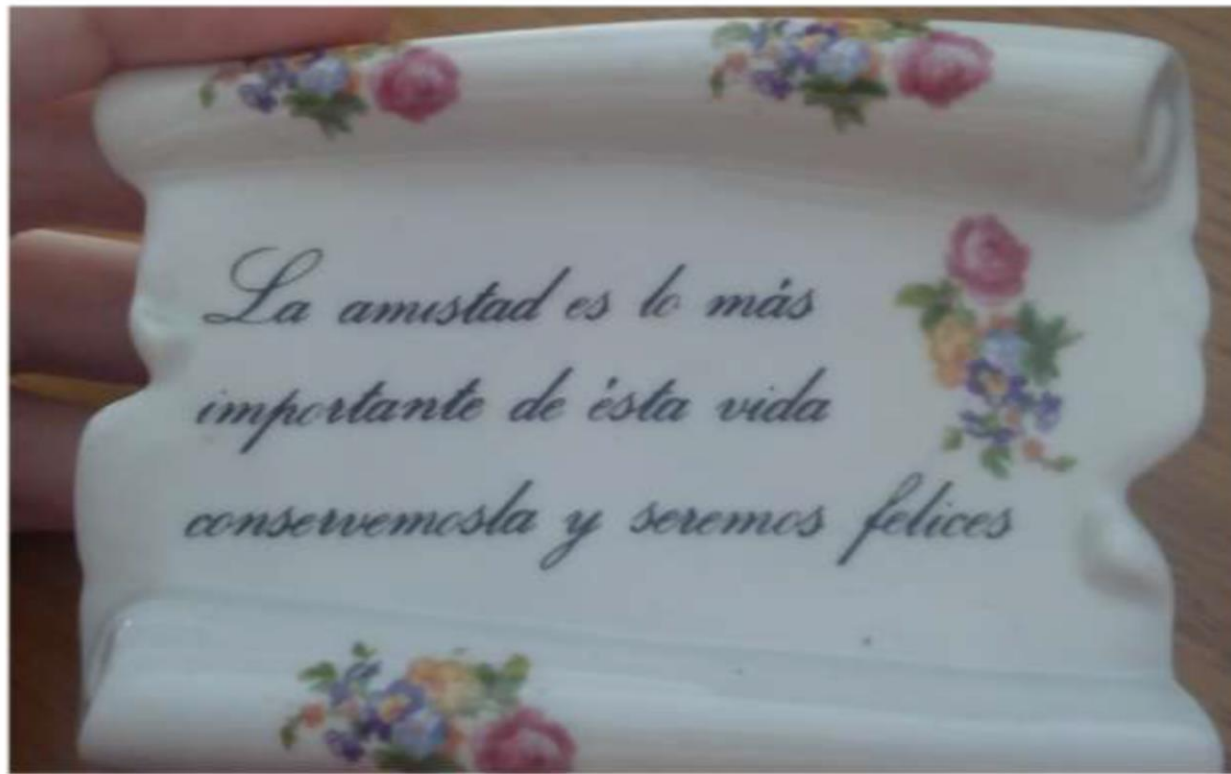


# IDEOCRaZy

Número 1



-Mamá, ¿quién te regaló esto?

-A saber...

## HIPERPALATIBILIDAD

Según el diccionario de la RAE, la palatabilidad es la cualidad de ser grato al paladar un alimento. Partiendo de esta base, lo hiperpalatable es un alimento y en especial alimentos juntos en recetas o combinaciones que producen un placer más allá del fisiológico cuando los comemos. A nivel fisiológico estaríamos sobreestimulando todo el circuito de recompensa cerebral y rompiendo los mecanismos naturales de hambre/saciedad dado que es difícil trazar una línea exacta entre el hambre “real” y la hedónica.

Nuestro cerebro no es tonto. Tras miles de años de evolución sabe que una de las garantías principales de supervivencia es la energía. Por eso alimentos muy ricos en ella, como alimentos ricos en grasa, en azúcares y, sobre todo, la combinación de ellos nos produce unas sensaciones placenteras que nos dificultan parar de comer ese alimento. Es como el lema de las Pringles: **Cuando haces pop ya no hay stop**. Ese tipo de alimentos son los que ha estado muchos años estudiando la industria alimentaria. Hoy día muchos alimentos, más que comida, son alimentos de diseño, orientados para dar ese placer que en muchas ocasiones falta en nuestras vidas. Por eso siempre he dicho que la comida es la droga del siglo XXI.

Existe una demanda de esos productos. La gente come ese tipo de productos porque les gusta, les produce una recompensa y en muchas ocasiones les da la satisfacción que no les da su trabajo, su jefe, sus compañeros, su familia o su pareja (o falta de ella). Y lo consume principalmente en sus momentos de estrés y ansiedad.

Mientras siga habiendo tal demanda de estos productos, existirá la oferta. Lógicamente esto no suele salir gratis. La palatabilidad del brócoli es mínima, apenas tiene energía. Es difícil pasarse con él. Pero no sucede lo mismo con **las napolitanas, con los cruasanes, con los donuts, y con las patatas fritas**.

Más del 50% de los españoles suele acumular ese exceso calórico en forma de grasa. Eso conlleva un riesgo, y es conveniente que las personas lo sepan. Está claro, que cada día más, **el sobrepeso y la obesidad son más normales**. Y al normalizarse, las personas no lo ven como un riesgo. Es como el que con 50 años tengas que tomarte 4 pastillas, una para la hipertensión, otra para el colesterol, otra para los triglicéridos y otra para el ácido úrico. Es normal hoy día. Pero no debería serlo.

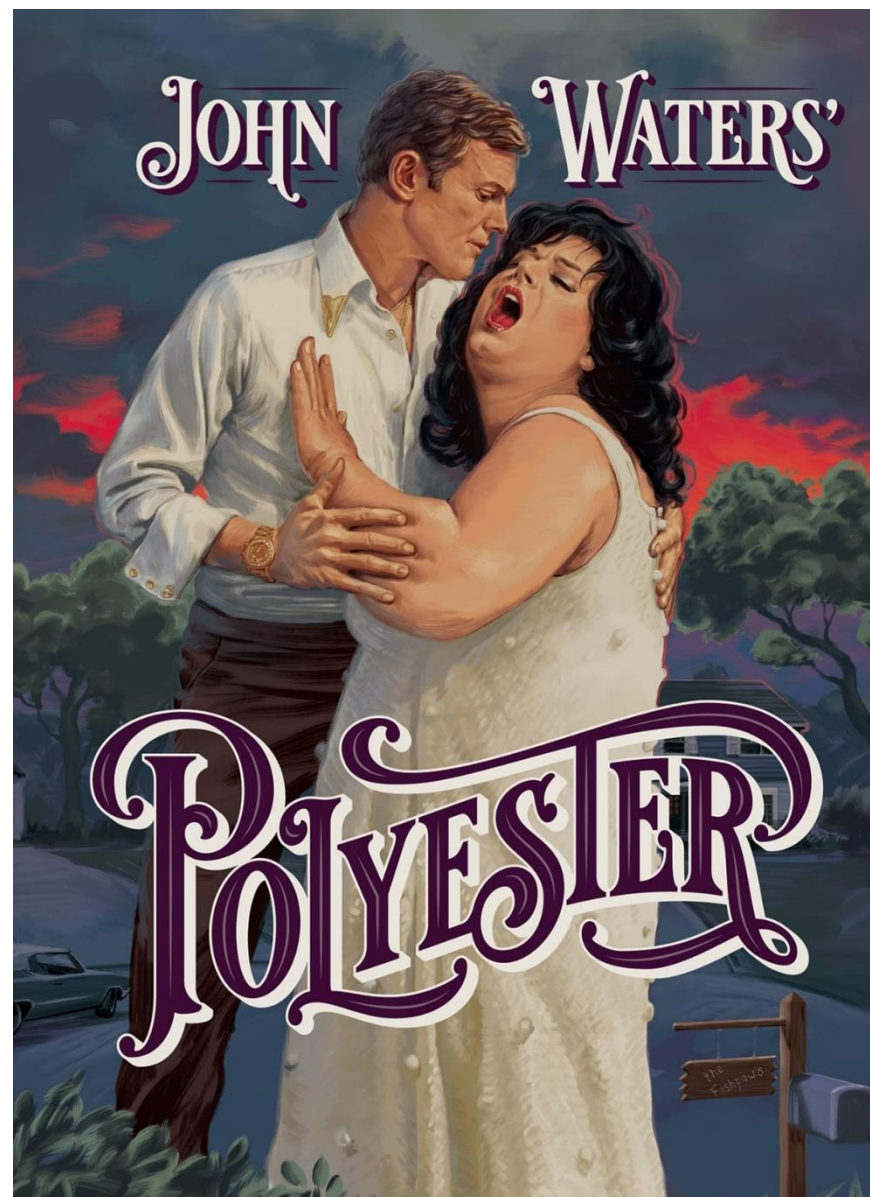
## MENSAJES EN ÁRBOLES DE MADRID



## POLYESTER

Francine Fishpaw es una mujer de 120 kilos que está casada con Elmer, el honrado dueño de un cine, en el que se proyectan las películas más pornográficas del continente, lo que provoca airadas protestas por parte del vecindario. Los Fishpaw tienen dos hijos: Dexter, drogadicto y maníaco sexual, y Lu-Lu, ninfómana y novia de un punki. En este modélico hogar, surgen algunos problemas: Elmer abandona a su mujer cuando ésta lo descubre en un motel con su secretaria. Su hijo es detenido por la policía por sus brutales ataques a las mujeres, y su hija, que está embarazada, es recluida, para evitar que aborte, en un centro asistencial regido por monjas. En tales circunstancias, Francine decide ahogar sus penas en alcohol. Pero, de repente, el hortera Todd Tomorrow, rico propietario de un cine de arte y ensayo, hace estragos en el corazón de Francine.

COMEDIA





VALENTINA TERESHKOVA: PRIMERA MUJER COSMONAUTA



Hace poco visitó Siria para apoyar a las tropas rusas combatiendo al ISIS

# EMIC y ETIC

Los conceptos Emic y Etic pertenecen a la Antropología, pero son tan increíblemente útiles para entender comportamientos y actitudes que toda persona con una mínima inquietud intelectual o autorreflexiva debería tenerlos grabados a fuego en la mente:

*Una descripción emic es una descripción en términos significativos (conscientes o inconscientes) para el agente que las realiza. Así por ejemplo una descripción emic de cierta costumbre de los habitantes de un lugar estaría basada en cómo explican los miembros de esa sociedad el significado y los motivos de esa costumbre.*

*Una descripción etic es una descripción de hechos observables por cualquier observador desprovisto de cualquier intento de descubrir el significado que los agentes involucrados le dan.*

Resumiendo: Emic es la explicación que los actores de una conducta dan a la misma (una tribu, por ejemplo). Etic es la explicación a esa conducta vista desde fuera (la explicación que le da el antropólogo, que no tiene por qué coincidir con la explicación que da la tribu).

Marvin Harris da dos ejemplos en sus libros de divulgación sobre antropología:

## **Vacas sagradas de la India**

Explicación Emic del fenómeno: Protegemos a las vacas porque somos piadosos hindúes, y nuestra religión nos enseña que las vacas son divinas.

Explicación Etic del fenómeno: La vaca en la India cumple unas funciones económicas (arado de campos, producción de fertilizante y combustible para hornos) de tal importancia que la sociedad hindú creó un tabú religioso para protegerlas de la glotonería carnívora de la población.

## **Nativos de islas del Pacífico viajando ritualmente en Catamarán a islas vecinas:**

Explicación Emic del fenómeno: “Visitamos en nuestros catamaranes a las tribus de islas vecinas para demostrarles los fuertes que somos. Les hacemos regalos para demostrarles lo ricos y generosos que somos. Ellos también nos hacen unos pobres regalos, que les aceptamos por no ofenderles.”

Explicación Etic del fenómeno: Los nativos utilizan estos viajes para comerciar, pero como la misma idea de comercio es despreciable para estas orgullosas tribus, lo que hacen es racionalizar a posteriori su actividad como una actividad para ganar prestigio.

Otros ejemplos:

### ETA y el nacionalismo vasco violento

Explicación Emic del fenómeno, que ellos sinceramente creen: Los abertzales vivimos en un pueblo en trance de muerte ahogado por los estados español y francés. No tenemos más remedio que crear un estado propio si queremos una oportunidad para sobrevivir. No nos queda más remedio que recurrir a la Lucha Armada para intentar evitar perecer a través de conseguir una Euskadi Reunificada, Independiente, Socialista y Euskaldún.

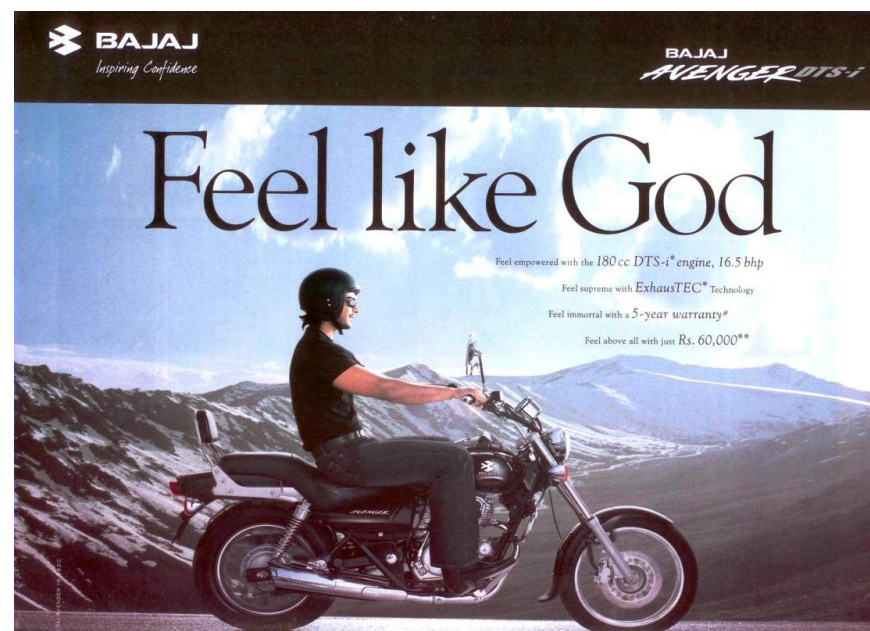
Explicación Etic del fenómeno: El País Vasco es objetivamente una de las regiones más ricas y libres de Europa y del mundo. Pero el resultado del abandono de los vascos de sus anteriores y profundísimas creencias religiosas impulsa a algunos vascos a matar y a morir para así ganar identidad y propósito. Los secuestros y asesinatos son una recreación de las Guerras Floridas aztecas, y el movimiento de liberación nacional se conforma como una Religión de sustitución, con la institucionalización de un calendario litúrgico y unas elaboradas ceremonias fúnebres propias:

Llama extraordinariamente la atención que el "día de la patria vasca" es el domingo de resurrección, mezclando así imaginerías religiosas y políticas.

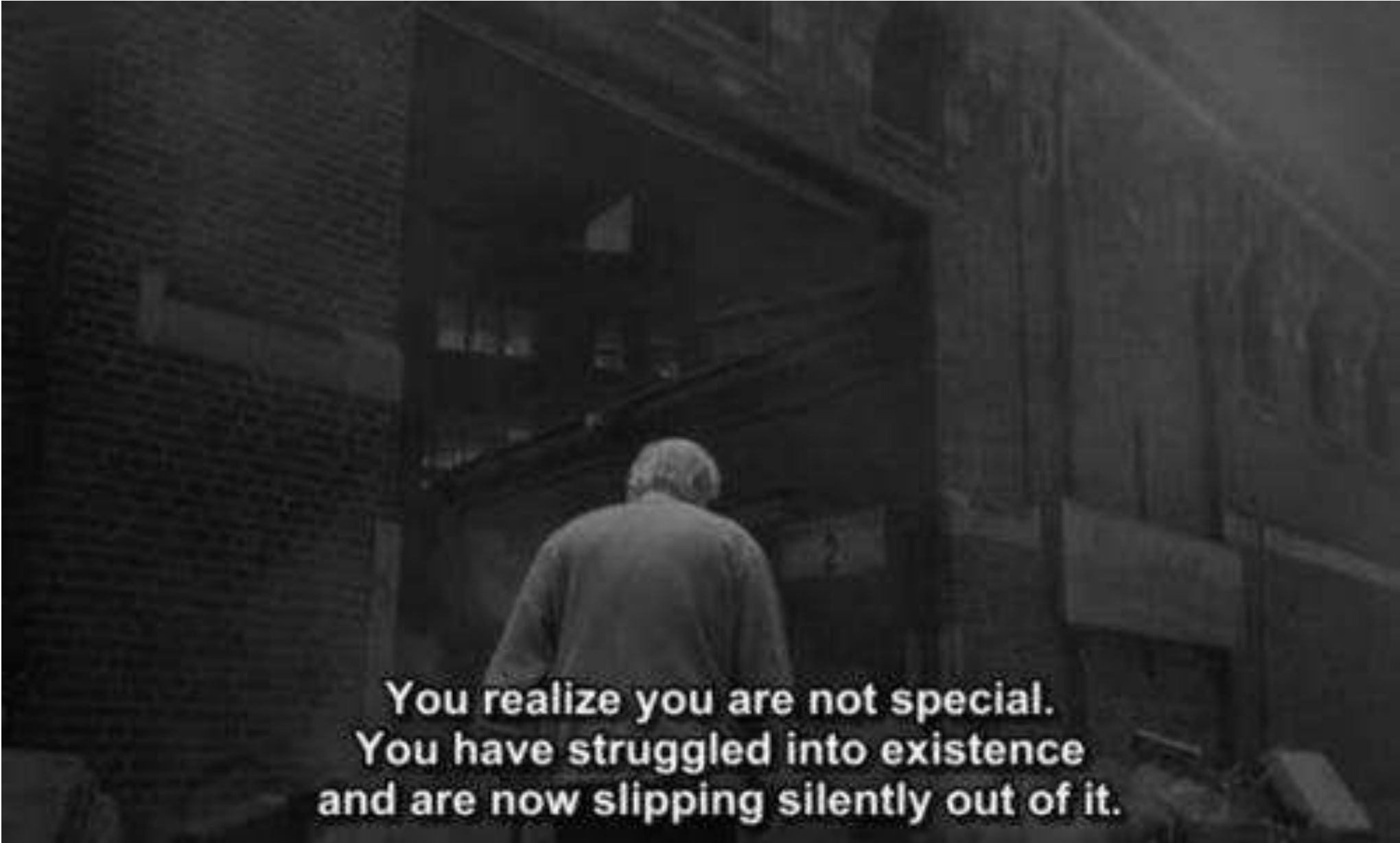
### Moteros

Explicación Emic: La pasión por las motos es una afición que se siente. Se apela a sensaciones como la libertad para justificar la actividad.

Explicación Etic: El motero es una persona que construye una pseudo-identidad personal basada en la moto. No piensa en los peligros, o los minimiza incluso si se da cuenta de que es una de las actividades frecuentes con más riesgo de muerte o de lesión grave. Es una adicción que no puede abandonarse.



LA VIDA ES ASÍ, LA VIDA



**You realize you are not special.  
You have struggled into existence  
and are now slipping silently out of it.**



## cuento navideño

Había una vez un neoliberal que se dio cuenta de que el todo es más que la suma de las partes y se hizo socialista... Pero siguió militando en el PP. Había una vez un socialista que se dio cuenta de que podía ganar mucho dinero con contratos públicos y se hizo neoliberal... Pero siguió militando en el PSOE. El socialista y el neoliberal iban paseando por la calle y un terrorista puso una bomba.

BoOoM

El terrorista era suicida y también murió.  
Nubes grises. Oscuridad. Quietud.  
La bomba también mató a un nihilista, que pasaba por allí.  
Luces amarillas. Calor. Murmullo.

-¿Quién anda ahí?  
-¿Qué ha pasado?  
-¿Alguien puede oírme?  
-¿Sois vosotras mis vírgenes?

Los cuatro hombres se palpaban, pero no podían verse. El terrorista palpaba con más ganas en busca de unos pechos que no acababa de encontrar. El socialista se dejaba tocar. El del PSOE no entendía nada. El nihilista sabía que no había nada que entender.

Luz azul. Graznar de albatros. Olor a rosas.  
Las subes se evaporan. Los cuatro hombres se miran asustados en busca de respuestas.

-¿Quiénes sois?  
-¿Dónde estamos?  
-¿Y mis vírgenes?

*No puedes llamarte pacífico si no  
eres capaz de mostrar una gran  
violencia.*

*Si no eres capaz de mostrar una  
gran violencia no eres pacífico, eres  
inofensivo.*

*Esta es una distinción muy  
importante.*

MENOS MAL QUE SE HA RESUELTO LO DE SESEÑA ¿EH?



¿EH? ¿EH?

## ENTREVISTA A NATI MISTRAL (29/10/10)

«Teniendo salud se aguanta todo», dice Nati Mistral -poderosa actriz de verbo apocalíptico y espíritu fiero- que corre hacia la cocina para «apagar una cosa de la lumbre». Anda liada con un cocido madrileño de infarto que huele bien hasta por el teléfono. Hoy -20.30 horas-, junto al barítono Luis Santana, ofrece en Lorca, en el Aula de Cultura de Cajamurcia, el recital 'Homenaje a Federico García Lorca. Poemas y canciones'.

### -¿Cocido?

-Cocidito madrileño, riquísimo. Yo soy de las del cocido, las lentejas, las judías y todo eso. Yo, de las antiguas, de las que comemos y nos negamos a pasar delante de una lechuga sólo para saludarla.

### -¿Qué tal está usted?

-Pues... estoy en el momento de 'yo esta película ya la he visto y cuanto antes me vaya, mejor'. ¿Qué te parece?

### -Usted verá.

-Yo lo que estoy viendo más vale que no lo viera, más vale que no lo viera, ¡qué hartura por Dios!

### -¿Qué ve?

-Un desastre detrás de otro. Todo en general es un desastre. No funciona nada bien: ni el teléfono, ni la luz, ni nada de nada. Pero te quieren sacar el dinero por todos lados.

### -¿Y la gente?

-La gente no existe, la gente está consternada. He ido esta mañana al ambulatorio, a recoger una medicina, y ahí estaba todo el mundo quejándose: '¿esto qué es?', '¡qué horror!', '¿adónde vamos a ir a parar?'. Nadie sabe qué camino tomar. Y tampoco hay un líder que te diga 'vaya usted por la izquierda, por la derecha o por el centro'. Nada.

### -¿No hay líderes ni por la izquierda ni por la derecha?

-No hay líderes de nada. Y aquí no se sabe quién manda, eso te lo digo yo. ¿Quién manda aquí? Porque está claro que los que mandan no mandan nada. Está pasando algo, ya te digo.

### -¿Qué?

-Que España es un horror, todo se está deshaciendo y esto es un espanto.

### -¿Y qué se dice a sí misma para sobrellevar esta situación con cierta tranquilidad?

-Pues... ¡que se vayan todos a la mierda, del primero al último!

### -¿Sin excepción?

-Nada de excepciones, todo el mundo. Yo siempre digo: 'Odio a la humanidad y amo al individuo'. A la humanidad, odio absoluto; ahora, quiero a cierta gente que tiene valor, claro que sí. Pocos...

**-¿Duerme usted tranquila?**

-Yo sí, muy tranquila.

**-¿Con la sensación de que ya lo tiene todo hecho?**

-Pues claro, comprenderás que con la edad que yo tengo es como para no preocuparme más de nada. Me da igual ya todo. Ya te digo que 'yo esta película ya la he visto y no quiero que me la pongan otra vez que es muy pesada'. Además...

**... ¿qué?**

-Los seres queridos se me van muriendo. Se murió mi hermano hace un año y un amigo mío hace un año y medio. Y mis amigas están peor que yo, pobrecitas.

**-¿Y el sentido del humor?**

-¡Ah, no lo pierdo, imagínate ya sin sentido del humor lo que sería esto! Me río de todo, la madre que nos parió. Mira lo que te digo...

**-...adelante.**

-La vida es un 'picnic' en el que cada uno lleva una cosa: uno los filetes empanados, el otro la tortilla de patatas, el otro las cervezas...; van todos en caravana, cinco o seis coches, y cuando ven un sitio muy bonito con unos árboles muy frondosos y un río estupendo, se paran tan contentos, extienden los manteles, sacan la tortilla... y ¡viene una paloma y te caga encima! Y la paloma viene siempre, eso es la vida.

**-¿Qué tiene de bueno?**

-Los perritos, los adoro. Tengo un convento aquí al lado de casa y un día la madre abadesa me dijo: 'Ay, Nati, usted va siempre con su perrita'. Y yo: 'Madre, ¿usted ha oído eso de que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios? Pues mire, ¡no es verdad!: son los perros los que están hechos a imagen y semejanza de Dios. Lo que yo le diga, madre abadesa'. Y yo soy muy católica.

**«Odio a la humanidad. Todo es un desastre»**



DEMOCRAZY

