

EJEMPLAR GRATUITO

# DEHESA *de la* VILLA

Informativo MENSUAL

JUNIO 1992

AÑO VI. NUMERO 44

MADRID 1992 CAPITAL DE LA CULTURA

## INAGURACION DEL EJE SINESIO DELGADO - PUERTA DE HIERRO



Ayuntamiento de Madrid

# LUPOPAN

- PAN
- BOLLOS
- HELADOS
- FARTONS
- HORCHATA
- BATIDOS
- GRANIZADOS
- POLOS HORCHATA



AMPLIA TERRAZA



DOMINGOS Y FESTIVOS  
CHOCOLATE CON CHURROS



SERVICIOS  
A  
DOMICILIO



PRECIOS  
ESPECIALES A  
HOSTELERIAS



# LUPOPAN

C/ Armenteros, 16 - Pza. Alcira, 7  
Ayuntamiento de Madrid  
Teléf.: 459 96 05

**AÑO VI**  
**NUMERO 44 JUNIO 1992**

**Director:**  
Manuel Ruiz Cerezo

**Redactora Jefe:**  
M.ª Teresa Márquez

**Secretaría de Redacción:**  
M.ª Carmen Moreno

**Diseño y Maquetación:**  
Juana Pulido

**Colaboran:**  
Antonio de Cos  
Carmen Monedera  
(Psicóloga)  
Cristina Margarida  
José Ignacio Martínez  
(Veterinarios)  
Luis García de la Peña  
Antonio Franco Torres

**Fotocomposición:**  
ABcomp, S. L.  
Juana Elorza, 5

**Edita y Distribuye:**  
PUBLIDEHS  
Plaza de Tuy, 7  
Tfno.: 738 39 35  
Fax: 738 85 77

DEHESA DE LA VILLA no comparte necesariamente la opinión de sus colaboradores.  
**DISTRIBUCION GRATUITA.**  
Depósito Legal: M-25151-1988

## EDITORIAL

# EL AGUA, ESE PRECIADO DON

El problema está ahí, es peliagudo, tú lo sabes. Te llueven recomendaciones, no agua, que es lo que necesitamos.

Permíteme que me sume a la busca de soluciones. Yo lo veo así;  
**DE TI Y DE MI DEPENDE.**

No se trata de descuidar la higiene, que luego viene el mal olor. Se trata de economizar el 25% del agua habitual, que no es mucho. El 100% de la innecesaria, de la que por descuido derrochamos.

Aportemos nuestra gotita de agua.

## SUMARIO

- |   |     |                                       |                                      |
|---|-----|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - EDITORIAL   | 3   | - PUERTA DESAPARECIDAS DE MADRID (II) | 9-10                                 |
| - CENTRO CULTURAL JULIO CORTAZAR                        |     | - VIDA ANIMAL                         | Prepara a tu perro para el verano 15 |
| Actividades del Centro en el mes de mayo                | 4   | - SALUD                               | La lumbociatica y su tratamiento 16  |
| - INAUGURACION DEL EJE SINESIO DELGADO-PUERTA DE HIERRO | 5-6 | - MUJER Y PROGRESO                    | 17                                   |
| - II JORNADAS DE LA SIERRA DE MADRID                    | 7-8 | - REPORTAJE                           | Las basuras nos invaden 18-19-20     |
|   |     | - DEPORTES                            | 21-22                                |

# CENTRO CULTURAL "JULIO CORTAZAR"

## Xonia Fernández Arribas y su pintura Naifs

Del 4 al 15 de Mayo se está celebrando en el Centro, la exposición de pintura de esta jovencísima pintora: Xonia Fernández, que con esa simpatía que la caracteriza, se prestó enseguida a que la entrevistáramos.

— ¿Dónde y cuándo nacistes?

— En Madrid, en 1963.

— ¿Cuándo empezaste a pintar?

— Hace siete años.

— ¿Dónde estudiastes pintura?

— No he recibido clases de pintura, en realidad soy autodidacta.

Empecé a pintar por motivos de salud. Hace siete años murió mi padre y este tristísimo suceso me sumió en una fuerte depresión. Mi refugio fué la pintura, salía muy poco de casa y pintaba durante horas y horas.

— ¿En la actualidad te dedicas sólo a la pintura?

— No. Mi profesión es engastadora de joyería, la pintura es para los ratos libres.

— ¿Cuántas veces has expuesto tus cuadros?

— Esta es la primera. Todo ha surgido muy deprisa, en mi mente no estaba exponer tan pronto, pero el ánimo y el entusiasmo de todos los que me rodean y conocen mis obras me han contagiado y aquí me tienes en "Julio Cortázar" con 47 cuadros, 2 en Puerta de Toledo y 2 de una galería privada con la Agrupación Nacional de Artistas Naifs (ANAN).

— ¿Estás contenta con el resultado?

— Muy contenta, nunca pensé que iba a tener tanto éxito. En Julio Cortázar, he vendido 37 lienzos y aún faltan cinco días para que termine la exposición. Lo único que se me presenta es un pequeño problema: Me he quedado sin cuadros y he sido seleccionada junto a otros 17 españoles para presentar tres de mis obras en el Casino de Estoril, el día 24 de Julio, así que voy a estar muy apurada de tiempo.



— ¿En que te inspiras cuando pintas?

— Casi todo lo que pinto está en mi mente, no copio ni me fijo en nada, sencillamente es inspiración. Aunque me gusta mucho el color y la luz; estoy un poco influenciada por Andalucía, sus casas y patios, en especial Arcos de la Frontera.

— ¿Dónde sueles pintar?

— En el salón de mi casa, concretamente en la mesa, no uso caballete.

— ¿Cuáles son tus pintores favoritos?

— Muchos, sobre todo de la pintura Naifs, que es mi estilo; si quieres que mencione alguno, Juan Guerra Oliver y como impresionista a Monet.

— ¿Que te gusta más de Madrid?

— Las oportunidades culturales de las que disfrutamos.

— ¿Nada más?

— Si quieres que te sea sincera, las grandes ciudades me abruman, prefiero los pueblos y sobre todos San Martín de Valdeiglesias, que es mi segunda residencia y adonde escapo siempre que puedo.

— ¿Te gustaría añadir algo más?

— Mi agradecimiento a mi madre y mis tres hermanas que me han ayudado mucho y a todos los que me facilitaron el poder estar aquí.

Sonia: Te deseamos muchos éxitos en tu vida profesional y privada, esperando verte de nuevo por "Julio Cortázar".

Maite

Las próximas exposiciones son:

Cerámica.— Purificación Soto y José Manuel Teba: 18 a 29 Mayo.

Oleos.— Fabiola Uriel: 1 al 12 Junio.

Cerámica.— Loli Gutiérrez, Rosa M<sup>a</sup> Pérez, Carmen Jiménez y Carmen Martín: 15 al 26 Junio.

Horas de visita: de 18 a 21 horas.

### Festival de la canción de participación ciudadana

El resultado de la final es el siguiente:

#### Canción Española.

Oro: Clara Montes. Ganadora.

Plata: Mercedes Sánchez Méndez. Segunda.

#### Canción Moderna. Solista.

Desierto.

#### Cantautores. Solistas.

Oro: Luis S Martín Galván. Ganador.

Plata: Oscar Botello Méndez. Segundo.

#### Pop-Rock. Solista.

Desierto.

#### Solistas.

Oro: Teresa de la Hoz Arespachaga. Ganadora.

Plata: Nuria Martín-Santaolalla Llanes. Segunda.

Para más información:

Roberto —Pozo Tío Raimundo. Teléfono 786 02 11—

Nos llena de orgullo comprobar la medalla de oro que ha conseguido en la modalidad de "Canción Española" Clara Montes, que pertenecía a nuestro distrito, seleccionada en la semifinal que se celebró en nuestro Centro en el mes de Marzo.

# INAUGURACION DEL EJE SINESIO DELGADO- PUERTA DE HIERRO

Al fin... 12 de mayo es la fecha en que se inauguró el paso inferior del Eje Sinesio Delgado-Puerta de Hierro, en su cruce con Antonio Machado.

presentada y también estuvo "Dehesa de la Villa" que mantuvo una corta charla con ellos y les obsequió con un ejemplar de la Revista, haciéndoles ver como desde



Fotos: Alberto FERRERAS

A su inauguración acudieron las máximas autoridades madrileñas y de Moncloa. El Presidente de la Comunidad de Madrid, D. Joaquín Leguina; Alcalde, D. José María Álvarez del Manzano; Concejal-Presidente de la Junta Municipal de Moncloa, D. Luis Medina y numerosísimo acompañamiento.

Toda la prensa se encontraba re-

ella nos venimos ocupando de Madrid y su Comunidad desde su creación. La lucha mantenida por la Coordinadora y el apoyo de algunos vecinos, ha conseguido su fruto y afortunadamente hemos logrado una obra bastante digna.

Lo más destacable para los vecinos del barrio es que tendremos menos contaminación gracias al túnel y el buen

aprovechamiento de la losa de cubrimiento con una pista polivalente de baloncesto, fútbol sala, pistas de voleibol, de patinaje y otra para bicicletas. Sin duda esto hará las delicias de pequeños y mayores.



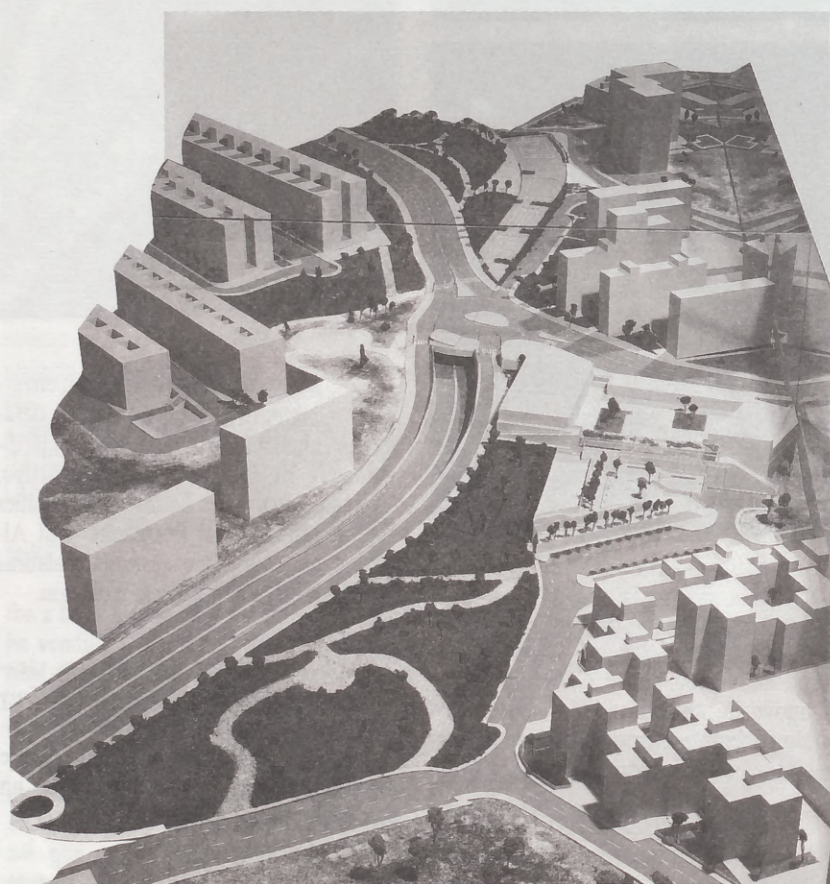
Como en toda obra de gran envergadura, siempre quedan pendientes detalles de importancia, como son el ajardinamiento de la zona del polideportivo, aparcamientos, etc. Todos estos detalles fueron expuestos al Presidente y al Alcalde, que con muy buenas palabras prometieron buscar la mejor solución.

La conclusión que nosotros sacamos de esta situación es muy halagüeña y esperanzadora al ver como dos administraciones de signo político distinto parece ser que están dispuestas a trabajar por un fin común: Mejorar Madrid.

Maite

## INAUGURACION, AUNQUE INCOMPLETA DEL EJE SINESIO DELGADO - PUERTA DE HIERRO

La Coordinadora de Vecinos de Ciudad de los Poetas afectados por el Eje Sinesio Delgado nos envía para su difusión la siguiente nota que gustosos publicamos.



El pasado día 12 de Mayo se abrió al tráfico rodado el EJE SINESIO DELGADO-PUERTA DE HIERRO. Como todos sabemos en el proyecto de dicho Eje en su cruce con la C/. Antonio Machado y zonas colindantes, contemplaba la creación de un Gran Parque Urbano que paliase en cierta medida el gran deterioro que ha sufrido la Dehesa de la Villa, debido a que el citado Eje discurre por la misma.

Todos hemos podido comprobar que nuestras esperanzas han sido frustradas, que dicho parque en la actualidad no ha sido construido y que el aspecto que se contempla en la superficie es bastante desolador, parece un gran Páramo y en donde las plantas y árboles brillan por su ausencia (han debido de poner todas en el gran parque que han inaugurado cerca de los Recintos FERIALES).

Este aspecto desolador fué reconocido por los representantes políticos el día de la inauguración.

La Coordinadora de vecinos afectados se ve en la necesidad de Denunciar la inexistencia de dicho parque urbano que en su momento el Ayuntamiento presupuestó, sacó a concurso y adjudicó a la empresa Huarte, responsable de dicho proyecto, incluso se publicó un folleto a todo color en el que se apreciaba como iba a quedar nuestro parque (cualquier parecido con la realidad es pura coincidencia).

Ante esta situación anómala queremos hacer hincapié para que se respeten los acuerdos firmados y que reflexionen nuestros responsables políticos para que, de una vez cumplan con los compromisos contraídos con los vecinos del barrio y que construyan el citado parque urbano con sus accesorios correspondientes: Papeleras, Viales, Mobiliario Urbano, Vigilancia y desde luego Mantenimiento, ya que 15 días después de su inauguración todos podemos comprobar como las instalaciones situadas encima del Túnel se encuentran bastante deterioradas, sucias y llenas de papeles y pintadas.

Por todo lo expuesto anteriormente queremos decir que la Coordinadora, seguirá luchando para que se cumpla lo prometido y que seguimos manteniendo reuniones con los responsables políticos del Ayuntamiento y la Comunidad, de las cuales os informaremos en una próxima Asamblea Informativa.

Si seguimos unidos como hasta ahora conseguiremos que nos hagan un gran parue.

Un saludo La Coordinadora

## II JORNADAS DE LA SIERRA DE MADRID 25, 26 27 y 28 DE JUNIO DE 1992 **CASTILLO DE MANZANARES EL REAL**

### PATRONATO MADRILEÑO DE AREAS DE MONTAÑA (PAMAM) Comunidad de Madrid

Las jornadas de la sierra empiezan a idearse tomando como referencia a Manzanares el Real en octubre de 1990: sus trabajos y gestos, su música, sus guitarreros, su miel, el vino de Don Alvaro; la artesanía de ahora, de la Sierra, sus trajes, la radio, dos calderetas... Desde sus dificultades para todos aquellos que participaron e hicieron: la gente que vive en los pueblos de la montaña.

No son un punto de partida, son el trabajo que continúa de veteranos y nuevos emprendedores.

Pretenden ser un marco de posibilidades para el intercambio de ideas, su puesta a punto, para la promoción y difusión de proyectos y actividades; para la venta y comercialización de artesanías; para la degustación de productos de calidad; para la muestra de actividades realizadas por ayuntamientos, colectivos, asociaciones, deportistas, empresas, cooperativas... Como respuesta avanzada y en un marco creativo de acercamiento y acción común.

Segundas Jornadas desde la innovación y la cultura: proyecto vivo, cartel de perspectivas, lugar de encuentros.

La realidad viva en estos territorios desde sus diferentes aspectos sociales, culturales, económicos, medioambientales... conforma una muestra elaborada de manera activa, dinámica y participativa entre los diferentes agentes que intervienen en los territorios: instituciones, ayuntamientos, artistas y creativos, artesanos, músicos, animadores, productores de todo tipo, deportistas, agricultores y ganaderos, colectivos y asociaciones, técnicos y pobladores en general.

Todo ello conformado a partir de unos bloques de actividad adecuados a la perspectiva y necesidades de las diferentes Comarcas.

Definiendo una posición de avances cualitativos y cuantitativos con respecto a la edición anterior.

Como un esfuerzo nuevo y vivo, creado desde los territorios con sensibilidad y vocación creativa.

#### Segundas Jornadas 25, 26, 27 y 28 de Junio de 1992

De esta manera, y como vía para propiciar los objetivos trazados, la celebración de estas Jornadas va más allá de una serie de actos y motivos localizados en el tiempo y el espacio: Implican la dinamización y entrenamiento de 62 pueblos en los diferentes aspectos que conforman su realidad cultural, social y económica; aportando dimensiones nuevas a la valoración de su cultura tradicional, el medio natural, sus productos e iniciativas, etc.

#### Propuestas y actividades:

##### • Feria de la Sierra de Madrid.

Diseñada bajo una gran Carpa y reuniendo el trabajo más significativo de Ayuntamientos, Empresas, Colectivos, Productores, Artesanos... Exposición y venta.

Sobre una previsión de espacio cercana a 1.200 metros cuadrados y 60 módulos de exposición.

##### • II Festival de Música Tradicional de la Sierra de Madrid.

Reuniendo diferentes trabajos de este género y con duración de tres días mañana y tarde.

##### • Realización "in situ" de trabajos artesanales.

Muestra de las formas y usos en la elaboración de productos artesanales. Cuero, Cerámica, trabajos en Madera, elaboración de la Miel, Queso, etc.

Dentro de este espacio, diseñado "ad hoc", se contará con momentos en

que los propios visitantes puedan realizar sus propias "piezas".

##### • I Muestra de Cocina Tradicional Serrana.

Calderetas tradicionales y otros productos gastronómicos. Paralelamente, se contempla la posibilidad de instalar entre 3 y 6 espacios exteriores de decoración "rústica" en los que participarían restaurantes de cocina tradicional de estos pueblos de montaña.

##### • Panel de Encuentros.

Se dispondrá un espacio anexo a la carpa de la Feria de la Sierra para la celebración de Paneles de Encuentros.

Estos Encuentros contarían con ponencia introductoria, conducción de debates y soportes tecnológicos (audiovisuales, informáticos, etc.).

Diseñados con la participación activa de los colectivos protagonistas, se podrían introducir los siguientes motivos genéricos:

• "Innovación y Conservación en el trabajo Artesanal".

• "Naturaleza e Impacto Ambiental".

• "Agricultura y Ganadería de Montaña".

• "Cultura Popular y Música Tradicional".

• "Corporaciones Locales y Desarrollo Rural".

• "Innovación y Creación de Empleo: Emprendedores y Pymes en la Sierra de Madrid".

(bloques a definir previo estudio y adecuación)

##### • Parque Regional.

En colaboración con la dirección de las instalaciones que la Agencia del Medio Ambiente gestiona en el Parque

Regional de la Cuenca Alta del Manzanares, se diseñarán actividades formativas, informativas, deportivas y recreativas relacionadas con temas de Naturaleza y Medio Ambiente.

• **Municipio de Acogida.**

Conjuntamente con el Ayto. anfitrión, se organizarán actividades deportivas y culturales (exposiciones, teatro, gastronomía...).

• **Exposiciones.**

- Artistas en la Sierra de Madrid.
- Publicaciones.
- Panelaje y Realizaciones de las diferentes Consejerías de la CAM.
- Zonas de Montaña en otras Comunidades Autónomas.
- Areas de Montaña en la Comunidad de Madrid.
- Otras de significativo interés y que se detecten en el trabajo de campo.

• **Cicloturismo.**

Concentración de Bicicletas de Montaña.

Se diseñarán rutas e itinerarios en colaboración con clubs, asociaciones, etc., que convergan en el lugar de realización de las Jornadas.

Con la colaboración del Ayto. de la localidad.

• **Muestra de Ganado Selecto de la Sierra de Madrid.**

(según estudio previo)

• **Pasacalles y Muestra Teatral.**

A realizar en diferentes espacios:

- Mini-escenario exterior.
- Recintos del Municipio.

— Recorridos lúdicos por Carpa y otros recintos.

Con la participación de grupos de las diferentes Comarcas.

• **Huertos-Viveros.**

Se adecuarán dos zonas de los recintos exteriores como vivero-exposición de plantas autóctonas.

Regalo y venta de pequeñas macetas y plantas.

• **La Sierra Informa.**

Al igual que el anteriormente denominado "panel de encuentros", se dis-

pondrá de un espacio anexo a la carpa de la Feria de la Sierra que ofrecerá servicio de información general de las Jornadas y primera atención a participantes y público en general.

En este espacio podría estar ubicado el Programa Informático Interactivo y su correspondiente retroproyector.

Este espacio podría cumplir funciones tales como:

- Espacio de coordinación interna.
- Recepción de participantes.
- Útiles y herramientas de apoyo.
- Atención a medios de comunicación.
- Otros que se definan.

• **Stand del Patronato Madrileño de Areas de Montaña.**

Destinado a cumplir un valioso servicio de información (tanto de las funciones y actividades que realiza este Patronato como de las diferentes realidades sociales, culturales, económicas, medioambientales, turísticas, etc... existentes en los 62 municipios de Areas de Montaña).

También se podría dotar a este espacio de panelaje, grandes fotografías, exposición y venta de publicaciones con alusión a estos territorios, etc.

• **Murales Colectivos.**

Se dispondrá una zona, así como los recursos técnicos y humanos necesarios, para la realización de murales colectivos con motivos relacionados con la Sierra de Madrid:

- Mural de los Artesanos.
- Mural de los Niños de la Sierra.
- Mural de Música.
- Mural de Manzanares.
- Mural de Asociaciones.

(otros a definir)

• **Visitas programadas de centros de tercera edad, colegios, paisanos, etc.**

• **Stands Patrocinadores.**

Espacios ofrecidos a Empresas, Instituciones, Organizaciones, etc., patrocinadores de esta Segunda Edición de las Jornadas de la Sierra de Madrid.

Paralelamente, y con el objetivo de ampliar el marco de localización espacial al resto de la Sierra de Madrid y otras zonas de la Comunidad, así como el de

difundir y Promover este Evento, se realizarán las siguientes acciones:

• **Stand de promoción** instalado en algún hipermercado de la Capital. En este espacio se realizaría promoción de productos significativos (tales como vinos, quesos, etc.) al mismo tiempo que se repartiría información de las actividades previstas. Previsto para los cuatro días previos al inicio de actividades de las Jornadas más tres días durante la celebración de las mismas.

• **Semana Gastronómica** en Colaboración con la Dirección General de Turismo de la C.A.M. y con restaurantes de la Sierra.

**Distribución de espacios castillo de manzanas segundas jornadas de la sierra de Madrid.**

situación de partida

\* **exposiciones:**

etnología, aperos y utensilios, artistas y creativos naturaleza y medio ambiente, trajes serranos, publicaciones, áreas de montaña

\* **feria de la sierra:**

artesanía, productos naturales, turismo rural, actividades asociativas, ayuntamientos, servicios, agricultura y ganadería, ecología, salud, alternativas, etc.

\* **festival de música tradicional.**

\* **panel de encuentros:**

músicos, artesanos, asociaciones, agricultores y ganaderos, ecologistas...

\* **muestra de ganado selecto**

\* **huertos-viveros de plantas autóctonas**

\* **cocina tradicional caldereta popular**

\* **taller artesanal**

\* **la sierra informa**

\* **murales colectivos**

\* **animación,**

pasacalles, teatro, actividades infantiles.

\* **actividades en la naturaleza.**

Dehesa de la Villa felicita al Patronato Madrileño de Areas de Montaña Comunidad de Madrid (PANAM), por la organización de estas II Jornadas, y se suma con gusto a los actos y festejos y de antemano le auguramos un nuevo éxito. ¡Enhorabuena!.

# MADRID 1992

## CAPITAL EUROPEA DE LA CULTURA

### Las desaparecidas puertas de Madrid

Por motivos de espacio, nos hemos visto obligados a dividir este artículo en dos partes.

En el número anterior mostrábamos como Madrid fué habitado desde tiempos muy remotos y con éste completamos Las Desaparecidas Puertas de Madrid.

Si prestamos atención a sus fechas de construcción, nos daremos cuenta como y hacia donde fué creciendo Madrid.

#### PUERTA CERRADA - Siglo XII

Situación: Plaza Puerta Cerrada a la altura de calle del Nuncio.

Fecha construcción: Siglo XII.

Era una de las puertas del segundo recinto, construída en la segunda mitad del siglo XII. A esta puerta le viene el nombre por encontrarse la mayor parte del tiempo cerrada; era peligrosa, muy angosta y con duros recodos, lo que facilitaba a los ladrones su labor para atacar a los que entraban y salían. Esta puerta de estilo árabe fué derribada en 1569 para ensancharla, construyéndose una nueva que duró hasta 1582 en que fué destruída por un incendio. Felipe II se opuso a su reconstrucción.

#### ANTIGUA PUERTA DE ALCALA - Siglo XVI

Situación: Calle de Alcalá en su confluencia con Alfonso XI (1599-1778).

#### PUERTA DE SAN VICENTE

Situación: Glorieta de San Vicente, arquitecto Francisco Sabatini, junto a fuente ornamental.

Fué derribada en 1770. La antigua Puerta de San Vicente debe su nombre a una imagen de San Vicente Ferrer que estaba situado en el arco central. Sabatini construyó una preciosa puerta de granito y piedra de Colmenar, con arco central de medio punto y puertas laterales cuadradas. Al derribarlo no se sabe donde fueron a parar sus restos, aunque todavía se siguen buscando.

#### PUERTA DE RECOLETOS - Siglo XVII

Situación: Paseo Recoletos - Plaza Colón.

Arquitecto: Francisco Moradillo.

Construcción: 1º en 1656, 2º 1756 y 1856.

La 2ª se realizó por orden de Fernando VI. Fué construída de piedra, salvo los adornos que fueron esculpidos en piedra de Colmenar. Se cerraba con puertas de rejas y fué la mejor hasta la construcción de la de Alcalá.

#### PUERTA DE GUADALAJARA - Siglo XII

Era la Puerta Principal de la Villa y donde se publicaban los pregones al igual que en el Arco de Santa María. Se llamó así porque de allí partía el camino hacia Guadalajara. La Puerta estaba formada por dos grandes torres de pedernal y su entrada tenía tres revueltas, que fueron derribadas para agrandar el paso en 1538 de estilo árabe. Esta Puerta fué derribada en 1570 a causa de un incendio que se produjo a consecuencia de la cantidad de luminarias que se producen en ella para celebrar la victoria de Felipe II sobre Portugal.



Torre de los Lujanes

### PUERTA DE SEGOVIA - Siglo XVII

Situada en la calle Segovia frente a la pared de la Cuesta de la Vega, a la entrada del Puente de Segovia. Carecía de importancia arquitectónica; de ladrillo y dos puertas iguales. En el siglo XVIII pasó a ser una de las seis puertas principales de registro de Madrid.

### PUERTA DE LA VEGA - Siglo XII

1ª siglo XII, 2ª siglo XVII y 3ª 1708-1830.

La primera puerta parece que estuvo situada en la Cuesta de la Vega, donde hoy se encuentra situada la hornacina que alberga la copia de la Virgen de la Almudena. Un dato curioso es que tenía sobre el punto del arco un agujero oculto que servía para alojar una gran



Cubo de la Almudena, donde fué hallada la Virgen

pesa de hierro que era arrojado en tiempo de guerra sobre el que intentaba pasar. A ambos lados disponía de dos escaleras que subían a la parte superior.

En 1708 se construye una tercera puerta en el mismo lugar colocándose en la parte superior la imagen de la Virgen de la Almedena que hoy está en la Cuesta de la Vega.

### PUERTA DE BILBAO.

Situada en la calle Fuencarral a la altura de la de Divino Pastor.

Año de construcción: 1ª 1625 - 2ª 1767.

Año desaparición: 1ª 1767 - 2ª 1868.

Su lugar lo ocupa: Nada.

Primitivamente se llamó Puerta de los Pozos de la Nieve, por los pozos que había en la salida de la ciudad. Cuando se construyó la segunda se la desplazó un poco hacia el norte para que entrara en la ciudad la finca de Monteleón.

Se construyó en 1767, con piedra de sillería y un arco.

Al término de la Guerra de la Independencia se trasladó a esta el registro situado en la cercana Puerta de Fuencarral, llamada Puerta de San Fernando.

A partir de 1837 se la denominó Puerta de Bilbao en recuerdo a la ciudad de su mismo nombre y sus defensores. Fué derribada en 1868 cuando se tiró la tapia que cercaba Madrid.

### PUERTA DE BALNADIL - Siglo XII

Situada en Plaza de Isabel II.

Según la tradición el curioso nombre le vino del árabe que cuidaba de ella aunque hay muchas versiones de ello. Fué derribada en 1567 por orden de Felipe II.

### PUERTA DE FUENCARRAL - Siglo XVII

Situada en calle de San Bernardo a la altura de calle Santa Cruz de Marcedo.

Fecha de construcción: 1625 y derribada en el año 1870.

Sustituyó a la Puerta de Santo Domingo, al prolongarse la cerca hasta el final de la calle San Bernardo. Fué una de las cinco puertas de registro hasta que se trasladó a la de Bilbao. Pequeña y sin valor arquitectónico.

### PUERTA DE SANTO DOMINGO - Siglo XV

Situada en la Plaza de Santo Domingo. Fué constuida en el año 1556 y derribada en el año 1625.

Actualmente no ha sido ocupado el espacio dejado.

Tomó el nombre del cercano convento de Santo Domingo.

La mandó construir Felipe II para ampliar el perímetro de la ciudad.

### PUERTA DEL SOL

Situada en la plaza que luego tomó su nombre, a la altura de la calle Carretas. Fué construída en 1556 y derribada en 1570.

Su nombre viene al parecer de la fortaleza que se construyó en este lugar hacia 1470 y pertenece al cercado mandado construir por Felipe II. Fué derribada para ampliar la salida de Madrid, perdurando su nombre hasta hoy.

### PUERTA DE ATOCHA

Glorieta de Carlos V. Fué construída en 1748 y derribada en 1850, su lugar lo ocupa la fuente de La Alcachofa. Cuenta la tradición que la Puerta fué levantada en la época de los árabes escondiendo la imagen de la Virgen de Atocha dentro de ella, de escaso interés arquitectónico, de ladrillo y tres arcos, pensaron sustituirla, pero al realizarse fuera de ella la estación de ferrocarril comienza la expansión de la ciudad por el sur careciendo ya de sentido.

### MURALLA ARABE

El primer recinto amurallado de Madrid data del siglo IX, desaparece en el siglo XV, lo ocupa el trazado viario.

### ANTIGUA PUERTA DE TOLEDO - Siglo XIX

Situada al final de la calle de Toledo, fué construída hacia 1625 y derribada en 1813.

Sustituyó a la Puerta de la Latina al ampliarse la ciudad en 1625 con la cerca de Felipe IV.

La Puerta de ladrillo de mala calidad fué sustituida en 1813 por lo que aún se conserva en el Centro de la Glorieta.

### MAITE

### BIBLIOGRAFIA:

"El Madrid desaparecido" Mª Isabel Geas Ortigas  
"Historia mínima de Madrid" Montserrat del Amo.

## CENTRO OPTICO GASPAR

GAFAS, LENTES DE CONTACTO  
APARATOS PARA SORDOS



San Gerardo, 10  
Tel.: 373 76 92

Aguilar de Campóo, 7  
Tel.: 459 59 49

SISTEMAS DE VENTILACION Y CLIMATIZACION, S.L.

## AIRE ACONDICIONADO VENTILACION DE GARAJES

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

LAS CAÑAS, 2-A. 3º E. TEL.: 519 20 48 - 519 21 08 - 28043 MADRID



## DURALSA

PLANO SITUACION DURAL, S.A.

C/ FRANCOS RODRIGUEZ
C/ BRAVO MURILLO



**CARPINTERIA DE ALUMINIO  
MAMPARAS PARA BAÑO Y  
DUCHA  
MOBILIARIO DE INTERIORES  
EN ALUMINIO  
AMPLIA EXPOSICION:  
VISITENOS**

**Adrián Pulido, 7  
Tel.: 459 36 90**

C/ ADRIAN PULIDO, 7 RUBIO Y GALI

## AZULEJOS Y SANEAMIENTOS PEDRAZA



Villaamil, 79 ..... Tel.: 450 03 27  
Isla de Arosa, 21 ..... Tel.: 739 05 91  
Ofelia Nieto, 75 ..... Tel.: 450 52 05  
Ofelia Nieto, 83 ..... Tel.: 450 88 00  
Tres Cantos (Ctro. Cial. Latores, 2)..... Tel.: 803 82 44  
Herrerías, 10 ..... Tel.: 803 21 19

## ASESANDEL

**ASESORIA FISCAL LABORAL CONTABLE  
ADMINISTRACION DE FINCAS  
SEGUROS GENERALES**

**Franco Rodríguez, 13 - 1º A • Tel.: 450 72 57**

## Panasonic/Technics

**sèleco**

SERVICIO TECNICO  
SONIDO T.V. VIDEO



**C/ Lorenzana, 15 - Tel.: 459 94 02**

## CLINICA VETERINARIA saconia

Lunes a Sábado de 10 a 13,30.

Lunes a Viernes de 5 a 8

**PELUQUERIA, ALIMENTACION  
Y ACCESORIOS**



**Avda. Juan Andrés, 60 - Tel.: 373 64 94**

## INDUSTRIAL M.A.D.R.I.D. BRICOLAGES

Para decoración, reformas, reparaciones, instalaciones  
sanitarias, trabajos manuales, jardín, etc.

Tableros (Cortes de precisión con escuadradora e incisor)

- Materiales
- Diferentes
- Iniciativas
- Accesorios
- Repuestos
- Diseños

Ambrosio Vallejo, 6 - Tel.: 311 36 72 - 28039 MADRID. Pedro M. Esteban

## PERSIANAS OLMEDA 40 años a su servicio

VENTA Y REPARACION DE TODA CLASE DE  
**PERSIANAS**

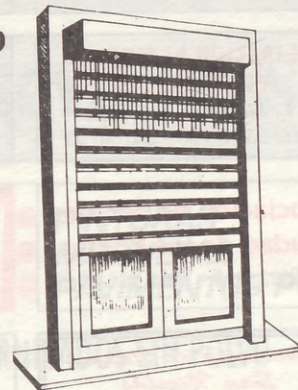
SE INSTALAN PERSIANAS **SIN OBRAS**  
SE CIERRAN TERRAZAS  
PERSIANAS CON MOTOR

**PRESUPUESTO SIN COMPROMISO**

Tels.: 373 35 89 - 316 58 48

Joaquín Lorenzo, 70 (Final de Antonio Machado)

**FANTASIA  
GRADULUX  
HECTORES  
VERTICALES  
TERMICAS  
EN ALUMINIO**



Amplia gama de colores

## HERMANOS HERRERO Frutas y Verduras

San Restituto, 13 - Tel.: 459 40 20  
GALERIA COMERCIAL SACONIA  
Puestos 33-34 - Tel.: 316 03 04

**FRUTOS SECOS Y VARIANTES**  
San Restituto, 19 - Tel.: 459 40 20

## Pescadería PANIZO

Precios sin competencia  
San Restituto, 15 - Tel.: 450 43 05

**CONGELADOS DE LA TORRE**  
ESPECIALIDAD EN PESCADOS  
Y MARISCOS CONGELADOS  
Artajona, 25 - Local 10.  
Tel.: 450 72 86 - MADRID



## ATHENA 4

MEDICO NATURISTA

Plaza de Tuy, 10      Teléfono 201 87 66



## MASEL, S.A.

Madridiense de Suministros Eléctricos.  
Paseo de la Dirección, 28 - 28039 MADRID  
Tels.: 311 11 25/31 26/51 26 - Fax: 311 34 39

Suministrador de:  
SIEMENS, OSRAM, sprecher + schuh,  
Klockner MOELLER, Weidmüller

Distribuidor primeras marcas del  
ramo eléctrico industrial y  
doméstico. Grandes descuentos a  
industriales, comunidades de  
propietarios y particulares

## Cristalería FERNANDEZ Y LOARTE

C/ Cándido Mateos, 8  
Tel.: 373 93 55  
MADRID

## Electrodomésticos CUBILLAS

Su tienda de confianza  
San Restituto, 7 - Tel.: 459 61 03

## Electrónica ZENNER TV-VIDEO

No cobramos visita  
San Restituto, 11  
Tel.: 459 61 07

## LAVISOM

Electrónica - Panasonic/Technics  
Lorenzana, 15  
Tels.: 459 94 02/450 69 00

## LAVISOM

REPARACION - VIDEO T.V.  
Lorenzana, 15  
Tels.: 459 94 02/450 69 00

## LUNAS BLASAN

Para automóviles  
nacionales y  
extranjeros

**TALLERES:**  
Agustín de Bethencourt, 15  
Tel.: 554 18 64

## Cristalería SEYCA

Ofelia Nieto, 85  
Tel.: 450 88 35

**CRISTALERIA MADRILEÑA, S.L.**  
INSTALACIONES Y TRABAJOS DEL CRISTAL  
● LUNAS BISELADAS ● VIDRIERAS ARTISTICAS ● MARCOS Y  
MOLDURAS ● ESPEJOS ● MURALES ● VITRINAS ● DECORACION ● GRABADOS  
EXPOSICION Y VENTA: Francos Rodríguez, 64 - Tel.: 459 58 29  
OFICINAS Y TALLERES: Lorenzana, 12 - Tels.: 459 59 81/87

## DURAL

CARPINTERIA DE ALUMINIO  
Adrián Pulido, 7 - Tel.: 459 36 90

## LUNAS BLASAN

Para automóviles  
nacionales y  
extranjeros

**OFICINAS:**  
Bravo Murillo, 380  
Tel.: 570 78 73

## FEDERACION DE MUJERES PROGRESISTAS

C/ ERASMO, 19 - 1º B  
Tels.: 255 38 05 - 361 36 05

# ASOCIACIONES

ESTE ESPACIO PUEDE  
SER PARA SU ASOCIACION  
**APROVECHESE**

**Asociación de Vecinos  
Ciudad de los Poetas**  
Valderrey, 5 - Tel.: 361 38 58

**ASOCIACION  
MUJER Y PROGRESO**  
(Centro Cultural Julio Cortázar)  
Antonio Machado, 20

**Asociación de Vecinos  
de la Colonia de  
Policía Nacional**  
Gral. Cárdenas Campos, Local 19  
Tel.: 450 51 98

**Centro Cultural  
JULIO CORTAZAR**  
Tels.: 373 45 18 - 373 43 75  
Avda. Antonio Machado, 22  
28035 MADRID

**Asociación de Vecinos  
San Nicolás  
Dehesa de la Villa  
Sánchez Preciado, 36**

**Asociación de Vecinos  
Barrio Penabel**  
Doroteo Benache, 6  
Tel.: 209 14 95

**Asociación de Vecinos  
Paloma Dehesa de la Villa**  
Artajona, 39 - Tel.: 450 28 60

**Asociación de Vecinos  
Barrio Unido  
de Valdezarza**  
Armenteros, 27 - Tel.: 450 30 30



# GUIA UTIL EL TELEFONO

## EXPERTOS

ASESORIA  
\* Jurídica  
\* Fiscal  
**G.A.C. ASESORES S.L.**

Navarra, 24 Dp.  
1º C  
Tel.: 459 72 62  
Fax: 459 75 63

## AUTOESCUELA PACHECO

✓ Permisos      ✓ Taxi  
✓ A-1 y A-2      ✓ Ambulancias  
✓ Turismos      ✓ Bomberos  
✓ B-2              ✓ Minusválidos  
Villaamil, 34 - Tel.: 311 19 19

**REPUESTOS  
VILLAAMIL**  
Seat - Renault - Citroën - Talbot - Ford  
Recambios - Accesorios - Neumáticos  
VILLAAMIL, 31 - Tels.: 311 41 08/30/31

## Cínica Dental DOAR, S.A.

Tratamiento sin dolor.  
Presupuesto sin coste  
San Restituto, 25 - Tel.: 450 89 05

## Clinica Veterinaria SACONIA

Avda. Juan Andrés, 60  
Tel.: 373 64 94

**COOPER**  
SERVICIOS TECNICOS,  
ELECTRODOMESTICOS, LAVADORAS,  
FRIGORIFICOS, CALENTADORES.  
TEL.: 311 69 60

# DEL HOGAR

DE LA SOLUCION

SIEMPRE  
A SU  
SERVICIO

## YOAN PINTURA EN GENERAL

VENTA Y REPARACION DE TODA CLASE DE PERSIANAS.  
COLOCACION DE SUELOS EN PARQUET, SINTASOL Y MOQUETAS  
FRANCOS RODRIGUEZ, 94 - TEL.: 459 00 44

Este espacio le espera.

La Publicidad en Dehesa de la Villa  
es rentable.

Consulte a nuestros establecimientos  
colaboradores.



# C & M

# PARQUET



PAVIMENTOS DE MADERA \* LIJADOS Y BARNIZADOS

Instalación y reparación de  
toda clase de parquets, tarimas  
flotantes y tradicionales.

Tel.: 730 96 19

**PRESUPUESTOS  
SIN  
COMPROMISO**

## Academia

### LOPE DE HARO

- ☞ Secretariado Internacional
  - ☞ Informática - Ofimática
  - ☞ Inglés
  - ☞ Mecanografía - Taquigrafía
  - ☞ Contabilidad - Cálculo Mercantil
- RESERVA DE PLAZAS CURSO 92/93  
Lope de Haro, 24 - Tel.: 570 57 45 - 28039 MADRID  
Metro Estrecho - Autobús: 3 - 42 - 64 - 124 - 125 - 127 - 128

## PALACIOS

Congelados y Precocinados  
Ofrecen a Vds. su esmerado servicio a  
domicilio, restaurantes y cafeterías.

**PRECIO, CALIDAD Y SERVICIO**

GALERIA VILLAAMIL  
Alonso Núñez, 4

Puesto número 8  
Tel.: 311 35 33

## ASESORIA FISCAL

RENTA, PATRIMONIO, IVA,  
SOCIEDADES Y DEMAS  
IMPUESTOS

San Gerardo, 8 - 13 C \* Tel.: 373 45 40

## RPM TEAM

## MOTOS

Todas las marcas y modelos.  
Recambios y accesorios.  
Bicicletas BH Concesionario Oficial  
Mountain Bike



Ofelia Nieto, 21  
Tel.: 311 78 09 (2 líneas)



## ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

# NOVO/LIBER

- PARQUET
- PINTURAS
- TARIMAS
- MOQUETAS
- PAVIMENTOS PVC

PAVIMENTOS DE MADERA - TARIMAS FLOTANTES - ACUCHILLADOS Y BARNIZADOS SIN POLVO

EXPOSICION Y VENTA:

C/ AGUILAR DE CAMPOO, LOCAL 3 - DEHESA DE LA VILLA - TEL.: 459 30 28

# LUPOPAN

C/ Armenteros, 16  
Plaza de Alcira, 7  
Teléf.: 459 96 05

Tras quince años de ausencia Luis Poza vuelve al barrio el 6 de diciembre de 1990 inaugurando una panadería-bollería en el n.º 16 de la C/ Armenteros.

En Valdezarza creció junto a su familia y nos abandonó al cumplir los 16, pero años más tarde nos echaba de menos y vuelve al barrio cargado de grandes propósitos.

Lleva con nosotros un año y medio y su presencia ya se nota en cuanto a calidad del pan que nos ofrece, especialidad de la empresa desde hace cincuenta años y donde la tradición se ha ido heredando de padres a hijos, y el servicio que nos prestan sus empleados, escogidos profesionales.



En el pasado 8 de mayo nos sorprende nuevamente inaugurando un establecimiento en la Plaza de Alcira, LUPOPAN HELADERIA, donde nos ofrece una extensa gama de helados, granizados, batidos, horchata natural, fartons, etc.

Todo ello lo podemos degustar en una amplia terraza situada en la tranquila Plaza de Alcira, rodeada de amplios jardines en la que se pueden dar fiestas familiares, especialmente infantiles, cumpleaños, comuniones, etc.

Desde Dehesa de la Villa le auguramos un nuevo éxito en la seguridad de la buena acogida que ya le dispensan los vecinos del barrio.

## PIDE TU REVISTA EN LOS ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

LOS ESTABLECIMIENTOS QUE A CONTINUACION RELACIONAMOS, COLABORAN A LA DISTRIBUCION DE LA REVISTA "DEHESA DE LA VILLA". AGRADECEMOS SU GENTILEZA

### CIUDAD DE LOS POETAS

KIOSCO DE PRENSA, S. Gerardo, 23  
PAPELERIA Y PRENSA MAYTE, S. Gerardo, 36  
KIOSCO DE PRENSA CARLOS, A. Machado, 28  
BISTROT SACIONIA CAFETERIA-BAR-  
RESTAURANTE, A. Machado, 45 - Tel. 373 30 31  
KIOSCO TEBEO, Valderodrigo, 8  
LIBRERIA PAPELERIA, A. Machado, 20  
FERRETERIA LA ESCALERA, A. Machado, 29  
CENTRO CULTURAL JULIO CORTAZAR,  
Antonio Machado, 20  
POLIDEPORTIVO DEHESA DE LA VILLA  
KIOSCO DE PRENSA, A. Machado, final

### VALDEZARZA VILLAAMIL SANCHEZ PRECIADOS

KIOSCO DE PRENSA MANOLO, S. Restituto, 6  
PESCADERIA PANIZO, S. Restituto, 15  
PERIODICOS Y REVISTAS PACO, Pl. Armenteros  
BAR RESTAURANTE RIO CHICO, S. Restituto, 1



KIOSCO DE PRENSA, C/ de Villaamil  
MIGUEL MUEBLES, C/ de Villaamil, 31  
CERVECERIA BAR MARTIN, Schez. Preciados, 22  
MINIGOLF SWING, Huesca, 4 - Tel. 570 74 48

### PALOMA DEHESA DE LA VILLA

CAMPO DE FUTBOL SAN FEDERICO  
Alcalde Martín de Alzaga, s/n  
MOVIL HOGAR, Artajona, 17  
KIOSCO DE PRENSA PILAR, Alcalde  
Martín de Alzaga, 9

### FRANCOS RODRIGUEZ

KIOSCO DE PRENSA MARI,  
Francos Rodríguez, 102  
KIOSCO DE PRENSA  
CENTRO CULTURAL JUAN GRIS,  
Francos Rodríguez, 100

### DR. FEDERICO RUBIO Y GALI

KIOSCO DE PRENSA EMILIO, F. Rubio  
y Gali, 67  
PERSIANAS OLMEDA, J. Lorenzo, 70  
KIOSCO DE PRENSA  
BLASAN S.A., Modesto Lafuente, 59  
BLASAN S.A., Bravo Murillo, 380

Y LAS ASOCIACIONES DE VECINOS DE SAN NICOLAS-DEHESA DE LA VILLA: PALOMA-DEHESA DE LA VILLA:  
BARRIO PEÑALBEL: CIUDAD DE LOS POETAS, BARRIO UNIDO DE VALDEZARZA Y SANTO ANGEL DE LA GUARDA

Ayuntamiento de Madrid

PRE

estac  
en cu  
por  
calor  
sitos  
mos  
tarla

Parás

terno  
hace  
pero  
estén  
los a  
en c  
donc  
estos  
impo  
terno  
dem  
anti  
func  
nues  
los s  
pio  
Hac  
pará  
dura  
pue  
Filo  
cora  
ade

"Au  
olor

JUNIO

## VIDA ANIMAL

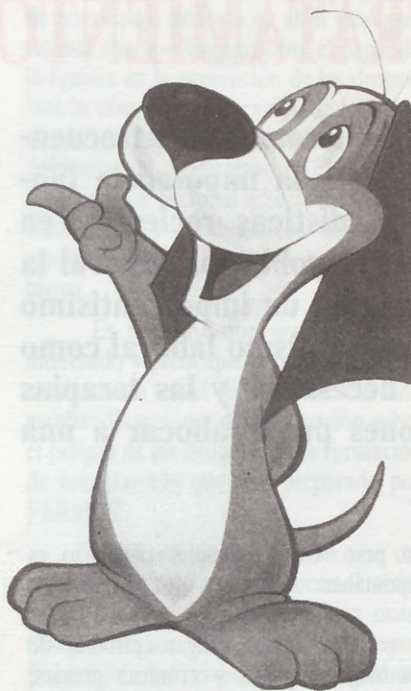
### PREPARA A TU PERRO PARA EL VERANO

Todos sabemos que el verano es la estación del año que más problemas trae en cuanto a la salud de nuestro animal y por tanto requiere mayor atención. El calor, los insectos, las alergias, los parásitos y un sinnúmero de cosas que intentaremos explicar de forma breve y como evitarlas.

#### Parásitos internos y externos

La prevención de los parásitos internos (lombrices, tenias...) la debemos hacer durante todo el año cada 3-4 meses pero debemos procurar que en esta época estén desparasitados lo mejor posible pues los animales pasan la mayoría del tiempo en contacto con el aire y el suelo que es donde mayor posibilidad existe de coger estos parásitos. Pero aunque estos son importantes, no debemos olvidar los externos (las famosas garrapatas) que podemos combatir con el uso de collares antiparasitarios, sprays y champús cuya función es, además de eliminar las que nuestro perro tiene, prevenir la huida de los nuevos debido a la acción del principio activo que llevan en su composición. Hacemos más hincapie en este tipo de parásitos porque como causa de la picadura de un mosquito, nuestro animal puede contraer la Leishmaniosis y la Filariosis o enfermedad del gusano del corazón, las cuales producen su muerte y además son transmisibles al hombre.

Asimismo podemos emplear el "Autan" para prevenir su huida por el olor que desprende.



#### El aseo

Es necesario bañar y cepillar a nuestro animal durante todo el año para mejorar su aspecto y eliminar restos de grasa o suciedad que hayan adquirido con el tiempo, pero más necesario es durante el verano para eliminar el pelo muerto de la muda y prevenir con los champús antes citados la llegada de parásitos, debemos cepillar primero y bañar después, volviendo a cepillar una vez finalizada la tarea del baño y el secado. Esto lo podemos realizar cada 15 días.

Antes de elegir usted un jabón, consulte con su veterinario, pues la piel del perro es muy sensible y podemos

dañarle con cualquier gel que nosotros utilicemos.

#### Oídos y ojos

Debe de ser una limpieza semanal tanto de oídos como de ojos. Los oídos son muy propensos en esta época del año a sufrir daños como consecuencia de la entrada de cuerpos extraños, pero si tenemos limpio el pabellón auditivo con una revisión periódica evitaremos el problema. Hay líquidos especiales que le puede recetar su veterinario o unas toallitas impregnadas en antisépticos y cicatrizantes específicos del perro y del gato de fácil utilización y con muy buen resultado que combaten la entrada de la suciedad al fondo del conducto auditivo evitando la aparición de las otitis y heridas de difícil curación.

Para la limpieza de los ojos también disponemos de las toallitas específicas para ello, o bien del uso de un algodón impregnado en agua de té o manzanilla que eliminen la suciedad y prevengan de las posibles alergias que nos trae el verano.

#### Alimentación

Debido al calor del verano, los alimentos tienen el peligro de estropearse y producir trastornos en el animal a la hora de su ingestión, por lo que recomendamos una alimentación a base de comida seca o con gran vigilancia y agua a su disposición siempre. Es importante que coman al anochecer para evitar la putrefacción.

Cristina Margarida  
J. Ignacio Martínez

Clinica Veterinaria Saconia

### BISTROT SACONIA CAFETERIA - BAR - RESTAURANTE

Avda. de Antonio Machado, 45. Frente al Centro Comercial "DEHESA DE LA VILLA". Tfno.: 373 30 31.

**BAJO LA DIRECCION DE PACO.  
COCINA REGIONAL CASERA.  
SORPRENDENTE CUBIERTO A PRECIOS ECONOMICOS.  
DIARIAMENTE:  
DOS PLATOS VARIADOS, POSTRE O CAFE, PAN Y VINO  
SIENTASE COMO EN CASA**

En breve: AMPLIA CARTA PARA TODOS LOS GUSTOS Y ECONOMIAS  
si no dispone de tiempo, pida previamnete hora y sea puntual  
¡BIENVENIDOS A BISTROT SACONIA!, su otra casa

# LA LUMBOCIÁTICA Y SU TRATAMIENTO

**La lumbociática es uno de los síndromes más frecuentes en las consultas por el dolor y la impotencia funcional que produce. Según estadísticas recientes, en nuestro país, un 7,6 por 100 de la población general la ha padecido o padece. Esto origina un importantísimo gasto económico, tanto por el absentismo laboral como por los estudios diagnósticos necesarios y las terapias empleadas, incluso en ocasiones puede abocar a una invalidez permanente.**

Con frecuencia oímos hablar de lumbalgia o lumbago, que es el dolor localizado en la parte baja de la espalda a uno o ambos lados de la columna vertebral.

Y de ciática que es el dolor referido en una extremidad inferior, desde la zona glútea hacia abajo, llegando incluso al pie.

Sin embargo, en muchas ocasiones, el paciente este conjunto de síntomas en coexistencia. Por tanto, podemos decir que se entiende por lumbociática todo aquel proceso doloroso agudo producido por torsión, estiramiento, irritación o compresión de las raíces nerviosas, generalmente del nervio ciático mayor unilateralmente. Se puede acompañar de síntomas tales como alteraciones de la sensibilidad con sensación de hormigueo, acorchamiento, disminución de la fuerza y/o reflejos en dicha extremidad.

## Causas y forma de comienzo

Existen numerosas causas que pueden dar lugar a ciática o lumbociática. Las más frecuentes y, en las que las terapias rehabilitadoras juegan un papel primordial, son las lesiones degenerativas de las vértebras y/o de los discos existentes entre ellas.

En las ciáticas radiculares puede haber un antecedente de esfuerzo brusco al incorporarse, a partir de la posición de flexión del tronco con o sin elevación de

un peso. Otras veces, el comienzo es espontáneo.

Hay que investigar episodios de lumbalgias agudas y crónicas previas, puesto que la ciática es a menudo precedida por aquélla.

En 2 de cada 3 casos el cuadro comienza por dolor lumbar bajo, lumbosacro o a veces glúteo.

El dolor es muy intenso, aunque a veces empieza muy lentamente. Aumenta cuando se está de pie mucho tiempo, con la marcha, al coger pesos, toser, estornudar, con la risa, respiración profunda, y disminuye, a veces, con el reposo. Este dolor obliga con frecuencia al paciente a caminar cojeando y con el tronco desviado hacia un lado.

## El reposo como tratamiento

Según la evolución y etiología del proceso, hay diversas posibilidades terapéuticas. En muchos casos es suficiente el reposo y los antiinflamatorios. Si no, deberá considerarse el tratamiento rehabilitador propiamente dicho. Si esto no ha dado resultados satisfactorios, y el dolor es importante se establecerá la indicación quirúrgica tras los estudios oportunos.

Un tratamiento fácil de realizar y por el cual debe de empezarse es el reposo junto con el tratamiento antiinflamatorio y la aplicación de calor local en el domicilio del paciente. Esto constituye la base

del tratamiento inicial de la lumbociática. Hay que ser muy estrictos en la prescripción y realización del mismo.

Este reposo se iniciará en cama. Deberá ser sobre colchón grueso y en cama dura, para esto se aconseja colocar una table de 2 cm. entre somier y colchón.

La postura del paciente será relajada y antidolorosa. Es decir, con caderas y rodillas en flexión, o echado hacia arriba colocando una almohada bajo sus rodillas, para evitar su extensión y además favorecer la flexión de las caderas. También puede colocarse una pequeña almohada bajo el cuello.

Está contraindicado estar tumbado hacia abajo, porque hiperextiende la columna vertebral.

Si el reposo en cama es prolongado o si se trata de personas de cierta edad o predispuestas a complicaciones, se les iniciará en un programa de ejercicios suaves para prevenir riesgos respiratorios, de flebotrombosis en las extremidades inferiores, úlceras de decúbito, etc.

Progresivamente, y a medida que mejore el cuadro, podrá descansar sentado, posición en la que a veces se obtiene más alivio que tumbado. Deberá apoyar la espalda sobre el respaldo, las rodillas flexionadas y los pies tocando el suelo (nunca las piernas estiradas sobre una banqueta). Los miembros superiores apoyados en los brazos del sillón.

Una vez superada la etapa aguda, con el reposo y la medicación prescrita por el médico, puede iniciarse la gimnasia de reeducación lumbar, que tiene por finalidad: reducir el dolor, disminuir las contracturas musculares, fortalecer los músculos que estén más débiles y mejorar la movilidad lumbar.

Los ejercicios se comenzarán de manera progresiva, indolora o con poco dolor y se realizarán diariamente, suspen-

# MUJER Y PROGRESO

diéndolos si aparece nueva fase dolorosa, a ser posible precedidos de aplicación de calor superficial, como bolsa de agua caliente, manta eléctrica, etc. Lo habitual es que se inicien en ellos en un centro de rehabilitación.

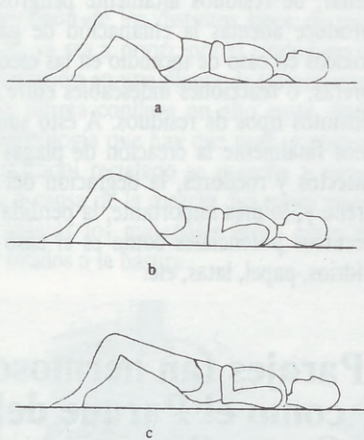


Fig. 1: a) Tumbado con rodillas en flexión. b) Espalda recta, totalmente apoyada sobre la superficie. c) Elevar la pelvis, permaneciendo apoyados pies, hombros y cabeza.

## Recomendaciones prácticas

- Descansar en cama y en silla como se indicó.
  - No coger pesos del suelo arqueando el tronco, lo correcto es ponernos en cuclillas, flexionando las rodillas y el tronco recto.
  - No llevar pesos en una sola mano, es preferible repartirlo entre las dos.
  - No inclinar el tronco hacia atrás, porque se hiperextiende la columna.
- Hay que evitar permanecer largo tiempo de pie, parado. Si es imprescindible se procurará elevar un pie; por ejemplo, apoyándolo sobre un bordillo. También se pueden separar los pies o cargar el peso del cuerpo alternativamente sobre uno u otro.
- Al conducir hay que adelantar el asiento, para mantener la espalda más recta.
  - Evitar zapatos de tacón alto y la obesidad.

Existen otra serie de tratamientos que, por tener que realizarse en centros especializados, no comentamos en este trabajo. Uno de ellos corresponde a la hidroterapia y balneoterapia del que se informará en un próximo artículo.

(De la Revista 60 y más)

Siguiendo con nuestro programa de actividades tuvimos en abril una interesante charla-coloquio sobre el papel de la familia en la prevención de las drogas. Nos la ofreció la Federación de la Autonomía de Madrid de Asociaciones de Asistencia al Toxicómano (FERMAT). Intervinieron personal especializado en el tratamiento y rehabilitación de toxicómanos y padres afectados por el problema.

Es un tema que siempre nos ha interesado y preocupado. Vamos a seguir colaborando en el área preventiva desarrollando acciones de información sobre el peligro de las drogas y en la formación de voluntariado que será preparado por FERMAT.

Nuestros barrios no son una excepción y no sólo tenemos focos de venta muy llamativos sino que también nuestros jóvenes son consumidores de drogas. Existen informes elaborados en el distrito de Moncloa donde se destaca la subida del consumo, ya sean legales (alcohol, tabaco) como ilegales: cannabis, cocaína, (la heroína ha bajado). Por tanto la llamada a la colaboración en la prevención se hace a todos.

También hemos intercambiado opiniones con personas dedicadas al campo de la salud. Psicólogas de la Asociación de Asistencia e Investigación en favor de la Salud (ASAIS) estuvieron con nosotras para hablar sobre la agresividad que se potencia desde la familia. Estas charlas entran dentro del programa que desarrollamos a lo largo del curso sobre Salud-Mujer y que en esta ocasión tratamos de indagar la posible procedencia de nuestra agresividad y nuestros estados de rabia que no somos capaces de contener o encauzar debidamente mostrándola a veces en los momentos más inoportunos.

No es fácil el conocimiento de algo que en muchos casos hemos enterrado tan profundamente que cuando sale al exterior está tan desfigurado que somos incapaces de reconocerlo. Pero lo que sí nos vamos dando cuenta al conocer mejor nuestro cuerpo y sus reacciones es la relación de esa dualidad cuerpo-mente que somos y que no llevamos sincronizada, lo que nos dificulta para poder disfrutar de armonía y felicidad.

Sintonizando con las preocupaciones actuales de muchas organizaciones

sobre el futuro de la especie humana y del planeta, hemos colaborado en la campaña "Cooperar por la Supervivencia" que organizaciones no gubernamentales como Cruz Roja o el Movimiento por la Paz el Desarme y la Libertad, están llevando a cabo.

Primeramente asistimos al acto de presentación de la campaña en el que entre otras personas participaron el Premio Nobel de Literatura 1986, Sr. Wole Soyinka, de Nigeria, y Julius Nyerere ex Presidente de Tanzania. Fue allí donde nos sensibilizamos con el problema y decidimos colaborar en la divulgación de su campaña. Posteriormente estuvo con nosotros Horacio García, miembro del MPDL antes mencionado. Expuso muy claramente la situación actual de nuestro planeta y la degradación que puede sufrir si no se toman medidas tanto globales como individuales para ayudar a explotar adecuadamente los recursos del planeta y contener la contaminación, siendo solidarios y comprometidos con los países más pobres, para que la prosperidad y seguridad no la disfruten sólo unos pocos sino que alcance al conjunto de los seres humanos que habitamos el planeta Tierra.

Son de esas conferencias que dejan huella y que aunque pase el tiempo, algo ha calado en nosotros y nos dispone a una apertura y solidaridad hacia el hombre y el conjunto de la naturaleza.

Y por último acabamos de celebrar un encuentro con Ana María Schlüter (Maestra Zen) para hablarnos de Zen, ¿qué es? ¿cómo se practica? y ¿qué se consigue practicándolo? fueron las tres cuestiones que abordó. Los asistentes se mostraron, curiosos unos, interesados otros, y los que la conocemos de hace mucho tiempo contentos de escuchar sus enseñanzas y tenerla entre nosotros.

Este encuentro con Ana María lo hemos organizado conjuntamente con la parroquia "Cena del Señor", al igual que la charla-coloquio que dio FERMAT. Nos sentimos muy contentas de poder realizar actividades con otros grupos del barrio. Igualmente queremos felicitar a los participantes en el Concierto "Primavera Musical" que nos deleitaron con sus voces tanto niños como adultos y a los organizadores que sin duda están dispuestos a que cada día nos encontremos más agosto en nuestro barrio.

# LAS BASURAS NOS INVADEN: RENOVARSE O MORIR

La incontrolada eliminación de residuos de todo tipo está creando montones de basura en vertederos piratas que rodean la ciudad. Este grave problema hace necesaria la búsqueda de nuevas técnicas para alargar la vida de algunos materiales en algunos casos, y en otros para preservar la naturaleza, que es la que nos proporciona todas las materias primas.



La naturaleza pide a gritos un respiro inmediato, ahogada casi por toneladas de basura de todo tipo, mezcladas sin orden sobre ella. La existencia de vertederos controlados es mínima. El gran obstáculo para la creación de planes contra este problema son las escasas posibilidades económicas de algunos pequeños municipios, que no cuentan con vigilancia de ningún tipo ni ordenanzas que regulen los vertidos de desechos. Por otra parte, los vertederos controlados existentes se encuentran a veces en lugares apartados del sitio donde se produce el escombros, lo cual favorece al vertido en cualquier descampado cercano, evitando así el coste del transporte.

La recuperación estética de las escombreras, una vez llenas y selladas es mucho más fácil que en el caso de residuos industriales. En Madrid existen varios ejemplos de cómo un vertedero puede convertirse en algo bello, y así tenemos al Parque del Oeste, el de Tierno Galván, Pradolongo o Parque Sur. De este modo se recuperan metros de terreno que además favorecen la estética del entorno.

El problema de los **residuos industriales** es más complejo, pues éstos requieren un tratamiento especial y un control continuo sobre su transporte y eliminación. En España se producen anualmente alrededor de **1.700.000 toneladas** de

estos residuos, con el agravante de los nuevos materiales no biodegradables, que perjudican aún más el medio ambiente. Esto, unido al **vertido incontrolado** y directo a los ríos o en pleno campo, sin sellar, de residuos altamente peligrosos, produce además la emanación de gases tóxicos en caso de incendio en las escombreras, o reacciones indeseables entre los distintos tipos de residuos. A esto sumamos finalmente la creación de plagas de insectos y roedores, la degradación del terreno y, lo más importante, la pérdida de recursos potenciales como es el caso de vidrios, papel, latas, etc.

**Parajes tan hermosos como el Parque del Oeste, Parquesur o Pradolongo, están ubicados sobre antiguas escombreras cerradas. De este modo se recupera terreno útil, y además sirven estéticamente a la comunidad.**

## Recuperación

Las soluciones son diversas y posibles: vertederos controlados, incineración con recuperación de energía, producción de compost, reciclado y transformación por procesos químicos y bioquímicos. El efecto negativo de los suelos contaminados por efectos tóxicos se multiplica con el tiempo, aumentando así el coste de su saneamiento, y agravando la situación del equilibrio hidráulico. En España, el coste del saneamiento de los suelos podría rondar los 192.000 millones de pesetas.

En casi todas las Comunidades autónomas existen programas de actuación de residuos industriales, sólidos industriales y sólidos urbanos, que servirán para establecer criterios de control y vigilancia, implantación de una red de recogida y transporte y canalización de subvenciones y asesoramiento técnico.

Es importante crear además una red de centros de recogida que acerquen al producto y al sector de residuos.

### Reciclado

El reciclado es posible gracias a la separación de los distintos tipos de residuos, ya sea a priori, por el ciudadano, o a posteriori en una planta de tratamiento. Esta última conlleva un alto coste, dada la tecnología que hay que usar, y porque el material reciclado se mancha y estropea a causa de la mezcla. Lo mejor pues, es separar los materiales útiles antes de ser tirados a la basura.



Económicamente, un reciente estudio realizado por el Worldwatch Institute demuestra las ventajas del reciclado frente a las materias primas vírgenes. El ahorro es considerable, pero la implantación en España es aun mínima. Existen contenedores para el vidrio y algunas campañas periódicas de recogida de muebles y ropa, pero sería necesaria una información amplia al ciudadano sobre las ventajas y causas que originan el programa, así como una educación de la comunidad para concienciar de la gravedad del problema.

### El papel

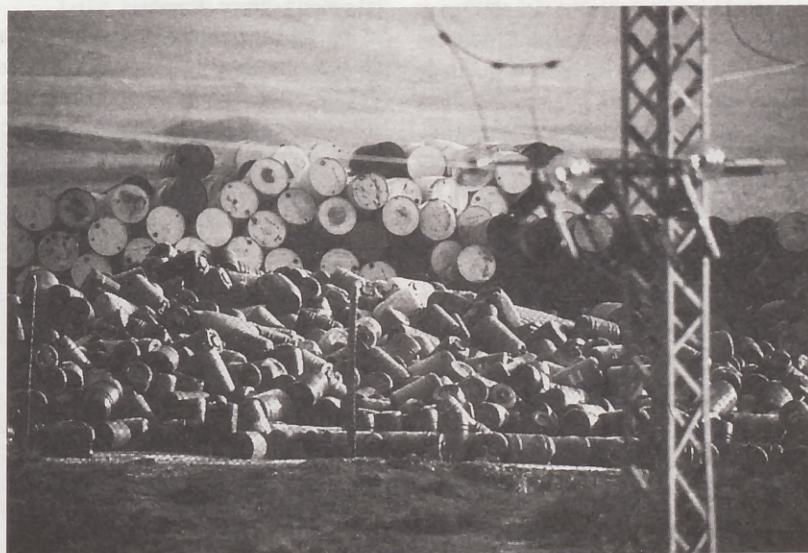
El papel descuella entre las materias recuperables, dada la cantidad de él que tiramos diariamente. Una idea fundamental es que no se trata tan sólo de reciclar, sino de tirar menos, ahorrando

en lo posible en el uso cotidiano que hacemos del papel.

España tira cada año más de 2 millones de toneladas de papel que podía ser reciclado. En 1990 se gastó más de 10.000 millones de pesetas en importar papel viejo. A pesar de que existen unas 170 empresas dedicadas a reciclar papel viejo, muchas empresas, escuelas y entidades tienen problemas para que alguien se ocupe del papel usado.

El proceso de obtención del papel es el siguiente: los traperos clasifican el papel en tres grandes grupos, que son los recortes de papel blanco, el papel impreso o de color y el papel periódico. Después de clasificar el papel, se machaca y tritura con agua en una enorme batidora. Tras esto pasa al "pulper", que deja la pasta de celulosa a punto. Finalmente, ésta pasa por grandes bandas de máquinas que, con el agua en la salida y los fieltros para secar, irán dando metros y metros de papel. Si la celulosa se obtiene de papel usado, es reciclado y, mucho mejor para el futuro.

**Lo importante a la hora de reciclar es "tirar menos". España tira cada año más de 2 millones de toneladas de papel que podía ser reciclado.**



**El mayor impacto ambiental en la fabricación del papel, lo supone la fase del blanqueo, por la acción del cloro y sus derivados. La solución estriba en sustituir este elemento por oxígeno. Algunas fábricas ya empiezan a cambiar sus sistemas de blanqueo.**

El mayor problema de contaminación lo supone el blanqueo de la pasta para obtener el papel, dado su contenido en cloro, que supone un impacto ambiental. Las fábricas tendrán en un futuro que invertir grandes sumas en remodelar sus sistemas, si no quieren desaparecer, cosa razonable dada la gravedad del problema. La alternativa es usar en el blanqueo un sistema de oxígeno. Por ahora, el tanto por ciento de papel que se blanquea libre de cloro en el mundo es tan sólo de un diez, pero la situación tiende a cambiar, pues las empresas empiezan a variar el proceso.

Pese al retraso de España respecto al resto de Europa en cuanto al volumen de papel reciclado, esta actividad evitó en 1990 la tala de 30 millones de árboles, la



continuidad de 700 millones de m<sup>3</sup> de agua y un gasto de energía equivalente a 700.000 Tm. de petróleo. Da qué pensar, ¿no?

### Plásticos

El caso de los plásticos es el más desconocido. Existen dos tipos de residuos plásticos, los derivados de la industria de fabricación de plásticos, y como parte de los residuos sólidos urbanos. La mala fama que tiene el plástico se debe a que es un sector relativamente desconocido, y que hasta ahora, sólo presenta ventajas, tales como ligereza de peso, versatilidad, durabilidad, etc. Su posible desventaja viene del mal uso que se pueda hacer de él. Al contrario de todo lo que pueda decir, afirmaciones sin fundamento, el impacto medioambiental del plástico es menor que el de otros residuos. Todos los plásticos son reciclables desde el punto de vista técnico, apoyada por las directrices comunitarias de la CEE. El problema surge cuando el residuo no es puro, sino que se mezcla con otros materiales. La separación de residuos es la solución para un ambiente limpio. En las propias industrias existen ya plantas de reciclado, que además generan energía y sirven como fuente de calor. Lo importante en el reciclado es la colaboración entre Administración, Ayuntamiento e industrias. El futuro depende de ello.

Cristina Pérez Barroso.

"Vecinos" N.º 18  
Febrero 1992

### A MODO DE EMPLEO

#### EL TALLER DE LOS SUEÑOS

Julián dirige un taller de carpintería muy especial, donde se crean muebles a partir de muebles ya creados, pero en otro tiempo. Sus chicos y chicas trabajan sobre mesillas, peñadores, lámparas y demás muebles, dando rienda suelta a su creatividad. Lo mismo convierten una estufa antigua en una lámpara, que crean una silla art decó sobre un esqueleto de silla de cocina.

El taller se encuentra en el Centro Cultural de Arganzuela, en la Casa del Reloj. Dentro huele a pintura y madera. Separado en dos partes por una cristallera, en el fondo se trabaja el mueble, y en la parte de afuera se le dan los últimos retoques, se lija y se pinta.

La conciencia ecologista de la idea se deja entrever en nuestra charla con Julián. La enorme deforestación del planeta hace necesario que surjan ideas como ésta para reciclar muebles, evitando así el incremento de residuos y agotar los recursos renovables que, como la madera, son esenciales para el equilibrio ecológico del Planeta.

Si atendemos a las cifras de incendios forestales habidos en los últimos años, y si pensamos que hace cincuenta años una ardilla podía cruzar España entera saltando de rama en rama, nos quedan dos opciones, o nos hundimos o nos ponemos en marcha. De lo contrario nuestros hijos no llegarán nunca a establecer correspondencia entre la cama donde duermen y el árbol de donde viene.

La naturaleza necesita un tiempo para renovar los frutos que nos ofrece, un ciclo natural que el hombre fuerza constantemente, acelerando y repoblando artificialmente.

Cuando el mueble se arregla, se procura darle un acabado similar a su aspecto original. En otros casos se cambia su diseño, utilizando técnicas como el policromado o el dorado clásico, con acabados de nueva vanguardia. De este modo se unen pasado y presente, aprendizaje y creación. También se usan telas naturales, sacadas de rellenos de sillas o sillones, y que se utilizan para trenzar, crear alfombras, tapices, edredones, cojines o bolsos.

### COMADEN

#### TODO UN EXITO

COMADEN es la Coordinadora Madrileña de Defensa de la Naturaleza, y es responsable de casi la única Campaña de recogida de pilas realizada en Madrid en Mayo de 1990. El problema de la contaminación que producen las pilas ha empezado a preocupar a la opinión pública hace relativamente poco tiempo, pese a su gravedad. Son sobre todo las pilas alcalinas y las de botón las que más perjudican al medio ambiente, dada su alta composición en metales pesados, como el mercurio y el cadmio. Las pilas llegan junto con los demás residuos, acentuando su toxicidad y contaminando ríos. Como ejemplo se calcula que una sola pila botón puede contaminar 200.000 litros de agua, de ahí la importancia de hacer una recogida selectiva para separarlas del resto de los residuos.

La campaña se realizó mediante llamadas a los medios de comunicación, emisión de boletines y llamadas de atención a las autoridades sobre el peligro existente. Se instalaron cajones de cartón en todos los grandes almacenes y tiendas de electricidad, que después se recogían. El resultado superó todas las expectativas, lo cual demuestra que el ciudadano es cooperador total en el momento en el que se le da la oportunidad y se le informa. El problema surgió cuando, una vez recogidas todas las pilas no existe un lugar donde llevarlas. Hoy por hoy no existe ninguna campaña acerca de la recogida de pilas, el ciudadano se cansa de tener bolsas de pilas usadas en casa y acaba tirándolas a la basura. Es perfectamente comprensible. Lo que no se entiende es dónde está la dificultad para la Administración a la hora de hacer algo tan fácil para una Asociación ecologista.

# C.F. SAN FEDERICO DEHESA DE LA VILLA

La Escuela de Fútbol San Federico Dehesa de la Villa Infantil se ha proclamado Campeón de Madrid de los XII Juegos Deportivos Municipales.

La Escuela de Fútbol San Federico Dehesa de la Villa ya empieza a dar los frutos esperados, en tan sólo dos años de creación, uno de sus equipos, el Infantil, ha logrado este año una hazaña inesperada por la dificultad que entraña el no sólo ser campeón de la liga de Moncloa, sino jugar la fase interdistritos con todos los campeones del resto de Madrid, llegar a la final y proclamarse campeón.

El premio de este Campeonato es el viaje que van a disfrutar los niños de este equipo, viajarán a Burdeos representando a la ciudad de Madrid.

Todavía son capaces estos críos de darnos alguna alegría más, pues a la vez y como campeones, están participando en las eliminatorias de la Comunidad de Madrid.

El apoyo mostrado tanto por la Junta Directiva como de gran parte de los padres ha hecho posible este logro, pero hay que destacar el comportamiento durante toda la temporada de los jugadores y mención especial a su entrenador Rafael Sánchez.

No debemos olvidar por supuesto a los otros dos equipos de la Escuela de Fútbol (alevines y cadetes) que también sábado tras sábado están dejando el pabellón de nuestro club a gran altura.



Pensamos que para que esta escuela no deje de funcionar es imprescindible la colaboración total de todos los padres y el mejor apoyo es haciéndose socios del club para la próxima temporada.

## FINAL XII JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES

Día 15 de Mayo 1992.

Hora: 11 de la mañana.

Campo: Campo Municipal Polideportivo Morataláz.

E.F. San Federico Dehesa de la Villa-3 (Borja, Damián y Sergio).

E.F. Carabanchel-3 (Iván, Oscar y David).

Gran ambiente en las gradas por parte de los dos equipos, aunque sin ser partidistas debemos decir que nuestra afición fué más numerosa y ruidosa (bande-

ras, globos, pancartas, trompetas, etc.), los trofeos fueron entregados por autoridades del Ayuntamiento de Madrid e Instituto Municipal de Deportes.

### Alineaciones:

E.F. San Federico: Alberto, Damián, Borja, Mario (capitán), Carlos, Roberto, Angel Luis, Luis, Agustín, David Manso y Javier Cuesta.

Reservas: Víctor, David, Sergio, Fran, Javier Jaranta y Félix.

E.F. Carabanchel: Fran, Fernando, Roberto, Iván (capitán), Moisés, J. Luis, David, Baac, Iván, Israel y Oscar.

Reservas: Oscar, Félix, Fernando y Manuel.

### Goles:

1-0: Borja (m. 3); 2-0: Damián de penalty (m. 38); 2-1: Iván (m. 42); 2-2: Oscar (m. 49).

### Prórroga:

3-2: Sergio (m. 55); 3-3: David (m. 65).

### Penalties:

Ganaron al transformar 3 penalties y el contrario fallar los tres correspondientes.

El C.D. San Federico-Dehesa de la Villa anuncia su primer fichaje de cara a la próxima temporada 92/93, el nuevo entrenador del equipo de



Preferente de Aficionados será D. Julián Gil Laborda, y del nuevo secretario técnico José María Bedoya Ramos, procedente del Real Madrid Club de Fútbol.



# FUTBOL Y AMISTAD

El pasado día 3 de mayo se celebró en el campo de fútbol San Federico la final de fútbol alevín entre los equipos de San Federico y Poetas "B", correspondiente al Primer Trofeo "Mar-Marino", llamado así por la gracia de los dos patrocinadores del mismo: Deportes Marino y Pescaderías El Mar, de ese buen ambiente de estos chicos que es Manolo.

El encuentro dió comienzo a las 11,30. Buen tiempo, aunque algo de viento, gran cantidad de aficionados junto a padres y familiares de los jovencísimos jugadores, era el ambiente que rodeaba la salida de los chavales.

Los equipos formaron así:

## San Federico:

En la puerta Ochoa; defensas: Iván, Miguel, Javi y Raúl; medios: Eduardo, Tino y Angel; delanteros: Daniel, Víctor y José Antonio. En el banquillo Alvaro, Pedro, Raimundo, Juanjo y Oscar.

## Poetas:

En la puerta Jorge; defensas: Miguel, Javi, Rodrigo y Toño; medios: Roberto, Toni y Fernando; delanteros: Luisimi, José y Pitu. En el banquillo Chuchi, Oscar, Víctor y los porteros Javier y Yago.

**Arbitro:** Jesús, bonito uniforme y amigo de todos.



El primer tiempo fué un toma y daca por parte de ambos equipos, se conocen bien y era difícil llegar a las porterías limpiamente. Además el viento ayudaba a desbaratar las peligrosas incursiones de los delanteros.

En el segundo tiempo la emoción aumentó y se notaba en los aplausos de los espectadores. No hubo cambios en las alineaciones.

Ambos equipos apretaron con más ganas y las travesuras a las que nos tienen acostumbrados Pitu, Luisimi y José empezaron a hacerse notar en la portería del San Fede.

Así llegó el primer gol para los Poetas de las botas de Pitu. Tres minutos después José tuvo otra ocasión, pero la buena defensa del San Federico abortó la jugada. Hubo un par de jugadas más por parte de los Poetas, pero los defensas y el aire impidieron que el balón llegase a la red.

Comenzó entonces el San Fede a atacar y a falta de cinco minutos consiguió el empate por medio de Angel. Así

se llegó a la prórroga. Dos tiempos de cinco minutos que fueron una lección de fútbol y emoción para todos los presentes ofrecida por esos locos del balón de los que muchos de ellos todavía no han cumplido los 11 años.

Con el empate a uno llegó la tanda de penalties, más fútbol y nervios no cabían en el campo.

Dos paradas de Jorge dieron el triunfo para los Poetas. Pero eso era lo de menos, llegó la entrega de premios y hubo trofeos para todos como muestran las fotografías.

Más tarde una vez duchados, comida y bebida para todos, vecinos, padres, entrenadores, jugadores y directivos de ambos equipos, pues allí estaban Benito, Julián, Jesús... por parte de los Poetas y Paco y todos los Delegados del San Federico. Pero todos los chicos echaron de menos a ese amigo que cuida con cariño estas instalaciones y que tanto bromea con ellos cuando van a entrenar, Pablo, estaba de vacaciones.

Fué una fiesta divertida y sus promotores Manolo y Marino están dispuestos a repetirla todos los años.

El lunes todos al cole y a comentar las jugadas con el compa de turno que probablemente será del equipo contrario pero que ante todo es un amigo. Una lección de amistad que esperemos mantengan através de los años por muy enemigos que sean en el campo de fútbol, y algo que nosotros entrenadores y directivos tenemos que fomentar.

Un saludo para todos y espero veros cada vez más por nuestros campos de fútbol.

Amistad y Colaboración

Josecho San Mateo



## PESCADERIA **PANIZO**



SU CALIDAD  
INDISCUTIBLE,  
SUS PRECIOS  
SIN  
COMPETENCIA,  
LE AVALAN

**SAN RESTITUTO, 15 - TEL.: 450 43 05  
28039 MADRID**

## **M miguel M muebles**

**MOBILIARIO DEL HOGAR  
DISEÑO MODERNO  
GRAN EXPOSICION**

Presupuestos sin compromiso

**VISITENOS**

**VILLAAMIL, 31 - Tel.: 311 41 33  
28039 MADRID**

## **REPUESTOS VILLAAMIL**

**SEAT RENAULT CITROËN TALBOT**

**RECAMBIOS • ACCESORIOS • NEUMATICOS  
MATERIAL ELECTRICO**

*Villaamil, 31*  
**28039 MADRID Tels.: 311 41 08 / 30 / 31**

## **EXPERTOS ASESORIA**

**JURIDICA \* FISCAL**

**G.A.C. ASESORES S.L.**

*Navarra, 24 Dp. 1ºC*  
**Tel.: 459 72 62 - Fax: 459 75 63**



## **ATHENEA 4**

**SALON DE BELLEZA Y PELUQUERIA**

**Medicina Natural - Hidroterapia**

*Personal especializado*

**Plaza de Tuy, 10 - Teléfono 201 87 66**

**ESPECIALIDAD EN PALETILLAS  
JUDIAS CON PERDIZ**

BAR - RESTAURANTE



**La Toledana**

**CONFORTABLES SALONES  
ESMERADO SERVICIO**

**Vistas a la Moraleja, 1 • Teléf. 358 38 61 • FUENCARRAL, pueblo (Madrid)**

Ayuntamiento de Madrid



## ¿Quieres tener la sonrisa más bonita del barrio?

TRATAMIENTOS SIN DOLOR - PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO  
Llámanos al teléfono 450 89 05, de lunes a viernes, (mañana y tarde) y sábados por la mañana.

### CLINICA DENTAL DOAR, S.A.

SAN RESTITUTO, 25

Facetas • Incrustaciones y coronas de porcelana,  
limpiezas por ultrasonido • Empastes de color del  
diente, Blanqueamiento de dientes en tu propia casa

(SANITAS,  
AISA,  
CEYDE,  
ADESLAS)



REVELADO  
RAPIDO DE  
GRAN CALIDAD  
EN 1 HORA  
PAPEL KODAK

Al revelar sus carretes le regalamos:

### UN ALBUM Y UN REGALO SORPRESA

Avda. de Betanzos, 52    24 fotos 10 x 15 + revelado = 1.212 ptas.    Teléfono 738 64 52  
36 fotos 10 x 15 + revelado = 1.668 ptas.

Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

DECO    **TODO EN ROTULACION Y PUBLICIDAD**    **Publi DECORACION, S.L.**    **ADHESIVOS ROTULOS SEÑALES**    Publi DECORACION

RACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO    Publi DECORACION TODO ROTULO

**TIENDA Y EXPOSICION EN:**  
**PLAZA DE TUY, 7 - TEL. 738 39 35 - FAX 738 85 77**



MUSCULACION • CULTURISMO  
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO  
AEROBIC • KARATE • FULLCONTACT  
KUNG-FU • JUDO • NINJUTSU  
SAUNA GRATIS • RAYOS UVA  
Horario ininterrumpido: 9,00 - 23,00  
Desde 4.000 ptas **todas** las actividades

Pº Dirección, 19 (Junto Francos Rodríguez) Telf. 450 98 69



### BLASAN, S.A.

LUNAS PARA AUTOMOVILES NACIONALES Y  
EXTRANJEROS, FAROS, ESPEJOS, ELEVACIONES,  
CERRADURAS Y TECHOS SOLARES

CONCIERTO CON TODAS LAS CIAS DE SEGUROS  
OFICINAS CENTRALES

BRAVO MURILLO, 380 - TELEFONO 570 78 73

TALLERES DE MONTAJE  
AGUSTIN DE BETHENCURT, 15  
esquina Modesto Lafuente, 68  
TELEFONO 554 18 64