

ACTUALIDAD

Resumen del XXVI Congreso de la Federación Naturista Vegetariana Española

Los pasados días 4 y 5 de octubre tuvo lugar en la finca del Pantano de Torrente de la *Sociedad Vegetariana Naturista de Valencia* el congreso anual de la Federación, junto con la celebración de la tradicional *Fiesta del Día de la Fruta*.

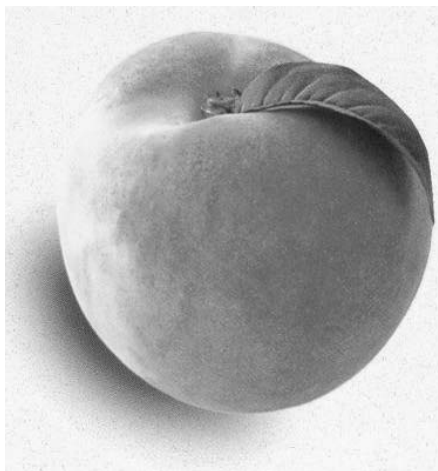
Debido a un desafortunado malentendido, la anunciada reunión del Congreso para el domingo se intentó realizar el sábado por la tarde, con la ausencia de algunas delegaciones, lo cual ocasionó su repetición el propio domingo por la mañana.

Tras la exposición de la situación actual, sin ninguna actividad relevante y en la que se tenía en suspenso el funcionamiento de la Federación al desestimarse su transformación en la *Unión Vegetariana Española* en la anterior reunión del 9 de noviembre de 2002, la conclusión más destacada de esta asamblea fue el interés renovado por no dejar desaparecer la tradición histórica que representa la Federación e intentar seguir adelante.

Hubo dos candidaturas para tomar el mando de la Federación, una pre-

sentada por el joven Miguel Angel Pérez, de la *Sociedad Naturo-Vegetariana de Gata de Gorgos*, y otra presentada por Joan Borrell, de la *Sociedad Naturista Vegetariana de Barcelona*. Finalmente en la votación fue elegido presidente éste último por ajustada mayoría, confirmando la tendencia a conservar la trayectoria que se ha llevado en los últimos años. Se otorgó el cargo de secretario al presidente saliente Manuel Tinoco, representante de la asociación de Málaga.

Las promesas del nuevo presidente contemplan una serie de actividades encaminadas a promover la difusión del vegetarianismo, unos objetivos ambiciosos teniendo en cuenta el pasado reciente de la Federación.



Todo esto podrá ser demostrado en la práctica durante el próximo año.

La *Sociedad Naturista Vegetariana de Alcoy* puso de manifiesto su intención de seguir perteneciendo formalmente a la Federación, si así se aceptaba, a pesar de estar promoviendo el proyecto de la *Unión Vegetariana Española* por parte de su actual presidente, David Román. En relación a este punto nadie planteó ninguna alegación, razón por la cual continuamos integrados en ambas agrupaciones que siguen caminos paralelos. También aprovechamos para informar sobre las actuaciones realizadas por la *Unión Vegetariana* desde su creación y en especial dar a conocer el primer número de la revista *Vegetus*, que causó una buena impresión entre algunos de los asistentes.

El resto del día transcurrió sin más gloria, pues las habituales charlas sobre naturismo que suelen ser habituales tras la comida de la *Fiesta de la Fruta* quedaron eclipsadas. Una breve exposición sobre el Esperanto dio paso (forzadamente) a la celebración de una reunión particular de los miembros de la Sociedad anfitriona para discutir sus nuevos estatutos. Este hecho, lógicamente, causó un malestar generalizado entre los asistentes procedentes de otras ciudades, que poco a poco fueron desapareciendo.

COCINA: Zarangollo

Es un pisto murciano de calabacín y cebolla.
Para 4 personas.

INGREDIENTES:

1 kilo y medio de calabacines • Medio kilo de cebollas
200 mililitros de aceite de oliva
1 cucharadita de orégano • Sal marina

PREPARACIÓN:

1. Pela y pica bien la cebolla y los calabacines.
2. Calienta el aceite y cuece muy lentamente la cebolla tapada.
3. Cuando empiece a estar blanda, añade los calabacines y continúa cocinando durante 25 minutos a fuego lento.
4. Añade la sal y el orégano.
5. Cuece 10 minutos más y ya lo tienes listo para servir.

HISTORIA DEL NATURISMO

El pasado 16 de octubre tuvo lugar en el Ateneo Cultural "El Panical" de nuestra ciudad la presentación de un interesantísimo libro titulado "La vuelta a la naturaleza", obra de Josep Maria Roselló que recorre la historia del pensamiento naturista en nuestro país desde finales del siglo XIX hasta la actualidad

Josep Maria Roselló es licenciado en Ciencias Políticas y Sociología por la Universidad Autónoma de Barcelona, y ha sido promotor y colaborador de diversos proyectos relacionados con el naturismo y la salud (Centre de Salut Integral, Sumendi, Todo Naturismo, Natur Vida).

En este libro, muy documentado y con una amplia visión, el autor estudia las cinco corrientes principales del movimiento naturista (naturismo libertario, trofología, vegetarianismo naturista, vegetarianismo social y librecultura), analizando sus aportaciones teóricas y prácticas, la trascendencia de sus propuestas, las revistas y publicaciones que sirvieron de soporte a la difusión de sus ideas así como sus figuras más destacadas. Este exhaustivo trabajo, que abarca más de un siglo de historia, se ve precedido por una breve introducción histórica - cuya finalidad es precisamente exponer la interrelación existente entre estas diferentes corrientes mencionadas - y finaliza con una panorámica general sobre el devenir del movimiento naturista en sus diferentes expresiones desde 1939 hasta la actualidad.

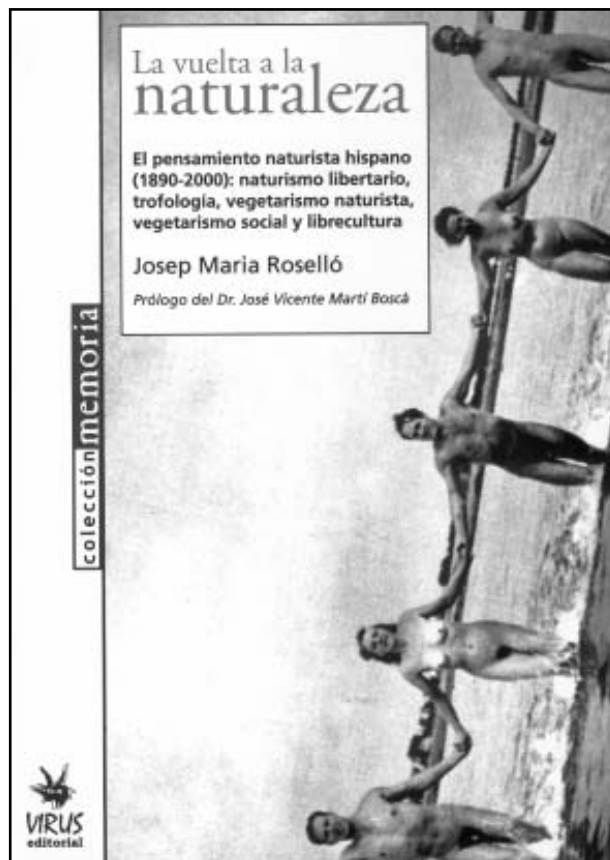
"Lejos de ser algo del pasado, los planteamientos naturistas siguen siendo una necesidad ineludible para quienes creen en la necesidad de romper con la lógica del capitalismo depredador del medio ambiente y de las personas; y por lo tanto las ilusiones y la lucha de aquellos hombres y mujeres por un mundo nuevo deberían servirnos de estímulo para aquellas personas que seguimos creyendo que otro mundo no sólo es posible, sino imprescindible".

Josep Maria Roselló tuvo la gentileza de obsequiar a nuestra Sociedad Naturista Vegetariana con un ejemplar de su libro en agradecimiento por haberle permitido consultar el fondo documental histórico con el que cuenta nuestra biblioteca. Así pues, a partir de ahora disponemos de este excelente libro que

está a disposición de todos nuestros socios.

A continuación reproducimos un extracto del libro "La vuelta a la naturaleza" donde se habla de la historia naturista en nuestra ciudad, que en sus inicios nació enmarcada en la corriente del naturismo libertario de aquella época anterior a la Guerra Civil.

"La Sociedad Naturista Cultural de Alcoi (Alacant) se constituyó en 1922, como continuación de una tradición que se remontaba a principios de siglo y que tres años antes, en 1919, había creado el Círculo Instructivo y Naturista. La Sociedad obtuvo el respaldo de todo el mundo cultural alcoyano, y las exposiciones, conferencias y recitales encontraron en su local el mejor eco. Por otra parte, al acondicionar el paraje de Els Canalons con su frondosa vegetación, agua y discreto aislamiento, facilitaron las reuniones dominicales de más de cien personas para bañarse, practicar el desnudismo y los deportes, dar conferencias o escuchar conciertos de música clásica a través de una radio de galena. Allí habló Federica Montseny o Nicolás Capo, danzó su compañera Ramona Perera,... El interés por conocer cosas nuevas y vivir una vida armónica con la Naturaleza de aquel grupo de jóvenes alcoyanos hizo que el movimiento naturista la reconociera públicamente como la mejor agrupación naturista. Sólo la Iglesia discrepaba y procuraba disuadir a los jóvenes del interés por la Naturaleza. El ambiente que emanaba de la Sociedad era predominantemente libertario, lo cual dio lugar a que paralelamente se creara un reducido Centro Naturista Deportivo (1936), también de izquierdas, pero de otra tendencia y sin mayor trascendencia. Los aires bélicos acabaron, no mucho tiempo después, con ambas."



La vuelta a la Naturaleza
Josep Maria Roselló
Virus editorial, 2003

| noviembre 2003 | | | | | | |
|----------------|----|----|----|----|----|----|
| l | m | m | j | v | s | d |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

PROGRAMA DE ACTIVIDADES NOVIEMBRE 2003

MIÉRCOLES 5

A las 8 horas. EXCURSIÓN: recorrido por la Vía Verde y regreso por el Molinar. Salida desde el local de la Sociedad.

VIERNES 7

A las 19,30 horas. CONFERENCIA a cargo de David Román bajo el título de "La influencia de la alimentación en las enfermedades degenerativas".

VIERNES 14

A las 19,30 horas. Reunión de la Junta Directiva.

VIERNES 21

A las 19,30 horas. CHARLA-COLOQUIO dirigida por M^a Angeles, sobre el tema: "Espiritualidad".

DOMINGO 23

A las 8 h. EXCURSIÓN por el sendero PRV-56. Salida desde la Sociedad en vehículos particulares hasta el puesto de la Cruz Roja de Muro. Itinerario: Barranc de la Quebrantà, Racó Llobet, Font de la Boronà. Distancia: 14 km. Duración: 4:30 horas.

VIERNES 28

A las 19,30 horas. CHARLA-COLOQUIO a cargo de Marisa Cantó, que tratará sobre el "Reiki", una terapia de curación con las manos.

Se está organizando un viaje a Orihuela patrocinado por la CAM para el mes de noviembre. Los interesados pueden informarse en la Sociedad los viernes, en las sesiones ordinarias.

A todas las actividades pueden asistir tanto socios como público en general

**Sociedad
Naturista
Vegetariana**

C/Músico Serrano, nº 5
03802 ALCOI

en internet:
<http://es.geocities.com/snvalcoi>
snvalcoi@yahoo.es

- TALLERES Y CURSOS -

Las sesiones de **GIMNASIA** ya están funcionando y se imparten los lunes, martes y jueves, de 9:15 a 10:15 de la mañana, y los martes y jueves por la tarde a las 17 horas.

El **YOGA** continúa siendo los lunes y miércoles por la tarde a las 16:30 horas.

Los martes a las 19:30 horas se hace un **TALLER DE SANACIÓN**, al que pueden asistir todas las personas que lo necesiten. Y a las 20:30 horas continúa el **TALLER DE MEDITACIÓN** que fue iniciado la temporada anterior.

El **CURSO DE INICIACIÓN A LA ASTROLOGÍA** impartido por José Luis continuará realizándose los jueves a las 20 h.

Con motivo de las obras de mejora realizadas en el local de la Sociedad, se propone una derrama voluntaria (orientativo más o menos 6 euros) para hacer frente a los gastos, que se puede abonar los viernes en la Sociedad o en la cuenta de la CAM 1006-00046003/17



NOTAS BREVES

LA CARNE ROJA PUEDE GENERAR UNA RESPUESTA INMUNE

Los amantes de las carnes rojas es posible que con el tiempo tengan que prescindir de esos manjares que tanto les gustan. Las últimas investigaciones en este campo apuntan la posibilidad de que la ingesta continuada de estos alimentos genere una respuesta inmunitaria debido a la presencia de una molécula no humana contenida en la carne, lo que podría explicar la inflamación de algunos tejidos de nuestro organismo.

Investigaciones previas ya habían alertado sobre la relación entre la ingesta de carnes rojas y cáncer, enfermedades coronarias y ciertas inflamaciones. No obstante, estos estudios se habían centrado en el daño ocasionado por las grasas insaturadas y algunos componentes derivados de la cocción. Ahora, científicos de la Universidad de California (EEUU) han investigado por primera vez cómo la absorción

de una molécula -Neu5Gc- no producida por el ser humano y presente en alimentos como el cordero, el cerdo, la ternera y la leche provoca que el cuerpo la reconozca como una amenaza, con la consecuente activación del sistema inmunológico.

(...) "Es posible que los humanos hayamos desarrollado cierto tipo de tolerancia o indiferencia hacia la molécula Neu5Gc. No obstante, la mayoría de los humanos continuamos fabricando anticuerpos contra ella", afirman los autores de la investigación publicada en 'Proceedings of the National Academy of Sciences' que opinan que todavía es pronto para establecer una relación causal entre la molécula y algunas enfermedades. Sin embargo, los científicos creen que estas observaciones deben ser estudiadas más a fondo en estudios posteriores que determinen el mecanismo de absorción.

El Mundo Salud, 20/9/2003

LAS CAUSAS DEL CÁNCER PODRÍAN ESTAR EN EL PLATO

Por si a alguien le quedaba alguna duda de que 'somos lo que comemos', nuevas evidencias advierten de la estrecha relación que existe entre la dieta y algunos tipos de cáncer, como el colorrectal o el de próstata.

Ante los aplastantes datos que lo avalan, los científicos siguen insistiendo en la necesidad de comer equilibradamente, evitando el exceso de calorías, carnes rojas y comidas procesadas como mejor medida preventiva contra la enfermedad.

Dos estudios publicados esta semana abordan el problema desde dos perspectivas diferentes. En uno de ellos se demostró que las mujeres con un mayor consumo de grasas, pan blanco y azúcares eran más propensas a padecer cáncer de colon, mientras que en el segundo se advierte de que los hombres con un mayor consumo de calorías tienen hasta cuatro veces más probabilidades de desarrollar

cáncer de próstata.

Los mecanismos que están detrás de esta relación son muy similares en ambos casos. «Las carnes rojas», explica la directora de la primera investigación, «se cocinan a unas temperaturas tan altas que pueden generar nitrosaminas». Esta sustancia química, que aparece tanto en el proceso de fritura como durante la conservación, puede acabar convirtiéndose en un agente cancerígeno.

En cuanto al pan blanco y otros cereales procesados, estos alimentos aumentan los niveles de insulina en el organismo, una sustancia que puede iniciar el proceso carcinogénico transformando las células sanas en enfermas. Algo similar a lo que ocurre cuando se consumen excesivas calorías, lo que aumenta el nivel de algunas hormonas. Es el caso del factor de crecimiento insulínico tipo I, asociado directamente con el cáncer de próstata.

El Mundo Salud, 10/3/2003

UN NOBEL AFIRMA QUE EL MAYOR PROBLEMA SANITARIO ES LA "ESTUPIDEZ HUMANA"

Polémico pero seguro, el premio Nobel de Medicina de 1996, Rolf Zinkernagel, afirmó ayer que el "mayor problema sanitario es la estupidez humana". "Si comemos adecuadamente, no fumamos, controlamos el alcohol y hacemos ejercicio podemos evitar un 60% de las enfermedades que padecemos antes de los 60 años. Pero no lo hacemos", remachó. A partir de esa edad la situación es peor. "Hay que tener en cuenta que el ser humano cumple su cometido biológico, que es la reproducción, a los 30 años". "Pero ni a los políticos ni al público les gusta oír esto", añadió.

El País, 7/10/2003