

# DOBLE VIVA

Comunicar, divulgar, ayudar.

## COMUNICANDO REGULAR

Cada vez más personas desconfían del papel de los medios de comunicación.

## VOLANDO VOY...


¿Te imaginas escuchar el sonido de los buitres cortando el aire en su vuelo?

## FRACTALES NATURALES

Cuando la naturaleza se envuelve en la belleza de la geometría fractal.



**MIEDO A LOS MEDIOS**



**"EL SERVILISMO  
PRODUCE AMIGOS,  
LA VERDAD, ODIO."**

(PUBLIO TERCENCIO)

**FRASES  
PARA  
PENSAR**

## **PUBLIO TERCENCIO**

Autor romano de comedias, Fue esclavo del senador Terencio Lucano, el cual le otorgó la libertad. Su obra ha influido en personalidades como Shakespeare, Molière, Lutero o John Adams.

# Índice

REVISTA  
**DV**  
DOBLE VIVA

- 04 El Diván
- 05 Preguntamos
- 06 Respondéis
- 07 Tema central
- 16 De cine
- 17 Agenda Viva
- 18 Viajes, excursiones...
- 19 Psicología práctica
- 21 Niños y jóvenes
- 22 Espacio creativo
- 23 Tallerízate
- 25 Contacto
- 26 Animales
- 27 Salud
- 29 Ciencia y tecnología
- 31 Equipo deportivo
- 33 Motor
- 34 Misterios y leyendas
- 36 Recetas

## EN PORTADA

Asistimos a un momento en el que medios de comunicación, gobiernos y empresas caminan de la mano. ¿Qué esperar de la información en este escenario?



Octubre 2022

### El vuelo de los buitres

Existe un lugar donde los buitres vuelan majestuosos. ¿Vienes a conocerlo?



### Miedo al fracaso

¿Y si le damos la vuelta a la sensación de fracaso para obtener algo positivo?



### Naturaleza fractal

La naturaleza tiene misterios que transforman las matemáticas en belleza.



### Aokigahara

Entramos en un bosque cuyo halo de misterio y leyenda negra es real.

# ¿Que fue del

## PERIODISMO VALIENTE?

Hubo un tiempo en el que los periodistas inquietaban a los poderosos y a los gobiernos. En aquellos días, el periodismo era verdadero, crítico y valiente. Los periodistas dejaban su huella, exponían las injusticias y denunciaban la propaganda. ¿Qué ha pasado?

Hoy en día, el periodismo está siendo asfixiado. Los medios de comunicación están siendo comprados, los periodistas están siendo silenciados y la verdad está siendo enterrada. La propaganda se está expandiendo y el poder está manipulando la información.

Algunos periodistas actuales tienen miedo, y con razón. Están siendo atacados, amenazados e incluso en algunos lugares, asesinados. No pueden hacer su trabajo de forma libre e independiente. Cualquier discurso que se salga de lo oficial o de lo que interesa a los que mandan parece no valer.

Si no defendemos al periodismo verdadero, si no luchamos por la libertad de expresión, estaremos enterrando en parte nuestra democracia. Y en eso tienen culpa también los que dirigen los medios. Están más interesados en recibir subvenciones y ayudas en forma de publicidad institucional que en generar contenidos de calidad. Y ya se sabe que, como bien dice el dicho popular, "no muerdas la mano que te da de comer".

Luego también nos encontramos con el problema de las noticias y contenidos falsos: cuesta saber dónde está la verdad. En este "salvaje oeste" de Internet, cualquiera puede decir lo que se le ocurra. Y muchos lo hacen por dinero o por razones políticas.

Debemos tener cuidado de no confundir la opinión con el periodismo. Es importante tener opiniones, pero deben estar basadas en hechos. Hoy en día, parece que cada vez hay más gente a los que no les importa la verdad con tal de que se escuche su opinión. Sale muy barato soltar bulos y confundir.

Si queremos recuperar la esencia del periodismo, debemos luchar por ella. Debemos exigir que se permita a los periodistas hacer su trabajo sin miedo ni amenazas. Debemos exigir que las empresas de comunicación inviertan en contenidos de calidad y no en información falsa y que no vivan de publicar contenido institucional dirigido por gobiernos y empresas.

Sólo así podremos salvar la confianza y credibilidad del periodismo.



# P R E G U N T A M O S

¿Cuál es el medio que consideras más fiable para informarte?



- A | Periódico (papel o digital)
- B | Televisión
- C | Radio
- D | Redes Sociales

Para participar

**PINCHA AQUÍ**

# Y RESPONDEÍS

¿Has tenido que eliminar artículos de tu cesta de la compra debido a las subidas de precios?

(Encuesta con 371 votos en @DobleViva)



**33,7%** | **SÍ.**

**33,2%** | **No**


**33,1%** | **No, pero tendré que hacerlo**




## LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN HOY

Desde los medios de comunicación se ejerce un gran poder sobre la opinión pública. Seleccionan qué noticias difundir y cómo presentarlas, y de esta forma influyen directamente en lo que la gente piensa, siente y hace. Están cada vez más concentrados en pocas manos, lo que significa que unos pocos deciden qué información llega a la gente y se usan más técnicas de propaganda para manipular emociones y opiniones.


# CÓMO LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN CONFIGURAN NUESTRA REALIDAD



Los medios de comunicación están en todas partes: están en nuestros teléfonos, nuestros ordenadores, nuestros televisores, en las vallas publicitarias por las que pasamos todos los días... Son ineludibles y tienen mucho poder.



Los medios moldean nuestra realidad dictando qué historias vemos, cómo las vemos y qué perspectiva se supone que debemos tener. Es importante ser consciente de este poder para llegar a cuestionarnos las narrativas que los medios intentan vendernos.



Porque los medios de comunicación tienen un gran control sobre las historias que vemos y las que no vemos. Deciden qué información vale la pena compartir y cuál no. Este proceso de selección significa que los medios de comunicación pueden moldear nuestra realidad dictando qué temas son tendencia y cuáles se quedan en el camino.

Esto es especialmente cierto cuando se trata de noticias de última hora. Los medios de comunicación deciden qué historias son dignas de ser emitidas o de ocupar una columna y cuáles no. Esto a menudo determina si el público en general se entera o no de ciertos acontecimientos.



# LA FORMA EN LA QUE CONOCEMOS LAS COSAS

Por ejemplo, pensemos en todas las catástrofes naturales que han ocurrido en los últimos años. Algunos de ellas reciben una cobertura total mientras que otros son relativamente ignorados.

Esto no significa que una catástrofe sea más importante que otra, sino que los medios de comunicación han decidido que una es más noticiable que la otra.

Los medios de comunicación no sólo dictan qué historias vemos, sino que también dictan cómo vemos esas historias. Lo hacen a través de cosas como:

## Los titulares.

El titular de una noticia puede ser muy influyente. Puede determinar si alguien se molesta en leer la historia en primer lugar.

## Fotos

Una foto puede valer más que mil palabras, literalmente. Los estudios han demostrado que es más probable que la gente recuerde algo si hay una foto asociada a ello.

## Audios

En un mundo tan acelerado como el nuestro, a menudo no tenemos tiempo de ver o leer una historia completa de principio a fin. Ahí es donde los fragmentos de sonido resultan útiles. Un buen fragmento de sonido puede darnos lo esencial de una historia sin que tengamos que invertir demasiado tiempo en ella.

Todos estos elementos se combinan para darnos una perspectiva determinada de una historia, y esa perspectiva puede ser muy influyente.



# CRÍTICA, ÉTICA, CLICKBAIT Y SENSACIONALISMO

Los medios de comunicación siempre han sido una fuerza poderosa y algunos dicen que son el cuarto poder, después de los poderes ejecutivo, legislativo y judicial.

Con tanta influencia, la ética periodística es siempre un tema candente de debate. Viendo el auge actual del periodismo "clickbait" (podríamos decir que es como el "cebo"), esta ética se va difuminando en la línea del sensacionalismo y es, como mínimo, controvertido. Pero, ¿cómo hemos llegado hasta aquí?

Los medios de comunicación desempeñaban un papel fundamental en las sociedades democráticas. Actuaban como guardianes siendo críticos y exigiendo responsabilidades a los gobernantes, denunciando la corrupción y malas conductas.

También informaban al público sobre asuntos y acontecimientos importantes. Sin embargo, en los últimos años ha habido una tendencia creciente a que los gobiernos y las empresas controlen los medios de comunicación.

Este control puede adoptar muchas formas, desde la propiedad directa de los medios de comunicación hasta la censura y la propaganda sutiles. Por ello, es más importante que nunca que los ciudadanos sean consumidores críticos de noticias e información.



# EL ORIGEN DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

El origen de los medios de comunicación es objeto de debate. Algunos dicen que se remontan a la antigua Grecia, cuando los ciudadanos se reunían en las plazas públicas para escuchar las noticias y los "chismes".

Otros se remontan a la Italia del Renacimiento, cuando los panfletos y los periódicos empezaron a circular ampliamente. Otros apuntan a la Inglaterra del siglo XVIII, cuando se popularizaron los diarios y revistas

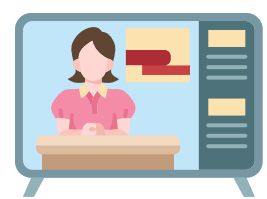
Independientemente de sus orígenes precisos, no cabe duda de que los medios de comunicación han sufrido una gran transformación en los últimos años.

Con la llegada de nuevas tecnologías, como la radio, la televisión e Internet, los medios de comunicación se han vuelto más omnipresentes e influyentes que nunca.

Es difícil imaginar un mundo sin medios de comunicación. Dependemos de ellos para informarnos de lo que ocurre en el mundo que nos rodea.

Pero mientras seguimos consumiendo noticias e información a un ritmo cada vez mayor, es importante recordar que no todas las fuentes son iguales. Hay que ser exigente con lo que se lee, se ve y se escucha, y cuestionar siempre lo que se dice. Sólo así podrás ver a través del desorden y el ruido para encontrar la verdad que se esconde debajo.

El papel de los medios de comunicación evoluciona constantemente, pero su importancia no cambia. En nuestro mundo cada vez más conectado, es más importante que nunca tener criterio sobre lo que consumimos y cuestionar lo que nos dicen los que están en el poder.



# GOBIERNOS, EMPRESAS, DEMOCRACIA Y CUARTO PODER

Porque el control de los medios es algo que cada día interesa más a gobiernos y empresas, lo cual es altamente preocupante.

Hemos normalizado que los partidos políticos se peleen por controlar las televisiones públicas, amenacen o favorezcan a ciertas privadas y se permitan el lujo de aconsejar lo que debe o no debe ser publicado.

Hasta se están creando y preparando sistemas de control sobre la información, un auténtico Ministerio de la Verdad que nos acerca preocupantemente a la novela "1984" de George Orwell. Los actuales verificadores de noticias ya ejercen como censores que, tal y como comentamos anteriormente, ponen el foco en unos contenidos frente a otros. ¿Por qué? ¿Bajo qué criterios? Es difícil saberlos, pero fácil imaginarlos.

Hay dos tipos de contenidos que suelen ser censurados: los que amenazan los intereses de los gobernantes y los que podrían despertar el pensamiento crítico de la gente.

El primer tipo es fácil de entender. Si una empresa o un gobierno están haciendo algo ilegal, obviamente tratarán de impedir que los medios de comunicación lo publiquen. Pero ¿por qué censurar un contenido que podría hacer que la gente piense críticamente?

La respuesta es que, para la clase dominante, es mucho más fácil controlar a una población que no es consciente de su propia explotación y que no cuestiona el statu quo. Por eso tratan de impedir la difusión de ideas que puedan generar malestar social.



# MEDIOS Y CENSURA

La censura, por tanto, es una herramienta de la clase dirigente para mantener su poder. Pero también es un signo de debilidad, porque demuestra que tienen miedo de la capacidad de las personas para pensar por sí mismos (algo que pasa también con lo comentado en números anteriores sobre la educación).

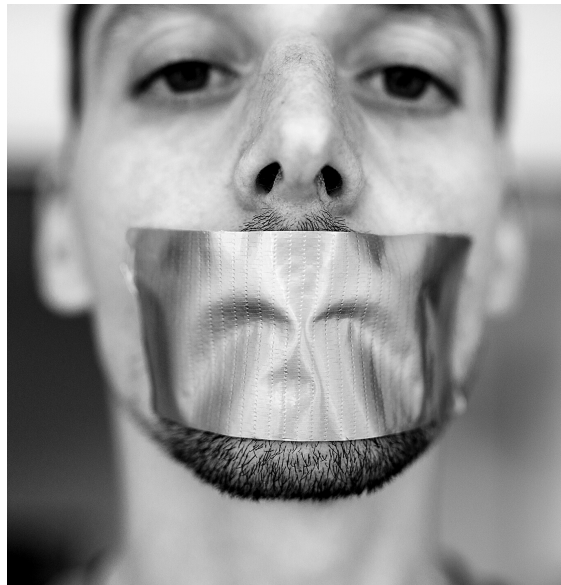
El hecho de que los gobiernos y las empresas intenten controlar los medios de comunicación debería alarmarnos a todos. Debemos estar atentos y luchar por nuestro derecho a la información y a la libertad de expresión. Sólo entonces podremos construir una sociedad verdaderamente democrática.



## ¿Qué podemos hacer?

Informarnos de forma crítica, buscar información en diferentes fuentes y pensar por nosotros mismos.

Y no dejar que los medios de comunicación nos condicionen o dirijan.





UN MENSAJE PARA

# LOS PERIODISTAS

Sin ánimo de erigirnos en críticos moralistas, el mensaje que queremos dejar aquí sirve tanto para periodistas como para cualquier ciudadano: el censor y el verdugo, cuando dejan de ser interesantes y pasan a ser considerados molestos, se censuran y marginan pasando a ser los nuevos condenados.

No hay privilegios. Por eso estaría bien tratar de cambiar las reglas de juego a algo más limpio teniendo ética, no renunciando a principios por dinero y tratando de enfocar los hechos según el qué y no el quién.

**SUSCRÍBETE**



ESTAMOS A UN CLICK

---

¡Suscríbete y recibe gratis  
DOBLE VIVA en tu mail!

También estamos en  
[www.dobleviva.es](http://www.dobleviva.es) con  
más secciones y contenidos.

# UN PASADO POR DELANTE

**Directora:** Olga Osorio

**Reparto:** Mabel Rivera, Mario Santos, Rubén Fulgencio...

Se rueda en Galicia el largometraje *UN PASADO POR DELANTE*, protagonizado por el ganador del Goya Tamar Novas ("El desorden que dejas", "Los abrazos rotos", "Mar adentro") y la nominada al Goya Marta Nieto ("Tres", "Madre", "Feria"). Se trata del debut en el largometraje de Olga Osorio, con un guion escrito por la propia Osorio y Araceli Gonda ("Hierro").

*UN PASADO POR DELANTE* es una imaginativa y conmovedora aventura, una original apuesta por el entretenimiento familiar de calidad. Llegará a los cines en verano de 2023.



(Fotografía: featurent.com)



### Alicia en el país de las maravillas por Dalí, Ernst, Laurencin & Tenniel.

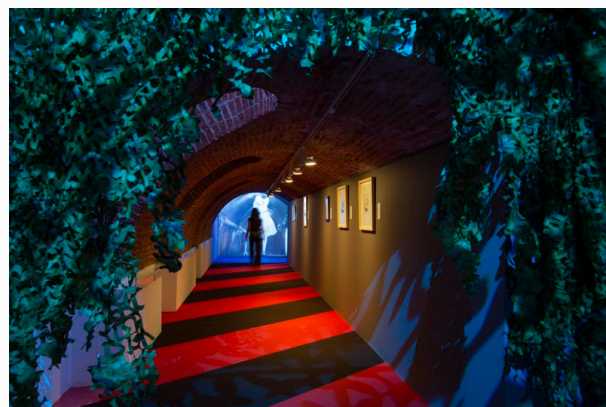
La exposición *Alicia en el país de las maravillas por Dalí, Ernst, Laurencin & Tenniel* sumerge al visitante en el surrealista y sorprendente mundo de su protagonista a través de obras que, basándose en la inmortal novela de Lewis Carroll, publicada en 1865, crearon artistas de las vanguardias.

La muestra está compuesta por una selección de 74 obras, 60 de ellas son grabados, entre los que encontraremos piezas de Salvador Dalí, Max Ernst y Marie Laurencin, de quienes se exponen 34 estampas que ilustran los diferentes capítulos de la novela o se inspiran en ella, y 26 estampas de las ilustraciones que John Tenniel hizo para acompañar el texto de Carroll y que siguen presentes en la mayor parte de las reediciones actuales.

También se incluyen nueve fotografías realizadas por Lewis Carroll; las dos películas pioneras de Alicia en el país de las maravillas, la versión de 1903, a cargo de Cecil Hepworth y Percy Stow, y la de 1910, de Edwin S. Porter; el cortometraje de animación *Destino*, fruto de la colaboración entre Dalí y Walt Disney, cuya producción empezó en 1945 y vio la luz en 2003, y una escultura y un óleo de Salvador Dalí.



(John Tenniel, "Una merienda de locos", 1868)



(© Fundación Canal)

#### ¿Cuándo?

Hasta el 08 de enero de 2023.

#### ¿Dónde?

FUNDACIÓN CANAL, Sala Mateo Inurria, 2  
C/ Mateo Inurria, 2, Madrid (Madrid).

#### Precio:

Entrada libre (consultar horarios).

#### Más información:

Dispone de visitas guiadas y talleres para familias.

MÁS PLANES

VIAJE, EXCURSIONES, RUTAS...

*por [vivelaviva.es](http://vivelaviva.es)*

# UN VUELO MAJESTUOSO

**¿QUIERES VER BUITRES EN  
SU HÁBITAT NATURAL?  
DISFRUTA DE UNA  
EXPERIENCIA ÚNICA.**

---

¿Quieres ver de cerca algunas de las aves más majestuosas del mundo? ¡Entonces no puedes dejar pasar esta excursión!

Es sin duda uno de nuestros lugares preferidos. En el corazón de las Hoces del Río Duratón, podrás ver enormes buitres surcando el cielo y escucharás el sonido de sus alas cortando el viento.

Es una experiencia única que no encontrarás en ningún otro lugar. Nuestros expertos guías te enseñarán todo sobre estas increíbles criaturas, y podrá verlas en su hábitat natural.

No te pierdas esta oportunidad y reserva tu excursión hoy mismo. ¡Será una experiencia inolvidable!

Fotografía:  
[vivelaviva.es](http://vivelaviva.es)

---

# PSICOLOGÍA

## PRÁCTICA

---



Transforma el miedo a fracasar  
en el inicio de algo bueno

# Un giro inesperado

## ¿PUEDE EL MIEDO AL FRACASO SER ALGO BUENO?

Si eres como la mayoría de la gente, has experimentado el fracaso en algún momento de tu vida. Tal vez no conseguiste el trabajo que querías, o tal vez no obtuviste la calificación que esperabas.

Sea cual sea el caso, el fracaso forma parte de la vida. Pero, ¿y si te dijera que el miedo al fracaso es algo bueno? Así es, lo he dicho. En esta ocasión exploraremos por qué el miedo al fracaso puede ser algo bueno y cómo puedes utilizarlo en tu beneficio.

El miedo al fracaso es normal. De hecho, es beneficioso. El miedo al fracaso nos ayuda a mantenernos motivados y centrados en nuestros objetivos. También evita que corramos riesgos innecesarios. Así que, en lugar de ver el miedo al fracaso como una emoción negativa, intenta verlo como algo positivo. Acepta tu miedo y utilízalo en tu beneficio.

Hay algunas cosas que puedes hacer para superar tu miedo al fracaso. En primer lugar, identifique sus factores desencadenantes. ¿Cuáles son las cosas que te hacen sentir miedo? Una vez que sepas cuáles son tus desencadenantes, puedes empezar a trabajar en ellos. Si tu desencadenante es hablar en público, por ejemplo, puedes empezar dando pequeños pasos como dar un discurso delante de una persona en lugar de un grupo grande.

Otra forma de superar el miedo al fracaso es replantearse el pensamiento. En lugar de

pensar en todas las formas en que podrías fracasar, céntrate en todas las formas en que podrías tener éxito. Si te centras en los resultados positivos, te ayudará a reducir tu ansiedad y a aumentar tus posibilidades de éxito.

Por último, recuerda que todo el mundo experimenta el miedo al fracaso en algún momento de su vida. No eres el único que se siente así. Que tengas miedo no significa que no vayas a tener éxito. De hecho, muchas personas de éxito se han enfrentado a sus miedos y han salido mejor paradas. Utiliza sus historias como inspiración para ayudarte a superar tus propios miedos.

El miedo al fracaso es algo que todos experimentamos en algún momento de nuestras vidas. Insisto en esto porque al final el éxito y el fracaso forman parte de la condición vital.

Acepta tu miedo y utilízalo para motivarte y centrarte en tus objetivos. Si necesita ayuda para superar su miedo al fracaso, intente replantear su pensamiento o recuerde que todo el mundo experimenta esta emoción en algún momento de su vida: ¡no está solo!



# PLANES CON NIÑOS Y JÓVENES

## MADRID COMIC POP UP 2022



Para una ciudad que ha albergado tantos grandes logros artísticos, era extraño que Madrid no tuviera ningún evento oficial dedicado exclusiva y completamente al cómic.

Todo eso cambió con la primera celebración de Madrid Cómic Pop Up que ahora vuelve en su segunda edición.

Este salón del cómic de tres días contará con actividades y talleres para todas las edades y además habrá zonas retro y de videojuegos.

Tampoco faltará el cosplay, teniendo la oportunidad de ver la creatividad extrema que algunos asistentes lucirán con trajes y caracterizaciones de sus personajes favoritos.

Madrid Cómic Pop Up 2022 no solo quiere tener un elemento lúdico para la ciudad de Madrid, sino que quiere también mostrar este arte como un recurso educativo que puede aportar mucho en los programas de enseñanza escolar. ¡No te pierdas esta cita!



### **¿Cuándo?**

Del 4 al 6 de noviembre

### **¿Dónde?**

IFEMA MADRID

### **Edades recomendadas**

Ideal para toda la familia, colegios, AMPAs...

### **Más información y reservas:**

Disponen de entradas para grupos.

# Espacio Creativo

CON GRUPO VÍVELA



REALIZADO POR



ESPECTÁCULO

## CHILPAYATE: TRADICIÓN MEXICANA DE DÍA DE MUERTOS

¿Cuándo? Día y horario a elegir (según disponibilidad)

¿Dónde? Lo llevamos a colegios, teatros, ludotecas...

Duración: 50 minutos.

Precio: (consultar).

Dirigido a niños a partir de 4 años.

Chilpayate es un esqueletito que por travieso se ha perdido de su mamá.

Recorrerá muchos lugares donde se sentirá atraído por las nuevas cosas y formas que se le presentarán.

Personajes siniestros intentarán hacer que se olvide de sus tradiciones, pero Chilpayate cuenta con un amigo y juntos intentarán escapar del olvido.

Un espectáculo familiar muy visual, ideal para que niños y adultos conozcan más de esta tradición mexicana.

# TALLERÍZATE

CON GRUPO VÍVELA



**REALIZADO POR**



**VIVELAVIVA.ES**

PLANES HALLOWEEN 🎃

## TALLER DE POSAVASOS

¿Cuándo? Día y horario a elegir (según disponibilidad)

¿Dónde? En Madrid.

Duración: 60 minutos (aprox.).

Precio: (consultar).

Dirigido a niños a partir de 8 años.

¿Cómo reservo plaza?

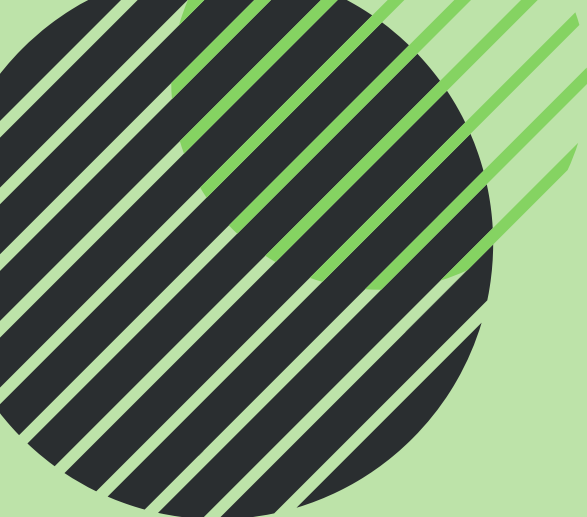
Envía un mail a [info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es) y te contactaremos.

Atrévete con nuestro taller creativo en el que haremos posavasos artesanales y únicos con diseños inspirados en Halloween.

Podrás sorprender a tus amigos y familiares con un toque original. ¡Perfectos para los más valientes de casa!

En este taller se trabajará con hama beads y mientras se realiza se contarán algunas leyendas y se hablará del origen de la celebración de Halloween, así como de otras tradiciones que podemos encontrar en diferentes partes del mundo. ¡Toda una experiencia!

(Descuento 10% para suscriptores.)



¿QUIERES CONTACTAR  
CON NOSOTROS?  
¿DESEAS CONTAR  
TU PROYECTO?  
¡ESCRÍBENOS UN CORREO  
A NUESTRO EMAIL!



DOBLEVIVA.ES

Para: **revista@doble viva.es**

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Contacta con nosotros en  
nuestro correo electrónico.

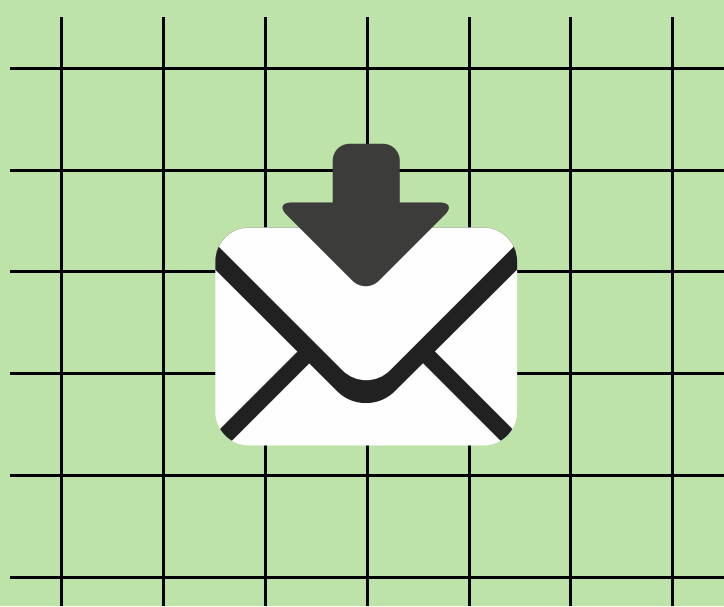
Estaremos encantados de  
atenderte y poder colaborar  
contigo.



COMPARTIR



ME GUSTA







El hurón es una subespecie del turón.

## HURONES, UNA MASCOTA ALTERNATIVA

### Los hurones se adaptan bien a la vida en familia.

Los hurones son una mascota ideal para aquellos que buscan una alternativa a los perros y gatos. Estos pequeños roedores son inteligentes, cariñosos y muy fáciles de

cuidar. Aunque son animales solitarios por naturaleza, los hurones se adaptan bien a la vida en familia y suelen llevarse muy bien con otras mascotas.

Si estás buscando una mascota única, divertida y que no requiera mucho cuidado, entonces el hurón es el animal perfecto para ti. ¡Cada vez son más visibles en las ciudades!

Fue domesticado hace 2.500 años.

---





DÍA MUNDIAL DE LA

# SALUD MENTAL

Cada 10 de octubre, la Organización Mundial de la Salud (OMS) sensibiliza sobre los problemas de salud mental en todo el mundo. Este año ese se ha centrado el foco en el aumento de la inversión en servicios y promoción de la salud mental. Se insta a los países a invertir en servicios y promoción de la salud mental como parte de los esfuerzos mundiales para mejorar la vida de las personas. El objetivo es que en el futuro nadie se quede sin apoyo para sus necesidades de salud mental. La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta a

nuestra forma de pensar, sentir y actuar. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la infancia y la adolescencia hasta la edad adulta.

Además, según la OMS "no hay salud sin salud mental" porque una mala salud mental puede provocar enfermedades físicas como las cardiopatías o la diabetes. Por eso es esencial que cuidemos nuestro bienestar mental igual que lo haríamos con nuestro bienestar físico. ¡No la descuides!



**CIENCIA**

**&**

**TECNOLOGÍA**

# FRACTALES

**EN LA NATURALEZA**

La belleza repetitiva  
del mundo que nos rodea.

# FRACTALES: HERMOSOS Y MISTERIOSOS

Si observas con atención el mundo que te rodea, empezarás a ver patrones matemáticos por todas partes. Estos patrones se llaman fractales y se encuentran en todo, desde árboles y ríos hasta nubes y conchas marinas.

Un fractal es un patrón interminable. Es una forma que puede dividirse en partes, cada una de las cuales es una copia a tamaño reducido del conjunto. Un ejemplo clásico de fractal es un copo de nieve. Por mucho que se amplíe un

copo de nieve, siempre se verá el mismo patrón de seis lados.

Los fractales se crean repitiendo un proceso sencillo una y otra vez y se repite hasta el infinito. Puede encontrar fractales prácticamente en cualquier lugar a poco que observes.

Otro de los ejemplos más famosos de fractal en la naturaleza es el brócoli Romanesco. Esta inusual verdura está formada por minifloretes que encajan perfectamente para formar un florón más grande. Y si te fijas bien, cada minifloro está formado por floretes aún más pequeños.

Al explorar el mundo oculto de los fractales, podemos comprender mejor las matemáticas que rigen nuestro mundo natural. Pura belleza y misterio.



# EQUIPO DEPORTIVO

III EDICIÓN

"RUN LIKE A HERO"

GLOBAL RUNNING WEEK

Anímate y participa en esta gran iniciativa que propone la Asociación Síndrome Phelan-McDermid.

La Asociación Síndrome Phelan-McDermid, que trabaja para mejorar la calidad de vida de los menores que conviven con esta patología poco frecuente, organiza por tercer año consecutivo este evento socio-deportivo solidario a nivel mundial para concienciar a la sociedad sobre la realidad de los pacientes y sus familias: "RUN LIKE A HERO" Global Running Week.

La 3ª edición de esta carrera virtual, que tendrá lugar del 15 al 23 de octubre, se podrá realizar de manera individual o en grupo, y los participantes podrán elegir entre dos distancias, 1 o 5 km, y recorrerlos en el lugar del mundo que ellos decidan. En ediciones anteriores de la "RUN LIKE A HERO" Global Running Week, participaron más de 2.700 corredores, y de 21 países como Estados Unidos, Brasil, Canadá, Australia, Francia, Alemania, Argentina, Chile, Sudáfrica, Inglaterra, Italia, México, etc.

Para participar en la Run Like a Hero y recibir el dorsal por correo, lo primero que hay que hacer es registrarse en [www.runlikeahero.com](http://www.runlikeahero.com), eligiendo la opción de 1 o 5 km.



REVISTA  
**DV**  
DOBLE VIVA

**RUN LIKE A HERO**



# GLOBAL RUNNING WEEK

**15-23**  
OCTUBRE

Inscríbete en  
[www.runlikeahero.com](http://www.runlikeahero.com)  
#runlikeahero

Contribuye en la investigación  
contra el síndrome **Phelan  
McDermid.**



## DUCATI STREETFIGHTER V4 LAMBORGHINI



TODAS LAS UNIDADES DE LA EDICIÓN LIMITADA HAN SIDO DISTRIBUIDAS EN POCAS HORAS.

EL NUEVO MODELO ES FRUTO DE LA INTERESANTE COLABORACIÓN ENTRE DUCATI Y LAMBORGHINI.

# Streetfighter V4 Lamborghini



Desde el principio, Ducati Streetfighter V4 Lamborghini ha sido acogida como un verdadero objeto de deseo tanto para coleccionistas como para entusiastas, y el resultado de ventas confirma la fuerza y el atractivo de la colaboración entre las dos marcas de Motor Valley.

En 2021, el trabajo conjunto condujo a la creación de la serie limitada Diavel 1260 Lamborghini, capaz también de conquistar a los entusiastas de todo el mundo.

La Ducati Streetfighter V4 Lamborghini está construida sobre la base técnica de la Panigale V4 S 2023, sobre la que el Centro Stile Ducati ha integrado varios conceptos de estilo que recuerdan al Lamborghini Huracán STO junto con algunos componentes especiales. Las llantas forjadas, con la parte trasera enriquecida con una contratuerca de titanio, pero también las superestructuras completamente rediseñadas hechas de la misma fibra de carbono

utilizada en los superdeportivos Lamborghini, están inspiradas en detalles del Huracán STO.

Al mismo tiempo que las 630 unidades con los colores Verde Citrea / Arancio Dac, Ducati también presentó la serie Speciale Clienti, aún más exclusiva y limitada a 63 clientes de Lamborghini, quienes a través de una colaboración con el Centro Stile Ducati tendrán la oportunidad de configurar su propia Ducati Streetfighter V4 Lamborghini Speciale Clienti con los colores de la carrocería y ruedas exactamente iguales que su Lamborghini.

La moto fue presentada en directo por Pecco Bagnaia en el paddock del Circuito Mundial de Misano Marco Simoncelli, abriendo un fin de semana de ensueño para los Ducatistas que vieron a Bagnaia triunfar en el Gran Premio de San Marino y Riviera di Rimini, logrando su cuarta victoria consecutiva en el Campeonato Mundial de MotoGP.

En esta ocasión, la Desmosedici del Ducati Lenovo Team salió a la pista con el escudo de la compañía de Sant'Agata Bolognese en el carenado y lo hará hasta final de temporada.





# MISTERIOS Y LEYENDAS

## EL BOSQUE DE LOS SUICIDAS

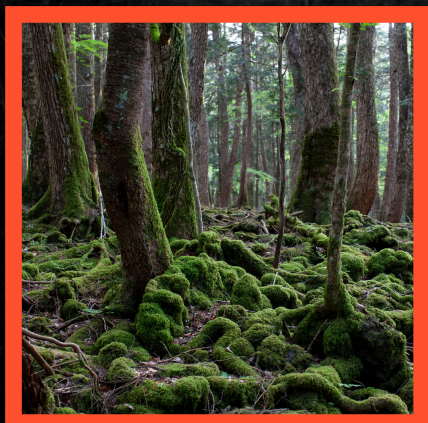


Aokigahara es un bosque situado en Japón que ha sido escenario de numerosos suicidios, motivo por el cual ha sido apodado "El bosque de los suicidios".

En 2003, se encontraron 105 cadáveres en el bosque y en 2010, 247 personas fueron allí para terminar con su vida.

Aokigahara se encuentra en la base del monte Fuji y es un destino popular también para los turistas. Extrañamente, muchos de ellos acuden allí para morir.

El bosque es denso, tiene fama de ser oscuro y premonitorio y tiene una larga historia asociada a la muerte. En la antigüedad se practicaba el ubasute en el bosque. El ubasute es el acto de llevar a un familiar anciano o enfermo a un lugar remoto y dejarlo allí para que muera.



Se dice que el ubasute se practicaba en Aokigahara porque era un lugar tan remoto y de difícil acceso que nadie podría encontrar el cuerpo.

También tiene una larga historia de yūrei, que son fantasmas en el folclore japonés. Se dice que estos fantasmas rondan el bosque porque murieron allí o tienen asuntos pendientes. Hay muchas historias sobre los yūrei en la cultura japonesa y a menudo se les representa como espíritus vengativos.

El elevado número de suicidios comenzó en la década de 1950, cuando se publicó una novela llamada Kuroi Jukai (El mar de los árboles negros). La novela termina con los dos amantes suicidándose en Aokigahara. La novela estaba basada en una historia real y, tras su publicación, el número de suicidios en el bosque aumentó de forma espectacular.

En los últimos años, el gobierno japonés ha intentado disminuir el número de suicidios en Aokigahara colocando carteles por todo el bosque en los que se insta a la gente a buscar ayuda y a no renunciar a la vida. También han aumentado las patrullas en el bosque y han creado líneas telefónicas de prevención del suicidio.

# Batidos con vitaminas

RECETAS PARA TODOS LOS PALADARES

## Ingredientes

- mandarinas
- kiwis
- fresas
- pomelos
- melón
- naranjas



## Preparación

- Este mes vamos a dejar que saques tu lado creativo con unas pequeñas indicaciones. Te proponemos crear tus propios batidos con cualquiera de las frutas que te hemos puesta en la columna izquierda.
- Todas ellas te van a aportar un extra de vitamina C muy bueno para esta época del año.
- La vitamina C actúa como antioxidante, protege de los radicales libres, mejora la absorción del hierro y refuerza tu sistema inmune.
- Pélalas, córtalas en trozos pequeños e introdúcelas en la batidora hasta conseguir un batido de textura suave, sin trozos de fruta. ¡Y a disfrutar!

# DV

**¿Estás buscando plan  
para el fin de semana?  
¿Es miércoles y quieres  
hacer algo diferente?**

**En nuestra agenda te  
presentamos eventos  
para hacer en los  
próximos días.  
Podrás encontrar más en  
[doblevida.es](http://doblevida.es)**

**Y si quieres ofrecer tus  
propuestas, contacta con  
nosotros en el mail  
[revista@doblevida.es](mailto:revista@doblevida.es)**



Nº - 25

OCTUBRE 2022

# DOBLE VIVA

Comunicar, divulgar, ayudar.

## COMUNICANDO REGULAR

Cada vez más personas desconfían del papel de los medios de comunicación.

## VOLANDO VOY...

¿Te imaginas escuchar el sonido de los buitres cortando el aire en su vuelo?

## FRACTALES NATURALES

Cuando la naturaleza se envuelve en la belleza de la geometría fractal.



**MIEDO A LOS MEDIOS**

## Nº25 - OCTUBRE 2022

DOBLE VIVA es el boletín/newsletter oficial de © VÍVELA ¡VIVA! ©

NO NOS HACEMOS RESPONSABLES DE LOS COMENTARIOS VERTIDOS POR LOS ENTREVISTADOS NI DE LA INFORMACIÓN FACILITADA POR TERCEROS NI DE CUALQUIER ERROR O CAMBIO EN LAS PROPUESTAS PRESENTADAS. LOS LINKS PROPORCIONADOS A OTRAS PÁGINAS SON UNA SUGERENCIA, NUNCA UNA INVITACIÓN. NO NOS HACEMOS RESPONSABLES DE POSIBLES DAÑOS POR VIRUS O POR USOS INADECUADOS DE LOS MISMOS.

DIRECCIÓN-DISEÑO-CONTENIDOS:

Equipo Vívela ¡Viva!

REDACCIÓN:

Equipo Vívela ¡Viva!

INFORMACIÓN:

[revista@dobleviva.es](mailto:revista@dobleviva.es)

[info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es)

PUBLICIDAD-COMERCIAL:

[revista@dobleviva.es](mailto:revista@dobleviva.es)

[info@grupovivela.es](mailto:info@grupovivela.es)

[WWW.DOBLEVIVA.ES](http://WWW.DOBLEVIVA.ES)

[WWW.VIVELAVIVA.ES](http://WWW.VIVELAVIVA.ES)

@DobleViva (Twitter)

@VIVELA\_VIVA (Twitter)

@vivelaviva.es (Instagram)

# Miedo A Los Medios



**SUSCRÍBETE**



# Y AHORA CONTIGO

ESTÉS DONDE ESTÉS



- 24

SEPTIEMBRE 20

## DOBLE VIVA

Volver, economía, otoño.

RA CRISIS?

HÁBITOS Y RUTINAS

LOS COLORES

puntos clave de la  
ómica actual.

Regulan las emociones y generan  
bienestar en niños, jóvenes y adultos.

Disfruta de los aspectos  
de esta época sin salir de



**DOBLE VIVA**

LLEGA A TU MÓVIL

AL **SUSCRIBIRTE**

INCLUYE TU NÚMERO

Y TE LLEGARÁ

POR **WHATSAPP**

