

CULTURA ■ EN FAVOR DE LOS NIÑOS DE PAKISTÁN

Tarracoart participa en una exposición solidaria

■ Artistas de Tarracoart participan este mes de junio en una exposición solidaria que se realiza en el Centre Cotxeres Borrell de Barcelona. El objetivo de esta muestra, con sorteo de un cuadro incluido, es recaudar dinero para Horizon Internacional, que vela por los niños más pobres de Pakistán. Hay obras de Pere Sa-

las, Tomàs Torné, Josep M^a Solé, Ana Soldevila, Montse Ferreres, Maurici Montané, Montse Funtanet, Claudi Bonachí, Emil Grigoras, Henrika, Emma Folch, Xavier Reinoso, Nelson Branly, Lila Terbescu, Juan Andres Varela, Miguel Camarero, Tomas Palos, Aurora Fernandez, Gemma Solé y Gaspi 33. —**JORDI CABRÉ**

SALUD

Realizados 37 trasplantes este año en pacientes de la demarcación de Tarragona

■ En la demarcación de Tarragona se han registrado este año 37 trasplantes, entre renales —24 casos, 10 de los cuales de donantes vivos—, hepáticos (9), pulmonares (3) y cardíacos (1). La lista de espera de ciudadanos tarraconenses para trasplantes —se hacen en hospitales de Barcelona— se mantiene estable respecto al año pasado: 120 (riñón), 3 (hígado), 5 (pulmón) y 4 (corazón). Ayer se celebró el Día del Donante y el Hospital Joan XXIII puso al alcance de los ciudadanos una mesa sobre lo que hay que hacer para ser donante y en qué consiste el proceso de donación y trasplante.

LA CANONJA

El Consell Comarcal asesorará en materia de servicios sociales

■ El alcalde de La Canonja, Roc Muñoz, y el presidente del Consell Comarcal han firmado un convenio por el cual dicho municipio se integrará dentro del área básica de Serveis Socials del Consell, el cual prestará los servicios sociales básicos. Este convenio incluye el establecimiento de fórmulas de gestión conjunta para garantizar la estabilidad de los servicios.

TEATRE METROPOL

El grupo Linibohemia escenificará hoy una tragicomedia

■ El grupo de teatro Linibohemia escenificará hoy *Quan arriba la nit*, de Pep Linares. Será a las nueve de la noche en el Teatre Metropol, con entrada gratuita. Se trata, en forma de tragicomedia, del relato de un grupo de niños que espera que llegue la noche para poder soñar... Sueñan para poder esparcir la niebla que les rodea de una realidad que ellos no han elegido.

ENTREVISTA | **Raül Cid** Trombón de Stromboli Jazz Band

‘Tenemos sentido del humor e interactuamos con el público’

ÁNGEL JUANPERE

Aseguran ser una banda de jazz y de otras músicas del Camp de Tarragona. ¿Muy impreciso, no?

Lo dejamos abierto a todos los estilos de música. Actualmente ya tocamos bandas sonoras de películas, ska, blues, etc.

¿Es posible conjugar la música y el humor?

Sí. Además, como todos tenemos sentido del humor e interactuamos con el público, siempre intentamos que la gente se lleve algo más. Hacemos alguna broma, algún gag, porque vemos que la gente disfruta.

¿Qué tienen de especiales sus conciertos?

La gente sale más contenta o mejor de cómo ha entrado. Ello significa que ha pagado por algo positivo.

¿Cómo ha sido este trabajo de buscar una identidad propia?

Todavía estamos en ello. Nos presentamos en sociedad en febrero y poco a poco la estamos encontrando.

¿Cuál es el concierto en el que han tenido más éxito?

El primero, el de presentación.

Han tocado en pizzerías, fiestas privadas, parques pú-

PERFIL | Llevan cuatro meses y ya se han hecho un hueco en el mundo del espectáculo con sus particulares conciertos. Josué García, Raül Cid, José Gómez, Ton Solé e Ismael Carles forman la Stromboli Jazz Band, que actúa mañana, a las 21.30 horas, en el Teatre Magatzem.



Raül Cid es uno de los cinco miembros de la banda. FOTO: DT

blicos, etc. ¿Con qué escenario se queda?

A mí me gustan los auditorios de pequeño formato. También por la acústica, porque la gente escucha mejor.

Se ofrecen para tocar en eventos, ¿también en bodas y primeras comuniones?

Sí, todo lo que requiera música.

Tienen chapas. ¿Van a incrementar su merchandising?

Salió porque en el primer concierto ya nos pedían discos y

cosas nuestras. Las chapas funcionan bien y en el futuro pensamos hacer camisetas y discos. La idea es que la gente se pueda llevar algo nuestro de los conciertos.

¿Cómo será el concierto del Teatre Magatzem?

Diferente a lo que hemos hecho. Llevaremos temas nuevos. Es un espectáculo preparado expresamente para esta ocasión y la gente que repita se sorprenderá porque verá un espectáculo diferente.

SALUD ■ CARLES HERNÁNDEZ, MÉDICO DEPORTIVO Y DOCTOR DEL NÀSTIC

‘Todos deberíamos pasar por la ITV antes de comenzar a hacer deporte’

■ «La revisión médica deportiva es como la ITV de los coches y todos deberíamos pasar por ella antes de comenzar a hacer deporte para ver que todo esté bien». Quien así habla es Carles Hernández Guerrero, médico del Nàstic y especialista en Medicina de l'Educació Física i l'Esport en la Xarxa Sanitària i Social de Santa Tecla y en el Centre Mèdic Rambla Nova. Justamente este último centro organizó ayer unas jornadas divulgativas bajo el título '¿Haces deporte de manera segura?', en la cual participaron diferentes especialistas y el exjugador de fútbol profesional Antonio Pinilla.

El doctor Hernández explicó que con el buen tiempo y la famosa 'operación bikini' es común que muchas personas que no practican deporte habitually

te, o que tienen la actividad 'aparcada' durante el año, comiencen a entrenar. Es algo que también se nota en la consultas de medicina del deporte, donde ya comienzan a llegar las lesiones por la práctica inadecuada.

Comenta Hernández que cada deporte tiene su lesión, pero, por ejemplo, en el caso de los corredores ocasionales, un grupo en aumento, una de las lesiones más frecuentes son las sobrecargas. Sucede en personas que «pa-

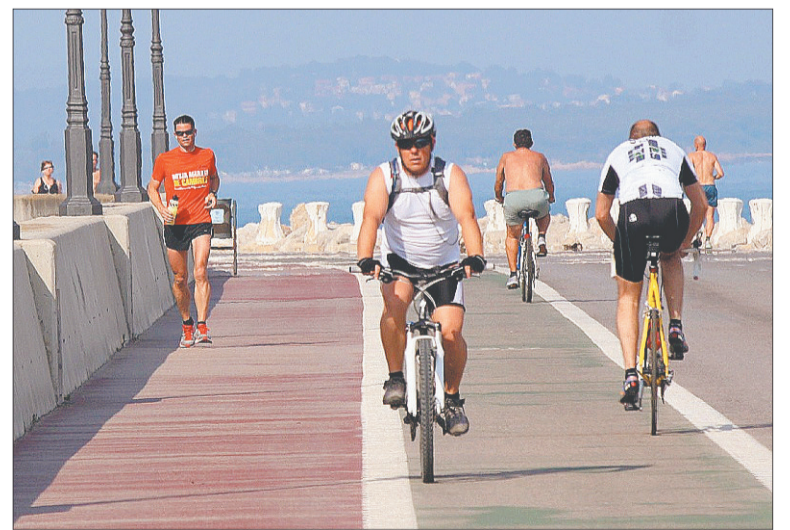
san de no hacer nada a una práctica a veces abusiva en la que sufren pequeños traumatismos repetidos». También crecen las consultas de los que no se ven preparados: «Voy a correr y no aguanto más que un cuarto de hora, ¿qué me pasa?».

Ejercicio con receta médica

El médico asegura que una sencilla revisión médica es importante para todos, pero especialmente para quienes padecen alguna patología y quienes tienen antecedentes de problemas cardiovasculares personales o en su familia.

Esta consulta también es el momento para que el especialista recomiende el tipo de actividad más adecuada. «El deporte va bien para todo el mundo, pero se debe adaptar a las condi-

En la consulta de medicina deportiva se 'receta' el tipo de actividad y cómo realizarla



El buen tiempo anima a los deportistas ocasionales a comenzar a entrenar. Se recomienda una revisión médica previa. FOTO: LLUÍS MILIÁN

ciones de cada uno», señala, y explica que el médico puede recomendar la 'posología' de la actividad, es decir, qué tipo de deporte practicar, cuántas veces a la semana, durante cuánto tiempo...

Cuidarse al aire libre

El especialista también ofrece algunas recomendaciones para quienes se deciden a comenzar a practicar al aire libre estos dí-

as. La primera es evitar hacer deporte en las horas de más sol, es decir, entre 12 del mediodía y las seis de la tarde. Además, señala que es fundamental «hidratarse adecuadamente y no esperar a tener sed... Deshidrataciones de un 1% del peso corporal disminuyen el rendimiento, y del 2% ya pueden comenzar a causar problemas», explica, además de recomendar llevar ropas ligeras. —**NORIÁN MUÑOZ**