

*Roberto Vila Rodríguez*

# Esencias

A PROPÓSITO DE...



armonía **universal**

© ROBERTO VILA RODRÍGUEZ

© ARMONÍA UNIVERSAL  
*info@armoniauniversal.com*  
*www.armoniauniversal.com*

COORDINADOR DE LA EDICIÓN  
Carlos Núñez Deza

DESEÑO  
Blau - Ourense

ILUSTRACIÓN DE LA CUBIERTA  
Roberto Vila Rodríguez  
*Fuego en Finlandia* (de la serie «Fogo! Principio e fin»). 2011  
Acrílicos, técnica mixta, polvo de mármol. 152 x 120

IMPRESIÓN  
Imprenta Mundo

ISBN: 978-84-945856-0-9  
DL: OU 156-2016

*Todos los derechos reservados.*  
*Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en, o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma, ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia, o cualquier otro, sin el permiso previo escrito del editor.*

## ÍNDICE

- 13 O sentir que pensa
- 15 Evolución histórica de la radio
  
- 17 El bonito –*Thunnus alalunga*– en la Academia Gastronómica
- 18 La enfermedad de Alzheimer, II
- 20 Cuba
- 22 La lactancia
- 23 La caza
- 25 Gallegos del año
- 26 Nuestros ancianos están tristes
- 27 El Rey de España: ¿Por qué no te callas?
- 29 Células madre sin embriones
- 31 Sanidad, violencia hospitalaria
- 33 No sabemos leer
- 35 Esperanza de vida: Las tres fatídicas CCC
- 37 El aborto en España
- 39 Belenismo y tradición
- 40 Los Reyes Magos
- 41 Intoxicación por monóxido de carbono
- 43 Seguridad vial. Siniestro en vía pública
- 45 Cáncer y alimentación
- 47 Las rías gallegas contaminadas
- 49 Carnaval
- 50 ARCO 2008
- 52 Atracos
- 54 Carta de un pensionista
- 56 Democracia y elecciones
- 57 Fin de la Tierra
- 58 Afganistán, Año Nuevo
- 59 Psicosis aguda místico-religiosa
- 61 Un planeta extrasolar
- 62 Contaminación acústica (el ruido)
- 63 La Fundación San Rosendo
- 66 Arte y medicina
- 68 Día das Letras Galegas
- 69 Adelgazar por estética
- 70 Cocineros y polémica

72	Alimentos transgénicos
74	El gazpacho
75	Buena y mala educación
77	Agresividad humana
80	Síndrome post-vaccinal
81	Comer muy caro
83	Alzhéimer, 1
84	Conducta criminal
86	Paul Newman
87	Nobel de medicina
88	La crisis
89	Una nota disonante
90	Control financiero
91	John McCain
93	Tropas españolas en Afganistán
95	La cúpula de Miquel Barceló
97	Malos tratos
99	Violencia de género
101	Crónicas desde Asia
103	La lotería
105	Historia de los Reyes Magos
107	Las rebajas
108	La fiesta de Obama
110	Todos queremos más
112	Autónomos y PYMES
113	Piratas actuales
114	Caza del inmigrante
116	Impagos
118	Acumulación compulsiva
119	Asesinos
121	Lamprea Cequeliños
123	Tropas en Kosovo
124	El beso
126	Las prisas en medicina
127	Uso de internet
129	La gripe
130	El paro
132	La píldora del día después
133	Enfermedades raras
135	Fc Barcelona-Manchester Utd
137	El tamaño sí que importa

- 138 Ola de calor
- 138 El tabaco envejece
- 139 Carteristas
- 141 Vacaciones y turismo
- 142 Héroes en la historia
- 144 La gota
- 145 Contaminación atmosférica
- 146 Síndrome de clase turista
- 148 *Primum non nocere*
- 149 Pozuelo de Aravaca
- 151 La ducha
- 152 La Banca cierra
- 153 Esperanza de vida y crisis
- 155 Historia de la patata
- 157 Perros abandonados
- 158 El gato
- 160 Directivos sanitarios
- 161 La felicidad
- 163 Las prisas en Navidad
- 164 Depresión post-navideña
- 166 Comemos mal
- 167 Terremoto
- 169 El Bulli
- 170 El cáncer
- 171 Los celos
- 172 Infarto
- 174 El paraguas
- 175 Parados
- 177 Sexo y esperanza
- 179 Envejecimiento
- 180 Controladores aéreos
- 181 Codicia
- 182 Conducir con alzhéimer
- 183 Mal humor
- 185 Costumbres y alimentación
- 187 Crisis y deuda pública
- 188 El reajuste económico
- 190 Insomnio
- 192 El pinganillo (Torre de Babel)
- 193 Nueva ola de calor
- 195 Decretazo

- 197 Soportar el paro  
198 Mis circunstancias. A modo de epílogo  
199 La vejez  
200 Dictadores  
201 La Tierra tiembla  
203 Vida al galope  
204 Exceso de medicación  
206 Bin Laden  
207 ¿Por qué ríen siempre?  
209 Día de reflexión  
211 Locura colectiva  
212 Exceso de velocidad  
213 Eclipse lunar  
214 ¿Qué piden los «indignados»?  
215 Exceso de calor  
216 Empleo y baile de cifras  
217 Sociedad General de Autores y Editores  
218 El silencio  
219 Atentado en Oslo  
221 Trastorno ТДАН. Déficit de Atención e Hiperactividad  
222 Suicidio en España  
224 Selectividad  
225 Corridas de toros  
227 Fuego y arte  
228 Arde Galicia  
229 El arte como necesidad  
231 Días festivos y «puentes»  
232 Magostos  
234 Iberos  
235 Cirujanas  
236 Maltratadores  
239 Zascandilear  
241 Avaricia y poder  
243 Aniversario de una ONG  
243 Santa Claus  
245 Otros conceptos de vida  
247 Incidencia del cáncer  
247 Manuel Fraga, el hombre  
249 Maltrato filio-parental  
250 Nuevos pobres. Alternativas  
251 Educar a un niño

- 253 Depresión en el trabajo
- 254 El puzzle, un juego educativo
- 255 Solidaridad
- 257 Piollos. *Pediculus humanus capitis*
- 259 Carne roja en la alimentación
- 260 Sedentarismo
- 261 El chocolate
- 263 Ajedrez
- 264 Autosuficiencia y ahorro
- 265 Titanic
- 267 Ciclogenesis explosiva
- 268 Puentes y fiestas
- 270 Las ventajas de hablar...
- 271 Osteoporosis y fracturas
- 274 Genética y cáncer de próstata
- 276 Dieta equilibrada y hábitos
- 277 La Aspirina
- 279 Préstamos
- 280 La cuarta edad, I
- 282 Atenciones en ancianos, II
- 284 Vejez activa, III
- 287 La partícula de Dios
- 289 Hidrocucion
- 291 Austeridad
- 293 Él Fuego!
- 295 Amanecer
- 296 Euro-Vegas Casino
- 298 Trastorno Afectivo Estacional
- 299 La enfermedad del olvido
- 301 Información médica *online*
- 302 Comer poco alarga la vida
- 304 Ictus cerebral
- 305 Los Nobel y el chocolate
- 307 Huracanes y tifones
- 308 Madrid Arena multiusos
- 310 Paciencia e impaciencia
- 312 Paro laboral e infarto
- 313 Los Independientes
- 315 Viajar con niños
- 316 Acoso escolar
- 318 Nosotros, los pobres

- 320 La Natividad
- 321 Intoxicación etílica aguda
- 323 Los regalos
- 324 La enfermedad de un presidente
- 326 Vidas ejemplares
- 328 Heces
- 329 Desventajas del perfeccionismo
- 330 El Papa, un hombre sabio
- 331 Una gripe interminable
- 332 Perfil del corrupto
- 334 Elección del Papa
- 335 Chipre, un país en bancarrota
- 336 La sal
- 338 Alergias en primavera
- 339 El aceite de oliva
- 341 ¡El mundo loco!
- 343 El café y la salud
- 344 Cáncer de mama
- 346 Billetes falsos
- 348 Enfermedad celíaca
- 350 Camille Pizarro
- 351 Cáncer de próstata
- 353 Bisfenol A
- 354 El mercado del arte
- 356 Lecciones ante un fracaso
- 357 Alerta roja por exceso de calor
- 358 Ahogamientos
- 360 Sobrepeso y obesidad
- 362 La velocidad
- 363 Depresión post-vacacional
- 364 Darse de baja telefónica. Una odisea
- 366 Primeros auxilios en carretera
- 367 Alimentos beneficiosos para la salud cerebral
- 369 El champagne
- 370 Antibióticos
- 372 Premios Nobel, I
- 373 Acumulación compulsiva
- 375 Hepatitis y cirrosis
- 377 Cómo mejorar la atención
- 378 La Peste
- 378 Relaciones sexuales entre mayores



- 380 Consumo de frutos secos
- 381 Contaminación atmosférica y la salud
- 382 El frío y la mortalidad
- 384 Ictus y su prevención
- 385 La gripe, otra vez
- 386 Música y educación
- 387 El cáncer amenaza
- 389 Sugerencias para evitar el fracaso escolar
- 390 Asteroides
- 392 Neolítico
- 394 Trascendencias del carnaval
- 395 Nanotecnología
- 396 Modestia profesional
- 398 Naufragio del Exxon-Valdez
- 399 Literatura y nuevas tecnologías
- 400 *Los Misterios de Laura* en Nueva York
- 401 Semana Santa
- 402 Ahorro y jubilación
- 403 Biología de la lamprea
- 404 Ventajas de la siesta
- 405 Hipertensión arterial
- 406 Esperanza de vida en España
- 408 El fútbol, fenómeno de masas
- 409 Feria del Libro
- 411 Tomar decisiones y técnicas de neuromarketing
- 412 Johannes Vermeer
- 413 Mente sana
- 414 Leer y escribir
- 415 Identificación y cacheos
- 416 El sueño en noches de verano
- 417 Avispas
- 419 Reinos de taifas
- 420 Independentismo
- 422 Ébola
- 424 Moscas
- 426 Medidas biológicas anti-cáncer
- 428 Ácido úrico
- 429 Acometizaje
- 430 Cáncer de pulmón, I
- 431 Cáncer de pulmón, II
- 433 Grupos parafutbolísticos guerrilleros

434	Cámara Global de Semillas de Svalbard
435	La estrella de los Reyes Magos
436	El sexo de los ángeles
437	En la soledad de una sauna
439	El humor. Algo más que decir
441	La liberación en Auschwitz
442	Inconformismo
443	¡Disfraces!
444	Informática. El ordenador cuántico
445	Genoma y epigenoma
446	Azúcar y alimentación
447	Ganímedes y El Ocaso
449	Olvidos
450	Colesterol
452	Ibuprofeno
453	Brote psicótico, con víctimas
455	Nepal. Últimos terremotos
456	Tortilla de patata, gigantesca
457	Caldeirada
458	Votaciones. Factores determinantes
460	Difteria
461	El tabaco mata
462	Bruxismo
463	Uso eficaz del tiempo
467	BIBLIOGRAFÍA

*A Menchu, y a nuestros hijos Leticia, Roberto y Carlos,  
de los que tanto aprendí y sigo aprendiendo.*



Encol das «Esencias» de Roberto Vila

## O sentir que pensa

«Inda muita terra se te esconde / até que venha o tempo de mostrar-se», di Luís de Camões cando xa toma o rumbo final da inesquecibel rota que é a súa obra *Os lusíadas*. Eu lembreime desa *terra* que aínda se esconde, da vida como unha permanente descuberta, cando escoitei o libro que escribiu nas ondas Roberto Vila. Que sorte, que inmensa sorte! Alí estaban bulindo as palabras, como aves que de súpeto se mostran e enchen o baleiro, e transforman a paisaxe e converten o silencio nun obradoiro *sentipensante*.

Sentir e pensar, ese é o efecto que provoca a escrita no ar de Roberto Vila. Esa marabillosa caligrafía áurea, eses artigos que semellan escritos en partituras para logo ser transmitidos co instrumento da voz, resultan a un tempo causan a un tempo un pracer e unha inqueda. O goce de oír unha construción estética, sen concesión ningunha á vulgaridade, e a inqueda de recibir información esencial, de participar no proceso de profundar.

No tempo de hoxe, coa multiplicación de medios tecnolóxicos, recibimos decote un bombardeo informativo por «terra, mar e aire», mais moitas veces o que percibimos é ruído ou retórica banal ou propaganda con moita palla e case ningún gra.

Roberto Vila agasállanos con «esencias». Todo é de proveito. A súa sintonía fai que sintonicemos os hemisferios da razón e da emoción. Por iso é sentipensante. É unha prosa que remonta o voo e que nos leva canda ela. Grazas infindas por esta descuberta.

*Manuel Rivas*



## Evolución histórica de la radio

Desde el descubrimiento de las ondas electromagnéticas en la segunda mitad del siglo XIX, la historia de la radio y su rápida evolución ha sido tan espectacular que bien merece la pena dedicarle unos minutos de nuestra atención. Les diré que tras un informativo radiofónico, una crónica, una entrevista, un reportaje, una tertulia, un *Punto de vista*, o la retransmisión de un concierto, de un programa musical o de un apasionado evento deportivo existen incontables horas de intenso trabajo colectivo dedicado a toda la sociedad de radioyentes, con el fin de elevar su nivel de conocimientos, satisfacción y entretenimiento. Unas comunicaciones puestas al servicio de la humanidad gracias, no solo a la entrega y dedicación de numerosos equipos radiofónicos multidisciplinares, sino también gracias al esfuerzo de científicos y primeros investigadores que hicieron posible la radiodifusión, tales como los que voy a mencionarles. Antes de ellos, quiero pensar que el mundo estaba muy limitado, a oscuras y mudo informativamente hablando.

Hemos de remontarnos tan solo a 150 años para saber que un ingeniero físico escocés, llamado James Clerk Maxwell, comenzó a desarrollar sus ecuaciones en 1861, descubriendo que los campos eléctricos variables crean campos magnéticos, también variables, y, a la inversa, de tal modo que se propagan por el espacio alejándose de la fuente que los produjo en forma de ondas invisibles: ondas electromagnéticas, y así fueron descritas por primera vez y presentadas por el autor a la Royal Society en 1873 con el título *Una teoría dinámica del campo electromagnético*.

Trece años más tarde, en 1887, el profesor y físico alemán Heinrich Rudolf Hertz estudió aquellas ecuaciones de Maxwell y las llevó a la práctica, diseñando un dispositivo con dos barras metálicas próximas y alineadas en forma circular. De una de ellas, conectada a una bobina, partían paquetes de electrones a muy alta tensión que, atravesando aquel pequeño espacio en forma de chispas y chisporroteo, alcanzaban la otra barra receptora. Hertz pudo demostrar así la existencia de las ondas electromagnéticas que se propagan a la velocidad de la luz con las mismas características físicas como reflejarse en superficies metálicas, polarizarse o refractarse sobre prismas, etc. Estas ondas de radio han pasado a llamarse precisamente hertzianas en honor a su descubridor.

También a finales de aquel siglo, en mayo 1895, el ingeniero ruso Aleksandre Stepanovich Popov presentó un receptor capaz de detectar ondas electromagnéticas, e incluso inventó un sistema completo para la emisión y recepción de mensajes telegráficos.

Pero vean como coinciden en la misma época otros estudios sobre esos mismos descubrimientos, «pisándose» incluso las patentes con acciones y conductas poco claras, a mí entender:

Ese año de 1895, un experto y astuto joven italiano de 20 años de edad llamado Guillermo Marconi leyó en los periódicos de la época la noticia del oscilador eléctrico inventado por Hertz capaz de generar ondas electromagnéticas. Acto seguido, fabricó un aparato emisor, realizó la primera transmisión y corrió más rápido que sus propias ondas para patentar el invento. Se obtuvo así la primera patente del mundo sobre la radio con el título: *Mejoras en la transmisión de impulsos y señales eléctricas y un aparato para ello*. Así comenzó Marconi en el año 1896.

Al mismo tiempo, el investigador Nikola Tesla llegó a producir y detectar ondas de radio en Norteamérica con otro procedimiento diferente al alemán Hertz, e hizo su primera comunicación radiofónica en 1893, en San Luis, Estado de Missouri, quedando demostrado su invento, tanto públicamente como ante el Franklin Institute de Filadelfia y la National Electric Light Association. Pero la oficina de patentes de Estados Unidos le revocó su solicitud, influenciada, probablemente, por los famosos patrocinadores financieros de Marconi. Tesla falleció en 1943 tras un infarto de miocardio y pocos meses más tarde el Tribunal Supremo de los Estados Unidos se pronunció y dictaminó que la patente relativa a la radio era legítimamente propiedad de Nikola Tesla, reconociéndolo legalmente como su inventor y aceptando que su trabajo era preexistente antes de la patente de Marconi. Aunque esto no haya trascendido públicamente, es necesario decirlo.

La primera transmisión de radio de la historia se realizó el 24 de diciembre de 1906, desde la Brant Rock Station en Massachusetts con la intervención del violinista Fessenden interpretando *O Holy Night*. Y la primera emisora de radiodifusión en el mundo con programación fija se estableció en 1920 en Buenos Aires; fue la Sociedad Radio Argentina la que transmitió la ópera *Parsifal* de Wagner desde la azotea de aquel Teatro Coliseo. Desde entonces, han sido numerosos los investigadores e ingenieros que encumbraron la radio, como fueron el español Julio Cervera; los americanos Alexander L. Forest, John Fleming, Edwin Armstrong; el francés Maurice Vinot, y tantos otros que hicieron posible la radiodifusión tal como hoy todos conocemos en estrecha relación con nuestra existencia.

Según los últimos datos del Estudio General de Medios (EGM), en España somos un total 25.434.000 radioyentes y existen alrededor de 3000 emisoras legales agrupadas en cadenas. La mitad se administran entre distintos grupos privados y la otra mitad son gestionadas por titularidad pública, ya sea estatal, autonómica o municipal. Entre todas ellas destacan por orden de audiencia las siguientes: Cadena SER con 4.829.000 oyentes, Onda Cero con 2.612.000, RNE con 2.203.000 (incluye Radio 1, Radio 3, Radio 5 y Radio Clásica) y la COPE con 1.969.000. Le siguen otra pléyade de emisoras que cumplen honrosamente con su papel, entre las que he de mencionar Radio Marca con 609.000 radioyentes, Radio Galega con 194.000, Radio Líder con 166.000 oyentes en toda Galicia (mas de 13.000 corresponden a Ourense), Intereconomía con 165.000, esRadio con 146.000 Radio Voz con 38.000 y otras muy dignas emisoras imposibles de relacionar en este comentario por falta de espacio.

Deseo terminar mi comunicación haciendo referencia a la tesis de la doctora M. A. Morales Shaadi con el título *Modelos de formación para la capacitación de las familias en la sociedad de la información*, cuando dice, en la pág. 88, que la comunicación ha de promover la capacidad crítica tras oír y enjuiciar los contenidos que ofrecen los medios informativos, y contrastar la realidad con las situaciones que nos presenta diariamente la vida. Eso es parte de la educación humana.

Roberto Vila