del Oeste, y se me encogió el alma....!! aquí he venido! Yo, nacida en la ribereña tierra navarra, y criada en la no menos alegre, verde ribera de La Rioja, me quedé deprimida....y....más al enfiilar la entrada al pueblo por "El Calvario", con una estrecha cuestecita, donde estaba la casa, en la que pasaría los seis primeros años de mi vida en Sena.

Sena, era un pueblo silencioso, de calles estrechas, con aspecto tranquilo, parecía quieto en la historia del tiempo y del espacio... .. al cabo de 17 años.....el día que marché, aquel pueblo y su paisaje me parecía el mas hermoso del mundo, me había incluso olvidado de la alegría y belleza de mi tierra ribereña, para vivir inmersa con sus gentes, en aquellos montes, el río, la mora, el "vedao", tenían para mí, un encanto increíble y ya no me parecían las calles estrechas, ni el pueblo pequeño, ni los montes secano.....¿Que había ocurrido en estos años para hacerme cambiar así?.....

Sencillamente, que durante todo ese tiempo, se habían ido estableciendo unos lazos de unión y comunicación entre esta tierra, sus gentes, y yo,.....que me atrevería a decir, que mas que lazos son ligaduras difíciles de desatar y que vaya donde vaya, me encuentre donde me encuentre, jamás podré olvidar la riqueza espiritual y sensitiva que me proporcionó éste contacto, por eso estas líneas las dedico a la hermosa TIERRA DE SENA, que tantos momentos de dicha y alegría me proporcionó.

Hubo otros que me tristecieron como en toda vida humana, de eso está hecha la vida, de penas y alegrías, ella, la Tierra, no tuvo culpa alguna, ella no sabe de las bajezas de los hombres, ella me dió cobijo, sus frutos, su alegría en primavera, su belleza en otoño, el calor en invierno, y la frescura en verano...a tí....pues...querida...

TIERRA DE SENA

MIRENTXU GORRITI

" UN DIA EN EL MONTE "

Ya, el preparativo de las cosas necesarias para pasar el día lo hacíamos con regocijo, que no falte, las bebidas, el pan, el café, la botica..... todo en el coche y ya, monte arriba, deseosos de aspirar el aroma de los pinos, subíamos todos contentos con la promesa de pasar un buen día, como siempre ocurría..... al llegar a la cumbre,,un alto, una pequeña parada, para observar el bello e impresionante paisaje y respirar la primera "bocanada" fresca con olor a pinos, siempre encontrábamos algo nuevo que no habíamos visto antes,..... mira aquello,....esto,... y quedábamos un momento quietos, mudos, sin hablar, sólo observando la grandeza de la naturaleza.....

Continuando el camino al llegar a la masada un viento fresco nos daba la bienvenida, y deseosos de sol y campo, nos dábamos nuestro primer paseo, para disfrutar del paisaje que no era de gran belleza, pero había un algo entrañable en todo aquello al unir la tierra, sol, viento, amigos, sumamente agradable.

Al volver del paseo, Miguel y los demás, ya nos tenían preparada la sabrosa "caldereta", y al calor del fuego del hogar, todos en rueda, la saboreábamos, allí todo sabía buenísimo acompañado de los "traguicos" de la bota de pelo, y el ir y venir de esta, entonaba los ánimos y al poco tiempo las joticas irrumpían con su fuerza y hacían retumbar las paredes de la pequeña masada chistes...."bailongos"....canciones....ocurrencias....todo estaba permitido... ¡¡ que bien lo pasábamos !!... y así toda la tarde, a veces dábamos otro pequeño paseo para "rebajar" la comilonas y saborear el atardecer que tenía otro encanto distinto del de la mañana,.... era mas dulce, el aircillo estaba quieto, los colores del cielo más rosados, anaranjados, y con una quietud en el ambiente de paz, serenidad, que daba paso a oír el alma de cada uno, al estar mas cerca del cielo, y de Dios, y entonces hablábamos de nuestras cosas, con mas sinceridad y nos abríamos ~~el~~ alma más a gusto en aquel ambiente,..... pero desgraciadamente el tiempo corre y aquello no podía detenerse como era nuestro deseo y allí estaban los hombres, en la masada con la "botica"..... y era necesario dar por finalizado el día,... preparar la bajada.. y mas de uno ya iba "pifao" (expresión de M^a Pilar Penella)... así, que a recoger y todo a los coches, y con pena, siempre con pena, decíamos adios al día, que ya tornaba ~~a~~ su fin.... y empezaba a anochecer, poniendo un tinte de tristeza en la tierra, como sí a ella también le diese pena decirnos adios.

Yo, siempre volvía la cabeza atrás, para mirar por última vez aquel monte con amor.... para decirle, gracias por el hermoso día que nos has dado, gracias, volveré a estar unos días aquí contigo, a solas contigo, para conocerte y amarte ... más, marché de Sena sin conseguirlo.....

La bajada siempre la hacíamos cantando ¿ por qué subíamos y bajábamos cantando? porque nada hace mas alegre al hombre que el amor compartido, la camaradería, la unión, la fraternidad que nos habíamos demostrado unos y otros allí arriba.

Así de hermosos eran, fueron, los días en el MONTE DE SENA.

MIRENTXU GORRITI

23 Las Ratas del campo

Erase una vez una familia de ratas que vivía en un campo de maíz cerca de un molino de ese mismo amo, que era muy rico y propietario de muchas tierras y campos.

Las ratas padre y madre tenían que ir todos los días al molino a buscar comida para sus hijos, que eran varios todos de un mismo color menos el más pequeño que no era negro sino blanco, cuando sus padres se fueron, el más pequeño dijo ya estoy harto de quedarme todos los días en casa aburriéndome mientras ellos se divierten, si se fue camino del molino, el perro que estaba en la puerta del molino se dijo que ratón mas enano nunca te había visto por aquí oye, dónde vas, oye al molino con mis padres, no no entres que estoy cieno el gato de mi amo brra! yo no le tengo miedo a un gato y entro.

El pequeño ratón se creyó muy valiente y entró cieno estaba viéndole y saltando sobre él atrapándolo la mujer del molino oyó el rebullido y dijo cieno vete de aquí mientras el ratón se escapaba los padres del pequeño ratón fueron sin que nadie viera a buscar a su hijo mientras el se arrepentía sus padres se carcajaban y solían cargados de maíz y trigo.

Maria Carrero

NUEVOS RIEGOS

Sin duda ninguna, uno de los logros más favorables para el desenvolvimiento de las gentes de estas comarcas ha sido la posibilidad de obtener definitivamente el riego artificial en nuestros sedientos campos, parece un milagro. El campesino hispano, y en Sena, que sufre enormes sequias, quizá en mayor grado, fué durante su vida un verdadero mártir.

Hemos contemplado con pena profunda cómo se perdían una tras otra cosechas prometedoras, en espera del agua de lluvia que no llegaba. Y con ello aparecía la ruina de sus hogares: sus esfuerzos, ilusiones, gastos, etc. resultaban infructuosos. Era su triste sino y al año siguiente volvía a repetirse la tragedia. Sufría él y los suyos, pero su inagotable esperanza le infundía ánimos para seguir luchando contra la adversidad. Gracias al "Matapanizos", que con su escaso caudal (antes), le proporcionaba "escasos recursos par ir "tirando".

Toda esta comarca participaba del mismo problema: Había que traer el agua de los ríos y arrojarla sobre nuestras cosechas para salvarlas y poder vivir con holgura. ¿Cómo? - !Ay! Dios mío. La obra resultaba faraónica. Había que invertir una cantidad de millones que el Erario nacional se sentía impotente. Por otro lado, Aragón ha tenido casi siempre políticos de escasa talla y a la hora de pedir, sus voces enmudecían. Sí, J. Costa, Ramón y Cajal, alzaron sus criterios favorables pero a los políticos y quizá menos a los caciques, no les interesaba.

Así y todo, alrededor de los años 3 y 5 de este siglo, el Ingeniero Pardo y otros empezaron a inquietarse y creo que la Confederación de Zaragoza ya trazó proyectos y estudios, y aquellos primeros pasos, sirvieron de cimiento para empezar.

A mí me sorprendió, durante la guerra, ver cuánto se había trabajado en Mediano (el río pasaba por un túnel y en el cauce había construido un enorme muro). Porque sí, en el Canal de los Altos Riegos las obras estaban muy adelantadas (La Sotonera, el acueducto de Tardienta) ya ultimados, pero !pásmate!, el agua era insuficiente. Los ingenieros entendieron que el Cinca disponía de enorme caudal y se volcaron sobre este río.

Durante el franquismo, se dió un gran impulso, se terminó el Pantano de Mediano, el de El Grado y se trazó el penoso y costoso canal hasta el Alcanadre, a la vez que se perfilaró el túnel de nuestra Sierra. Ahí se paró todo. Franco no disponía de capital suficiente, acude al Banco Mundial y éste "caciquedo" no concede un real.

Pasan los años, viene la democracia y tras enormes dificulta-

des, se realiza la atrevida obra del acueducto sobre el Alcanadre, el Canal hasta el "abrazo" del otro Canal, encima de Tardienta y se vuelve a trazar el túnel, que se hallaba en pésimas condiciones. Todo lo demás ya lo conocen de sobras nuestros convecinos. Los trabajos continúan, las inversiones se suceden unas a otras, miles de millones se gastan y aún se necesitan muchísimas más. No importa, con ello se crea riqueza y se hace Patria.

Como se desprende de esta somera exposición, los nuevos riegos han tardado en conseguirse casi un siglo, hoy afortunadamente son una gran realidad, que en justicia merecían nuestros agricultores, que gracias a esas redentoras aguas recogen ubérrimas cosechas sin esperar la llegada de las nubes, que casi siempre aparecían tarde.

Si mis líneas no son aceptadas por algún "Sabedor", que demuestre lo contrario, hay que ser objetivos, realistas y desapasionados, si la democracia no hubiera llegado, los riegos en estas zonas se habrían retrasado algunos años....ya que faltaba lo principal: el dinero y el interés en ultimarlo, había que vencer grandes dificultades.

Enero de I.989 .- L.A.U.

LA OSITA

Érase una vez una osita que nadie le quería y la despreciaban en el bosque. Un día se fue a dar un paseo y cuando estaba lejos del bosque empezó a llover. Ella fue tocando las pueras de las casas y nadie le habría. Entonces dejó:

— Me iré del bosque a recorrer aventuras.
X lo hubo dicho, se fue.

Por el camino se encontró al Señor Conejo, al Señor Loro y a muchos animales del bosque pero nadie le hacía caso, menos Tom que era un oso muy taurés. Tom le siguió. La osita iba a la ciudad. Degustaba cantáopeza y bailez balet. Tom fue a avisar a los animales del bosque de su repentízón y pidieron perdón y todos fueron felices.

Fina Ena María

CONTRAPORTADA

Se acercan la Fiestas de Mayo...

" Grupas del año 1923 "

Fotografía: Mosén Rafael Gudel

De izquierda a derecha:

Jesús Lapuyade y María Jiménez

Pablito Uriol y Paca Lapena

Manuel Chavarriga y Paca Uriol

José Samper y Pilar Larrosa

En la ventana de Casa'l Moreno:
Ignacia Uriol y su Madre.

