

¡A trabajar, 'gymbro'!

AMAIÁ SANTANA

Periodista y directora de Liburua

Pero producir el qué? Resulta que eso que siento cada vez que voy al gimnasio tiene nombre, y por supuesto, es un 'palabro' anglo: 'gymtimidation'. Esto es, sentirse intimidada o juzgada por los 'gymbros' y 'gymsis' que rodean a una en esta feria de las vanidades. ¿Y si esta productividad en forma de dominadas y levantamiento de pesas no fuera sino un intento subconsciente y desesperado por llenar nuestro vacío existencial? me pregunto mientras soy incapaz de averiguar el funcionamiento de esta máquina del demonio, la única libre en esta hora punta de 'entrenro', por algo será. De pronto me invade una vergüenza ridícula. Es una sensación parecida a cuando voy sola a un concierto y siento que alguien observa mi soledad. Nadie está pendiente de ti, pobre diablo. ¿Pero qué me dicen de todos esos videos de 'epic fails' que pululan por la red, mofándose de quienes pierden la dignidad al intentar ganar músculo? Pese a todo, finjo estar en absoluto control de mis movimientos, cualesquiera que estos sean.

Entrenar aporta la dosis de dopamina diaria recomendada, con independencia de tu estado civil o socioeconómico: sales con la satisfacción del tiempo bien aprovechado y los deberes hechos. Has trabajado en ti, y has aportado tu granito de arena a la economía del país: el sector del deporte y el 'fitness' aporta ya un 3,3% al PIB.

La obsesión por la imagen no es nueva; la tiranía de la sociedad del bienestar, en cambio, quizá sea más reciente. Las cadenas de gimnasios cuentan con zonas de 'posing', una especie de 'photocall' forrado de espejos para admirar la evolución del culto al cuerpo y, de paso, airearlo en redes?

La generación Z y venideras se han tomado muy en serio la vida sana, si bien llevada al extremo se



FOTOLIA

convierte en ortorexia, la obsesión por la comida ultralimpia que, unida a entrenamientos extenuantes, puede llevar al aislamiento social según los expertos, pues se tiende a evitar reuniones familiares o sociales que desvirtúen su disciplina militar. No son pocos los atajos o tentaciones macabras que se presentan en el camino hacia la autoimagen tóxica: aumenta el consumo de suplementos y sustancias como esteroides anabólicos, cuya ingesta –poca broma– puede derivar en daño hepático, insuficiencia renal, alteraciones hormonales y cambios bruscos de humor.

El gimnasio se alza como el templo donde autorrealizarse y fomentar el sentido de pertenencia al 'endogrupo'; suena sectario, ¿verdad? La vida 'fitness' podría ser incompatible con su comunidad anterior, ajena al valor de tomar proteínas y hacer 'press banca'. El 'fitness' se ha colado incluso en el programa electoral de republicanos y demócratas en Estados Unidos: el voto joven masculino está en liza, y entre dominada y dominada, los preparadores cotizan por introducir consignas de rojos y azules. Tal como apunta Sam Eagan en la revista 'Wire', la derecha ha sido la primera en detectar este filón: el gimnasio es el terreno perfecto para aglutinar a la 'manosfera' y sacar pecho henchido y producido de las ideas más retrógradas y misóginas. La izquierda, según observa Eagan, también ha empezado a fichar a 'influencers' para entrenar

a ritmo de valores más progresistas, en vista de la crisis de votantes de este segmento.

Ante semejante panorama, el cineasta Michael Bay prepara una película de terror ('Shredded', cuerpo tonificado en inglés) en la que se adentra en el lado oscuro del 'fitness'. Hablando de terror, hete aquí un dato-escalofrío: en febrero de 2025, la Sociedad Española de Medicina Estética lanzó la campaña 'Tu cara ya no me suena', «en respuesta al ruido que rodea a un buen número de procedimientos médicos regulados por ley». Según datos de esta entidad, el 47% de la población se ha sometido a una intervención estética, de las que el 65% son realizadas por profesionales no cualificados. Terrorífico. Y este concepto ya es de serie B: resulta que hay una tendencia que, bajo el nombre de 'Botox Party', organiza una especie de fiesta de pijamas siniestra, en casa o en cualquier lugar sin garantías médicas mínimas, y se chutan bóttox como yonquis de la lozanía eterna. Y si bien es cierto que el sabio Cicerón afirmaba que una buena vejez comienza en la juventud, resulta preocupante la cifra que aporta la Sociedad Internacional de Cirugía Plástica Estética (ISAPS): entre el 30% y el 40% de las pacientes de cirugía estética tienen menos de 30 años.

Pienso en las posibles consecuencias de esta sociedad terriblemente individualista, mientras me peleo con una máquina para trabajar, a priori, los glúteos. En estos tiempos de autoridad moral de brocha gorda y espíritu intransigente y censor, quien no tiene solución para los grandes males de la Humanidad es porque no quiere comprarlos. Si está estresado, vaya al gimnasio. Si se siente solo, hágase con una mascota y si persiste el bajón, acuda al psicólogo. Y a seguir produciendo, 'bro'.

CARTAS AL DIRECTOR

Las cartas dirigidas a esta sección no deberán exceder los 900 caracteres con espacios y han de llegar a la Redacción debidamente identificadas con firma, nombre y apellidos, y número de DNI. Es imprescindible adjuntar dirección y un teléfono de contacto. La Dirección de El Diario Vasco se reserva el derecho a resumirlas y no se mantendrá correspondencia escrita, personal o telefónica sobre las mismas.

Los envíos se harán bajo el encabezamiento «Cartas al Director» por cualquiera de estas vías:

Por correo: Mikeletegi Pasealekua 1. 20009 Donostia San Sebastián
Por correo electrónico: redaccion@diariavasco.com

Distintas caras del destino

Dice la Academia del destino, que es el conjunto de sucesos inevitables que guían la vida y el futuro de las personas. Es como una lotería que nos induce a alcanzar el bienestar, o muy al contrario, a tenerlo dirigido por lo que nos queda de existencia. No logramos entender en Occidente la gran fortuna de nuestro destino. Solo por haber nacido en esa parte del mundo que permite disponer de salud, educación, empleo, pensiones... Otros, muy al contrario, escurbarán en las basuras, serán explotados desde niños, padecerán miserias y morirán pronto de cualquier infección. Y sin embargo, cuánta potencialidad puede haber en muchos de esos retoños que hurgan entre los escombros. Así que, disfrutemos de nuestro destino. Esforcémonos por él, porque los hados son cambiantes y hay que regarlos. Compartamos una esquiniella con quienes no se ven favorecidos por la fortuna, aunque solo sea para sentirnos bien. Y sobre todo, nos jodamos el mundo quienes tenemos la dicha de saborearlo. **ENRIQUE LÓPEZ DE TURÍS** DONOSTIA

Fe que camina por nuestras calles

Se ha anunciado con ilusión la recuperación de la procesión de Semana Santa en San Sebastián, y creo que merece ser destacada como una gran noticia. Volver a las tradiciones no es un gesto de nostalgia vacía, sino un acto de reconocimiento y gratitud hacia quienes, en los inicios, dejaron la semilla plantada. Ellos mantuvieron viva una forma de expresar la fe y la cultura que hoy vuelve a florecer. Esta recuperación no sería posible sin el esfuerzo generoso de un grupo de laicos comprometidos como Josune, Carmen Clara, dos Ignacios, Javier, Santiago, Thais y tantos otros que, junto a D. Jon, están dedicando su tiempo para hacer realidad

esta iniciativa. A ellos se han sumado más de 400 cofrades, donostiarras y personas llegadas de otras localidades, incluso de fuera de Gipuzkoa, que han querido colaborar para sacar adelante este proyecto. Mención especial merece también el apoyo incondicional de la Iglesia Diocesana de San Sebastián, con su obispo a la cabeza, así como la colaboración de parroquias y hermandades de Gipuzkoa que han cedido elementos propios de la Semana Santa. Animo a todos los donostiarras y visitantes a participar en esta renovada procesión, para afianzar su futuro. Y, sobre todo, que estos días nos ayuden a mirar con más atención al que más lo necesita.

ERADIO EZPELETA ITURRALDE DONOSTIA

Música italiana

ALBERTO MOYANO



Los comentaristas de fútbol no aciertan la quiniela, los economistas fallan en sus admoniciones apocalípticas, los politólogos explican por qué no se cumplirían sus previsiones electorales y los militares retirados no han pegado una sobre la guerra de Ucrania. Lejos de provocar un efecto disuasorio, la acumulación de augurios fallidos se contagia a los peatones, que lo mismo debaten sobre el videoarbitraje que sobre la euta-

nasia, aunque ninguno tenga la menor experiencia en esto de morirse. Si cuando Albert Camus dijo que «el único problema filosófico verdaderamente serio es el suicidio» se esperaba que este tipo de asuntos se abordaran con delicadeza, iba dado. Más bien prolifera el cotorreo que no alumbra ninguna opinión que no pudiera emitir bajo demanda la Inteligencia Artificial, aunque frente a la palabrería surgen a veces esos gestos que hacen sal-

tar por los aires cualquier intento de someter el comportamiento humano al algoritmo.

En un mes se cumplirán seis años de aquel pandémico abril en el que el taxista de Durango Kepa Amantegi se enteró de que la joven Giada Collalto se había quedado en Barajas sin vuelo para regresar a Italia. «Me vi en su piel y no me lo pensé dos veces». Amantegi contactó con las embajadas de Francia e Italia para lograr los permisos, cogió el

taxi y se fue a Madrid. Recogió a Giada y juntos emprendieron viaje a Montebello escuchando música italiana. Tras 1.476 kilómetros, depositó a la joven en su casa y volvió, atravesando controles policiales de todos los colores y sabores a lo largo de tres países. El taxímetro marcaba 2.900 euros que no quiso cobrar. Rara vez llevan a algún sitio discursos, sermones y autoproclamas, pero la historia del taxista da para cantarla en San Remo.