



José Polanco, Araceli Alonso, Ángel Urizar y Teodosia Fernández.

:: FOTOS: JESÚS ANDRADE



Carlos Cummings, Carlos Egea y Eduardo Anitua.



Iñaki Casas, Iván Fernández y Raúl López de Armentia.



Javier Trocóniz, Joaquín Durán, Gabriela Zamora y Brisaida Campos.



Sara Rivas, Estibaliz Vesga, Laura García y Nadia Beltrán de Lubiano.

## RESPIRAR ES LO PRIMERO

**D**ecía Aristóteles que el aire es nuestro alimento y nuestro medicamento, y no le faltaba razón al filósofo griego. Y fue un poeta romano, Ovidio, el que escribió que nada es más fuerte que el hábito y es precisamente esta cita la que preside el libro de **Eduardo Anitua** 'Aprendiendo a respirar mejor', que el doctor presentó ayer en la Casa de Cultura Ignacio Aldecoa.

Como los grandes artistas, el presidente y director científico de BTI Biotechnology Institute tuvo que colgar el cartel de 'no hay entradas' porque registró un lleno absoluto y fueron muchos los que se quedaron sin poder asistir a la interesante

conferencia. Tantos que **Carlos Cummings**, director de Comunicación de la multinacional española especializada en biomedicina, avisó a los interesados que no lograron entrar por falta de aforo que procurarán repetir la experiencia lo antes posible.

**Carlos Egea**, neumólogo en el Hospital Vithas San José, abrió la cita felicitando a los presentes por vivir en una ciudad «interesada en la salud». Su colega **Joaquín Durán-Cantolla**, especialista en neumología por el Hospital Universitario Marqués de Valdecilla de Cantabria, elogió la figura de Anitua, otorgándole un doble mérito a su publicación, «porque es un libro de respiración y él

### EL MIRADOR

**El doctor Eduardo Anitua logró un lleno absoluto en la presentación de su libro 'Aprendiendo a respirar mejor' en la Casa de Cultura Ignacio Aldecoa**

### JOSEBA FIESTRAS



no es neumólogo», alabó. El galeno contó que si a un chimpancé le cosen las fosas nasales impidiendo que respire por la nariz, cambia su estructura maxilofacial. «Hasta Quedo dedicó una oda a la ilustre protuberancia! «La nariz existe y tenemos que usarla», comenzó diciendo Anitua, que para hacer más atractiva la charla pidió la colaboración del respetable al que propuso varios ejercicios respiratorios. Practicaron los consejos del maestro asistentes como **José Polanco**, **Araceli Alonso**, **Ángel Urizar**, **Teodosia Fernández** o **Brisaida Campos**, entre muchos otros.

Uno de los datos que más llamó la atención del discurso del autor fue cuando desveló que la mayoría de los deportistas de élite «no respiran bien». Anitua aseguró que si **Joseba Beloki** hubiese sabido respirar correctamente, «seguramente habría estado un peldaño más arriba en el Tour de Francia», sostuvo. Defendió la tesis el atleta **Iván Sánchez**, que no quiso perderse la con-

currida convocatoria, lo mismo que la directora del espacio anfitrión, **Teresa Castro**; el fotógrafo **David Quintas**; **Javier Trocóniz**, de Secot; el responsable de Identidad Corporativa de BTI, **Raúl López de Armentia**; o **Iñaki Casas**, de Kòmo Comunicación Corporativa; entre otros.

«Pasamos por la vida sin prestar atención a las cosas más sutiles. No reparamos en nuestra respiración, en el latido de nuestro corazón o en nuestro parpadeo». Así comienza el volumen del doctor Anitua en el que han colaborado la doctora en Odontología **Laura Piñas**, la psicóloga especialista en Neuropsicología **Gabriela Zamora**, el director de Nirakara Institute **Gustavo G. Díez** y el doctor Durán-Cantolla. Atractivo, interesante y muy fácil de leer, 'Aprendiendo a respirar mejor' es una obra sobre todo muy práctica. **Sara Rivas**, **Estibaliz Vesga**, **Laura García** y **Nadia Beltrán de Lubiano** se encargaron de atender con mimo a los muchos asistentes que se acercaron a preguntar por el volumen.

**EL CORREO**  
tve  
**corazón de domingo**

Los domingos la más rigurosa actualidad informativa se complementa con una revista diferente que nos presenta el panorama social de los famosos.

Por sólo **0,60€** + CUPÓN del día

**EL CORREO**  
INFORMACIÓN CON VALOR