



## CÓMIC

En *Daredevil. El hombre sin miedo* (Panini) se explica el origen del Diabolo Guardián narrado por el autor que mejor le conoce y por uno de los mejores dibujantes que han pasado por su serie. Un fuego arde en el más profundo de Matthew Murdock, el hijo de un boxeador asesinado por la mafia al que un accidente cambió su vida para siempre. Pronto, un justiciero enmascarado vigilará las calles más oscuras de la ciudad.



## ECONOMÍA

El siempre incorrecto Carlos Rodríguez Braun publica en LID el *Diccionario incorrecto de la nueva normalidad. Lo que no se puede pensar, ni mucho menos decir*. En su última obra desafía los «bulos» del pensamiento único y nos invita a que resistamos frente a las «opresivas, pacatas y ridículas pretensiones uniformizadoras de la casta gobernante». Con su estilo tan ameno como peculiar, el economista argentino vuelve a satisfacer a su legión de seguidores.

# LOS EFECTOS BENEFICIOSOS DEL MIEDO

La psicóloga Alicia Martos acaba de publicar 'Se hizo el silencio', donde plantea soluciones internas ante una pandemia que ha cambiado para siempre el modo de vivir y sentir

CHARO BARRIOS

La COVID-19 nos ha frenado en seco. La enfermedad y las crisis sanitaria, social y económica que lleva aparejada han paralizado el mundo, nos ha devuelto a casa, nos impide viajar, salir y tocarnos. Curiosamente, este tiempo de parálisis es también de revolución.

La pandemia se ha convertido en un gigantesco borrón en nuestras vidas. De lo que ocurre en los hogares, las residencias y los centros hospitalarios se ha hablado hasta la saciedad, y se seguirá haciendo, en conversaciones y en los medios. ¿Cómo no iba a ser así, si el maldito bicho, además de destrozar vidas, está arruinando familias, arrasando la economía?

Alicia Martos, que acaba de publicar *Se hizo el silencio* (Alfar), cree que al principio no lo hicimos bien. Que utilizar una metáfora bélica para explicar el virus fue un error, porque lo que necesitábamos potenciar eran valores contrarios a una guerra: la cooperación, la compasión, la solidaridad, la empatía... Que se infantilizó y blanqueó el lenguaje de la pandemia, lo cual impidió que la ciudadanía se concienciara sobre la magnitud del virus e incumpliera normas, y propició la aparición de movimientos reaccionarios, negacionistas.

No nos asustaron lo suficiente, cuando es el miedo, sostiene la psicóloga, lo que ha ayudado a las personas mayores a acatar las normas para sobrevivir. También la conciencia de su propia fragilidad, claro, la evidencia contrastada de que eran el grupo de población para el que el virus resultaba más letal. «Una dosis adecuada de miedo es beneficiosa, nos protege y nos hace actuar de forma adaptativa», dice la experta. En el otro lado están los jóvenes temerarios que creyeron ser inmunes a la enfermedad y en esa burbuja de (falsa) seguridad, desarrollaron comportamientos irresponsables. «La falta de miedo les hace no querer renunciar a sus comodidades y vida anterior. A muchos les puede el egoísmo».

Pero incluso ellos, los más jóvenes, o los adultos más insensatos, han visto cómo la pandemia los forzaba a recogerse en casa de manera radical, o no tanto pero mu-



La andaluza, de 33 años, cree que vamos a crecer en nuestros afectos a raíz del coronavirus.

cho más de lo que nunca pensaron. Y esa reclusión total o parcial ha sido, para unos, una bendición y, para otros, un castigo. No ya por las características propias de cada casa, sino porque no todo el mundo lleva bien la soledad, la presencia continuada de la familia o la supresión de los contactos sociales. Y porque, subraya Martos, el ser humano siempre tendrá la necesidad del «piel con piel». Incluso aventura que, tras la pandemia, quizá se registre un efecto rebote y nos volvamos aún más afectivos para compensar el tiempo perdido.

**TELETRABAJO.** Capítulo aparte merece el teletrabajo, al que muchos aspiraban pero que, en las condiciones actuales, no siempre ha resultado ser una apuesta gana-

dora. «No estábamos preparados», dice la madrileña, y esta nueva rutina laboral no se puede improvisar, hay que diseñarla.

Algo similar ocurre con los estudiantes de toda edad. La vuelta al cole, aun plagada de incidentes, ha venido a solucionar en parte los problemas surgidos en la primera etapa de la pandemia. Una vez más, la enfermedad nos demostró que no estábamos preparados para el salto a la red del sistema educativo, ni desde un punto de vista tecnológico ni desde un punto de vista humano, aunque, también una vez más, hay tantos casos como niños porque todo depende de la situación en casa, del estado y la preparación de los padres, de las habilidades de los profesores, de las posibilidades tecnológicas del

colegio... y del grado de preocupación que la enfermedad provoque en la familia.

Insiste la psicóloga en su primer libro en que entender la situación que vivimos, conocer cuáles son los síntomas de la ansiedad, cómo funciona, para qué sirve y qué podemos hacer cuando nos sobreviene, ayuda a normalizar un estado que asusta si no se conoce. Y en que descubrir una explicación a los comportamientos que han surgido durante la pandemia nos ayuda a entender a los demás y a nosotros mismos, a convivir con lo que sentimos, sea más o menos agradable, a empatizar, a respetar y respetarnos. Estamos inmersos en una revolución: falta por saber qué alteraciones de nuestra vida van a ser pasajeras y cuáles serán para siempre.

## RECOMENDADOS

## Un Buda en la oficina

Autor: Dan Zigmund Editorial: Kairós Páginas: 272 Precio: 13,30 euros

Sin haber pisado una oficina en su vida, el Buda sabía que ayudar a las personas a trabajar correctamente era esencial para facilitarles el acceso a la senda del despertar. Y hoy le necesitamos.



## El arte de la fotografía documental

Autor: J. Sánchez-Monge Edit.: Anaya Multimedia Págs: 216 Precio: 23,00 euros

Esta obra recoge la naturaleza real de la fotografía documental y el acceso y la planificación del proyecto con un contenido duro.



## A la caza de Houdini

Autor: Kerri Maniscalco Editorial: Puck Págs: 480 Precio: 18,25 euros

Audrey y Thomas se encuentran a bordo de un lujoso transatlántico que se convierte en una horrorosa prisión flotante cuando un asesino termina con la vida de los pasajeros uno por uno.

