

## *A punto para la Eurocopa*

La cuenta atrás ha comenzado. Falta menos de un mes para la Eurocopa de Suiza y Austria y ya se siente la competición en la calle. Hay ganas de fútbol internacional. Ya hemos empezado a organizar nuestros horarios. A la hora de los partidos sólo tenemos una compañera: la televisión. Lo sentimos.

¿Qué nos da el fútbol? Alegrías y penas, pasión compartida, entretenimiento y satisfacción por el éxito colectivo. No es poco, para un deporte tan sencillo como democrático.

Nos representan 23 jugadores. Todos jóvenes y con talento. La juventud, como siempre, marcando el paso. Ahí están Fernando Alonso, Rafa Nadal, Pau Gasol, Alberto Contador, el tándem Lorenzo-Pedrosa. Parece que el deporte español está en racha. ¿Y los Torres, Fábregas, Ramos y demás? ¿Podremos decir esta vez que hemos pasado de cuartos? Ánimo por nuestra parte no les va a faltar a los de la roja.

La Eurocopa, puro espectáculo. Un gran escaparate para marcas y tendencias. Los jugadores serán auténticos modelos e impulsores de esas mismas marcas y modas. ¿Cuántos niños lucirán tras la Eurocopa el mechón en la frente de Cristiano Ronaldo?

Sé que este europeo será el mejor escenario psicoestético del mundo. Al tiempo. Permaneceré atento.

*Ramiro F. Alonso*  
*Psicoesteta*

# ‘Acta’ para un reconocimiento

Cuando don Gregorio Marañón reflexionaba sobre los horizontes y tareas que dan sentido a la vida entregada del hombre, señalaba como actividades auténticamente vocacionales las de cura, maestro y, la suya, la de médico.

Seguramente don Gregorio, en los tiempos que corren, añadiría una más: la de árbitro de fútbol. Digo fútbol y digo bien porque, aunque todos los arbitrajes entrañan dificultad, nadie siente tanto la soledad y la incompreensión frente a los demás como en este deporte.

Cualquier jugador puede cometer fallos como consecuencia de la presión, los nervios o de su todavía deficiente *puesta a punto*. Pero el árbitro no. Este hombre *de negro* que mira y controla a 22 jugadores, que debe correr en todos los espacios, que no puede dejarse engañar por las picardías de unos y otros en el césped, ni por la presión de los graderíos; este hombre *de negro*, digo, termina siendo siempre el culpable de nuestra derrota. En cambio sólo comete errores de interpretación cuando nos favorece con un penalti en el último minuto.

El caso es que el próximo día 20 de mayo se le rendirá un homenaje a Xabier de los Santos Omar, un reconocimiento que todo árbitro merece tan sólo por el hecho de serlo. Pero, en el caso de Xabier, esta distinción se justifica aún más, pues se trata de un buen colegiado.

Reconforta saber que, en medio de tanta pasión irracional, de tanta frustración y agresividad contenida, se puede rescatar un día para el reconocimiento y para que los árbitros puedan ser valorados desde el lado humano y personal y no enfundados en un “oscuro atuendo de inquisición”. Por ello mi sincera enhorabuena a los organizadores del homenaje.

Espero, Xabier, que te lleguen muchas tarjetas de felicitación –no importa su color–, porque todas ellas llevarán anotadas bellas frases de elogio que servirán para confeccionar el acta final del homenaje que dará fe del afecto y reconocimiento que te profesamos los verdaderos amantes del fútbol. El arbitraje proporciona pocas alegrías y alguna que otra tristeza pero, en este caso, la amistad es nuestro mejor regalo.

**Ramiro Fernández Alonso**  
Psicoesteta

# Actualicemos los campeonatos

No se el porqué últimamente, solicitan mi parecer sobre los campeonatos de Peluquería – especialmente los masculinos-. Sé que para algunos sería un verdadero compromiso responder a esta petición. Yo, en cambio, lo haré con mucho gusto.

Sinceramente pienso que, en los tiempos que corren, ya no deberían entusiasmarnos tanto dichos campeonatos. ¿Por qué? Muy sencillo: la peluquería ha dado un salto espectacular, para bien, acorde con nuestra sociedad que, como todos sabemos, es muy cambiante, competitiva y actualizada. Por tanto, si queremos seguir dignificando nuestra profesión, los campeonatos –estoy seguro que muchos compañeros lo comparten- ya no son lo más apropiado ni modélico.

Hace ya un tiempo, mi maestro Pascual Iranzo decía, con muy buen criterio, que en los campeonatos de Peluquería, “el único que queda contento es el ganador; lo demás son críticas...”. Señores, no nos engañemos: si queremos evolucionar, lo más aleccionador en los tiempos actuales no son los campeonatos. ¿Acaso los arquitectos, los físicos, los periodistas o cualquier otro tipo de profesionales disputan por alzarse con una medalla tras una competición en un recinto? Cosa distinta es, ojo, la concesión de premios y distinciones, que debemos fomentar, pues, como en las disciplinas que acabo de mencionar, son las que de verdad sirven de estímulo.

Está claro que nuestra evolución y mejora profesional debe venir por la celebración de todo tipo de congresos, convenciones, mesas redondas, exhibiciones de grandes profesionales explicándonos por qué o cómo ellos triunfan en sus empresas, etc, etc... Eso sí que enriquece nuestra labor, cada vez más importante en nuestra sociedad, dicho sea de paso.

En cualquier caso, y pese a todo lo expuesto, también entiendo el mundo de los campeonatos: en la formación profesional de aquellos tiempos del PPO, mis colaboradores ganaron siete campeonatos provinciales, dos campeonatos de España y cinco subcampeonatos, y yo mismo he sido Jurado Nacional varios años y en seis ocasiones en los Campeonatos del Mundo. Con esto quiero decir que no pretendo desterrar este tipo de celebraciones sino fomentar otras.

Sinceramente, si tuviésemos que seguir celebrando estos campeonatos, abogaría por actualizarlos porque no debemos navegar contra corriente. Y me consta que las Comunidades que los celebran lo intentan permanentemente. Estoy seguro de que esto lo compartimos todos y por suerte por ahí van los tiros...

Por otra parte, he de decir que siento un profundo respeto por todos los que concursan. Su esfuerzo, constancia y entrenamientos son impresionantes, siempre trabajando para perfeccionar su técnica y creatividad, y esto es digno de elogio.

El sacrificio es tremendo, tanto de los preparadores como de ellos, y luego, cuando no se consiguen las soñadas victorias, llegan las desilusiones. Por eso, mi sincero reconocimiento hacia estos tenaces compañeros.

Y, los modelos también merecen un capítulo aparte: horas y horas, días y días... Muchos de ellos ya saben tanto de peluquería como cualquier peluquero y forman parte del éxito de cualquier campeonato.

Pero, queridos compañeros de profesión, estamos en el 2006 y no podemos dormirnos en los laureles, innovemos los campeonatos. Y, vayamos buscando nuevas formas, nuevas ideas para, entre todos, seguir la inevitable evolución que estos nuevos tiempos nos exigen. Reflexionemos en dónde estamos y a dónde vamos... No es mi intención molestar a nadie, sólo doy mi modesta, pero convencida opinión: Renovarse o morir. Sinceramente creo que la sociedad así nos lo demanda y nosotros debemos de responder con visión de futuro, muchas veces no usamos la imaginación, creemos que lo lógico es repetir lo sabido. Confundiendo lo habitual con la realidad.

Ramiro F. Alonso  
Psicoesteta

## BALANCE Y GRATITUD

*Gracias.* Sí, gracias. No puedo comenzar el balance con otra palabra. Me siento un hombre verdaderamente afortunado. Ante todo, por haber podido disfrutar al máximo de mi profesión. Por haber realizado en ella y por ella mucho más de lo que jamás me hubiera imaginado.

Entiendo que este es un momento oportuno para hacer un breve balance de mi larga trayectoria profesional. Pasaré por alto los difíciles tiempos de mis comienzos. Los de mi generación, quien más quien menos, experimentaron en aquella época que la vida no es un camino de rosas. Empezar nunca es fácil. Y ya han pasado 42 años desde que me establecí en Oviedo y 50 desde que comencé mi profesión. Se dice rápido. Alguien ha dicho "*que lo importante es llegar, pero lo difícil es mantenerse*"... ¡que razón tenía..!

Durante estos años, por mi casa han pasado 183 colaboradores. 11 siguen conmigo. Los otros, 172, están trabajando en otros establecimientos. Todos empezaron en los escalones más bajos y la casa se convirtió en un permanente centro de formación. Es otro orgullo. Espero haberles transmitido todas las inquietudes y valores en los que creía y he tratado de perseverar: el esfuerzo en un trabajo bien hecho, la ilusión y la constancia, la prudencia y el saber estar, la innovación y la solidaridad, la generosidad y la profesionalidad. Todos ellos, aún hoy, estoy seguro de que mantienen estas convicciones.

En esta labor de pequeño empresario, en mis 14 años al frente de los peluqueros asturianos mantuve esa misma idea. Intenté transmitir que, ante todo, había que luchar por dignificar la profesión que tanto amamos, y empeñarnos todos juntos en hacer pasar nuestro oficio desde la "tradicional barbería" a lo que pudiéramos denominar "peluquería psicoestética". Modestamente me pregunto, "¿He sido un revolucionario?"... Había que intentar el cambio y, tal vez, creo se haya conseguido.

También descubrí que esta profesión está abierta a todo. Comprobé su conexión con la comunicación, con la medicina, ¡e incluso con la censura, en tiempos afortunadamente ya superados! Hoy, nuestro trabajo se relaciona con múltiples conocimientos científicos aplicados, siempre y cuando, contemos con la formación básica y con la suficiente especialización.

Como peluquero he alcanzado casi todo. Sobre todo, el apoyo de mis compañeros y la satisfacción de mis clientes. ¿Qué más puede pedir un profesional a sus 50 años de carrera?...

En medio siglo cabe toda una vida y la mía me ha concedido adentrarme en otras experiencias además de la profesional. Así, me veo, hace casi 30 años, en la primera corporación municipal de Oviedo tras la llegada de la democracia. Fui concejal de la mano de la extinta *Unión de Centro Democrático* y de mi querido Luís Riera. Me consideraba el más modesto de la corporación. Sin embargo, mi querido alcalde me supo valorar. No olvidaré sus palabras cuando me dijo, pasado el tiempo, "*que salí como defensa, pero que hubiera sido un buen delantero*". ¡Qué generoso fue Don Luís! Para él, un recuerdo agradecido y un abrazo, allí donde esté.

Y en estos 50 años Oviedo siempre ha estado presente: la ciudad de los seis títulos y su equipo de fútbol. Soy un apasionado de ese deporte y un fiel seguidor del Real Oviedo. Por eso, con el club azul, también he sido osado. Fui directivo de la casa, ignorando que no era tan fácil llevar a buen puerto las relaciones públicas de un club de primera división. No me encontraba lo suficientemente preparado... Hoy, pido disculpas. Me invade ese sentimiento de no haber acertado en esa labor, o de no haber sabido estar a la altura de las circunstancias. Aún así, gracias a quienes supisteis apreciar mi ilusión, mi entusiasmo y mi cariño por intentarlo.

Con pudor dejo constancia de que, de un tiempo a esta parte, me llueven los reconocimientos y esto me llama mucho la atención. Si cada uno recoge lo que siembra.,y, aunque no me considero un buen labrador, puede decirse que la cosecha ha sido buena.



La peluquería me ha aproximado a los paisanos, a los bebés que abren sus ojos curiosos ante su primer corte de pelo, a los niños que se sienten protagonistas en el día de su primera comunión...a deportistas que empiezan y los de élite, a presidentes de grandes potencias o a altos mandatarios nacionales y extranjeros. ¡Hasta el Papa!, Grandes y pequeños, sentimos y tenemos la necesidad de cortarnos el pelo y moldear nuestra figura. Por eso, haber sido el peluquero de tantos y tan variados clientes, me honra.

En la vida de todo hombre los padres juegan un papel decisivo. Por desgracia, muy pronto perdí a mi padre. Y aunque no hace tanto, también noto la ausencia de mi madre. Sin embargo, mi familia se ha agrandado. Cuando el concejo de Aller me nombró hijo predilecto, elegí como madre generosa a mi tierra asturiana. Asturias, como todas las madres, siempre ha estado ahí. He sentido su apoyo, acogiendo y animando mis ilusiones y proyectos. Me ofreció su regazo y calor. Ser asturiano es algo que hay que sentir. Es difícil de explicar. Asturias está ahí, siempre. La asturiana, se vive, se disfruta y se comparte.

Volviendo a mi familia, ésta siempre ha sido un pilar fundamental en mi vida. Reunir en Oviedo, no hace mucho, a todos mis familiares directos fue un sueño cumplido que el tiempo no borrará de mi memoria.

Permitidme una confidencia: reconozco que me siento el peluquero más afortunado de España. Todos me han tratado y me siguen tratando, muy bien. A veces estoy como en una nube. Y en esos momentos de euforia, me aflora el realismo de una de mis sobrinas cuando me dice: *"tío Ramiro, yo me siento muy orgullosa de tu brillante trayectoria pero no olvides y ten presente que tendrás todos esos honores, todos esos premios y reconocimientos, pero no tienes ningún título. Eres un autodidacta y nada más."* Es dura conmigo pero lo acepto humildemente porque es muy cierto que soy un autodidacta, un peluquero hecho a sí mismo. La vida no me permitió estudiar. Pero he sabido lidiar con ello, convencido de que hay que superarse a uno mismo siempre. No hay que rendirse ni amilanarse. Y si no tienes muchas oportunidades, al menos aprovechar al máximo las que dispongas. Dijo el candil al sol: "trataré de hacer lo que pueda". Soy, lo repito, un afortunado. La vida me ha regalado excelentes colaboradores, excelentes clientes y excelentes amigos. Eso, querida sobrina, es todo lo que tengo. ¿No te parece suficiente?

Y, entre ese círculo de personas y de relaciones, los medios de comunicación juegan un papel primordial. He experimentado que no son un problema sino una oportunidad. Y las oportunidades, como dije, hay que aprovecharlas sanamente. La prensa, la radio, la televisión, ahora Internet... Vuelvo a insistir: me considero un divulgador de nuevas tendencias e iniciativas, como la Psicoestética. Mi lenguaje no desea ser pedante o falsamente técnico. No sabría hacerlo ni es mi intención. No tengo portavoz ni gabinete de prensa. No busco halagar a los medios ni contentarlos. Sólo quiero ser yo mismo ante ellos, con transparencia. Y ellos, los medios, siempre me han tratado con exquisitez, me han ofrecido su ayuda y su inestimable colaboración. Ciertamente nunca me he visto a la altura en la que ellos me sitúan. Pero esa falta de objetividad se salva por una fuerte amistad compartida. Estas pocas palabras son de agradecimiento sincero a su labor diaria. ¿Qué sería del progreso sin ellos?

Finalmente, después de 50 años de profesión, de 18.250 días trabajados, 176.880 cortes de cabello, que equivalen a 8.000 kilos de pelo, 48.240 afeitados, 96.480 lociones capilares aplicadas, 150 tijeras y 600 peines usados - mis queridos amigos, con gran dolor del alma - dejo el peine y las tijeras o, más bien, ellos se retiran de mi hartos del uso que les he dado. Sin embargo, no dejo el salón, ni jubilo mi mente ni mi corazón. Sigo con mis ideas, con mis reflexiones, comprometido con mi tierra, y junto a mis excelentes colaboradores. Me aparto del sillón sólo lo justo para escuchar el ritmo alegre de las tijeras y ver cómo mi equipo, que ya no necesita batuta, sigue con innovación, creatividad y profesionalidad.

No acabo, empieza un nuevo Ramiro. Un Ramiro con tiempo para devolver tiempo. Ese tiempo que mis amigos me han prestado en forma de amistad, colaboración, ayuda y apoyo; ese tiempo que tanto me ha ayudado en estos años de profesión y que para mí es el mejor y más grande patrimonio que puedo disfrutar.

Gracias a todos, aquí tendréis siempre a Ramiro.

**Ramiro F. Alonso**

*Psicoesteta*



## *Dicen que cuentan que Asturias...*

Te escribo desde Oviedo. Una coqueta capital del norte español. Desde esta ciudad uno puede acercarse a cualquier punto de nuestra región, incluso de otras vecinas. Decirte que Asturias no te defraudará es poco. No quiero ser otro más que te diga lo bonita que es esta tierra. Muchos te habrán hablado del verde de sus paisajes, del contraste entre el mar y la montaña, de sus otoños ricos en ocres.

Hasta ti habrán llegado comentarios sobre nuestra comida. Esos restaurantes donde se come como antes para sentirse como nunca. De nuestra sidra y ganas de fiesta, algún enamorado de la noche te diría que los asturianos somos gente de humor y socarrona. Gente que nunca dice no a un buen plan.

No te habrán faltado amistades que han pasado un puente de ensueño en alguno de nuestros alojamientos rurales. Tradición e innovación se unen en nuestros valles. Máxima atención unida a la tranquilidad y el confort de una tierra donde el tiempo pasa, pero no devora.

Oirías hablar de nuestra riqueza histórica y singularidad cultural. De esa gaita y tambor vibrantes. De nuestras iglesias prerrománicas y de nuestras vanguardias culturales. Pasado, presente y futuro del arte y la cultura no escasean en esta tierra, según dicen los que por aquí pasaron. Y todo esto te lo cuentan quienes han visitado Asturias.

Barato y no por ello de mala calidad. Calidad de vida. Vida de ensueño. Ensueño asturiano. El comercio y la artesanía te habrán llegado en forma de regalos y recuerdos. Socarrones unos, elegantes y refinados otros. De Asturias todo se recuerda. No hay souvenir, porque nada se olvida, se conserva.

No me dirás que desconoces Covadonga y esos lagos que descansan en su alto. Te lo contó algún familiar o conocido. Que no vieron osos, pero haberlos *haylos*, que dirían nuestros hermanos gallegos.

¿Y de Oviedo? Estarás cansado de oír decir que sus calles son limpias y elegantes. Muchos te dijeron que la capital del Principado de Asturias es señorial, elegante y artística. Con un potentísimo y refinado comercio. Rica en servicios, hoteles, restaurantes... donde, en todos ellos, se respira *moda vivencial*. Esto ya te lo digo yo que para eso me dedico a la estética.

Sí, de acuerdo, también te habrán dicho que a veces llueve. Y sí, que nuestras carreteras te acercan a donde pensabas que el hombre jamás llegaría. Estamos trabajando, que dicen, por seguir mejorando nuestras infraestructuras. Ven antes de que no resulten emocionantes.

Estimado visitante de FITUR 08, hay libros, álbumes, páginas web, mapas, guías y hasta blogs que hablan de viajar a y por Asturias. En ellos podrás ver lo que otros han visto. Aprender lo que ellos han descubierto. Nada te falta por

saber de Asturias, entonces ¿por qué no te vienes? ¡Te esperamos! Ven y confirma todo lo que te han contado.

*Ramiro Fernández Alonso*  
*psicoesteta*

# Ecós de un mes de gloria

Después de vivir y participar en tres mundiales y tres europeos, tengo que decir que este último resultado absolutamente inolvidable para mí, hasta el punto de que me resulta complicado hablar sobre él. Han sido muchas las sensaciones vividas, los momentos de alegría, de tensión, de agobio, de esperanza, de ejemplar compañerismo, de ilusión, de amistad, el espíritu de sana competitividad... y, como final, de explosión de inmensa alegría. Resulta inenarrable lo que sentí desde Innsbruck a Viena, siempre entre bastidores, que yo nunca salgo a las candilejas. En efecto, me considero muy afortunado, puesto que, evidentemente, queridos lectores, no es lo mismo vivirlo a través de la televisión que *in situ*, cerca de los protagonistas.

Además, durante estos partidos, también he tenido la suerte de convivir con los presidentes de equipos tan importantes como el Valencia, Racing, Getafe, Osasuna, Athletic, Real Madrid, Villarreal, Málaga, Sporting, etc., con ex futbolistas como Oli, Hierro, Zubizarreta, Paco Sanz, con árbitros y varios entrenadores, entre ellos, Vicente Miera, quien me orientaba futbolísticamente con su reconocida sabiduría.

Después de pasar de una manera cómoda la primera ronda, no sabíamos a ciencia cierta que vendría lo mejor. Porque, si bien teníamos el claro convencimiento de que íbamos a ganar a Rusia en Viena, no imaginábamos demasiado que llegaríamos a hacer esa segunda parte que pasará a los anales de la historia. Sí, tardaremos en olvidarlo... Y ocurrirá lo mismo con la "real" mojadura que cogimos después del partido yendo a los correspondientes destinos: autobuses, coches, hoteles, aeropuerto. La lluvia era torrencial, pero nunca "presto tanto" una mojadura tan grande...

Después del éxito, llegaron las celebraciones. Y hasta en ellas los chavales –a pesar de su juventud– con Villa y Cazorla, nuestros abanderados, cuidaron todos los detalles de equipo, un conjunto hecho una verdadera piña. No faltaron las felicitaciones a Luis, a los médicos, a los utilleros y, cómo no, a los aficionados. No es fácil hacer esto cuando uno se siente tan plétórico y se convierte en el centro de todas las miradas, no sólo las españolas sino las de todo el mundo. En plena euforia, los chicos campeones tuvieron entrañables y emocionados recuerdos para Genaro Borrás, Antonio Puerta y otros seres queridos. Ello demuestra la grandeza de estos fenomenales deportistas.

Quiero destacar también que, observando todos los actos que originó este acontecimiento, tanto el presidente Ángel María Villar, como el secretario general, Jorge Pérez, aparecieron tan solo en los momentos imprescindibles, sabiendo evitar cualquier protagonismo. Hermosa lección para todos.

El pasado 10 de junio decía convencido: **¡A por ellos!**. "Pues bien, ahora nos toca vestir de rojo todas nuestras ilusiones y todas nuestras pasiones, porque esta vez sí, esta vez llegaremos hasta donde haya que llegar para sentir el orgullo de compartir un éxito, un proyecto, un sueño..."

Los nuestros son los mejores, los más elegantes (en ello, empeño mi esfuerzo) y el triunfo es suyo, es nuestro. ¡A por ellos! ¡A por ellos! ¡Por nosotros!" ¡Que caramba: así fue! ¡Felicidades para todos!

**Ramiro F. Alonso**  
Psicoesteta



## El siglo XXI, el siglo del hombre

**E**l hombre, por fin, empieza a *conquistar* el cuidado de su propio *look*. Hasta hace no muchos años era la mujer –ya fuese esposa, madre, amiga o novia– la que se ocupaba –y lo hacía con agrado– de la imagen masculina en todos los sentidos: vestido, tipo de corte de cabello, colonia o perfume... Sin embargo, desde hace una década y, sobre todo, desde que comenzara este nuevo siglo, ya prefiere ser cada vez más dueño de su propia circunstancia estética y psicoestética. Es cierto que todavía son muchos los que no le dan demasiada importancia a esta cuestión, pero todo indica que, a tenor de la evolución de los tiempos, la práctica totalidad acabará preocupándose de su propio cuidado físico.

Los jóvenes son los que, sin ninguna duda, han sabido empezar a romper esta lanza, personas en principio triunfadoras que se han convertido en los nuevos héroes del modernismo, en iconos de una masculinidad sensible y diferente, que disfrutaban provocando pasiones psicoestéticas en cuerpos ajenos. Saben valorar las cosas adecuadamente y disfrutar con las buenas. Y han demostrado hacerlo bien, porque ahora ya son muchas las personas que, siendo más o menos jóvenes, pretenden los mismos objetivos en la medida de sus posibilidades.

Las pautas que marcaban los mitos del cine y de la música, con sus imponentes y hermosos *looks*, están dejando el paso a otros de protagonistas de otras disciplinas, entre las que sobresale de una manera especial el mundo del deporte. Sí, los deportistas son los que mejor han sabido transmitir que el hombre del siglo XXI es un buen navegante. Y creo que sabe elegir un buen rumbo teniendo siempre muy claro que nunca hay buen viento para quien no sabe a dónde va.

Eso ha gustado tanto entre la masculinidad, que empieza a ser compartido de forma masiva. Cada vez existe una mayor conciencia de que el estilo natural, la elegancia innata, son un pellizco de una actitud bohemia y romántica. Muchos, ya se esfuerzan por elegir las metas adecuadas; saben distinguir lo importante de lo trivial, lo esencial de lo accesorio, lo efímero de lo permanente, y eso es una excelente y buena aptitud sentimental.

El hombre del siglo XXI, por lo general, es templado, sereno, perspicaz, entusiasta y tiene presente, como dice el catedrático José Antonio Marinas, “que unas veces hay que ser flexible y otras rígido; unas tolerante y otras intolerante; unas rápido y otras lento. Sabe que hay un tiempo para sembrar y otro para recoger; disfruta con la música de Bethoven y con la de los Beatles”. En definitiva, quiere buscar antes el logro que el premio.

Antes, el hombre era incapaz de reconocer que le gustaba gustar; ahora, no sólo lo reconoce sino que, además, lo interpreta como algo básico para triunfar en todas las facetas de la vida. Quien no se quiere ni se aprecia a sí mismo, difícilmente es querido y apreciado por los demás. Y sabe mejor que nunca –sobre todo los más jóvenes– que el romanticismo también está en los detalles, en las cosas simples y pequeñas que llenan una vida, al igual que tiene muy claro que no dispone de tiempo para parar, porque intuye que en la vida, hasta que no se consigue algo, no se conoce la naturaleza de lo que se tiene o de lo que se ha perdido.

No me cabe la menor duda: el siglo XXI es el siglo del hombre, de ese hombre que necesita más que nunca seguridad en sí mismo. Y gustar. Gustar y gustar.

**Ramiro F. Alonso**  
Psicoesteta

## En elecciones, imagen, sí, oratoria también

Cada vez que se acercan unas elecciones y veo a los políticos prepararse para la campaña me siento tentado profesionalmente a elaborar un análisis psicoestético de los candidatos. No lo puedo evitar. Normalmente, este análisis se centra en su porte, peinado, ademán..., pero en este artículo me referiré a los planteamientos de campaña y a la oratoria.

La oratoria es clave para el político. Ya decía Disraeli que es “*con las palabras con las que se gobierna a los hombres*”. Apuntala esta afirmación el profesor Muñoz Espinalt cuando dice que “sin oratoria es muy difícil que haya auténtica democracia”.

Antes de hacernos llegar la palabra los políticos y sus asesores nos acercan la imagen del candidato. Centrémonos en la forma en que se plantea el inicio de la campaña. Fíjense en que, cada vez más, nuestros políticos cuidan sus apariciones públicas. Lo que lleven y cómo lo luzcan transmitirá una u otra idea al público al que quieren dirigir su imagen y mensaje. Todo ello está estudiado. Sin embargo, he de decir que nuestros políticos son bastante convencionales. Presentan escasos signos de modernidad. Como mucho, se desprenden de la corbata o de la americana en los mítines. Buscan presentar un tono más desenfadado, abierto y distendido. Caso distinto es el de la mujer político. Ellas nos demuestran más dinamismo y versatilidad a la hora de elegir vestuario, siendo mucho más variado que el previsible hábito de sus compañeros, siempre tan puestos y repeinados.

Donde queda exagerado este hecho, hasta el punto de dudar si ellos no estarán asesorados por su peor enemigo..., es en los carteles en los que aparecen sus fotografías. Éstas están tan retocadas... Sus cabellos no tienen ningún gesto de naturalidad, sus ojos, bien visibles, vacíos de tan retocados, su piel sin asomo de arrugas o imperfecciones. Si se miran atentamente todo el conjunto da una sensación de lejanía e irrealidad. Esta situación se acentúa cuando los rostros de artificio de los candidatos son puestos sobre fondos azules, vaporosos, que tal pareciera que están en los cielos, por no decir en las nubes... La cartelería, en vez de darnos una sensación de relajación, de aportarnos una información real de cómo y quién es el candidato, nos la da de falsedad. Factor muy contraproducente para una sana democracia. No doy ejemplos y no me refiero a ningún partido en concreto porque todos suelen caer, más tarde o más temprano, en este tipo de errores.

Yo pienso que toda campaña electoral debería iniciarse con una frase del propio candidato. Esto, de entrada nos daría una idea más sincera, rotunda y clara de la capacidad, ingenio, proyecto social, talento y posibilidad de sus planteamientos.

Imagínense que esto fuera así; que el candidato pudiera pronunciar una y otra vez, como idea fuerza, esa frase inicial. En esta situación entraríamos de lleno en un factor fundamental para el candidato a la hora de poder convencer a los demás de sus ideas y de resultar lo suficientemente sugestivo al electorado. Me refiero a su voz.

En la oratoria la voz es base y pilar; pese a ello, los políticos y sus asesores la trabajan muy poco. La voz es tan importante que a través de la misma se detecta el 50% de nuestro vigor psíquico, siendo uno de los factores que nos ayuda a mostrarnos más vitales, más jóvenes, en definitiva, con más vida por delante.

La voz está compuesta por varios elementos. Si los analizamos podremos comprobar cómo andan nuestros políticos y candidatos de **vocalización**, dándonos cuenta de que muchas veces éstos nos hablan como si lo estuvieran haciendo para ellos mismos sin definir su mensaje. El **timbre**, la calidad de la voz, puede ser tan agudo, por ejemplo, que el candidato resultará agresivo sin él pretender o buscar esa actitud. Un político puede resultar frío o cálido según la **inflexión**, condicionada por la modulación y la vibración de su voz, o cómo sea éste capaz de sacar más o menos registros de voz con los que transmitir un mayor número de emociones y sensaciones. Con la **dicción**, la manera de pronunciar del candidato, podremos

detectar el grado de cultura o el lugar de origen del mismo. Y con el **ritmo** el político nos transmitirá su vivacidad.

Los políticos que pretendan hacer su trabajo de forma profesional y con grandes resultados sociales, no deben abusar de una serie de tonos que usados en demasía resultan negativos para los demás y que la psicoestética tiene metodizados. En mi largo caminar profesional he podido comprobarlos y son los siguientes. El tono **cortante**, que en su justo uso denota capacidad de mando, en exceso refleja altivez. El tono **monótono** que tranquiliza, pero llega a adormecer y aburrir. El **vibrante**, casi siempre tono medio alto, pero que en España se interpreta como chillido, como si el que más chilla tuviera más razón, cuando no es cuestión de chillar, sino de razonar. El tono **apagado** propio del que no cree en lo que dice y no transmite vitalidad. El tono **sinuoso** del insidioso, insinúa algo que muchas veces es mentira. Cuando un político parece estar eternamente picado o enfadado presenta un **tono resentido**. Al que abusa del tono **envidioso** termina por costarle vocalizar y adjetivar. El tono **distraído** es propio de aquellos que hablan pensando en otras cosas. Hablar demasiado con un tono **grave** será visto por la audiencia como una pretensión por parte del candidato de darse una excesiva importancia. El sarcasmo, el tono **sarcástico**, es confundido con la ironía, siendo el primero mucho más mordaz. Los que vacilan y sufren para sacar la voz es que están abusando consciente o inconscientemente del tono **asustado**. Y por último, pero no menos importante, el tono **severo** en exceso reflejará rigidez en el candidato.

En las pasadas elecciones en Francia, hemos vivido un buen ejemplo de la necesidad de una buena oratoria a la hora de abordar una campaña electoral. Las elecciones presidenciales del estado vecino, con un alto grado de participación, estuvieron caracterizadas porque sus dos candidatos, Ségolène Royal y Nicolas Sarkozy, hicieron gala de una riqueza oratoria en su vocalización, dicción, vivacidad, con un gran despliegue de conceptos. Y el detalle clave y de agradecer: los candidatos no tuvieron necesidad de insultarse o descalificarse. Estaban más preocupados en demostrar la validez de sus ideas. Nos hicieron ver con su actitud su seguridad en lo que podían hacer si resultaban elegidos. Ambos dieron prueba de un gran liderazgo. Nos demostraron la máxima de que *el que es capaz de crear no necesita criticar*. En este sentido, y como ejemplo, hay una anécdota del genial pintor Salvador Dalí muy ilustrativa. Al pintor catalán le ofrecieron ser crítico de arte y éste respondió: *“Cómo quieren que critique el arte si yo sé crearlo”*

La crítica por la crítica siempre termina siendo sinónimo del que no hace nada ni deja hacer. Si aplicamos este concepto al director de empresa vemos enseguida muy claro que, el empresario que a todo y a todos critica, pronto las personas que tiene a su alrededor sospechan su inseguridad en el lugar que ocupa y más aún, cuando no objetiva propuestos y soluciones de futuro que compensarían un enacervado sentido crítico que a menudo va acompañado de una alergia a hacerse autocrítica.

En el mundo de la política, a pesar de tantos avances de la ciencia y la técnica es significativo que nos tengamos que valer del ejemplo ya muy lejano de un gran modelo, Abraham Lincoln, cuando se percató que para ser un buen político le faltaba preparación, entonces se retiró un tiempo y al volver de nuevo, convenció tanto a los demás que le eligieron presidente.

Todo lo que planteo en este sencillo escrito concluye en otra máxima que la historia nos ha confirmado una y otra vez sin un ápice de retórica, pero sí con mucha elocuencia: *“A más oratoria, más ejercicio de la democracia”*.

Ramiro F. Alonso  
Psicoesteta



# Una profesión en alza

Segunda parte del artículo  
"La necesidad de una buena formación".

- Las nuevas exigencias sociales han hecho que la actividad estética y psicoestética tenga una especial relevancia en todos los sentidos. Prueba de ello es que en los últimos años se han creado miles de nuevos puestos de trabajo relacionados con esta labor

**E**n un anterior artículo ("La necesidad de una buena formación") defendía la necesidad de que el psicoesteta actual fuese una persona formada en la Universidad o, cuando menos, en centros concertados con esta institución. Esto no debería de sorprender a nadie, porque ya en 1996 mi maestro Pascual Iranzo ya lo decía: "Es urgente que el peluquero cambie de mentalidad y se dé cuenta de que los nuevos tiempos le exigirán un título universitario". Y justificaba esta idea en que este profesional de hoy en día no puede conformarse tan sólo con dominar las técnicas del corte, el tinte o el lavado, sino que debe profundizar mucho en aspectos como la imagen, las relaciones humanas, el marketing, la psicología o el mundo de la empresa y, no lo olvidemos, amigos: estamos en pleno siglo XXI.

Así lo demandan las nuevas exigencias sociales que han hecho de nuestra actividad estética y psicoestética una profesión en alza. Sí, estamos ante un nuevo *quehacer* laboral que ha experimentado en muy poco tiempo importantísimas innovaciones y transformaciones. Prueba de ello es que en los últimos años se han creado en nuestro país miles de puestos de trabajo relacionados con esta actividad, tanto en las grandes como en las medianas y pequeñas localidades.

Ello aporta una idea clara de la relevancia creciente que el profesional de la peluquería va tomando en la sociedad actual, porque sus servicios cada vez se reclaman más no para realizar meros trabajos de corte de cabello, sino aportaciones integrales en relación a la *salud* estética. Y esta demanda continúa creciendo, hasta el punto de que se calcula que en los próximos años el aumento de puestos de trabajo vinculados a esta disciplina será espectacular.

Ante estas perspectivas, esta profesión en alza precisa de conocimientos en numerosas materias sin las cuales no se puede garantizar el éxito en el trabajo. No es la psicoestética una ciencia que aporte un conjunto de recomendaciones y actuaciones para poder lucir peor o mejor nuestros cuerpos ante sociedad. En los correspondientes centros de formación debería enseñarse que, por encima de eso, lo importante está en encontrar un perfecto equilibrio entre el interior espiritual de una persona y el aspecto exterior a través de las formas que más le conviene, todo ello con un fin principal: hacer que cada individuo se sienta más seguro de sí mismo, porque ello le aportará un estado de ánimo que le facilitará mucho el éxito profesional. Los alumnos de hoy en día han de obtener durante su formación los conocimientos necesarios para poder aconsejar de una manera adecuada a ese cliente que acude a nuestros salones de belleza en busca de algo más que un simple corte de pelo.

Deben enseñarse, por tanto, conocimientos que puedan aportar soluciones a las exigencia psicoestéticas de los nuevos tiempos, innovadores pero respetuosos con la cultura y las costumbres de cada uno y de cada lugar. Unas técnicas capaces de vertebrarse con la mayor versatilidad para atender tanto al hombre de empresa –bien en el nivel de alto ejecutivo o en el del joven empresario que acaba de iniciarse en este mundo con poco más patrimonio que el de su propia ilusión– como al funcionario también en sus diferentes escalafones y el resto de los profesionales.

Estamos ante una profesión en alza, en efecto. Pero, no nos creamos que esto es así porque a la gente le resulta más cómodo utilizar nuestros servicios que resolverlos en su propia casa. Las personas acuden cada vez más a nuestros salones porque necesitan un mayor estímulo estético y psicoestético y, sobre todo, más y mejores consejos, todos ellos absolutamente personalizados.

Los profesionales de la psicoestética debemos sentirnos, por lo tanto, muy orgullosos por los nuevos retos que tenemos ante nosotros. Personalmente, llevo años reivindicando la importancia que esta ciencia tiene en nuestra sociedad. Pero ahora, creo que ha llegado el momento de que las autoridades académicas competentes exijan a quienes en un futuro vayan a dar consejos estéticos y realizar todo tipo de trabajos al respecto tener una formación integral de máximo nivel, sobre todo, en áreas del conocimiento como las relaciones humanas, la psicología, el marketing, las relaciones públicas, determinadas cuestiones médicas –como por ejemplo

aspectos básicos sobre la tricología-dermatología– o el mundo de la empresa y las instituciones públicas en todas sus facetas.

Los nuevos tiempos imponen su ley y no tiene sentido tratar de evitarlo o de darles la espalda. Es más lógico asumir las novedades, *reciclarlas* en nuestro interior, estudiarlas y aportar opiniones sobre las mismas para poder, posteriormente, actuar en función de ellas. No todas las novedades han de ser convincentes por obligación; también debemos estar preparados para distinguir entre la conveniencia de lo novedoso o la tontería que en ocasiones lleva dentro el snobismo.

Para eso estamos los profesionales de la psicoestética, que hoy más que nunca debemos tener una formación ejemplar. Precisamente por lo que ya ha quedado muy claro: que estamos al frente de una profesión en alza.

**Ramiro Fernández Alonso**  
Psicoesteta



## **La higiene capilar infantil**

Si la salud capilar de una persona depende, en buena medida, de los cuidados y atenciones que prestemos al cabello durante la etapa infantil de una persona, lógico será, por lo tanto, que nos tomemos muy en serio el tratamiento de nuestro cabello en ese momento de la vida. Por tanto, deberán ser los padres quienes estén atentos a esta cuestión preocupándose de forma permanente de que exista una estimulación de la irrigación sanguínea del folículo y una alimentación adecuada que facilite transportar vitaminas y minerales hasta la raíz del cabello, sin olvidarnos – creo que es obvio – de la importancia de la higiene.

En este sentido, los profesionales peluqueros aconsejamos lavar la cabeza diariamente con un champú neutro, aclarando con agua lo más pura posible y con una temperatura inferior a los cuarenta grados. Este lavado en los niños no sólo es aconsejable, sino imprescindible, pues ellos despliegan una gran motricidad (deportes, juegos, carreras...) y por ello, precisan de higiene diaria, teniendo siempre muy en cuenta dos factores: la neutralidad del champú y el aclarado posterior con abundante agua.

Así mismo, la dermatitis seborreica infantil – denominada costra láctea - , es característica de los lactantes en sus primeros meses de vida. Sólo se manifiesta en el cuero cabelludo iniciándose con pequeñas manchas redondeadas, que van creciendo y uniéndose hasta delimitar la zona del eritema, con escamas pegadas de aspecto grasiento y color amarillo terroso. En la mayoría de los casos con unos mínimos cuidados desaparece a los pocos meses.

Cuando se trate de cabellos muy rubios, deberemos tener en cuenta que las exposiciones al sol aclaran aún más su color y provocan mayor sequedad en las puntas, por lo que es recomendable la utilización de un champú para cabellos secos. Quienes pretendan obtener un tono rubio claro en el cabello infantil deberán acudir a un profesional, quien mediante ligeros toques de aclarado en las capas altas, con el peine, conseguirá fácilmente efectos sorprendentes sin perjuicio alguno para el pelo.

El empleo de la camomila, esa planta herbácea que tiene propiedades medicinales, está contraindicado porque en una eventual exposición al sol, sus principios activos son estimulados por las radiaciones solares desencadenándose una reacción que daña los cabellos. Por el contrario, los champús con camomila resultan totalmente inocuos y los efectos negativos de la loción desaparecen totalmente con el aclarado.

Cuando la afección del cabello o cuero cabelludo es achacable a causas orgánicas debemos consultar a un médico especialista, que es la persona que está en condiciones más óptimas para tratar eficazmente que el cabello recupere su vigor y consistencia.

Por supuesto, uno de los aspectos más importantes para la salud capilar, es el corte de pelo. En el primer año de vida del bebé sería aconsejable trimestralmente recortar con mucho mimo esa pelusilla que aún no es cabello, resultando ese retoque tremendamente beneficioso para el posterior desarrollo del cabello del niño. Ese corte debería ser realizado por un profesional competente que se adapte a las características específicas del niño. Jamás otra persona debe tener la osadía de coger unas tijeras u otros instrumentos para llevar a cabo tal misión. El corte del cabello no es sólo un trabajo mecánico; también conlleva otras circunstancias que pueden favorecer el desarrollo capilar, sin olvidarnos, por supuesto, de motivos psicoestéticos, pues según va avanzando en su edad, siempre debemos adaptarnos a las características específicas de cada niño. Es decir, hay que despreciar esa idea de que, como estamos ante un pequeño, cualquier estilo o forma es válido, cuando nada está más lejos de la realidad, pues es precisamente durante esta etapa cuando más hay que atinar en la elección del corte y el peinado.

Estas orientaciones de higiene capilar son la mejor garantía para que los niños lleguen a tener, en un futuro previsible, una espléndida cabellera. Pero, además de todas ellas, hay otra tal vez más compleja y, por supuesto, no menos importante. Me refiero a que cuando alcanzan la etapa de formación de su “yo”, es muy aconsejable que los padres sepan valorar su narcisismo, respetar y encauzar los gustos de ese adolescente que está a punto de “saltar” a la juventud plena. Es la mejor manera de favorecer su imagen, pues de todos es sabido que ésta tiene una gran importancia en este mundo tan competitivo que nos ha tocado vivir, una sociedad en la que, cuando los niños sean adultos, tendrán que apoyarse mucho en esa imagen, que constituirá un resorte formidable para potenciar su personalidad.

Como conclusión, hay que decir que hemos de tener muy en cuenta factores no solamente higiénicos y nutritivos, sino también psicoestéticos. Todos ellos conforman un triángulo sobre el que se apoyará, en buena medida, la forma de ser y, por tanto, la manera de actuar del futuro joven y persona madura. Así que, por el bien de los niños, empecemos a cuidar su cabello en todos estos sentidos desde su más tierna infancia.

**Ramiro Fernández Alonso**  
Psicoesteta

# Oviedo, capital mundial de la moda el día de los Premios Príncipe

La comunicación y las humanidades, la concordia, las artes, las ciencias sociales, la cooperación internacional, la investigación científica y técnica, las letras y los deportes han quedado impresas en moldes de oro en esta bella y principesca ciudad de Oviedo. Representa, queridos amigos, la auténtica realidad, un acontecimiento de ensueño que he tenido la suerte de vivirlo *in situ* participando en todos los actos, sobre los que hablaré de la manera más resumida posible.

El glamour brillaba por doquier después de contemplar los modelos de mañana y tarde de todos los galardonados, sus acompañantes y célebres invitados: la sobriedad y máxima elegancia de nuestra Reina; el estilo IPI de Don Felipe, terno gris marengo y corbata celeste –probable consejo de Doña Letizia por aquello de la coordinación ocular–, a quien se le notaba radiante, ¿le sentará tan bien la inminente paternidad o el andar *de Rodríguez?*; la Vicepresidenta del Gobierno, María Teresa Fernández de la Vega, con pantalón y chaqueta *echarpe* de gasa y zapatos forrados en rosa bebé; la ex ministra Carmen Alborch –tan radiante como siempre– con un abrigo aterciopelado verde esmeralda de Jesús del Pozo y extensiones naranjas espectaculares... La directora de RTVE, Carmen Caffarell, que aunque ajena a las modas, caminó por la alfombra vestida de terciopelo, tejido, que parece ser, estrella de la temporada.

Y, cómo no, las premiadas: el esqueleto privilegiado de la *zarina* de la danza Maya Plizetskaya, reinó por su elegancia, siguiéndola nuestra Tamara Rojo con un estilo imperio en gris perla en un satén de seda, piel de ángel, con generoso escote *balconette* y su *foulard* en la misma tela. Y la guapa, guapísima Simone Veil. ¡Vaya treinta años que ha debido tener...!

Los espíritus más atrevidos se fueron a los verdes, del pato al agua o al lima furioso, como la corbata del director de la Fundación Graciano García, o las gafas tintadas de cristales botella de Flavio Briatore. Norman Foster apareció mañanero con un conjunto de pana rosa palo y con calcetines rojo sangre... Y todo ello con unos peinados bastante acordes con tan distinguida ocasión, recogidos, extensiones, colores... En fin el glamour crecía: los granates, los berenjenas, los marrones, pasando por los naranjas parece ser son las apuestas ganadoras de la brillante tarde-noche ovetense.

Pero el “esperado” era Fernando Alonso. Aunque bien podría haber ido de púrpura, el *Nano* se puso una camisa malva y corbata con listas diagonales en distintos morados, que parece que también están en máxima tendencia. El cabello, al viento para serenar su nerviosismo, que confesó no lo pasó en ninguna de sus épicas victorias hasta llegar a Campeón. ¡Qué emoción! Al borde del escenario del mítico Teatro Campoamor extendió las manos que ansían el premio, dirigiéndolas hacia el público; lo dedicaba a su familia y a la afición. Los reflejos de este chaval llegan hasta el infinito.

Nuestro piloto ovetense brilló más que nadie. Rodeado de escritores, científicos, estrellas de la danza, banqueros, grandes empresarios, aristócratas... recibió simbólicamente la corona en su tierra y ya es una celebridad social: se ha convertido en

el icono de una comunidad necesitada de más autoestima, y representa todo un ídolo deportivo y reclamo publicitario combinando la velocidad, la tecnología punta, los coches, el dinero y la belleza. Son las claves del deporte de moda y ya le han adjudicado la categoría de pionero del deporte español superando a otros personajes que también han marcado un antes y un después, Santana, Ángel Nieto, Ballesteros...

En resumen, qué tarde-noche tan maravillosa: glamour, belleza, elegancia, celebridades... La emoción aún me embarga al recordarlo, por ser tan afortunado de poder “vivir” y empaparme de cultura, moda, clase... Y en la recepción que hubo poco más tarde en el Hotel de la Reconquista pude *saborear* la savia de las nuevas generaciones que hacían latente la coordinación perfecta de la elegancia total: saber estar y saber llevar peinado, vestido, figura y personalidad, según circunstancias, según eventos... Oviedo por un día fue la capital mundial de la moda. ¡Casi nada!

Ramiro Fernández Alonso  
Psicoesteta

## *¡Qué útil sería un espejo...!*

A muchos, por no decir a todos, les sorprende el minúsculo tamaño de mi despacho. Caben tres personas y ya son muchas, la puerta abre hacia dentro y en las despedidas hay que tomarse cierto orden en la salida. Sí, es pequeño, pero es donde yo estoy a gusto cuando dejo las tijeras y hay que atender otras tareas del negocio. He preparado ese pequeño rincón de mi salón de peluquería a conciencia. Nada se ha dejado al azar. Aún así, siempre queda algo que se puede mejorar. Y sí, en apenas 5 metros cuadrados. El lugar de trabajo no deja de ser un segundo vestido y, por tanto, la imagen y el diseño del mismo ha de cuidarse para que nos “quede bien”. No hay que olvidar que en el trabajo pasamos la mayor parte del día y que, a diferencia de la ropa, del lugar de trabajo no podemos cambiar diariamente.

Las empresas, los locales, las oficinas, las fábricas, etc... han de diseñarse pensando, no sólo en lo económico, en lo funcional, es decir, en qué medida va a generarme menos gastos y aumentar mi productividad, sino también pensando en la comodidad de nuestros colaboradores. Que de la puerta de acceso al puesto de trabajo tarda 15 minutos diarios es menos productivo que aquel al que sólo le lleva cinco minutos. Detalles, minúsculos, pero ¿acaso la línea de los ojos es algo más que un detalle de color?

Todos los detalles cuentan y la suma de todos ellos determinaran en que medida estamos satisfechos del puesto de trabajo. A parte quedan las condiciones laborales que han de ser acordes, ya que de poco sirve trabajar en la mejor oficina o empresa si la estabilidad en el empleo no es elevada.

El orden, la limpieza, la distribución de nuestras herramientas de trabajo han de ser perfectas. Al igual que no se nos ocurriría ponernos una corbata con un lamparón, tampoco deberíamos trabajar entre montones de papeles viejos, polvo y suciedad. Son muchas las empresas con protocolos para el almacenamiento del material y otro tipo de acciones encaminadas a que el colaborador se responsabilice del mantenimiento general de su puesto de trabajo. El desorden llama al desorden y la desidia a la desidia.

Desatender nuestras obligaciones respecto al lugar donde trabajamos supondrá, a la larga, una pérdida de satisfacción y una consecuente reducción de la productividad.

Cuando un pequeño empresario abre su comercio lo hace lleno de ilusión y con un local nuevo, recién pintado, muebles y decoración acordes, etc.... Sin embargo, pasados unos años, ¿cuántos comercios son capaces de mantener el mismo aspecto que tenían el día que abrieron? Probablemente el dueño lo vea bien, siempre ha estado así, sin embargo, alguien que hubiera acudido a la inauguración y pasase tiempo después sí notaría las deficiencias. No es cuestión sólo de tener la tienda limpia, sino de remozar el mobiliario, de reponer el material con frecuencia, de, incluso, quitar la hoja al calendario o darle la vuelta al cartel de abierto o cerrado. Detalles, sí, pero grano a grano se hace granero.

Hay trabajos que no se desarrollan cara al público, bien porque no es costumbre (cocina de un restaurante), bien porque no es necesario. Esto, por desgracia, suele ser la excusa bajo la que se trata de tapar el estado tan lamentable de muchos negocios. “Nada, si aquí no entra nadie. Sólo estamos nosotros”. Como suele decirse: hay que quererse un poco más, que nuestra imagen nos la reconocen los demás, pero también la vivimos y diseñamos nosotros. ¡Qué útil sería un espejo para empresas!

**Ramiro F. Alonso**  
*Psicoesteta*

## Queridos Reyes Magos: Mi carta a los papas...

Vivimos, como cada año por estas fechas, días de ilusión y magia, de alegre epifanía y estimulantes sorpresas. Los queridos Reyes Magos traen a los pequeños (y a los mayores, por supuesto) lo que durante tanto tiempo están esperando. Y la bondad de Sus Majestades de Oriente siempre está ahí; nunca falla. Por ello, como psicoesteta, yo también les escribo mi particular carta para que los papás no se olviden de sus hijos en cuanto a la importantísima necesidad del cuidado capilar infantil. Esto es lo que quiero decirles, mis admirados Reyes.

Si la salud capilar de una persona depende, en buena medida, de los cuidados y atenciones que prestemos al cabello durante la etapa infantil, lógico será, por lo tanto, que nos tomemos muy en serio el tratamiento de nuestro cabello en ese momento de la vida. Por lo tanto, deberán ser los padres quienes estén atentos a esta cuestión preocupándose de forma permanente de que exista una estimulación de la irrigación sanguínea del folículo y una alimentación adecuada que facilite transportar vitaminas y minerales hasta la raíz del cabello, sin olvidarnos – creo que es obvio – de la importancia de la higiene.

En este sentido, los profesionales peluqueros aconsejamos lavar la cabeza diariamente con un champú neutro, aclarando con agua lo más pura posible y con una temperatura inferior a los cuarenta grados. Este lavado en los niños no sólo es aconsejable, sino imprescindible, pues ellos despliegan una gran motricidad (deportes, juegos, carreras...) y por ello, precisan de higiene diaria, teniendo siempre muy en cuenta dos factores: la neutralidad del champú y el aclarado posterior con agua abundante.

Así mismo, la dermatitis seborreica infantil – denominada costra láctea - , es característica de los lactantes en sus primeros meses de vida. Sólo se manifiesta en el cuero cabelludo iniciándose con pequeñas manchas redondeadas, que van creciendo y uniéndose hasta delimitar la zona del eritema, con escamas pegadas de aspecto grasiento y color amarillo terroso. En la mayoría de los casos con unos mínimos cuidados desaparece a los pocos meses.

Cuando se trate de cabellos muy rubios, deberemos tener en cuenta que las exposiciones al sol aclaran aún más su color y provocan mayor sequedad en las puntas, por lo que es recomendable la utilización de un champú para cabellos secos. Quienes pretendan obtener un tono rubio claro en el cabello infantil deberán acudir a un profesional, quien mediante ligeros toques de aclarado en las capas altas, con el peine, conseguirá fácilmente efectos sorprendentes sin perjuicio alguno para el pelo.

El empleo de la camomila, esa planta herbácea que tiene propiedades medicinales, está contraindicado porque en una eventual exposición al sol, sus principios activos son estimulados por las radiaciones solares desencadenándose una reacción que daña los cabellos. Por el contrario, los champús con camomila resultan totalmente inocuos y los efectos negativos de la loción desaparecen totalmente con el aclarado.

Cuando la afección del cabello o cuero cabelludo es achacable a causas orgánicas debemos consultar a un médico especialista, que es la persona que está en las condiciones más óptimas para tratar eficazmente que el cabello recupere su vigor y consistencia.

Por supuesto, uno de los aspectos más importantes para la salud capilar, es el corte de pelo. En el primer año de vida del bebé sería aconsejable trimestralmente recortar con mucho mimo esa pelusilla que aún no es cabello, resultando ese retoque tremendamente beneficioso para el posterior desarrollo del cabello del niño. Ese corte debería ser realizado por un profesional competente que se adapte a las características específicas del niño. Jamás otra persona debe tener la osadía de coger unas tijeras u otros instrumentos para llevar a cabo tal

misión. El corte del cabello no sólo es un trabajo mecánico; también conlleva otras circunstancias que pueden favorecer el desarrollo capilar, sin olvidarnos, por supuesto, de motivos psicoestéticos, pues según va avanzando en su edad, siempre debemos adaptarnos a las características específicas de cada niño. Es decir, hay que despreciar esa idea de que, como estamos ante un pequeño, cualquier estilo o forma es válido, cuando nada está más lejos de la realidad, pues es precisamente durante esta etapa cuando más hay que atinar en la elección del corte y del peinado.

Estas orientaciones de higiene capilar son la mejor garantía para que los niños lleguen a tener, en un futuro previsible, una espléndida cabellera. Pero, además de todas ellas, hay otra tal vez más compleja y, por supuesto, no menos importante. Me refiero a que cuando alcanzan la etapa de formación de su “yo”, es muy aconsejable que los padres sepan valorar su narcisismo, respetar y encauzar los gustos de ese adolescente que está a punto de “saltar” a la juventud plena. Es la mejor manera de favorecer su imagen, pues de todos es sabido que ésta tiene una gran importancia en este mundo tan competitivo que nos ha tocado vivir, una sociedad en la que, cuando los niños sean adultos, tendrán que apoyarse mucho en esa imagen, que constituirá un resorte formidable para potenciar su personalidad.

Queridos Majestades, como conclusión quiero que ustedes me ayuden a colaborar en la difícil tarea de comunicar a todo el mundo que hemos de tener muy en cuenta factores no solamente higiénicos y nutritivos, sino también psicoestéticos. Todos ellos conforman un triángulo sobre el que se apoyará, en una buena medida, la forma de ser y, por lo tanto, la manera de actuar del futuro joven y persona madura. Así que, por el bien de los niños, empecemos a cuidar su cabello en todos estos sentidos desde su más tierna infancia. ¿O no sería éste un magnífico regalo de Reyes?

Ramiro Fernández Alonso  
Psicoesteta

# Reflexiones sobre los nuevos modelos de liderazgo

La ciencia psicoestética ha demostrado de manera suficiente que el ser humano se mueve a través de modelos, de conductas personales muy bien definidas que se convierten en auténticos motores sociales o, cuando menos, en pautas de comportamiento a imitar. Siempre ha sido así. **El hombre, por naturaleza, necesita compararse permanentemente y, por instinto, busca la superación, destacar ante los demás.** El habitante de las cavernas lo hacía en función de aquellos tiempos; el de hoy, según los esquemas actuales. Una cuestión de formas. Pero, en fondo, estamos ante la misma circunstancia.

En las últimas décadas, hemos asistido a un fenómeno singular estudiado y perfectamente contrastado. Si hasta entonces las personas destacaban en disciplinas para las que se habían formado durante años, ahora estos *modelos* destacan en otras que nada tiene que ver -o muy poco- con sus estudios u otros procesos formativos o informativos. Antes, un médico (o un arquitecto, o incluso un premio Nobel) internacionalmente reconocido ejercía una influencia social determinante; en la actualidad, poco podría hacer ante futbolistas como Beckham o actores como Antonio Banderas, por citar dos ejemplos. Es cierto que siempre existieron deportistas y artistas reconocidos, muchos de ellos, mitos indiscutibles e irrepetibles, pero se trataba de un reducidísimo grupo de *privilegiados* que habían conseguido su gloria a base de mucho esfuerzo. Hoy en día, esta *gloria* también es difícil de conseguir, pero está, como si dijésemos, más al alcance de todos, porque todos buscan más allá de lo que han conocido en sus procesos formativos.

De esta manera, uno llega a la conclusión de que los profesorado de las escuelas no saben – o no consiguen- generar ninguna fuerza de modelo sobre sus alumnos. Se ha demostrado que las personas, quince o veinte años después de haber terminado los estudios, solamente han asimilado un cinco o un diez por ciento de lo que han aprendido, porque han buscado modelos de vida que poco – o nada- tienen que ver con las enseñanzas que recibían en el colegio. Estamos ante un claro desequilibrio informativo y pedagógico que fomenta modelos en parcelas muy alejadas de la formación básica que reciben la mayoría de los humanos.

La cronometría de las modas en el año 1670 con el rey Luís XIV (Francia) facilitó que la gente que no tenía poder pudiese situarse mejor en la sociedad. La propia Revolución Francesa (año 1789) aceleró aún más este proceso, haciendo posible que muchas personas que no estaban en los círculos de poder pudiesen entrar dentro de la zona de influencia que hasta aquel momento parecía estar rigurosamente reservado para unos cuantos poderosos. Sin embargo, en el año 1970, este tipo de cambios se hacen irregulares, apareciendo en la sociedad una serie de líderes más o menos espontáneos que no tenían nada que ver con los estamentos de poder y que, además, no tenían ninguna voluntad de integrarse en ellos. Eran prototipos de personas que marcaron unas pautas de conducta muy concretas entre la gente.



Este fenómeno originó una gran desorientación, pues el público cada vez tenía más dificultades para decidir a qué modelos seguir. Incluso este hecho provocó una especie de crisis directiva en la sociedad, pues **el directivo es precisamente la persona que necesita saber con mayor precisión y rigor a qué modelos debe imitar para fomentar la consecución del éxito.**

Y así llegamos a nuestros días, un momento que la propia historia etiquetará como la etapa de la competitividad y de la búsqueda desesperada del triunfo personal y laboral. Porque, ante esta circunstancia, fracasar hoy en día es fracasar más que nunca. **Antes, el fracaso se resolvía con algún que otro consuelo; ahora, provoca frustraciones de consecuencias a veces inimaginables.**

¿Por qué llegamos a esta situación? ¿Cuál es el motivo por el que las personas buscan el éxito en disciplinas que no tienen ninguna relación con lo que vieron en el colegio? Tal vez fuese porque los triunfadores forjados en el aprendizaje de la escuela y la universidad se convertían casi siempre en gestes que proyectaban una imagen al exterior que resultaba monótona y aburrida. Es lo que en psicoestética llamamos Imagen Personal Atascada (IPA). Sin embargo, los nuevos *dioses del éxito* gustan y atraen más porque transmiten ilusión y mucho convencimiento de que **una buena forma es un camino más bonito y mejor transitable para llegar al mejor fondo.** Son los que tienen una Imagen Personal Impulsora (IPI).

Por todo lo contado, el gran objetivo del buen psicoesteta hoy en día reside en saber convertir los tipos IPA en IPI a través de aquellas modificaciones en su *forma* (peinado, indumentaria, mirada, calzado, gafas, forma de andar, gesticulación...) que a través del estudio y conocimiento de la Psicoestética puedan revitalizar mucho al individuo en su *fondo* (personalidad, carácter) para dotarlo así del equilibrio vivencial imprescindible para obtener la plenitud.

**Ramiro F. Alonso**  
Psicoesteta

## **Ayer y siempre con la selección**

No hace muchos días, la afición asturiana al baloncesto vibró y disfrutó el España-Lituania disputado en Gijón. Era un amistoso, pero se enfrentaban dos de las mejores selecciones del mundo para preparar el Eurobasket. Ahora, nos toca de nuevo disfrutar con el espectáculo del deporte. En esta ocasión recibimos a la selección nacional de fútbol. Viene a Oviedo para jugársela ante Letonia. Un país hermano de Lituania; aunque más modesto a nivel futbolístico. Y es que estamos ante un partido oficial donde ganar es decisivo. La verdad es que la selección llega cuando el fútbol asturiano no atraviesa su mejor época. Un Sporting atascado en segunda y un Real Oviedo desconocido. La afición asturiana, ¿tendrá ganas de fútbol?

Yo creo que sí, y es de agradecer que la Real Federación Española de Fútbol - junto con la asturiana- haya tenido la sensibilidad de venir a satisfacer a una afición un tanto desencantada.

Sé de los muchos compromisos y solicitudes que la Federación tiene para irse a otras comunidades y valoro enormemente el que hayan querido venir a Asturias en tales circunstancias. Pero que estén tranquilos. El 12 de septiembre demostraremos a toda España que la afición al fútbol no ha desaparecido en esta tierra. Que no importan los baches que atravesemos. Ya saldremos. En eso estamos. ¡Cuánto vamos a disfrutar viendo lleno el Nuevo Carlos Tartiere! y, ¡cuánta añoranza vamos a sentir, especialmente, los oviedistas!

El 12 de septiembre tendré una sensación especial. Llevo quince años con ellos y al hacerlo en Oviedo mi deseo es que "todo resulte un éxito". Aquí encontrarán a las nobles gentes asturianas. Sin duda, éstas se volcarán con nuestros futbolistas y harán que su estancia en el Principado les resulte acogedora e inolvidable. El resultado deportivo va a depender de ellos -claro está-, pero sentirán constantemente el aliento y el ánimo de una afición entusiasta y volcada constantemente con la selección nacional.

**Ramiro F. Alonso**  
*Psicoesteta*

## *Va por ustedes. Gracias*

Queridos amigos del fútbol, hoy os escribo lleno de alegría. Hace unas fechas, en Las Rozas, en la Sede de la Ciudad del Fútbol Español, durante la Asamblea Nacional de la Real Federación Española de Fútbol (RFEF), he tenido el honor de recibir por unanimidad la Insignia de Oro del Fútbol español. Un día y un momento que tardaré en olvidar, lleno de emoción y por el cual estoy muy agradecido.

Un acto solemne y brillante. Ese era el deseo de su presidente, el Sr. Villar, y el de su Junta Directiva. Y así resultó. Ese día comprobé que la RFEF hace las cosas grandes, también las medianas, pero no se olvida de las más pequeñas, como es distinguir a este peluquero que les escribe.

Recibir esta insignia, como así les manifesté, es para mí extender el reconocimiento a todo mi sector. A todos esos queridos compañeros peluqueros que, en cualquier rincón de España, se esfuerzan y afanan por dignificar la profesión que tanto amamos. Soy yo quien en su nombre y afortunado por estar allí recogí tal distinción.

No me olvidé ese día de mostrar mi más profundo y emocionado agradecimiento a todos los que, en estos casi dieciséis años, me han recibido y tratado extraordinariamente bien. No son otros que los dirigentes y empleados de la federación, los técnicos, médicos, fisioterapeutas y utileros de nuestra selección, los periodistas de los distintos medios de comunicación y, cómo no, los futbolistas. Ellos que son estrellas del fútbol también lo son, lo sois, de la generosidad, el afecto y el cariño.

Nunca me consideré el peluquero de la Selección, sino el amigo de tantos y tantos futbolistas. Porque tras la figura del deportista uno llega a conocer la cara humana de estos jóvenes triunfadores.

En Las Rozas no me sentí solo. Allí estuvo arropándome toda la delegación asturiana: Maximino Martínez, Vega Arango, Mejuto, Azcárate, Pulgar, Luis Gallego, Pañeda, José María Tejeiro y muchos más que celebraron junto a mí dicha distinción.

A todos, y repito, a todos, mil gracias por las muestras de afecto, generosidad y cariño hacia mi persona que esta insignia recoge en tan poquito espacio.

Ramiro F. Alonso  
Psicoesteta