

El primer periódico digital inclusivo

# NEURON DIGITAL

*Diverso*

VOLUMEN 28

ENERO 2025



## NUESTROS PERIODISTAS SON:

- Clara Jiménez Candelas
- Aitana Jiménez Pérez
- Ángel Medina Ciria
- Odette Rodríguez Martínez
- Salomé Rodríguez Martínez



### ¿SE PUEDE EVITAR QUE LA TEMPERATURA GLOBAL AUMENTE ESTE AÑO?

Odette nos ofrece una noticia ¡Ponle atención, es muy importante!



### ACCIDENTE DE TELESILLA EN ASTÚN

No te pierdas la noticia de este número de Aitana



### BARCELONA ACTUALIZA LA MÚSICA DEL TRANSBORDO DE "PASSEIG DE GRÀCIA"

¡Ángel nos cuenta esta interesante noticia, ¡entra a leerla!

## EL ORIGEN DE LOS PROPÓSITOS DE AÑO NUEVO

No te pierdas el notición que nos trae Salomé!



## POLÉMICA EN LAS CAMPANADAS DE RTVE: LA ESTAMPITA DE LALACHUS GENERA DEBATE SOBRE LOS LÍMITES DEL HUMOR

Clara comparte una noticia muy interesante. ¡No te la puedes perder!

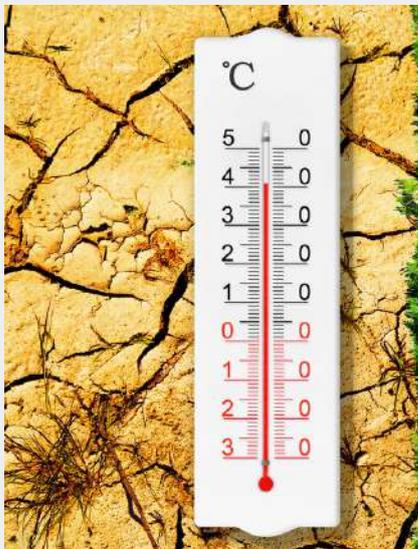
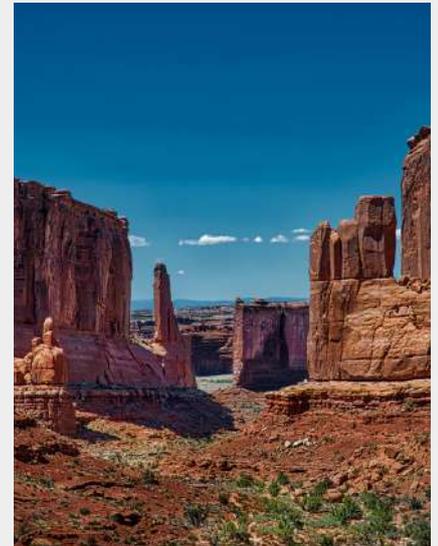




Por  
Odette  
Rodríguez

## ¿SE PUEDE EVITAR QUE LA TEMPERATURA GLOBAL AUMENTE ESTE AÑO?

En 2021 se pusieron unos retos medioambientales que aún no se han conseguido lograr. Todos nos preguntamos el porqué de esto: es simplemente que los biólogos de la zona siguen previendo que la situación medioambiental seguirá así durante este año. Consuelo Selene López Jiménez nos contó que los avances no han supuesto un cambio mínimo en el clima, el cual conocemos con el nombre de "cambio climático". La COP(conferencia de las partes) debate sobre estos temas y nos ha vuelto a confirmar que los objetivos no han sido cumplidos aún.



Debido a esto han sido tomadas medidas de seguridad, las cuales son las siguientes: (antes de decir cuáles son es importante saber que estas medidas son tomadas urgentemente para la necesidad de disminuir el daño medioambiental).

- La temperatura global no puede ser más alta de 1.5 grados Celsius (altas emisiones de contaminantes).
- Ríos y aguas reguladas (pero en 2025 se ven preocupados ya que podría llegar a haber sequías).

Hablando del medioambiente también podemos decir cosas sobre el calor. En el Pico de Orizaba hubo un incendio que llevó a una deforestación matando a más de 100.000 pinos. Piden ayuda a todas las empresas para ayudar protegiendo el medioambiente. Están listos para volver a sembrar en marzo debido a que en julio y junio habrá bastantes lluvias y hará que estos árboles y plantas crezcan.



Jiménez Balmori confirmó que 2024 fue un año bastante difícil para todos debido a los incendios, las sequías y problemas ambientales en el lugar.



Volviendo con algo pasado conocido como “LA DANA”, pues hace unos días Valencia volvió a sufrir otra, aunque parezca raro, ha vuelto y más fuerte que antes. Ahora hay lluvias, nevadas y granizos por toda la Comunidad Valenciana. La provincia de Alicante también se puede llegar a ver afectada por estar en las provincias. Las nevadas que lleguen a Aemet serán de más de 600 metros.

Alicante se ve con una temperatura de  $-4$  grados Celsius desde las 12 de la noche hasta las 10 de la mañana. En Valencia la nieve se situará entre 900 y 1100 metros cubriendo el norte y partes de Alicante. Aemet activa un aviso amarillo para el norte de Valencia y parte de Castellón por rafagas de viento de entre 50 y 60 kilómetros por hora.

Para que todo esto cambie a mejor, todos tenemos que poner de nuestra parte para ayudar en este mundo a acabar con esta tragedia que cada vez nos está afectando más y seguirá empeorando si no hacemos algo al respecto.



# ACCIDENTE DE TELESILLA EN ASTÚN

Por Aitana Jiménez

El 18 de enero, alrededor del mediodía, se produjo un grave accidente en la estación de esquí de Astún, ubicada en el Pirineo aragonés. Una falla en el telesilla de la zona de Canal Roya causó que aproximadamente 60 esquiadores cayeran desde una altura de 15 metros, resultando en al menos 30 heridos, de los cuales 9 se encuentran en estado muy grave y 8 en estado grave.

El accidente se originó por la rotura de una pieza crítica que sostiene la rueda al final del recorrido del telesilla, lo que provocó una desestabilización y posterior caída de las sillas. Los servicios de emergencia respondieron rápidamente, movilizando helicópteros sanitarios, ambulancias y equipos de rescate para atender a los afectados. Los hospitales de la región, incluyendo el de Jaca y el Miguel Servet de Zaragoza, se encuentran en alerta para recibir a los heridos.

El presidente de Aragón, Jorge Azcón, se desplazó al lugar del incidente para supervisar las labores de rescate y atención a las víctimas. Por su parte, el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, expresó su apoyo y solidaridad con los afectados y sus familiares.

Los equipos técnicos están analizando las causas del accidente. Las hipótesis principales apuntan a un fallo mecánico en una pieza clave del sistema de tracción del telesilla. No se descarta la posibilidad de que la falta de mantenimiento o el desgaste hayan contribuido al colapso.



Este incidente podría afectar gravemente la confianza de los visitantes en la seguridad de las estaciones de esquí en España, especialmente en el Pirineo aragonés, que es un destino clave para el turismo invernal. Se espera que el accidente provoque una revisión exhaustiva de la normativa de seguridad en el sector.

Este es uno de los accidentes más graves ocurridos en una estación de esquí en España en las últimas décadas, y tanto las autoridades como la estación están trabajando para evitar que algo similar vuelva a ocurrir.

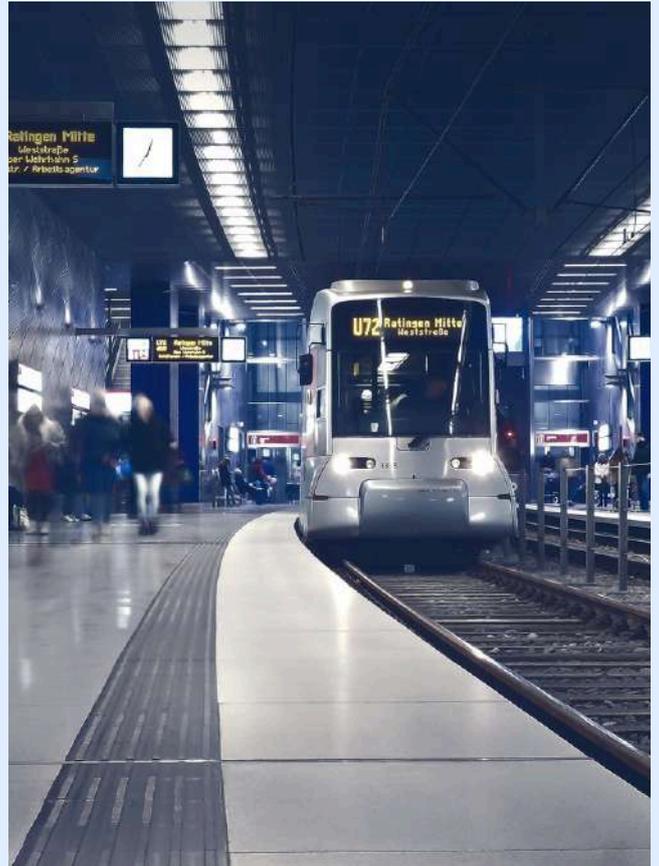


# BARCELONA ACTUALIZA LA MÚSICA DEL TRANSBORDO DE “PASSEIG DE GRÀCIA”

**POR ÀNGEL MEDINA**

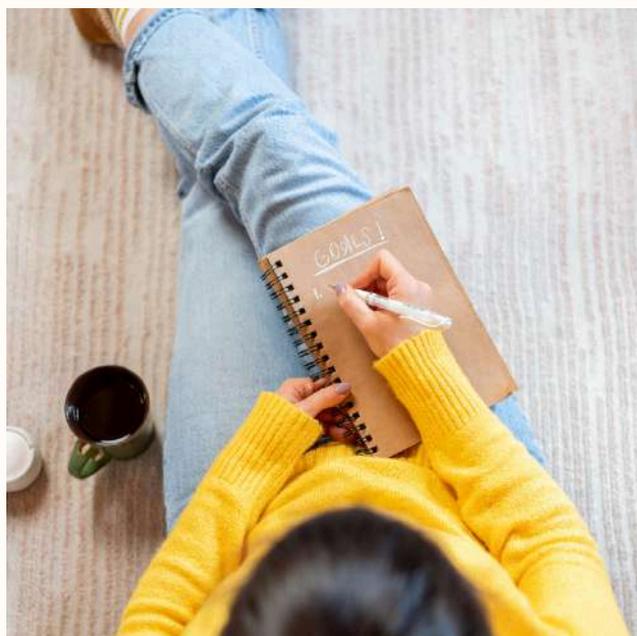
El Ayuntamiento de Barcelona junto con Transports Metropolitans de Barcelona (TMB) y la fundación Music Lab, ha hecho público el cambio de música de este pasillo para hacer más ameno el transbordo.

El transbordo de Passeig tiene una longitud inusual de 237 metros, esta conecta la línea L3 con las líneas L2 y L4 del metro de Barcelona. Recorrer este pasillo puede ocasionar sensaciones como agobio, calor y resignación, esta mezcla de sensaciones ha sido comparada con un castigo digno de convalidar el Camino de Santiago.



Han buscado una serie de soluciones creativas para hacer de un pasillo infernal a un espacio más ameno. Estas modificaciones se podrán aplicar en suelos, paredes y techo del transbordo y se procurará tener en cuenta la sostenibilidad y la interacción con los usuarios del metro.

Esta lluvia de ideas permanecerá abierta hasta el 24 de febrero, se cuenta con un presupuesto de 50.000 euros y se subvencionará el 80% máximo de la idea ganadora así como premios de 3.000 euros para las mejores propuestas. Las ideas elegidas se empezarán a desarrollar en el segundo semestre de este mismo año y en noviembre de este año, se implementarán estas ideas con un tiempo de prueba de 3 meses.



# EL ORIGEN DE LOS PROPÓSITOS DE AÑO NUEVO

**POR SALOMÉ RODRÍGUEZ**

Muchos de nosotros cuando comienza el año nuevo, tendemos a escribirnos una lista, literal o figurada, con propósitos personales; gastar menos, ir más al gimnasio, etcétera. Pues bien, esto lleva siendo tradición desde hace más de 4000 años.

A lo largo de la historia, el ser humano ha tendido a ser supersticioso, pero ponerse metas a sí mismo, es una de las razones por la cual se le diferencia del resto de la vida terrestre. Muchas de esas tradiciones, supersticiones, creencias y metas siguen existiendo hoy en día, tal y como la tradición que vais a leer aquí.

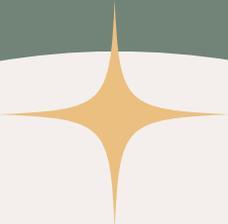


En la época de Mesopotamia, los babilonios redactaban una serie de propósitos durante los primeros doce días del comienzo del año, que en aquel entonces tenía lugar en marzo y no enero (esto llegó más adelante, en la época de los romanos). Esta festividad la llamaban el Akitu, y estos propósitos estaban dirigidos hacia el aspecto de mejora personal, cívico (los ciudadanos proponían una especie de pruebas al gobernador del momento que tenía que cumplir para favorecer a los dioses y asegurarse de que estuviesen de su lado) y religioso.



Durante la época romana, estos propósitos iban más dirigidos hacia el aspecto político, al emperador, a quien durante el primer mes del año se le debían de hacer una serie de juramentos de lealtad.

Por último, en el s.XVIII, la iglesia metodista tomó como referencia los actos civiles previamente mencionados y se encargó de llevar a cabo servicios de renovación a la vez que modificaron, ya por última vez, la fecha; el 31 de diciembre.



# POLÉMICA EN LAS CAMPANADAS DE RTVE: LA ESTAMPITA DE LALACHUS GENERA DEBATE SOBRE LOS LÍMITES DEL HUMOR

**POR CLARA JIMÉNEZ**



Las Campanadas de RTVE de este año, presentadas por David Broncano y Laura Yustres, más conocida como Lalachus, han desatado una controversia que aún resuena en el ámbito cultural y social. Durante la emisión, Lalachus mostró una estampita que fusionaba la imagen de la vaquilla del 'Grand Prix' con el Sagrado Corazón de Jesús, lo que algunos espectadores interpretaron como una ofensa hacia la comunidad cristiana.

La reacción no se hizo esperar. Varias asociaciones religiosas calificaron el gesto como una "profanación" y una "ofensa al cristianismo", argumentando que se había faltado al respeto a símbolos sagrados. La polémica llevó a que el tema fuera abordado en el programa "RTVE responde", donde la Defensora de la Audiencia, Rosa María Molló, conversó con la catedrática Asunción Bernárdez, experta en semiótica y estudios culturales.

Bernárdez explicó que la ofensa surge al mezclar lo religioso con lo profano, pero subrayó que el límite de la ofensa radica en la intención detrás del uso del símbolo.

En este caso, afirmó que la intención de Lalachus no era denigrar ni faltar al respeto, sino establecer una conexión cultural y simbólica sin mala fe. Ambas coincidieron en la importancia de contextualizar y entender el propósito detrás de tales acciones antes de emitir juicios.

Este incidente ha reabierto el debate sobre los límites del humor y la sensibilidad religiosa en la sociedad actual. Mientras algunos defienden la libertad creativa y la sátira como herramientas esenciales para la crítica y la reflexión, otros abogan por un respeto más estricto hacia los símbolos religiosos y culturales.



En un mundo cada vez más diverso y plural, este tipo de debates ponen de manifiesto la necesidad de encontrar un equilibrio entre la libertad de expresión y el respeto a las creencias ajenas. La conversación continúa, y es esencial que se aborde desde el diálogo y la comprensión mutua.

# LA FIESTA DE HALLOWEEN EN LA CASA ENCANTADA

POR ODETTE RODRÍGUEZ



Un susto terrible, un infarto, no sabemos porqué. Había una silueta no se de qué era, una silueta el triple de grande que nosotras y... Bueno no nos adelantemos, déjame explicarte la historia desde el principio.

Era el día de Halloween, mis amigas y yo llegamos a las dos y media de un viaje a Granada. Mi madre nos vino a recoger para ir a casa a prepararnos para truco o trato. Nada más llegar a casa nos duchamos, nos vestimos y nos maquillamos. Después subimos arriba a que mi madre nos diera nuestra calabaza para las chuches. Subimos, nos dijo -"¡Que guapas vais!, andando por allí así le vais a asustar a la gente". "¿Para eso es Halloween, no?"- Nos reímos un rato y después ya salimos de casa, eran las seis en punto, no había nadie fuera. Se escuchaban voces diciendo que se lo pasasen bien, entonces ahí fue cuando empezamos a ir por el pueblo pidiendo chuches.

Todo era normal, nos lo estábamos pasando muy bien, nos paramos a descansar un rato. Aprovechamos ese tiempo para hacer un recuento de nuestras chuches. Después de nuestra parada seguimos andando, un montón de casas pasaron en muy poco tiempo. Miramos el reloj, eran las siete. Nos quedamos todas boquiabiertas cuando vimos que solo llevábamos una hora y ya teníamos la calabaza casi llena. Nos encontramos con unas de mis amigas del pueblo y estuvimos charlando un rato hasta que nosotras dijimos que nos teníamos que ir. Nos preguntaron si podían venir con nosotras y les dijimos que sí, nos dijeron que ellas tenían que volver pronto a casa. Pasó como media hora y se despidieron.

Ya nos cansamos un rato de hacer truco o trato así que al otro lado de la calle vimos una heladería. Entramos y cogimos cada una, una bebida caliente porque era una noche fría de Halloween. Estuvimos hasta las siete y cuarenta y cinco, vimos que se nos hacía tarde así que nos sacamos un par de selfies y seguimos nuestra ruta.



Luego le toco a Lucía que tenía el color amarillo, metió la mano y saco algo de color rosa, nos dijo que tenía una forma muy gelatinosa. Por último me tocó a mi, el color rojo. Metí la mano y me esperaba lo peor, pero cuando saqué la mano solo había chuches y nos empezamos a reír.

Nuestra decimoquinta casa no fue la mejor porque la mujer no quiso darnos chuches porque decía que éramos muy mayores, pero al final nos las dio, a lo que quiero ir es que después de esa casa nos acercamos a la siguiente. Estaba muy bien decorada, era una mansión de las que parecían normales pero justo esa noche daban hasta escalofríos.

Parecía muy realista pero nos dio igual, nos adentramos en ella porque en la puerta había un cartel que ponía "Solo puedes entrar si eres lo suficientemente valiente". Al principio nos miramos fijamente la una a la otra mordiéndonos los labios pero al final entramos hasta la puerta de la casa. Llamamos a la puerta, nadie respondía hasta que escuchamos un sonido raro que procedía de detrás de nosotras. Nos giramos y no vimos nada, de repente sonó como una bomba, pero por suerte solo era la puerta. Estábamos todas asustadas pero decidimos entrar igualmente, dimos un paso y la puerta se cerró de golpe. Todas dimos un saltito.

En una casa nos paramos y entramos , vimos un montón de cajas de chuches y encima ponía "atrévete si puedes". Justo había tres cajas una de color rojo, otra amarilla y otra azul. Eran del mismo color que nuestros disfraces así que cada una metió la mano en la caja de su color. Fuimos de una en una primero fue Cristina que iba de color azul, cuando metió la mano la miramos fijamente para observar su reacción. Vimos que le empezaban a entrar arcadas y cuando saco la mano pensábamos que eran lombrices por el color marrón que tenía, empezamos a gritar.



Se veía muy poco por delante nuestra, menos mal que nos habíamos llevado los móviles. Encendimos las linternas y empezamos a andar, se veían cosas flotando por el aire, mesas y sillas en el techo, lo cual nos parecía raro.

Lucía dijo que parecía una casa encantada, pero yo le dije que no, que lo único que estaba pasando es que era Halloween. Nos tranquilizamos un poco y seguimos el camino, ya no había escapatoria, la puerta estaba cerrada y era imposible abrirla.. Seguimos hablando, andando y algo se escuchaba. Era como un chirrido, un grito, pero muy cerca de nosotras. Me giré y vi que era Cristina. Me empecé a reír, se me quedaron mirando y me callé. Paramos en frente de un cuarto que tenía camas, vimos espejos y empezamos a inspeccionar el cuarto. Lucía miró fijamente en el espejo y vio algo, nos llamó y cada una miramos fijamente a un espejo y algo salió.

Empezamos a dar vueltas y algo como un cuchillo o una sierra empezó a sonar. Nos metimos dos en el armario, porque a Cristina no le gustaba meterse en los armarios, así que se escondía debajo. Rápidamente fuimos a escondernos, Lucía y yo fuimos al armario y Cristina se escondió debajo de la cama. Se empezaron a escuchar pasos, cuchillos y voces. Estábamos todas super asustadas pero teníamos que estar en silencio. Cada vez se escuchaba más fuerte y más cerca. Se abrió la puerta del cuarto y se empezaron a escuchar risas. Me asomé por el armario por las rajitas que había y vi como un fantasma. Creo que era un fantasma por el color y la forma. Estuvimos escondidas un rato hasta que encontró a Cristina. Lucía hizo un ruido cuando habían encontrado a Cristina entonces desveló nuestro escondite inmediatamente.

Abrió la puerta del armario y nos cogió de los pies y empezó a arrastrarnos hasta la cama, mientras gruñía y movía el cuchillo de lado a lado.

Cuando nos soltó salimos corriendo del cuarto y estábamos super asustadas pero ese lugar era como un laberinto. No encontrábamos cómo salir.

Al final encontramos una puerta, entramos. Había una mesa en medio de la sala, se escuchaba como una cuchara y de repente la silla se dio la vuelta. Había una silueta acariciando algo, supongo que era un gato. Encendió la luz y vimos que era una mujer de unos ochenta y pocos años. Parecía maja, le preguntamos dónde estábamos y nos dijo que en su casa. Después le preguntamos por qué había fantasmas, sillas y mesas flotantes.





Un susto terrible, un infarto, no sabemos porqué. Había una silueta no se de qué era, una silueta el triple de grande que nosotras y esa silueta apareció de repente detrás de la señora. Se lo dijimos y nos dijo que era amiga suya y de repente su cabeza se giró y su pelo estaba lleno de serpientes como medusa y salimos corriendo de allí. Me preguntó Cristina que si era un sueño y le dije que no sabía, después Lucia le dijo que si le pellizcaba. Sabíamos que había que salir de allí cuanto antes entonces empezamos a correr les dije que no se separasen y seguimos el camino en busca de la puerta para salir. Empezamos a correr y de repente me tropecé con algo y después noté algo que me tocaba la espalda. Pensé que era una de mis amigas pero luego siguió bajando la mano hasta que mi pierna estaba mojada y viscosa, me giré y salí corriendo.

Me toqué la espalda y noté algo húmedo, era sangre, tenía una raja por la espalda igual que mis amigas. Era como un hechizo que nos hacía parecer que estábamos en casa. Seguimos andando y vimos una luz, Lucía miró el móvil eran las 3 de la madrugada y teníamos un montón de llamadas perdidas de nuestros padres, pero no podíamos llamar porque si no, nos descubrirían.

Volvimos a guardar los móviles y seguimos caminando. Justo en ese momento fue cuando ya sabíamos que no había vuelta atrás, que teníamos que seguir luchando por salir de ese horrible lugar. Al final conseguimos salir después de mucho tiempo. Cuando salimos de la casa había policías por todos lados y cuando nos vieron una ambulancia vino y nos llevaron al hospital. Cuando nos vieron también contactaron a nuestros padres y les avisaron de que estábamos en el hospital. Cuando llegaron nos preguntaron qué había pasado y les dijimos que entramos en una casa a hacer truco o trato y cosas extrañas nos perseguían. Al principio no nos creyeron pero al final nos creyeron porque no éramos los únicos. Este Halloween fue el más chulo pero también el más extraño que tuvimos hasta ese momento. Ya veremos el año que viene...



# IRLANDA, UNA ISLA CON PASADO INGLÉS/VIKINGO

**POR ÁNGEL MEDINA**

Dublín es la capital y ciudad más poblada de Irlanda, es una ciudad mucho más limpia y organizada que por ejemplo, Madrid, aunque la ciudad en sí no es el foco de la columna de hoy.

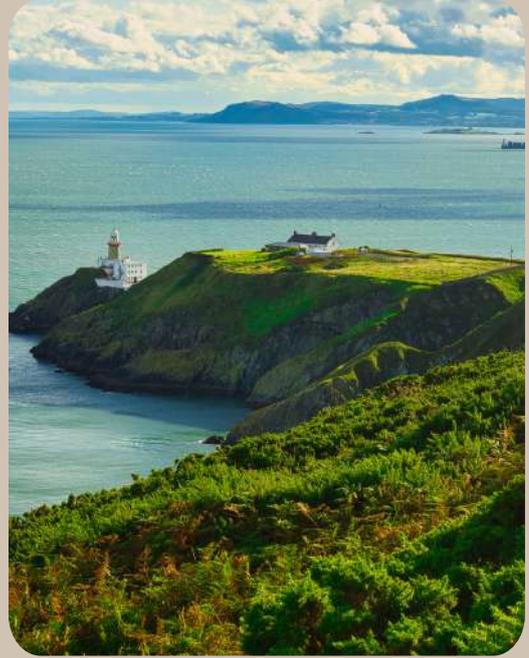
Irlanda ofrece destinos turísticos bastante bonitos e interesantes como la ciudad de Galway, los acantilados de Moher (Cliffs of Moher), el museo Dublinia, la catedral de San Patricio (St. Patricks cathedral)... Enfocándose primero en los acantilados, estos son a mi punto de vista bastante bonitos, es un espacio natural, cuenta con fauna autóctona, tiene un edificio incrustado en la colina que consta de un museo de la historia de estos acantilados, una cafetería, una tienda de regalos...

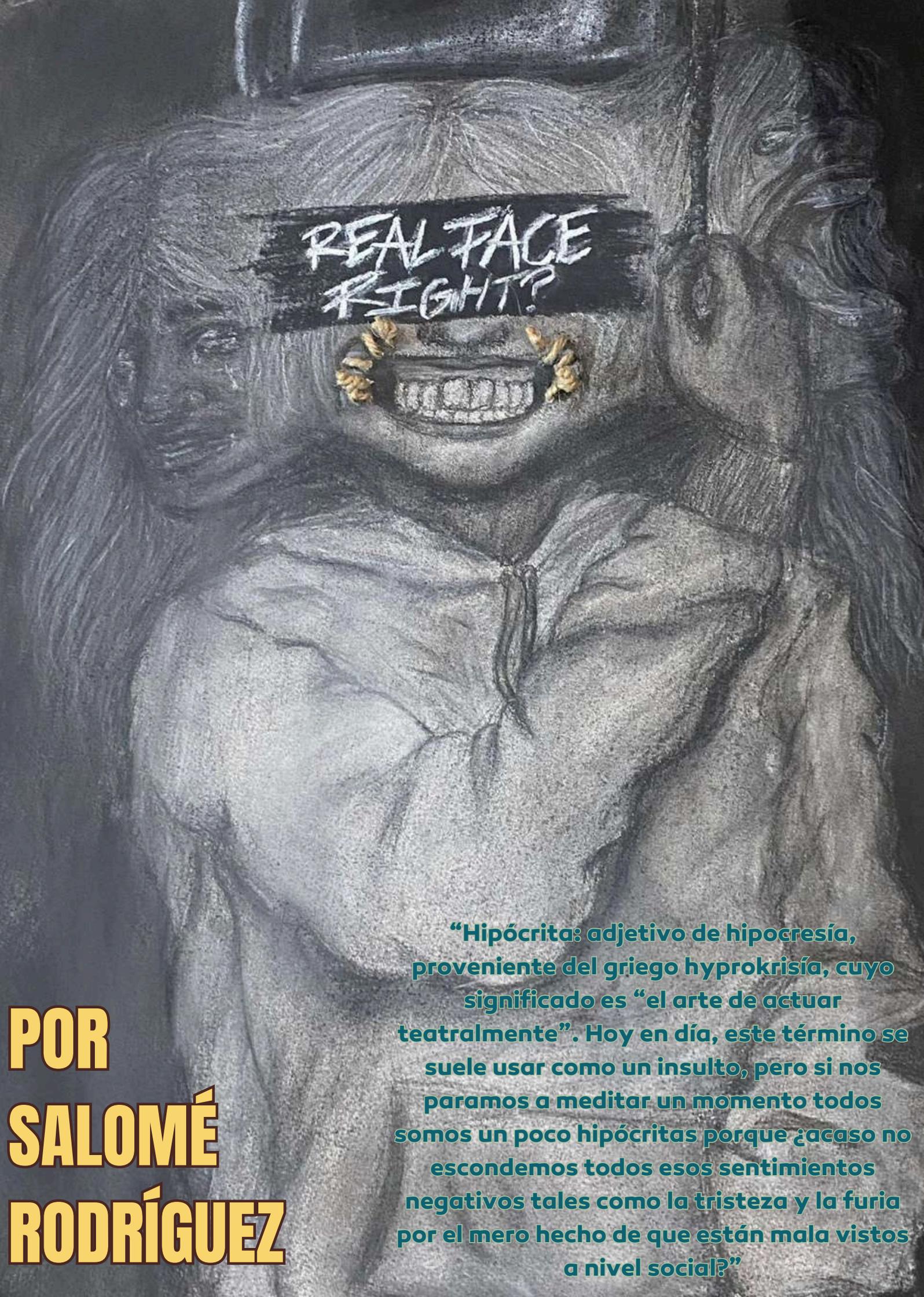
Pero lo realmente interesante está en los acantilados en sí. Estos tienen una amplia longitud y mar en frente aunque puede suponer un riesgo extremo debido al desprendimiento de terreno y rocas, así como otros factores. Si te gusta la naturaleza, te recomiendo que visites estos acantilados.



El museo de Dublín ofrece una retrospectiva al pasado de la edad media del territorio, te cuenta en gran detalle como era la vida allí y todo lo que se solía hacer en aquella época aunque lo cuentan de forma cercana para que sea más ameno. Este museo consta de 3 plantas y cuando subes no puedes volver a bajar por lo que recomiendo que veas cada planta en detalle y sin prisas.

Respecto al idioma, se habla Inglés por lo que recomiendo que si vas a visitar Irlanda, tengas conocimientos previos de Inglés.





**POR  
SALOMÉ  
RODRÍGUEZ**

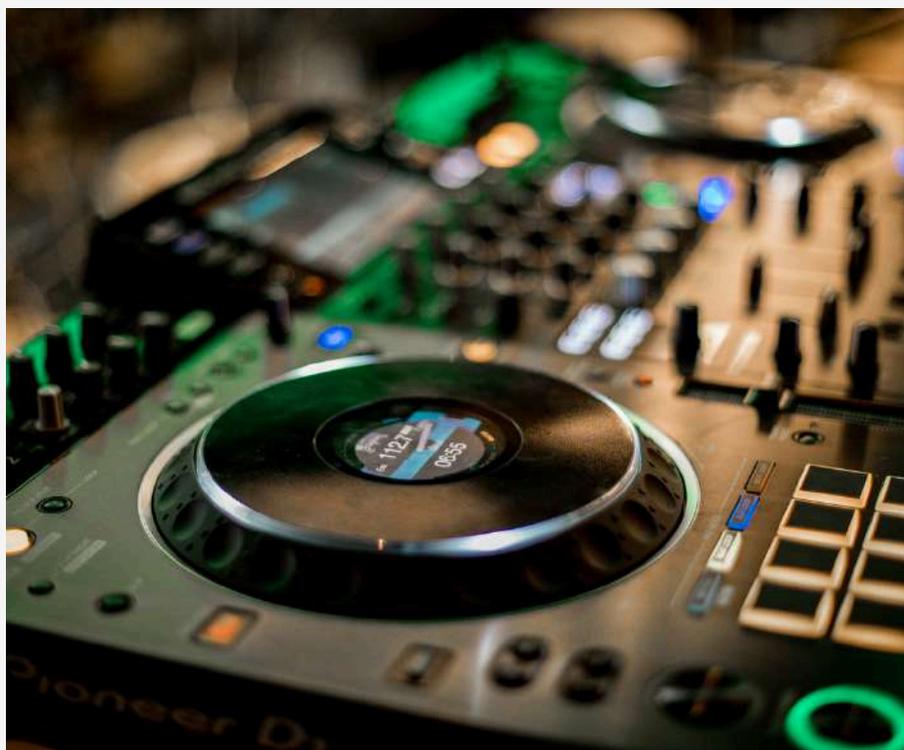
“Hipócrita: adjetivo de hipocresía, proveniente del griego *hyprokrisía*, cuyo significado es “el arte de actuar teatralmente”. Hoy en día, este término se suele usar como un insulto, pero si nos paramos a meditar un momento todos somos un poco hipócritas porque ¿acaso no escondemos todos esos sentimientos negativos tales como la tristeza y la furia por el mero hecho de que están mala vistos a nivel social?”

# CÓMO ESTÁ CAMBIANDO LA MÚSICA POR LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

**POR AITANA JIMÉNEZ**

Black Eyed Peas ha anunciado que, durante su residencia en Las Vegas en 2025, incorporarán a “Vida”, una inteligencia artificial diseñada para simular experiencias humanas. Vida no es un simple holograma; interactuará en tiempo real con los miembros de la banda, el público y el equipo técnico, ofreciendo una experiencia inmersiva y dinámica.

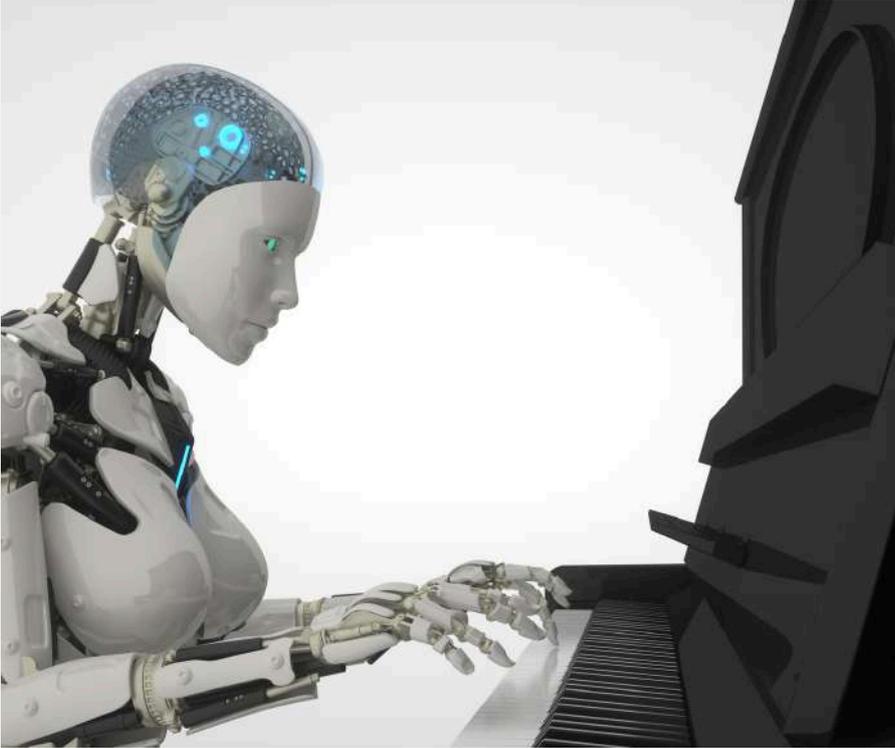
La residencia, titulada “Black Eyed Peas: 3008 The Las Vegas Residency”, se llevará a cabo en el PH Live del Planet Hollywood Resort & Casino, con 15 presentaciones programadas entre febrero y mayo de 2025.



Will.i.am, el líder del grupo, mencionó que la inspiración para integrar a Vida surgió tras asistir al “Eras Tour” de Taylor Swift, donde quedó impresionado por el uso innovador de la tecnología en el espectáculo. Esta experiencia lo motivó a explorar nuevas formas de interacción en sus presentaciones.

Con la incorporación de Vida, Black Eyed Peas busca redefinir la experiencia de los conciertos en vivo, fusionando música y tecnología de manera pionera en la industria.

# ¿QUÉ ES VIDA Y CUÁL ES SU ROL?



Vida es una inteligencia artificial interactiva, diseñada específicamente para acompañar al grupo en su residencia en Las Vegas. Su función no será solo visual, como los hologramas que ya conocemos, sino que actuará como una especie de entidad virtual viva.

Vida podrá comunicarse no solo con los miembros del grupo, sino también con la audiencia y el personal técnico detrás de escena. Esto la hace única, ya que su diseño permite adaptarse dinámicamente a las respuestas y reacciones del público.

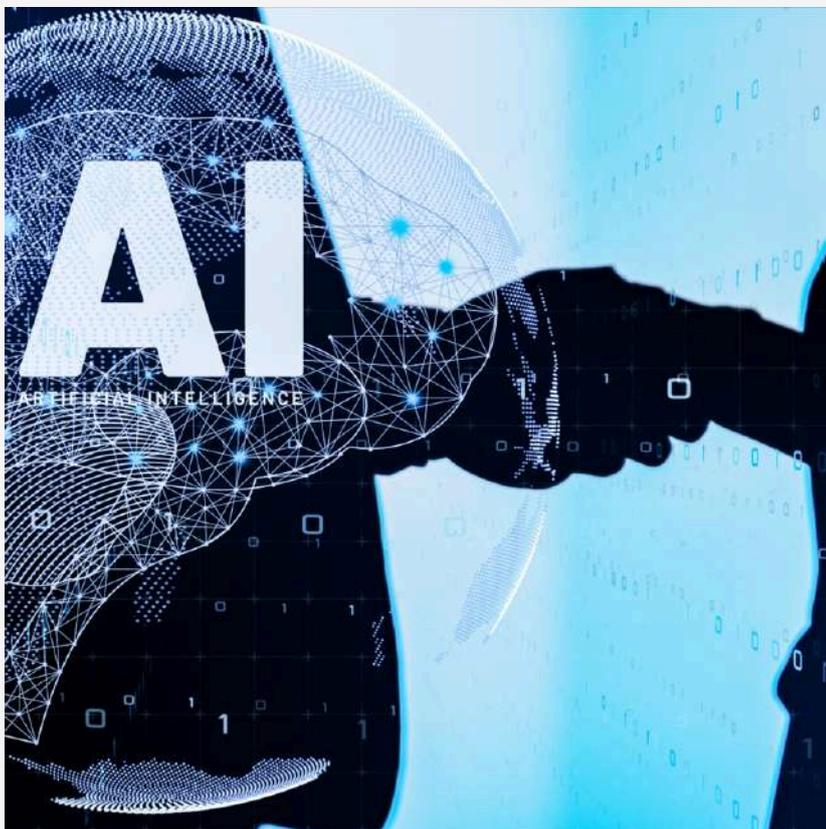
Vida es una inteligencia artificial interactiva, diseñada específicamente para acompañar al grupo en su residencia en Las Vegas. Su función no será solo visual, como los hologramas que ya conocemos, sino que actuará como una especie de entidad virtual viva.

Vida podrá comunicarse no solo con los miembros del grupo, sino también con la audiencia y el personal técnico detrás de escena. Esto la hace única, ya que su diseño permite adaptarse dinámicamente a las respuestas y reacciones del público.

# ¿CÓMO SE INTEGRA VIDA AL ESPECTÁCULO?

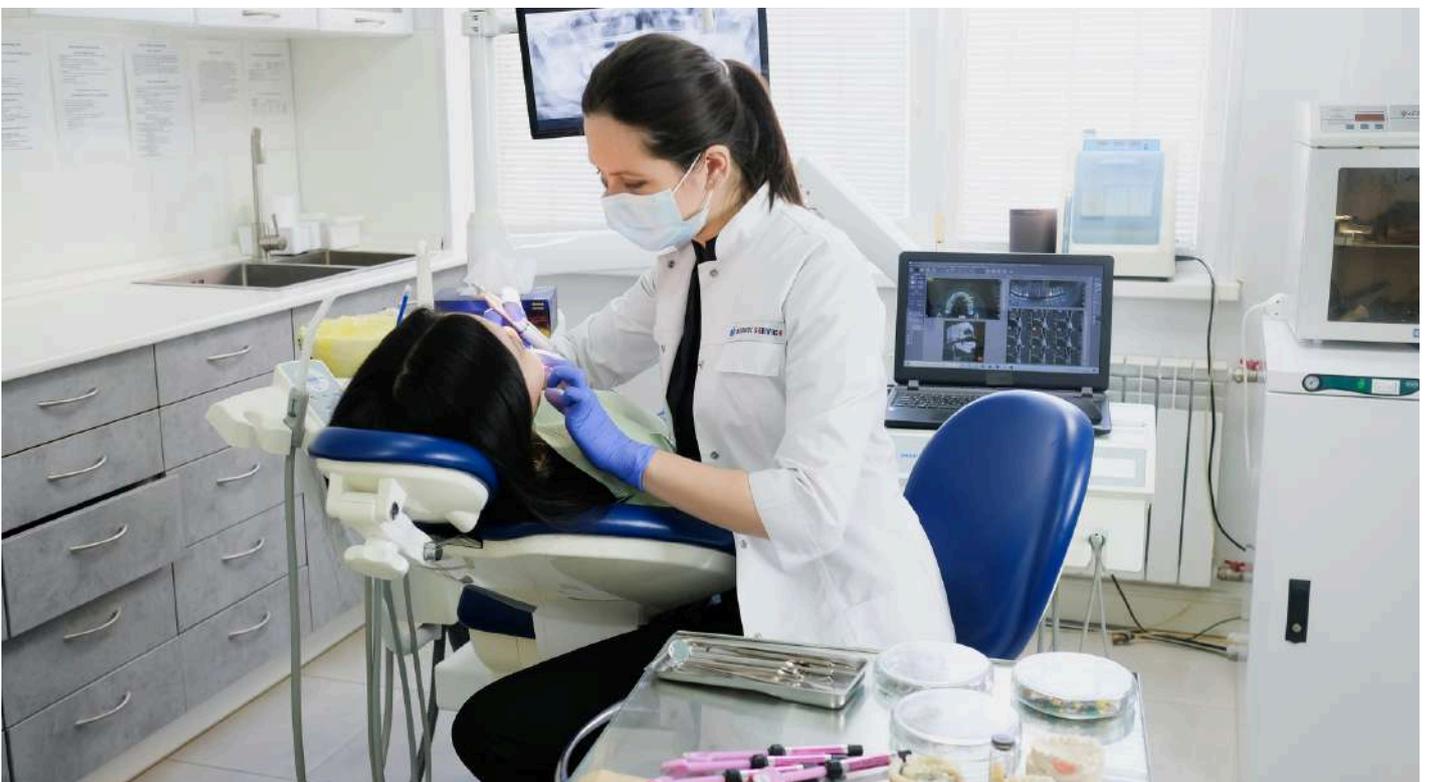
El título de la residencia es en referencia a su éxito “Boom Boom Pow” y su visión futurista. Vida será parte del espectáculo no solo como un asistente tecnológico, sino también como un personaje que ayudará a contar una historia dentro del concierto. Vida podría aparecer en pantallas gigantes, interactuar en proyectos de realidad aumentada o incluso manejar partes del espectáculo musical y visual.

Will.i.am, conocido por su interés en la tecnología, trabajó con expertos en inteligencia artificial y realidad aumentada para desarrollar Vida. Vida se basa en sistemas de procesamiento de lenguaje natural para interactuar.



# SOBREVIVIENDO AL DENTISTA

POR CLARA JIMÉNEZ



Ir al dentista es una de esas experiencias universales que, seamos honestos, nadie ama pero todos sabemos que necesitamos. Es como comer brócoli: lo haces porque es bueno para ti, aunque lo harías con más ganas si supiera a pizza. Así que aquí estoy, con 20 años, tratando de explicarte lo que significa sentarte en esa silla que parece sacada de una película futurista (pero más aterradora) y dejar que alguien explore tu boca como si estuviera buscando un tesoro.

Primero, quiero confesar algo: yo soy la típica persona que dice "voy cada seis meses al dentista", pero en realidad esos seis meses a veces se convierten en un año (o dos... ¡pero no me juzguéis!). Cuando vas al dentista sabes que te esperan una serie de reproches por su parte y una serie de justificaciones por la tuya: por no usar suficiente hilo dental, no lavarte tres veces al día los dientes, no lavarlos el tiempo suficiente, de la manera adecuada, no usar irrigador...un rollo, vamos.

El día de la cita siempre es un drama interno. Comienza desde que programo la visita. "*¿Realmente necesito esta limpieza? ¿Tal vez mis dientes no están tan mal?*" Spoiler: siempre están "tan mal". A esto le sigue una fase de motivación: "*Esta vez voy a ser una adulta responsable*". Pero, al llegar a la clínica, esa motivación se derrumba cuando escucho el sonido del taladro del mal en otra habitación y mi pituitaria percibe ese olor tan característico horripilante.

¿Y qué me dices de las preguntas que te hacen mientras tienes la boca abierta y un tubo succionador atrapado entre los dientes? ¿Cómo se supone que voy a responder a "*¿estás estudiando?*" con tres instrumentos en la boca? Pero, siendo justos, los dentistas tienen un talento increíble para interpretar lo que parecen ser gruñidos ininteligibles. Es un superpoder digno de admirar.



Después viene el momento de la verdad: la conversación post-limpieza. Aquí es donde repito, te dicen todo lo que estás haciendo mal. Y aunque sé que mi dentista no me está juzgando (o eso me repito), siento que mi yo adolescente rebelde vuelve a salir. "*Sí, sí, ya sé, debo usar hilo dental todos los días*". (la verdad es que no lo hago. Pero prometo intentarlo... al menos hasta que se me olvide).

Al final, sales del dentista con la sensación de haber sobrevivido a un episodio de Survivor. Y, aunque en el momento parece una tortura moderna, en realidad es una pequeña victoria: mis dientes están limpios, mi conciencia un poco más tranquila y tengo seis meses (ok, tal vez un año) para trabajar en mejorar mis hábitos.

Así que, para ti que estás leyendo esto y quizás posponiendo tu cita dental, te entiendo. Pero ve. Hazlo. Tus dientes y tu futuro yo te lo agradecerán. Además, siempre está la posibilidad de que te den un cepillo nuevo al final. Es como un pequeño premio por sobrevivir al dentista.

Con cariño (y un poco de flúor en el alma), Clara.