



## TRIBUNA

## Corpore sano

Jueves 25 de junio de 2015, 21:13h

“Las primeras semanas dormí sobre un colchón en el suelo. Había leído en una revista que era muy bueno para la espalda”.

Anna Gavaldà. (Quisiera que alguien me esperara en algún lugar).



ENRIQUE ARNALDO  
Catedrático y Abogado  
331 artículos

Les presento a Ricardo Piñero, sobre los cuarenta y bastantes, es auditor de profesión. Su armario presenta el mismo orden que el de la última sociedad que fiscalizó sin objeciones. El módulo derecho, mirando desde el baño, almacena su ropa deportiva. Es un Decathlon en pequeño, un completo muestrario a la última moda. En las perchas de pinza se suceden los pantalones cortos de runner, de ciclista con almohadilla culera, de padel, los de tenis, de Fred Perry de toda la vida y los de golf, por supuesto, en diversos colores; en las perchas triangulares, de golf largos y un par de ellos de motero. Los cajones contienen todo tipo de camisetas holgadas y apretaditas, de tirantes y de diversos tipos de manga; polos y nickies; chandals, sudaderas, bañadores braga náutica y sueltos; muñequeras y coderas, podómetros y medidores diversos. Y en el zapatero, una colección de deportivas deslizantes, con clavos, sin clavos, aerotransportadoras con triple cámara de aire y con fosforescencias varias. Y, por supuesto, pero ya en el baño, una báscula digital.

Ricardo Piñero reserva los días de diario para el running (de siete menos cuarto a siete y media) y, para el gimnasio de musculación y de pesas, la hora del prealmuerzo (de dos y cuarto a tres). Hace veintiséis largos al regresar a casa, sobre las ocho y media de la tarde en el polideportivo que está cerca de su casa. Los fines de semana juega al padel o al tenis (alternativamente) los sábados por la mañana y al golf los domingos siempre a las ocho y media para evitar aglomeraciones. De vez en cuando hace doscientos kilómetros en su Harley inmaculada.

Ricardo Piñero, además de metódico y madrugador, es vigorético. Sus compañeros de trabajo le admiran por su constancia pero se burlan en privado por su obsesión por las tabletas y, delante suyo por su afición exclusiva a las ensaladas y al pescado vuelta y vuelta. Es experto en marcas de agua embotellada. Se atragantó con un cigarrillo adolescente y se hizo fundamentalista de la liga antitabaco.

Una mañana aparece arrastrando una pierna. Pequeña lesión meniscal. Otra mañana anuncia que la tendinitis en la muñeca derecha no le dejó dormir. Otras veces más se presenta con una férula en la pierna izquierda. Nada grave, breve descanso y plan de recuperación con una fisioterapeuta de confianza.

Cuentan que el sempiterno primer ministro o ministro italiano del porco governo, Giulio Andreotti dijo, el día de su ochenta y cinco cumpleaños, que había perdido grandes amigos que practicaban habitualmente deportes diversos que le habían insistido en las bondades de la práctica deportiva, pero que él no se había dejado seducir. Todos habían fallecido antes que él.

Cualquier parecido con la realidad es pura coincidencia.

vida sana

¿Te ha parecido interesante esta noticia? Si (2) No(0)

+ 0 comentarios



## ÚLTIMAS NOTICIAS

- GP México. Max Verstappen gana y Lewis Hamilton sobrevive
- El Mallorca empató dos veces al Elche | 2-2
- El Atlético aumenta su desconfianza contra el Valencia | 3-3
- GP Algarve. Acosta, perla española del motor, campeón histórico de Moto3
- NBA. La última jugada asombrosa de Doncic en Estados Unidos

## EDITORIALES

- Sánchez y sus socios, envanecidos por el éxito de Ayuso
- Casado tiene razón: los presupuestos son falsos, radicales y ruinosos



## VÍDEOS



NBA. La última jugada asombrosa de Doncic en Estados Unidos



Cincuenta días de erupción: el volcán de Cumbre Vieja redobla su actividad



Yolanda Díaz prepara su plataforma electoral con Colau y Oltra, pero sin Podemos



Una impresionante granizada cubre de blanco Cala Rajada, en Mallorca



ENTRA Y DESCUBRE  
TODO LO QUE TE OFRECE  
TU CIUDAD



## EL IMPARCIAL

(C) 2008 Editorial Imparcial de Occidente SA  
Alfonso XII, 36 4º 12. - 28014 Madrid  
Tel. 917583912 - redaccion@elimparcial.es