

Hora
punta
.com



PATRICIA
MOON

¿Aún no conoces a la sensación del momento?



Staff

DIRECTOR GENERAL Y EDITORIAL

Rafa Bernaldo de Quirós
rafa@horapunta.com

JEFAS DE SECCIÓN

Gema Martín-Serrano
gema@tecnopunta.es

-

Alba Maldonado
alba@modapunta.com

DISEÑO

Rafa Bernaldo de Quirós
rafa@horapunta.com

CONTACTO

Rafael Hernández
contacto@horapunta.com

Hora Punta es una
publicación editada por
Cibeles Group.

Hora Punta no se hace
responsable de las firmas que en
ella aparecen, ni de sus opiniones,
artículos o comentarios.



Sumario

- 03 Entrevista a Patricia Moon
- 05 España, mucho más pobre
- 07 Presentación 'Jack Reacher'

Entretenimiento

- 09 Las favoritas para los Globos de Oro
- 11 Lo más puntero
- 12 Concierto: Melendi
- 13 Las mejores películas y series del año
- 15 Estrenos de la semana

Ciencia y Tecnología

- 17 Flickr vs nuevas redes sociales
- 18 Curiosidades de la naturaleza:
Alimento, ¿y qué más?

Moda y Belleza

- 21 Receta de la semana
- 23 Reinventa el amigo invisible

Salud

- 26 Síndrome de Asperger

Sport

- 28 En centímetros cúbicos: Honda

DE ARGÜELLES A LA LUNA: UN PASEO POR LA TRAYECTORIA DE PATRICIA MOON

POR ALBA MALDONADO

Patricia Argüelles, conocida como Patricia Moon desde que se auto-rebautizó en 2010, ha vuelto de Estados Unidos con su nuevo trabajo debajo del brazo: Oxytocin. Para saber más de esta joven gallega, compartimos unas palabras con ella y os traemos un trocito de la personalidad Patricia Moon en estas líneas. No os lo perdáis.

Patricia nos contaba cómo comenzó sus primeras andanzas en la música desde que era muy pequeña, pues con tan solo 8 años comenzó la carrera de violín en el conservatorio, aunque no era lo único, pues también estudiaba piano. Entró en contacto con grupos también muy pronto, lo que influyó obviamente su música. Trabajó con Trem Fantasma, banda de Vigo en la que tocaba el bajista de Siniestro Total, trabajó con los Piratas..., pero ni Galicia ni España tienen fronteras para la música, por lo que siguió su trayectoria colaborando con un músico británico, Matt Elliot. Con estos inicios, es fácil de comprender que su música encuentre la unión de lo clásico, dada su formación y sus conocimientos, y el rock, teniendo en cuenta sus influencias.

Su formación musical continuó en Berlín, donde se inició en la composición, y comenzó a crecer como artista, pues ya no era solo la chica que tocaba el violín con músicos consagrados, su carrera estaba avanzando a pasos agigantados, y

culminó con la llegada de Patricia a España, donde contactó con Paco Ortega y, junto a él, vio la luz su primer disco. Para Patricia, Paco Ortega es uno de sus pilares, no podía dejar de mostrarse agradecida hacia él en las palabras que nos dedicaba.

Continuó narrándonos sus aventuras y sus viajes, y cómo no pudo rechazar la beca que le surgió en Estados Unidos, en una de las escuelas de música más prestigiosas del mundo, que no es otra que la Berklee College of Music. De Norteamérica ha vuelto más lunática que nunca, repartiendo oxitocina a su público, que es lo que ella hace en sus directos. Su música, ahora más personal, ha evolucionado, y muestra la verdadera esencia que la artista lleva dentro.

A pesar de su impresionante formación, ha sido consciente en todo momento de

lo difícil que es el mundo de la música. Patricia ha tenido que luchar mucho y trabajar duro para llegar desde sus actuaciones con bandas de Vigo hasta donde la encontramos ahora: “la música es una carrera muy dura”, nos decía, “y hay que ir poco a poco trabajando, es un camino difícil, pero el esfuerzo termina dando recompensas. Al final, recoges lo que siembras, ¿no?”. No obstante, reconoce que aunque sea un mundo muy complicado, se siente afortunada y muy agradecida por las oportunidades que ha tenido y las que tiene actualmente, puesto que ahora mismo está inmersa en la presentación de Oxytocin.



Hablamos después de su público, y nos comentó lo agradecido que es en los conciertos, tanto en España como en todos los lugares que ha visitado, que no son pocos, ya que estudiando en Berlín tuvo grandes oportunidades. De hecho, llegó a hacer giras por China con orquestas alemanas; también Berklee le dio mucho juego a la hora de actuar, aunque sus viajes no la instruyeron únicamente en el campo de la música. Otorgó importancia a las redes sociales al hablar de sus fans, y es que, además del hecho de que se consigue tener más repercusión, destacó la cercanía que permiten tener con el público, el contacto directo.

Patricia se declara seguidora de la moda y las tendencias, aunque no fanática ni compradora compulsiva,

puesto que todo el dinero que consigue lo invierte en seguir creciendo en el mundo musical, pero sí hay un interés que demuestra en sus videoclips y conciertos, con una imagen rockera muy glam. De hecho, nos confesó que es seguidora de tendencias pero siempre mostrando su propio estilo, el cual considera bastante llamativo. Sus viajes han hecho que Patricia tuviera la oportunidad de descubrir la moda de grandes capitales europeas como Londres o Berlín y, por supuesto, de Estados Unidos. “Sí, la verdad es que compro más fuera que en España, aprovechaba mucho mis viajes para compras, aunque luego volvía con tendencias que aún no existían en España, y era como ¡vale! Esto aquí no se lleva”, nos contaba divertida. Seguro que ese pensamiento no le duraba

mucho, pues las tendencias acaban llegando, y hasta que eso ocurría era la afortunada que lucía las tendencias emergentes.

Pero lo que más le gusta de la moda es personalizarla, es plasmar su estilo también en lo que lleva, y suele hacer cambios en la ropa que compra para conseguir que sea suya, que sea única. De hecho, no le importaría en absoluto diseñar su propia línea de ropa: “No, no, la verdad es que no lo descarto, podría ser”, nos decía entre risas.

Desde Hora Punta seguiremos la trayectoria de Patricia Moon, que consideramos que llegará muy lejos. Y, quién sabe, quizá deberíamos estar atentos a las mejores tiendas, igual dentro de poco encontramos las perchas repletas de propuestas lunáticas. Hasta entonces, la veremos en los escenarios.



ESPAÑA, MUCHO MÁS POBRE

POR ALICIA CADIerno

Intermón Oxfam indica que España podría llegar a registrar los 18 millones de pobres, situación de la que tardaría 25 años en recuperarse.

Según el informe 'Crisis, desigualdad y pobreza' llevado a cabo por la organización Intermón Oxfam sobre la crisis, España podría registrar en 10 años un 40% de población pobre si se continúa con los planes de recortes y medidas de austeridad.

La institución advierte también en el informe que España tardaría 25 años en recuperar el bienestar so-

cial previo a la crisis. Para ello, hace una comparativa con las recientes crisis de América Latina y el este Asiático, que tardaron entre 15 y 25 años en recuperar los niveles de pobreza que había antes de esas depresiones.

Según revela el informe, el modelo de austeridad centrado en la reducción del déficit y el saneamiento de la banca, no genera crecimiento;

además explica que las políticas de ajuste impuestas sólo contribuyen a generar más pobreza y desigualdad en la sociedad.

De esta forma, y a este ritmo, se pronostica que la sociedad española sufra un incremento drástico de pobreza y exclusión social en una década, pudiendo registrar hasta 18 millones de personas por debajo del umbral de pobreza.





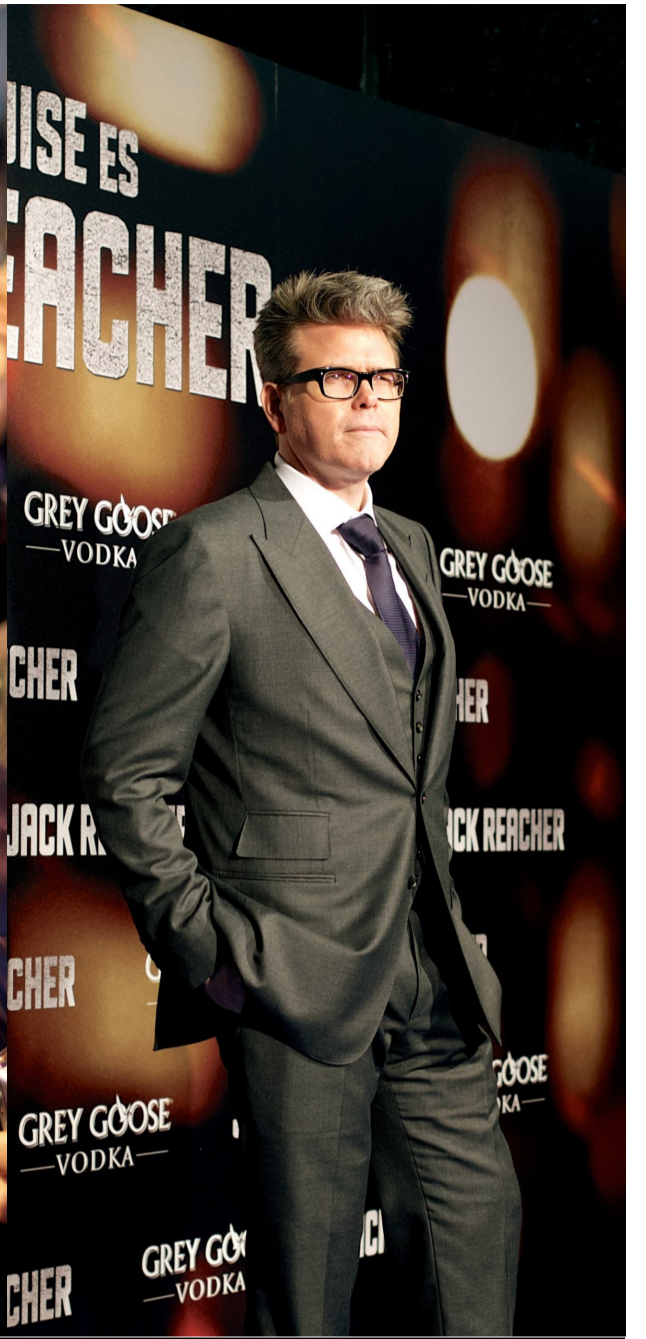
M A N O F S T E E L

PRESENTACIÓN 'JACK REACHER'

IMÁGENES: GETTY IMAGES

La premiere española de Jack Reacher contó con la asistencia de Tom Cruise, Rosemund Pike, el director Christopher McQuarrie y el productor Don Granger.





HOMELAND Y MODERN FAMILY, FAVORITAS PARA LOS GLOBOS DE ORO

POR SARAI BAUSÁN

La gala se celebrará el domingo 13 de enero y será presentada por Tina Fey y Amy Poehler.

Comienzan las apuestas para los próximos Globos de Oro y *Homeland* y *Modern Family* se encuentran a la cabeza. La ficción protagonizada por Claire Danes y Damian Lewis parte como favorita en la categoría de drama y consigue cuatro nominaciones, mientras que la comedia de ABC ocupa la posición dominante en la sección de comedia o musical y opta a premios en tres categorías.

Homeland aspira a los galardones de mejor serie dramática, mejor actriz protagonista para Claire Danes, mejor actor protagonista

para Damien Lewis y mejor actor secundario de serie dramática para Mandy Patinkin.

Por su parte; *Modern Family* tiene tres nominaciones en las categorías de mejor serie cómica o musical, mejor actor de reparto para Eric Stonestreet y mejor actriz de reparto para Sofía Vergara.

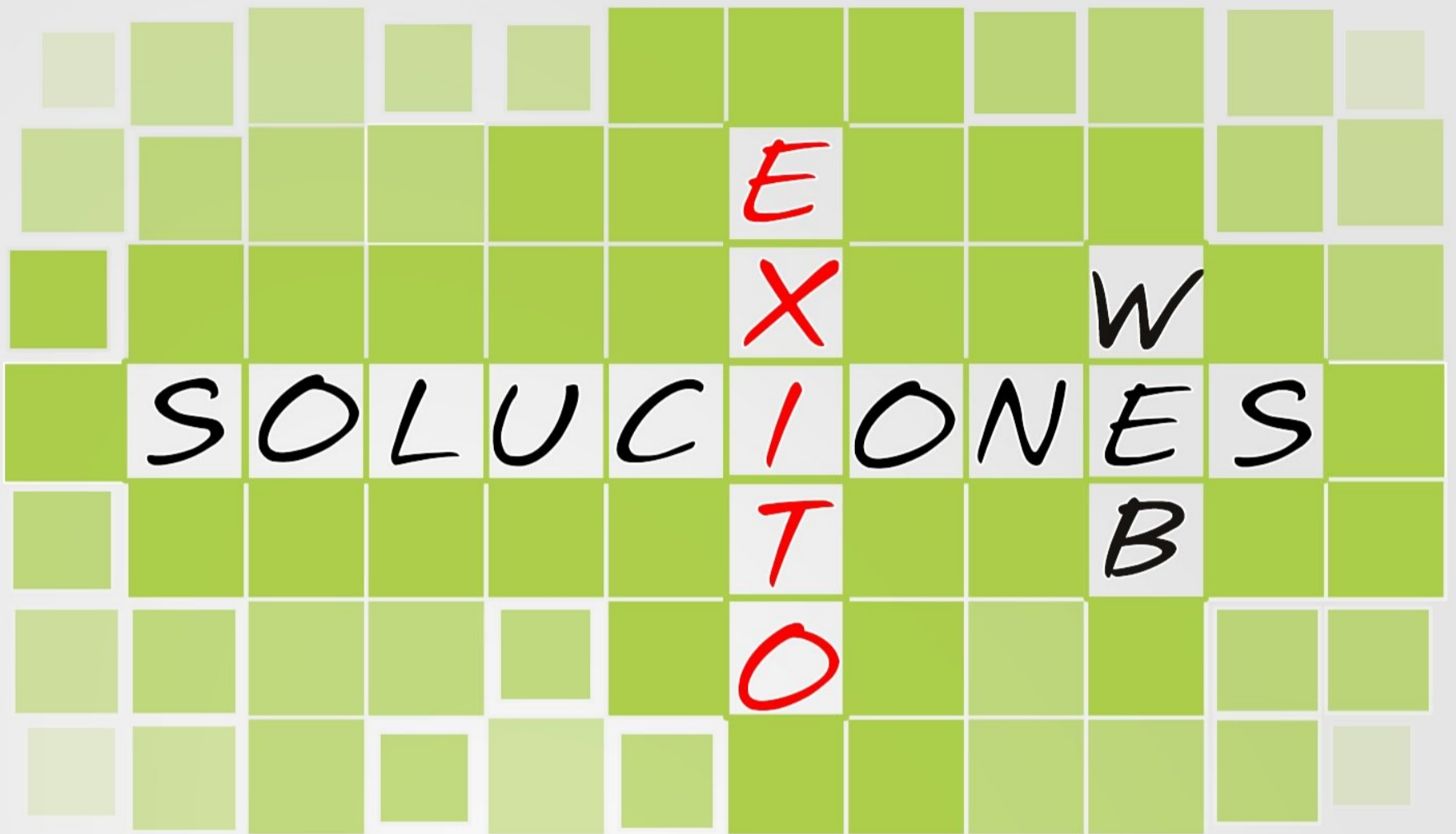
Con dos dominaciones –mejor serie dramática y mejor actor de serie dramática para Jeff Daniels–, la ficción *The Newsroom* se presenta como la gran sorpresa de esta edición de los premios que entrega la Asociación de la Prensa Extranjera de Hollywood.

Aspirando al mismo número de galardones se encuentra Nashville, que opta a los premios de mejor actriz protagonista de serie musical para Connie Britton y mejor actriz de reparto para Hayden Panettiere.

Actores de renombre ocupan también las listas de nominados en la gala que se celebrará el 13 de enero y que presentarán Tina Fey y Amy Poehler. En las categorías de telefilm y miniserie encontramos actores como Nicole Kidman, Kevin Costner, Woody Harrelson, Sigourney Weaver, Ed Harris, Clive Owen o Julianne Moore.



SOLUCIONES PARA SUS PUBLICACIONES



Cibeles presenta sus productos:

Un **gestor de contenidos**
para medios de comunicación.



 **EditMaker**

Un poderoso **visualizador 3D**
de PDFs.



 **doopaper**

Una nueva forma de leer el mundo
a través de tu **iPad**.



 **doopress**

EMELI SANDÉ ATACA DE NUEVO

POR RAFA BERNALDO DE QUIRÓS

El vídeo fue grabado en blanco y negro en un ambiente militar donde Emeli aparece cantando y rodeada por guardias en un cuartel.



CONOR MAYNARD, MÁS ANIMAL QUE NUNCA

POR RAFA BERNALDO DE QUIRÓS

Túneles oscuros, luces y siluetas. La máxima amenaza de Justin Bieber vuelve de forma elegante y con más garra que nunca.



MELENDI OFRECERÁ DOS CONCIERTOS GRATUITOS EN MADRID Y BARCELONA

POR SARAI BAUSÁN

Las actuaciones del cantante asturiano se desarrollarán los días 17 y 21 de diciembre.

La inauguración del Vodafone Music Shows llevará a Melendi a realizar dos conciertos gratuitos en la sala La Riviera de Madrid y en la Razzmatazz de Barcelona.

Mediante los conciertos que se celebrarán el 17 de diciembre en Madrid y el 21 del mismo mes en Barcelona, el artista asturiano

presentará su sexto disco *Lágrimas desordenadas*, que el propio Melendi describe como “el primer disco del resto de mi vida”.

La nueva edición del Vodafone Music Shows recorrerá la geografía española y, según afirma la promotora, estará compuesta por ocho exclusivos shows.

¿Qué hacer para poder asistir

a alguno de los conciertos del coach de *La Voz*? Los interesados deberán acceder a la web www.vodafonemusicshows.es y registrar allí su número de teléfono. Tras este procedimiento, recibirán una entrada doble gratuita que será válida únicamente para los primeros asistentes hasta que se complete el aforo determinado.



LAS MEJORES PELÍCULAS Y SERIES DEL AÑO

POR RAFA BERNALDO DE QUIRÓS

El American Film Institute homenajea a las producciones más relevantes del año.

El American Film Institute (AFI) es una entidad cinematográfica estadounidense, independiente y sin ánimo de lucro, cuyo cometido es conservar el material cinematográfico y rendir homenaje al mismo. Cada año el AFI homenajea las mejores películas y series de TV. Los premiados, tanto delante como detrás de la cámara, son homenajeados mediante una comida privada donde no sólo una

persona sino el conjunto de los responsables del proyecto son invitados. Este honor es muy apreciado entre los miembros de la industria ya que no hay ganadores o perdedores. A todos los presentes se les reconoce el buen trabajo realizado.

Se han dado a conocer las 10 producciones que serán reconocidas en la comida que tendrá lugar el 11 de Enero en Los Ángeles. La lista completa es la siguiente:

Películas: Argo, Beasts of the Southern Wils, Django Desencadenado, The Dark Knight rises, Les Misérables, The Life of Pi, Lincoln, Moonrise Kingdom, Silver Linings Playbook, Zero Dark Thirty.

Series de TV: American Horror Story: Asylum, Breaking Bad, Game Change, Game of Thrones, Girls, Homeland, Louie, Mad Men, Modern Family, The walking dead



EL ESTRENO DE LA SEMANA

POR RAFA BERNALDO DE QUIRÓS

*El alucinante
mundo de Norman*

Género: Animación, Comedia

Nacionalidad: USA

Año: 2012

Director: Chris Butler, Sam Fell

Guión: Chris Butler

Reparto: Anna Kendrick, Leslie Mann, John Goodman, Casey Affleck, Christopher Mintz-Plasse, Jodelle Ferland, Kodi Smit-McPhee, Bernard Hill, Jeff Garlin, Tempestt Bledsoe, Tucker Albrizzi

Sinopsis: Un pueblo se ve asediado por los zombis. ¿A quién pueden recurrir los habitantes? Tan solo al incomprendido Norman (la voz de Kodi Smit-McPhee), un joven del pueblo que sabe hablar con los muertos. Además de zombis, deberá enfrentarse a brujas y, peor aún, a unos adultos retrasados, si quiere salvar a su pueblo de una maldición lanzada hace siglos. Pero este joven "susurrador" de fantasmas verá sus actividades paranormales empujadas hacia límites de otro mundo.

Valoración: 4 de 5





Amor es todo lo que necesitas

Género: Comedia Romántica

Nacionalidad: Dinamarca

Año: 2012

Director: Susanne Bier

Guión: Anders Thomas Jensen

Reparto: Pierce Brosnan, Kim Bodnia, Trine Dyrholm, Paprika Steen, Sebastian Jessen, Christiane Schaumburg-Müller, Stina Ekblad, Bodil Jørgensen

Sinopsis: Phillip, un empresario inglés afincado en Dinamarca, es un viudo solitario de mediana edad que se ha distanciado de su hijo. Ida es una peluquera danesa que intenta recuperarse de la quimioterapia y a la que su marido acaba de dejar por Tilde, una chica mucho más joven. El destino está a punto de hacer que esas dos almas doloridas choquen de frente cuando se conocen camino de Italia, donde van a casarse Patrick y Astrid, sus hijos respectivos.

Valoración: 3 de 5

El Cuerpo

Género: Thriller Psicológico

Nacionalidad: España

Año: 2012

Director: Oriol Paulo

Guión: Oriol Paulo, Lara Sendim

Reparto: José Coronado, Belén Rueda, Hugo Silva, Aura Garrido, Juan Pablo Shuk, Cristina Plazas, Oriol Vila, Pere Brasó, Patricia Bargalló, Montse Guallar, Mia Esteve

Sinopsis: El cadáver de una mujer desaparece misteriosamente de la morgue sin dejar ningún rastro. El Inspector Jaime Peña (José Coronado) investiga el extraño suceso con la ayuda de Álex Ulloa (Hugo Silva), el viudo de la mujer desaparecida.

Valoración: 3.5 de 5



El Hombre de las Sombras

Género: Thriller Sobrenatural

Nacionalidad: Canadá, Francia

Año: 2011

Director: Pascal Laugier

Guión: Pascal Laugier

Reparto: Jessica Biel, Jodelle Ferland, Stephen McHattie, William B. Davis, Samantha Ferris, Katherine Ramdeen

Sinopsis: Julia (Jessica Biel) es una joven enfermera que vive en un pueblo del norte de Estados Unidos en absoluta decadencia y donde han desaparecido varios niños en poco tiempo sin que nadie sepa la causa, excepto los más supersticiosos que atribuyen las desapariciones al Hombre Alto: una oscura figura que se lleva a los niños. Cuando el hijo de Julia desaparece misteriosamente, ella hará todo lo posible por recuperarlo y obtener respuestas a los interrogantes que aterran al pequeño pueblo

Valoración: 2.5 de 5



El páramo

Género: Thriller Terror

Nacionalidad: Colombia, Argentina, España

Año: 2011

Director: Jaime Osorio Marquez

Guión: Jaime Osorio Marquez, Diego Vivanco

Reparto: Elkin Córdoba, Nelson Camayo, Sabrina Garcarena

Sinopsis: Un comando especial de alta montaña compuesto por nueve experimentados soldados es enviado a una base militar en un desolado páramo de Colombia, con la que se perdió contacto hace varios días y que se cree que fue blanco de un ataque guerrillero. Al llegar, la única persona que se encuentra en el interior de la base es una mujer campesina fuertemente encadenada. Poco a poco, el aislamiento, la incapacidad de comunicarse con el exterior y la imposibilidad de huir, socavan la cordura de los soldados.

Valoración: 3 de 5

Infancia clandestina

Género: Drama, Histórico

Nacionalidad: España, Argentina, Brasil

Año: 2011

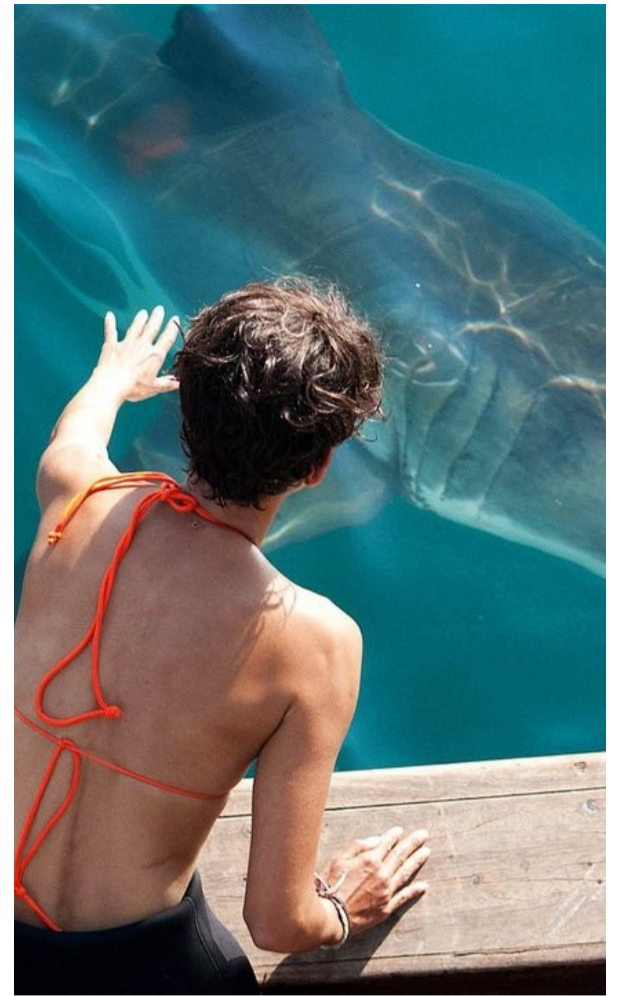
Director: Benjamín Ávila

Guión: Benjamín Ávila, Marcelo Müller

Reparto: Natalia Oreiro, Ernesto Alterio, César Troncoso, Teo Gutiérrez Romero, Cristina Banegas, Douglas Simon, Violeta Palukas, Romina Michelizzi, Marcelo Mininno, Mayana Neiva, Benjamín Ávila

Sinopsis: “Hoy emprendemos el regreso a la Argentina”. Así empieza la nueva vida de Juan, un niño de 12 años que, después de vivir en el exilio, regresa con su familia a un país que sigue bajo el régimen militar que les hizo huir. Las instrucciones para él son claras: a partir de ahora ya no eres Juan, eres Ernesto.

Valoración: 2 de 5



Marea Letal

Género: Thriller Acción

Nacionalidad: USA

Año: 2012

Director: John Stockwell

Guión: Amy Sorlie, Ronnie Christensen

Reparto: Halle Berry, Olivier Martinez, Ralph Brown, Luke Tyler, Mark Elderkin, Thoko Ntshinga, Sizwe Msutu

Sinopsis: Sarah y Scott son un matrimonio que se dedica al estudio de los tiburones blancos. Tienen dos hijos gemelos de 5 años. En una de sus expediciones Sarah está a punto de ser devorada por un tiburón. Scott que podría haber disparado al animal se niega a hacerlo. Sarah se salva milagrosamente pero decide separarse de Scott. Medio año después, acepta la oferta de un multimillonario sexagenario (Brady) y su hijo Nate para llevarlos a ver a los tiburones blancos.

Valoración: 1.5 de 5

FLICKR VS NUEVAS REDES SOCIALES

POR GEMA MARTÍN-SERRANO

El servicio de fotografías de Yahoo! más amplio del mundo actualiza su aplicación para hacerle competencia a las nuevas redes sociales.

Flickr intenta hacerse un hueco en el gran universo de las aplicaciones de fotografía para los dispositivos móviles sabiendo que compite con las nuevas redes sociales de fotografías y microblogs, Twitter e Instagram, que ya se están haciendo con el mercado.

Para ello, Flickr ha decidido relanzar su aplicación con una nueva actualización con la que “facilita más crear y compartir fotos”. La aplicación ya está disponible para los dispositivos con sistema iOS y pronto podrá estar para el sistema Android. La actualización contiene unas mejoras importantes, que según asegura la responsable de Flickr en la región EMEA, Jennifer Davies, “ofrece

la experiencia de compartir imágenes en alta calidad” para seguir con la nueva “revolución” en el mundo de la fotografía.

Las aplicaciones de fotografía están teniendo mucha afinidad entre los usuarios, dando la posibilidad de crear y editar desde cualquier lugar del mundo y en cualquier momento sus propias fotografías de manera fácil y rápida, y compartirlas al instante con sus amigos. “Con el auge de las cámaras digitales y capacidades fotográficas de los teléfonos móviles, el mundo de la fotografía se ha revolucionado. Flickr es la mayor plataforma específica de fotografías en el mundo y hacer fotos es uno de nuestros hábitos cotidianos más poderosos e ins-

piradores”, asegura Davies.

Por otra parte, Flickr ha rediseñado por completo su aplicación, añadiendo nuevos filtros y opciones innovadoras para compartir las fotografías con el resto de los usuarios. “Se pueden capturar, editar y compartir fotos sin comprometer la calidad original de la foto. No hay ninguna otra aplicación para iPhone que facilite más crear y compartir fotos espectaculares, disfrutar de ellas en calidad original y descubrir imágenes asombrosas de la mayor colección del mundo de fotos de alta calidad”, afirma Davies.

Flickr, con esta nueva actualización y renovación promete ser un claro competidor de sus rivales en dispositivos móviles.



CURIOSIDADES DE LA NATURALEZA:

ALIMENTO Y ¿QUÉ MÁS?

POR DAVID RODRÍGUEZ

Todos hemos visto a los escarabajos peloteros de África hacer rodar una enorme bola de estiércol sobre el terreno. Pero, ¿qué hacen cuando la temperatura del suelo sobre el que se desplazan está ardiendo? Os lo desvelamos en este número.

A mediodía, la superficie del suelo en el desierto puede alcanzar muy frecuentemente una temperatura superior a los 60° C. Para estar activo en estas condiciones, los animales necesitan poseer adaptaciones biológicas o comportamentales extraordinarias. Por ejemplo, las hormigas del desierto emplean casi el 75 % de su tiempo en el exterior ocultándose en refugios térmicos como tallos de hierba a esas horas. Los escarabajos peloteros trabajan en condiciones muy similares en la sabana sudafricana, pero no se separan de su “tesoro”.

Tras formar la bola, estos escarabajos rápidamente salen corriendo con la cabeza agachada y marcha atrás, con el objetivo de alejar su tesoro maloliente de otros competidores que pueden estar dispuestos a arrebatárselo. Pero la pelota de porquería cumple otra misión extra, bastante inteligente, que hasta ahora no se había descubierto: mantiene a los escarabajos frescos, incluso cuando están impulsando un peso 50 veces superior a ellos sobre un suelo abrasador.

Estudios anteriores habían de-



mostrado que algunos de estos escarabajos mantenían la temperatura corporal elevada para obtener ventajas competitivas como prevenir el sobrecalentamiento cuando vuelan. Pero sabíamos muy poco de sus estrategias comportamentales para mitigar el estrés térmico cuando mueven las bolas.

Notamos, casi por accidente, que se subían a sus bolas mucho más a menudo en el calor del Sol del mediodía, explica Marcus Byrne, profesor de la Universidad de Wits (Johannesburgo, Sudáfrica) y autor de la investigación que ha publicado la revista *Current Biology* explicando el fenómeno. Ahora, tras la realización de varios experimentos han verificado esta impresión: “los escarabajos se suben a la parte superior de sus bolas húmedas cuando sus patas delanteras y cabezas de sobrecalientan”, pero ¿cómo “funcionan” las bolas?

No sólo se trata de una plataforma móvil sobre la que se sube para refrigerarse, sino que también les sirve como un disipador de calor tanto durante el transporte como cuando se suben a ellas para otear hacia donde van.

Para examinar esta hipótesis colocaron dos escarabajos en dos muestras de suelo circulares de 3 metros de diámetro, una caliente y otra fría (51 °C) y comprobaron cómo el escarabajo que tenía que salir de un suelo más caliente rodando la bola, se subió hasta siete veces más a la bola que el otro escarabajo y el tiempo que fue capaz de mover la pelota se redujo hasta la sexta parte que el otro. ¿Pero lo qué protegen qué es? ¿Las patas?

Para demostrar que con este fenómeno trataban de no quemarse las patas, los investigadores aplicaron unas gotas de silicona

dental a las patas delanteras de los escarabajos como protección alternativa en forma de bota y “para nuestra gran sorpresa, funcionó, y los escarabajos calzados se subieron a las bolas con menos frecuencia” (la mitad según el artículo), afirma Jochen Smolka, de la Universidad de Lund, que colaboró en la investigación.

En principio, las bolas de excremento pueden servir para regular la temperatura de tres formas: como una plataforma elevada, como disipador de calor y refrescando el suelo sobre el que la transportan, puesto que la temperatura promedio de las bolas es

de unos 32° C y el suelo la supera con creces.

Para comprobar si la temperatura de la bola afecta a este fenómeno, tomaron dos tipos de bolas de excremento, una a 15°C y otra a 40° C y comprobaron como el escarabajo menos afortunado se subía un 73% más a su bola que el que tenía la bola fría.

Toda la actualidad a un solo click:



Sofisticada estrategia

Este descubrimiento es el primer ejemplo de un insecto usando un refugio térmico móvil de esta manera y una demostración de las estrategias tan sofisticadas que los insectos y otros animales de sangre fría emplean para mantener su temperatura corporal.

Una vez subidos en la cima de una pelota, los escarabajos se “limpiaban el rostro”, un comportamiento higiénico que sospechan los auto-

res que utilizan para propagar un líquido regurgitado en sus patas y la cabeza para que se enfríen más. Eso es algo que los insectos nunca hacen en otros momentos del día y se acerca mucho a la forma de termorregulación que utilizamos nosotros al sudar: al evaporarse el líquido, se enfrían mucho más las patas.

Este comportamiento puede haberse desarrollado para proteger los órganos sensoriales de sus pa-

tas, cabeza y cerebro del daño por temperaturas elevadas, aventuran estos científicos,

Esto constituye un recordatorio más de las muchas soluciones creativas que se encuentran en la naturaleza. “la evolución tiene una habilidad asombrosa para hacer uso de las estructuras existentes para nuevos propósitos; en este caso, utilizando una fuente de alimento para la termorregulación”-concluye Smolka.

Cibeles presenta sus productos:

Un **gestor de contenidos** para medios de comunicación.



Un poderoso **visualizador 3D** de PDFs.



Una nueva forma de leer el mundo a través de tu **iPad**.



Cibeles.net
Soluciones Web Integrales
www.cibeles.net - info@cibeles.net

RECETA DE LA SEMANA

POR LADY BQ

El postre de moda más navideño que nunca sólo en Hora Punta.

Ingredientes:

- 4 cucharadas soperas de harina
- 4 cucharadas soperas de azúcar
- 2 cucharadas soperas de cacao en polvo
- 1 huevo
- 3 cucharadas soperas de leche
- 2 cucharadas soperas de aceite
- 1 cucharadita de levadura en polvo

Preparación

Ponemos todos los ingredientes en un bol pequeño y mezclamos bien.

Podemos dejar la mezcla en el bol o tazón en el que lo hemos hecho y tendremos un bizcocho, o si lo prefieres, puedes hacerlo como yo, en moldes de magdalena; en tal caso llénalos sólo hasta la mi-

tad (subirán un poco).

A continuación, los metemos al microondas a máxima potencia (1000 W) durante 3 minutos y... ¡listo!

Toque Hora Punta: Échale imaginación estas navidades y decora tus cupcakes a base de cookies, lacasitos y galletitas saladas. ¿Se le ha encendido la nariz a Rodolfo?



Pasatiempos semanales
interactivos en tu iPad

Crucisolutions



Una aplicación para editores de periódicos y revistas con el fin que sus lectores puedan resolver sus crucigramas on-line.

CRUCISOLUTIONS es una revista semanal de pasatiempos diseñada para e-edition, cuyos crucigramas se pueden resolver on-line desde la tableta iPad o en el ordenador.

doopress es una aplicación que permite a los editores disponer de su propio kiosco de sus publicaciones en el iPad, para descarga gratuita o por venta. Admite enlaces y videos en todas sus páginas.

doopaper es una aplicación que permite a los editores disponer de la visión a partir del PDF en ordenadores, con posibilidad de que las ediciones de kiosco propio puedan ser privadas, de pago, para suscriptores o gratuitas. Admite enlaces y videos en todas sus páginas.

Crucisolutions

doopress.com

doopaper.com

Global Media Entertainment
Services, LLC
2100 Salcedo Street, Ste. 203
Coral Gables, Florida 33134
USA

C. Marqués de Leganés, 7
28004 Madrid
SPAIN

Montevideo, 765
Mendoza
ARGENTINA

REINVENTA EL AMIGO INVISIBLE

POR ALBA MALDONADO

Cada año por estas fechas, volvemos a hacer una vez más las mismas cosas que el año anterior: celebraciones con la familia, fiestas con amigos y... el temido amigo invisible. Pero no te preocupes, esta vez te traemos propuestas originales por menos de 20€.

Los artículos de papelería son muy socorridos, al fin y al cabo todos vamos a utilizar un cuaderno o un bolígrafo. Pero siempre se puede ser creativo dentro de este sector. Por eso, te proponemos regalos como las agendas EAT de OBNI (1). Puedes regalarlas en cualquier momento, ya que son perennes, no son para un año determinado, lo que asegura un aprovechamiento óptimo. Si no es mucho de agenda diaria, también puedes optar por los organizadores semanales (2).

Dentro de los artículos de papelería, mis favoritos son los sellos. Son un regalo ideal para el amigo invisible porque es el artículo original que piensas que no puedes usar para nada y luego lo usas en cualquier momento. Si quieres optar por las cajas de sellos variados, puedes elegir los sellos Journey (3), para amantes de los viajes, o los sellos Make You Happy (4), para cualquier ocasión. Sin embargo, si prefie-

res un único sello pero que sea original, no lo dudes: el sello de Like de Facebook (5) seguro que tendrá éxito.

En cuanto a decoración, para un amigo invisible siempre podemos recurrir a las láminas o a las chapas. Mis favoritas, sin ninguna duda, son las propuestas de Mr. Wonderful, con mensajes motivadores, como las chapas (6) con superpoderes o sus láminas (7), un acierto asegurado.

Las tazas son también una apuesta segura a la hora de comprar un regalo de amigo invisible. Pero en lugar de elegir una taza cualquiera, busca las más especiales. Te proponemos la taza pizarra (8) para los más olvidadizos, así pueden apuntarse lo que deben recordar antes de salir de casa; la taza Pac-Man (9), para los amantes de los videojuegos, en la que aparecen los dibujos con el calor del contenido; o las tazas de Mr. Wonderful (10), decoradas con sus originales diseños y frases.



+

que papelería

No pueden faltar los regalos para los adictos a las nuevas tecnologías, especialmente a sus smartphones y tablets. Si tu amiga invisible encaja con esta descripción, seguro que caerá rendida ante estas carcasas de Pony Brown para iPhone (11). Otro regalo muy útil es este lápiz para pantallas táctiles con apariencia de lápiz de la vieja escuela (12).

Por último, si lo que buscas es algo totalmente diferente y divertido, las siguientes propuestas no deberían defraudarte. Puedes regalar esta correa de salchichas (13) si tu amigo invisible tiene perro; o, para ese amigo amante de la cultura oriental que no es demasiado habilidoso, puedes optar por estos palillos que resultan tan

fáciles de usar (14).

Es cuestión de saber cómo es la persona a la que has de regalarle para dar en el clavo: ¿tiene obsesión con los gérmenes y necesita que todo esté más que limpio? Pues seguro que le saca partido al Kit de supervivencia de baños públicos (15), que contiene un protector de WC para apoyarse sin peligro, dos toallitas antisépticas y unos guantes. Seguro que le salva de más de un apuro en una noche de fiesta.

Si estamos hablando de aquel amigo olvidadizo, la taza pizarra no es suficiente. Necesita algo que vaya con él todo el día y que le recuerde eso tan importante que tiene que hacer. No hay problema, su regalo ideal será la pulsera List

it (16), en la que puede apuntar lo que necesite. En cada unidad vienen 20 pulseras para escribir en ellas, y están disponibles en varios colores. Así no correrá el riesgo de que sus notas en la mano se le emborronen al lavárselas.

Por último, para el amigo que no para en todo el día y tiene que comer fuera de casa, una buena idea de regalo es esta bolsa de papel para llevar su comida (17). No te preocupes, que es mucho más resistente de lo que imaginas, y además es isotérmica, para mantener en perfecta temperatura los alimentos que guarde en ella.

Este año, sorprende a tu amigo invisible con un regalo diferente. Los calcetines y las bufandas pasaron a mejor vida.



Más que papelería

1. Agendas EAT de OBNI, 9,00€. Disponible en 12 colores.
2. Organizadores semanales Stitch Notebook - New York - Weekly Planner - L y Stitch Notebook - Paris - Weekly Planner - L de OBNI, 7,80€ (se venden por separado).
3. Juego de sellos Journey de OBNI, 10,00€. Disponible en 5 diseños diferentes.
4. Juego de sellos Make You Happy de OBNI, 15,00€.
5. Sello Like Facebook de Jailbreak Collective en Curiosite, 12,84€.
6. Juego de chapas con superpoderes de Mr. Wonderful, 10€.
7. Lámina de Mr. Wonderful, 18€.

Tazas

8. Taza para tomar notas de Luckies en Curiosite, 12,84€.
9. Taza comecocos que cambia de color de Pac-Man en Curiosite, 10,85€.
10. Taza Lo inalcanzable se puede conseguir de Mr. Wonderful, 12€.

Technoholics

11. Fundas para iPhone 4/4s de Pony Brown en OBNI, 20,00€.
12. Puntero lápiz para pantallas táctiles de Suck UK en Curiosite, 9,85€.

Regalos únicos

13. Correa de salchichas para perro de Kikkerland en Curiosite, 12,84€.
14. Palillos pinza de Kikkerland en Curiosite, 12,84€.

15. Kit de supervivencia de baños públicos de Archie McPhee en Curiosite, 7,95€.
16. Pulsera para escribir recados List it de Dadako.es en Curiosite, 5,95€.
17. Bolsa de papel para el almuerzo de Luckies en Curiosite, 14,95€.



SÍNDROME DE ASPERGER

POR MAYTE SASTRE

La Federación Asperger España (FAE) celebró el pasado viernes sus diez años de existencia con una jornada en la que se debatían, entre otros aspectos, el relativo a los retos de presente y futuro de las personas con Asperger, que piden “equidad y buenas prácticas” para los afectados.



El síndrome de Asperger es un trastorno severo del desarrollo que conlleva una alteración neurobiológicamente determinada en el procesamiento de la información. Las personas afectadas tienen un aspecto e inteligencia normal o incluso superior a la media. Presentan un estilo cognitivo particular y frecuentemente, habilidades especiales en áreas restringidas.

Este síndrome se manifiesta de diferente forma en cada individuo pero todos tienen en común las dificultades para la interacción social, especialmente con personas de su misma edad, alteraciones de los patrones de comunicación no-verbal, intereses restringidos, inflexibilidad cognitiva y comportamental, dificultades para la abstracción de conceptos, coherencia central débil en beneficio del procesamiento de los detalles, interpretación literal del lenguaje, dificultades en las funciones ejecutivas y de planificación, la interpretación de los sentimientos y emociones ajenos y propios.

Supone una discapacidad para entender el mundo de lo social, que da origen a comportamientos sociales inadecuados proporcio-

nándoles a ellos y sus familiares problemas en todos los ámbitos. Los déficits sociales están presentes en aspectos del lenguaje tales como dificultades en el ritmo de conversación y frecuentemente alteración de la prosodia (entonación, volumen, timbre de voz, etc). Asimismo suelen ser disfuncionales los patrones de contacto ocular, gestual, etc. En la mayoría de los casos existen dificultades en la coordinación motora.

Es un trastorno muy frecuente (de 3 a 7 por cada 1.000 nacidos vivos), poco conocido entre la población general e incluso por muchos profesionales. Se encuentra encuadrado en los TEA o Trastornos del Espectro Autista, aunque por sus competencias intelectuales y lingüísticas se mantiene como una entidad diferenciada del autismo clásico.

La F.A.E. representa al colectivo de familias y afectados a través de las diferentes asociaciones cuyos objetivos son: la difusión informativa, detección temprana, reconocimiento de los derechos educativos y asistenciales, inserción laboral de los adultos, y en definitiva la integración social de los afectados respetando su neuro-diversidad.

Tratamiento

El tratamiento ideal del Síndrome de Asperger coordina terapias que abordan los tres principales síntomas: malas habilidades de comunicación, rutinas obsesivas o repetitivas y torpeza física.

Un programa eficaz de tratamiento se basa en los intereses del niño/a, ofrece un programa predecible, enseña tareas como una serie de pasos simples, involucra activamente a la atención del niño en actividades altamente estructuradas y proporciona un refuerzo regular de comportamiento. Este tipo de programa generalmente incluye:

- Entrenamiento en habilidades sociales, una forma de terapia de grupo que enseña a los niños con SA las habilidades que necesitan para interactuar más exitosamente con otros niños
- Terapia cognitivo-conductual. La terapia que puede ayudar a los niños/as con ansiedad por mejorar sus emociones y reducir los intereses

obsesivos y rutinas repetitivas

- Medicamentos, para las coexistentes como la depresión o la ansiedad
- Terapia ocupacional o física, para niños con problemas de integración sensorial o mala coordinación motora
- Terapia del lenguaje, para ayudar a los niños que tienen problemas con la pragmática del discurso
- Capacitación de los padres y de apoyo, para enseñar a los padres técnicas de comportamiento para usar en casa

Estrategias generales de actuación

1. Empleo de apoyos visuales en cualquier proceso de enseñanza.
2. Asegurar un ambiente estable y predecible, evitando cambios inesperados.
3. Favorecer la generalización de los aprendizajes
4. Asegurar pautas de aprendizaje sin errores
5. Descomponer las tareas en

pasos más pequeños

6. Ofrecer oportunidades de hacer elecciones
7. Ayudar a organizar su tiempo libre, evitando la inactividad o la dedicación excesiva a sus intereses especiales
8. Enseñar de manera explícita habilidades y competencias que por lo general no suelen requerir una enseñanza formal y estructurada
9. Priorizar objetivos relacionados con los rasgos nucleares del Síndrome de Asperger
10. Incluir los temas de interés para motivar su aprendizaje de nuevos contenidos
11. Prestar atención a los indicadores emocionales, intentando prevenir posibles alteraciones en el estado de ánimo

Evitar en lo posible la crítica y el castigo, y sustituirlos por el refuerzo positivo, el halago y el premio

Para más información puede consultar con nosotros en:

contacto@horapunta.com



EN CENTÍMETROS CÚBICOS: *HONDA*

POR MIGUEL ARREDONDO

La historia de la empresa más grande de motocicletas y una de las más grandes de mundo del motor en general, surgió del sueño y la pasión de su creador, Sōichirō Honda.

Sōichirō Honda era un gran mecánico japonés al que le apasionaba el mundo de las carreras. Esto hizo que se construyera un coche de competición con piezas usadas de otros coches, y participara en varias competiciones japonesas. Pero un terrible accidente por el que casi pierde la vida acabó con su carrera deportiva, pero no con su pasión y su sueño.

La pasión de Honda por el mundo del motor y la idea de ayudar a su país tras la segunda guerra mundial hicieron que, en 1948, fundara la Honda Motor Company. Su idea era crear un medio de transporte cómodo y barato para la gente. Así surgió la Moto A, una bicicleta al que añadían un pequeño motor de 1 caballo de potencia.

La Moto A tuvo una gran acogida, lo que animó a Honda a crear su primera motocicleta completa tan solo 3 años después, la Dream D. Era una moto de 100 centímetros cúbicos y 3 caballos de potencia. Fue todo un éxito de ventas en Japón, sobre todo con su modelo posterior Dream E.

Con la Honda Motor Company ya asentada, el nuevo sueño de Sōichirō Honda era ganar el campeonato del mundo de motociclismo. Si quería conseguirlo, su primer paso tenía que ser participar en la Isla de Man, la carrera del mundial más impor-

tante de la época, por lo que, en 1954, participaron con 4 motos en la mítica carrera. No consiguieron vencer en ninguna de las categorías en las que participaron, pero consiguieron que sus 4 motos cruzaran la meta. Esto ya era todo un éxito, teniendo en cuenta que, en esta época, eran muy comunes las averías y problemas en las motos, por lo que terminar la carrera demostraba que sus productos eran eficaces y fiables.

Paralelamente a la primera participación de Honda en el mundial de motociclismo nació la Honda Supercup, una pequeña scooter de 50 centímetros cúbicos de la que han vendido nada menos que 60 millones de unidades, lo que la ha convertido en el vehículo a motor más vendido de la historia. El éxito de la Supercup radicaba en ser una moto dura, eficaz, cómoda y barata, de la que hoy en día se siguen sacando modelos.

Aunque las 4 Hondas acabaran la carrera de la Isla de Man, Sōichirō Honda estaba decidido a conseguir la victoria. Para ello, su idea

era aumentar las revoluciones por minuto de la moto y conseguir así más potencia, con lo que crearon la honda RC 141. Era una bicilíndrica que daba alrededor de 35 caballos a 15.000 revoluciones por minuto. Con esta moto, Honda volvió a la Isla de Man en 1961, ganando en las categorías de 125 y 250. Además, ese mismo año, ganaron el campeonato del mundo en la categoría de 125.

Desde entonces los éxitos de Honda en el mundial no hicieron más que aumentar, convirtiéndose en el fabricante con más éxito del mundial, con 53 títulos mundiales y más de 600 victorias en grandes premios. Con la marca encaminada al éxito en el mundial de motociclismo, solo faltaba convertirse en la primera fábrica de motos del mundo, en número de ventas. La única manera de conseguirlo era teniendo éxito en Estados Unidos.

Honda no son solo motos, si no que su mercado se extiende a automóviles y nuevas tecnologías, de las que os hablaremos en el próximo número de la revista.



DE CERO A CIEN: DTM

POR MIGUEL ARREDONDO

Te traemos en este número una nueva sección, en la que repasaremos las mejores competiciones del mundo. ¿Conoces el campeonato alemán de turismos?

El Deutsche Tourenwagen Masters (DTM) es, Junto al WTCC, el campeonato de turismos más importante del mundo, en el que corren pilotos de la talla de David Coulthard o Ralf Schumacher, y han corridos campeones del mundo de Fórmula 1 como Mika Hakkinen.

El campeonato arrancó en el año 1984, cuando solo competían equipos privados. El grandísimo éxito durante sus primeros años, añadido a la necesidad de los fabricantes de coches de demostrar quién era el mejor constructor de berlinas, hizo que las marcas empezaran a participar de forma oficial.

El campeonato empezó a crecer. Medias de 100.000 espectadores en las gradas y decenas de televisiones retransmitiéndolo en directo. Las carreras ya no se limitaban a circuitos alemanes, si no que se extendían por Europa o incluso Japón. Se convirtió en el campeonato con mayores presupuestos por equipo, solo por debajo de la Fórmula 1.

En el año 1993, la Fórmula 1 decidió reducir notablemente la tecnología en los monoplazas, eliminando la suspensión activa, el control de tracción, ABS, etc. Toda esta tecnología prohibida en esta modalidad de carreras fue a parar al DTM, donde no se

ponían limitaciones a los ingenieros a la hora de investigar y crear.

La gran escalada de presupuesto volvió insostenible al campeonato. Poco a poco, equipos como Alfa Romeo y BMW, dejaron de competir en él, hasta que en 1997 dejó finalmente de disputarse. En 1999, nuevamente la necesidad de los fabricantes de competir entre ellos hizo que las marcas Mercedes, Audi y Opel se reunieran para hacer renacer el campeonato. Las normas eran claras, coches con carrocerías de calle como el A5 o el clase C coupé, pero con motores V8 de 4 litros.



Querían que los coches del campeonato fuera tecnológicos, rápidos y potentes, pero también que los costes fueran sostenibles y las carreras, lo más igualitarias que fuese posible. Se limitaron a tan solo dos motores por piloto para todo el campeonato; elementos como los alerones, faldones y cajas de cambios, iguales para todos los equipos; y limitaron el peso del conjunto coche piloto a 1100 kilos. Además, la homologación de más de 50 especificaciones de los coches para la temporada siguiente se hacían tan solo un mes después de finalizar el campeonato anterior, por lo que se limitaba aún más el gasto en los coches.

Con todo esto, el campeonato consiguió recuperar toda su importancia y presencia internacional. Actualmente, en el campeonato participan 24 pilotos de ocho países diferentes que compiten con Mercedes, Audi y BMW sobre en 10 circuitos, de los cuales la mitad son fuera de Alemania. Se ha convertido en un campeonato en el que los pilotos pueden forjarse una carrera deportiva, y desde el que tener posibilidades de saltar a la Fórmula 1. Esta temporada, de los 24 pilotos participantes dos

eran españoles.

Molina llegó al DTM en el 2010, después de pasar por las categorías de las World Series by Renault y la Superleague Fórmula. En el año de su debut consiguió una pole, mientras que en el 2011 se llevó otras dos y un podio, acabando el campeonato en undécima posición.

Este 2012 no ha sido su mejor año, ya que solo ha conseguido finalizar seis carreras, de las cuales solo dos han sido en puestos puntuables, por lo que ha finalizando el campeonato en decimoctava posición.

Para Roberto Merhi, este ha sido su primer año en el campeonato, al que ha llegado como campeón de Fórmula 3 Euroseries. Ha sido un año difícil, ya que toda su carrera deportiva la ha disputado sobre monoplasas. No ha conseguido un solo punto en el campeonato, finalizando en vigésimo primera posición. Sin embargo, a pesar de este 2012 no demasiado bueno, el equipo Mercedes confía en la calidad del piloto español para la temporada que viene.

Así es el DTM, un campeonato nacional con una importancia internacional sólo por debajo de la Fórmula 1 y las Idycar series.



Pasatiempos semanales
interactivos en tu iPad

Crucisolutions



Una aplicación para editores de periódicos y revistas con el fin que sus lectores puedan resolver sus crucigramas on-line.

CRUCISOLUTIONS es una revista semanal de pasatiempos diseñada para e-edition, cuyos crucigramas se pueden resolver on-line desde la tableta iPad o en el ordenador.

doopress es una aplicación que permite a los editores disponer de su propio kiosco de sus publicaciones en el iPad, para descarga gratuita o por venta. Admite enlaces y videos en todas sus páginas.

doopaper es una aplicación que permite a los editores disponer de la visión a partir del PDF en ordenadores, con posibilidad de que las ediciones de kiosco propio puedan ser privadas, de pago, para suscriptores o gratuitas. Admite enlaces y videos en todas sus páginas.

Crucisolutions

doopress.com

doopaper.com

Global Media Entertainment
Services, LLC
2100 Salcedo Street, Ste. 203
Coral Gables, Florida 33134
USA

C. Marqués de Leganés, 7
28004 Madrid
SPAIN

Montevideo, 765
Mendoza
ARGENTINA

Hora punta.com



doopress