

Hoy hace 15 años se hizo realidad un dicho guerrero en Arganzuela:

De perdidos

- ✓ 7 kilómetros de asfalto
- ✓ 220.000 coches diarios
- ✓ 1,3 millones de CO₂ cada día
- ✓ 140 decibelios de ruido

Al Río

- ✓ 10 kilómetros de corredor verde
- ✓ 35.963 árboles
- ✓ 470.844 arbustos
- ✓ 12,3 millones de litros de oxígeno al día
- ✓ Gritos de niños jugando

P.2 a 4



El 15 de abril de 2011 se acabó el infierno de tráfico y contaminación para dar paso a un parque que tiene a todos contentos



Albufera
Inmobiliaria

Yarlenis Martínez
Dirección y Gerencia

Oficina: Delicias - Atocha
Calle José Antonio Armona, 28 - 28012 Madrid
TF.: 91 929 41 40

Oficina: Puente Vallecas - Nueva Numancia
Avenida de la Albufera, 49 - 28038 Madrid
TF.: 91 029 67 83

administracion@albuferainmobiliaria.com

Valoración gratuita
venta y alquiler



PUEDES ENCONTRARNOS EN:
www.albuferainmobiliaria.com

f i n



«La bestia de Comillas» avanza 'sin frenos' y sin ruido hacia Madrid Río

P.8



Las 11 cosas que debes conocer de tu mascota en el Día del Veterinario

P.14



PROMOCIÓN
BLANQUEAMIENTO DENTAL
PHILLIPS ZOOM

ANTES
~~599€~~

AHORA
460€

CARLOS PEDROL
odontología / estética dental

C/Palos de la Frontera, 42
28045, Madrid
911 975 220

SE INAUGURÓ OFICIALMENTE EL 15 DE ABRIL DE 2011

Hoy hace 15 años se hizo realidad un dicho guerrero DE PERDIDOS

7 kilómetros de asfalto. De tener abajo una carretera, a un enorme parque verde.

220.000 coches diarios pasaban (hoy son 950.000). Ha cambiado la vida de los vecinos.

1,3 millones de CO₂ cada día. Es lo que produciría a día de hoy el tráfico de la zona.

140 decibelios de ruido, similar al despegue de un avión, un petardo muy potente, un dispa-

ro de arma de fuego o incluso un concierto. De este ruido se ha librado toda la zona de Madrid Río.

Por todo ello, este proyecto que comenzó en 2003 con el soterramiento y se inauguró en 2011, transformó carretera y asfalto en un pulmón verde que es ya un atractivo para todos. Madrid Río es ya «nuestra marca».

¡AL RÍO!

1.019.681 m² de zonas verdes. De la superficie total, que son 1.210.881 m², un 84 % son espacios verdes. Una completa revolución.

10 kilómetros de corredor verde para el disfrute diario de todos los madrileños

35.963 árboles. De los que más especies hay es de *pinus halepensis* (12.209), un árbol que puede alcanzar los 20 metros.

470.844 arbustos. De lo que más hay son *aromática rosmarinus*, un arbusto leñoso y erecto.

12,3 millones de litros de oxígeno produce cada día, lo que supone el suficiente oxígeno para 30.568 personas.

Gritos de niños jugando, bicis, paseos... La realidad actual de todas las zonas a las que afecta Madrid Río comparada con la de hace dos décadas es completamente diferente. Este parque es ahora vida: niños jugando en parques infantiles, adultos disfrutando en terrazas, abuelos paseando con sus nietos... Ha merecido la pena.

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Madrid Río es conocido por todo madrileño. Son miles de ellos los que vienen cada día a nuestro distrito a tomar algo, pasear con los amigos o familiares, o incluso hacer deporte. En este parque que tenemos abajo de casa se puede hacer de todo, ya que ofrece cualquier servicio que se pueda imaginar.

Nada tiene que ver con lo que teníamos antes, pero desde que se inaugurase el 15 de abril de 2011 –justo hace 15 años– nuestro estilo de vida ha cambiado. Pero no solo ello; también lo ha hecho nuestro distrito en general y nos ha afectado en nuestras propiedades, ya que ahora los pisos de los alrededores valen el doble que hace 15 años. Casi nada.

MADRID RÍO ES UNA ATRACCIÓN TURÍSTICA

Es sobre todo en esta época cuando los jardines de Madrid Río se comienzan a lle-

Este es el origen del dicho '¡De perdidos al río!'

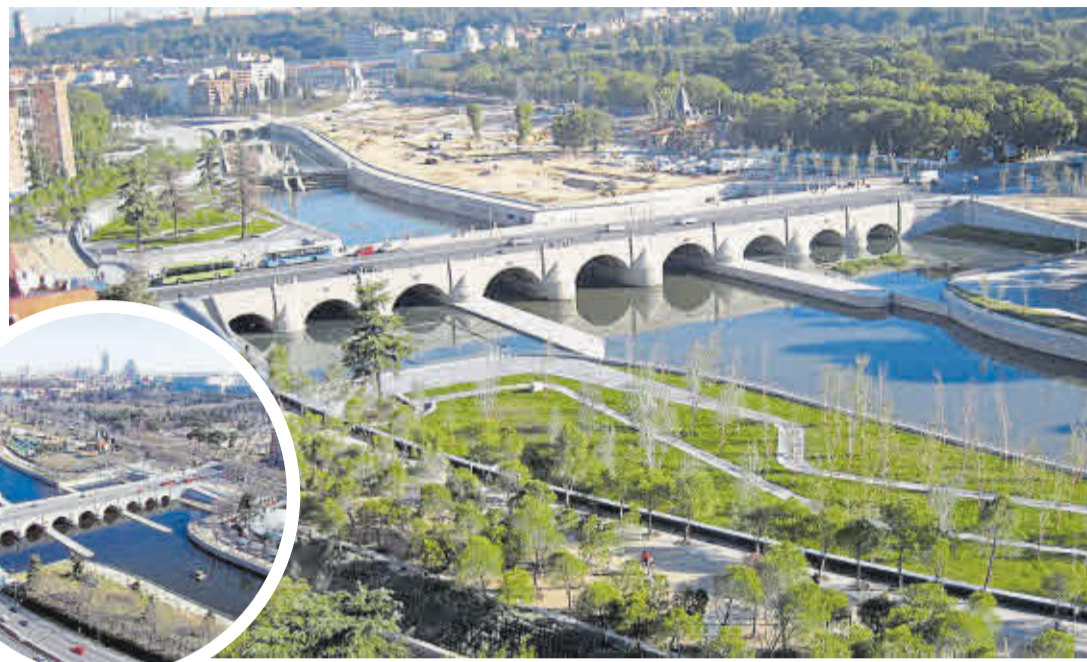
Todos lo hemos usado en alguna ocasión, pero... ¿Sabes su significado y de dónde viene? Según el Instituto Cervantes «esta dicho proviene de las batallas, cuando en otros tiempos la principal maniobra para derrotar al enemigo consistía en empujarlo hasta que llegase a orillas del río. Así, al tener a su espalda el río, se reduciría su capacidad de maniobra y perdería la batalla, pues o se tiraban al río si no querían morir o se rendían».

En este caso, la expresión nos lleva «De Perdidos», para reflejar cómo estaba esta parte de Arganzuela hace 15 años, llena de coches, humos y ruidos, «Al Río», que es cómo está hoy este trocito envidiado de Madrid.

nar. Pocas zonas de la capital ofrecen la posibilidad de tumbarte o tomarte algo rodeado de verde y con el sonido del río Manzanares de fondo. «Es un lujo que a veces no valoramos porque lleva mucho tiempo, pero todo eso antes era carretera, humo y muchísimo tráfico», es la declaración que resume el sentimiento de los vecinos que llevan toda la vida viviendo aquí.

Y no es un turismo que moleste a los vecinos, porque vienen a disfrutar, de relax... y sobre todo mueve mucho la economía del distrito.

Esta zona de Arganzuela es vida: cualquiera que se acerque ve a abuelos con sus nietos jugando, deportistas en bicicleta, madrileños tomando algo en los bares... algunos incluso se atreven a tomar el sol sin camiseta, en un entorno natural que es cada vez más demandado como plan, entre jóvenes y mayores. Porque desde hace 15 años somos uno de los centros de la capital.



Puso a Imperial, Acacias, Legazpi y Chopera (entre otros) en el mapa

Hace 16 años, cuando todavía Madrid Río era un proyecto en obras, los vecinos de estos barrios nos confiesan que «apenas nos conocían y sobre todo nadie venía de otras zonas a aquí», pero con el fin de las obras y la realidad de este gran parque, poco a poco se comenzó a llenar de curiosos que querían apreciar el paisaje y, de paso, echar la tarde o mañana. Ahora está más de moda que nunca, con miles de madrileños cada día, incluso entre semana. Y ello coloca a estos barrios al nivel de otros visitados, como puede ser el propio centro.

Una fuente económica directamente para el distrito

Los miles de madrileños y visitantes que vienen a Madrid Río, no solo nos llenan de vida, ¡también de dinero! Las terrazas del parque y los locales de los alrededores así lo certifican, «vendemos más porque por pura lógica al tener más gente en el barrio, compran más». Y ello produce un tremendo impacto -y positivo- para los que emprenden en nuestra zona. Además, con la llegada del buen tiempo y la subida de las temperaturas, Madrid Río entra en su mejor época, donde todos quieren coger sitio en el parque para disfrutar de una tarde soleada con unos refrescos y familiares o amigos.

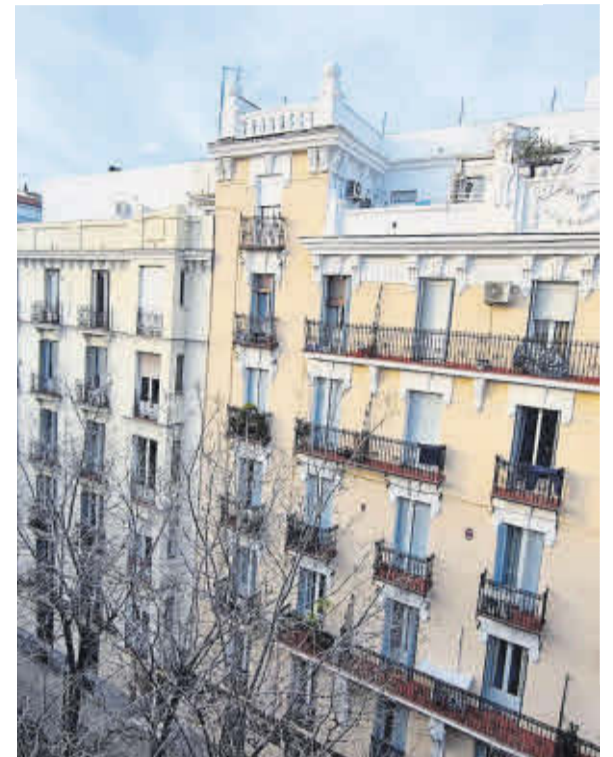
Es el principio del Matadero que hoy disfrutamos

Nicolás Ferrando, director de Artelibro Editorial y autor del libro *Arganzuela: Atocha, Delicias, Legazpi* nos explica que «al soterrar la M-30, Arganzuela también se convirtió en un distrito cultural. Matadero está ahora igual de cotizado que cualquier zona del centro, hay cientos de actividades y eventos, y es una enorme atracción turística para el distrito junto a Madrid Río. Antes nadie quería venir aquí porque era una zona repleta de coches, pero ahora esto ha cambiado por completo». Además de todo ello, afirma que para él este parque no es solo belleza y atracción, sino «una gran aportación medioambiental a la ciudad de Madrid».



EL ANÁLISIS DE UNA EXPERTA

Nuestras viviendas valen ahora el doble



J. L. MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Los propietarios que adquirieron un piso en Arganzuela allá por 2011 (y antes, por supuesto) «han triunfado». Así lo dicen los propios datos. Ahora sus pisos valen el doble. Y Madrid Río ha sido otro de los pluses del distrito para este aumento del precio.

Una experta inmobiliaria de Arganzuela como es Merche Otto, de Inmobiliaria de Merche Gestión Integral SL, nos explica que «este aumento es a nivel general en España y Madrid, pero en el caso de Arganzuela le ha hecho crecer mucho sobre todo la estación de Atocha y la creación de este parque, ya que es un atractivo para todos los vecinos».

«ES MUCHO MÁS QUE UN SIMPLE PARQUE»

Esta es otra de las claves para la experta. «No es un parque como otro cualquiera de la ciudad de Madrid, sino que tiene de todo, además se organizan muchas actividades... Le ha dado un gran valor añadido a la zona, y sobre todo quieren vivir aquí jóvenes y parejas de entre 30 y 40 años, porque es una zona muy viva», concluye.

De 3.460 euros por m² a 6.270

En abril de 2011 el precio por metro cuadrado en venta era de 3.460 y ahora es de 6.270, lo que supone un crecimiento del 81,2%. Este crecimiento ha sido a nivel general en todo Madrid, pero la creación de Madrid Río ha supuesto otro plus para el crecimiento del precio en el distrito de Arganzuela.

Uno de los puntos «más atractivos» del distrito

Para la experta, los dos puntos más atractivos de Arganzuela son «Atocha, porque ofrece una gran cantidad de servicios de transporte, y también Madrid Río que a nivel natural y social ofrece mucho. Además hay muchos colegios, centros de salud... tiene de todo», nos explica Merche.

Y el río volvió a ser de la ciudad

Además de la contaminación que producían los miles de coches que circulaban por la superficie, el río Manzanares pasaba «sin pena ni gloria» por esta zona. Solo se veía desde la distancia y el ambiente no tenía nada que ver con el de ahora, en el que está rodeado del entorno del que debe, con miles y miles de árboles y arbustos. El madrileño de a pie desde hace 15 años ha vuelto a disfrutar de su río, que tiene un curso fluvial de 92 kilómetros. Lo que antes era una mirada desde la ventana del coche ahora es una pradera de césped en la que te puedes tumbar con el sonido del río de fondo.

Hoy es el paraíso de todos los deportistas

Madrid Río está lleno de deportistas. Vecinos corriendo, otros en bicicleta, algunos en patinete... y otros jugando a baloncesto o haciendo ejercicios en las barras son algunas de las imágenes habituales del parque. Y este es uno de los principales atractivos de este pulmón verde, que además de su entorno natural tiene decenas y decenas de elementos deportivos de todo tipo para que tanto vecinos de la zona como de otros distritos vengan a Arganzuela a hacer deporte. Y es precisamente este entorno natural uno de los elementos que incentiva a ejercitarnos, como así lo indican varios estudios. Nada como correr entre árboles y con el sonido de un río de fondo. Es la mejor zona para hacer deporte.



En el parque de Madrid Río hay cientos de elementos deportivos

- 30 kilómetros de sendas ciclables
- 33 pistas deportivas de patinaje, skate, escalada, fútbol, pádel, tenis, baloncesto y ciclismo BMX
- 17 áreas de juegos infantiles con 65 elementos
- 3 circuitos biosaludables con 22 elementos
- 7 pistas de petanca
- 12 mesas de juegos
- 5.506 bancos
- 63 fuentes
- 637 horquillas aparcabicis
- 84 aparcabicis
- 8.528 luminarias

EN 2003 ARRANCARON LAS OBRAS DEL SOTERRAMIENTO DE LA M-30 Y EN 2011 FINALIZARON LAS DE MADRID RÍO

Así lo vivieron

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Con ruidos, molestias y protestas. Así recuerdan los vecinos las obras del soterramiento de la M-30 y las posteriores para la construcción de Madrid Río. Que una obra no tenga ruido es prácticamente imposible, más si cabe si es al aire libre. El historiador del distrito Nicolás Ferrando explica que «había protestas casi cada semana

porque duraron mucho y algunos se quejaban de que se empleó mucho dinero, pero lo bueno no es barato... y ahora Arganzuela es un distrito que no tiene nada que ver con el de hace varias décadas».

Los vecinos que llevan toda la vida viviendo en el distrito así lo certifican: «Claro que fue molesto, pero desde hace 15 años disfrutamos de una de las mejores zonas indudablemente de toda la capital. Es un lujo».

Fue un proyecto con protestas

Como toda obra, trajo ruido. En este caso durante varios años. Los vecinos nos recuerdan que «fue molesto, pero ahora ha merecido la pena. La zona ha cambiado por completo, no nos podemos quejar». Este es el sentimiento generalizado de los vecinos de Arganzuela.

Fueron ocho años duros pero «mereció la pena»

El soterramiento de la M-30 tuvo lugar desde 2003 a 2007, y la construcción de Madrid Río fue desde 2005 hasta abril de 2011, justo hace 15 años. Fueron años de obras, ruidos, calles cortadas, tráfico caótico... nadie se olvida de ello, pero ahora el vecino de Arganzuela (y más zonas) tiene a sus pies uno de los paisajes más bellos y naturales de toda la ciudad: un parque con un corredor de 10 kilómetros, y junto al río Manzanares. Envidiable.

INCREÍBLE, HOY TODOS ESTÁN A FAVOR

«Ha cambiado el barrio por completo. Ahora está lleno de vida entre una cosa y otra»

LUCAS

«Recuerdo los comienzos. Había muchas protestas por las obras, pero desde luego que ha merecido la pena»

LUCÍA

«Todas las mañanas voy al parque a hacer deporte. Para los que estamos jubilados es una gran atracción»

ROBERTO

«Lo mejor de Madrid Río es que tiene de todo: desde bares para tomar algo, bancos para sentarte hasta pistas para hacer deporte. Es divertido»

FELIPE

«Aquí se suelen organizar actividades para los mayores, y no hay sitio mejor que este para ello»

LUCÍA

«Arganzuela no tiene nada que ver con hace 20 años. Ahora es de las zonas más cotizadas de todo Madrid»

JOSÉ LUIS

«Suelen venir mis nietos a casa y siempre les traigo aquí, porque tienen de todo»

ROMINA

«Para los que tenemos perro también es un alivio, porque disfrutan mucho más»

ANABEL

«Algo positivo del parque es que está muy bien comunicado, por lo que invita a venir a mucha gente de otras zonas»

RAFAEL

«Antes no disfrutábamos del Manzanares, ahora lo apreciamos todos los días, se ha recuperado su naturaleza, y es parte fundamental de Arganzuela»

GUILLERMO

«Cuando llega el mes de abril esto se empieza a llenar de gente de otros barrios, y eso siempre da vida al distrito»

AITOR

«Reunirte con tus familiares o amigos aquí se ha convertido en un plan recurrente, no hay un sitio mejor»

MARINA

«Para los que hacemos ciclismo es una gozada, hay mucho carril bici y este parque está unido con otros, por lo que es perfecto para hacer rutas»

ADRIÁN

«Recuerdo el ambiente de antes y el de ahora. Actualmente se respira naturaleza, es mucho más puro. Los que llevamos toda la vida aquí notamos la diferencia»

NICOLÁS

«Soterrar la M-30 era una gran demanda vecinal. Trajo protestas como todas las obras, pero ahora nadie dice nada porque el cambio ha sido drástico»

JOSÉ MARÍA

«Ya no es lo que ha cambiado la zona, sino que es muy bonito. Bajo mi punto de vista es el parque y zona más bonita de Madrid»

PEPE

«La gente ya conecta en su pensamiento Arganzuela con Madrid Río, y eso es una noticia muy positiva para los de aquí»

ALEJANDRO

«Solo recordar el tráfico que había antes en esta zona... de recordarlo me entran mareos»

LUISA

«Su dimensión y cercanía con el centro de Madrid lo convierte en una gran opción para venir a echar el día»

TOMÁS



Hoy, el vecino de cualquier barrio de Arganzuela tiene a sus pies -o muy cerca- un enorme pulmón verde, con servicios de todo tipo: desde bares hasta pistas deportivas. Es junto con el centro cultural de Matadero lo más diferencial del distrito, además de la estación de Atocha. Estos tres elementos la convierten en una de las zonas más cotizadas y valoradas por todos para vivir.

«MADRID RÍO ES YA UNA MARCA»

Es otro de los sentimientos que tiene la persona que vive aquí. Cualquiera que viva en Madrid conoce Madrid Río y lo vincula directamente con Arganzuela, porque es ya una marca. Este paisaje ha puesto al distrito en el mapa, y por ello fue fundamental este proyecto hace 15 años.

Así lo viven

Un dato para la historia

Madrid Río produce oxígeno para 1 de cada 5 habitantes del distrito

En 2025

pasaron por la M-30 381,7 millones de vehículos y 496,2 millones de usuarios

Desde su soterramiento

se han evitado por el barrio 5.400.000.000 de desplazamientos

Madrid lleva siete años siendo la Ciudad Arbórea Mundial

Madrid ha sido reconocida como Ciudad Arbórea del Mundo 2025 por séptimo año consecutivo. Es la única ciudad española que mantiene este reconocimiento desde 2019. Madrid cuenta con 5,7 millones de árboles, más de 500 especies y cerca de 3.800 zonas verdes, con el 26 % de su superficie cubierta por arbolado. El ayuntamiento destina 210 millones de euros anuales al mantenimiento de parques y jardines y ha invertido más de 112 millones desde 2019 en nuevas áreas verdes y mejoras.



Tizona y Dulcinea, las tuneladoras que soterraron la carretera M-30

En aquel momento eran las más grandes del mundo, y costaron 45 millones de euros cada una. Para aquel entonces contar con esta pesada maquinaria era un hito para la ciudad de Madrid, que ahora tiene a otra tuneladora, Mayrit, perforando un gran túnel para la futura Línea 11 del Metro de Madrid.

HAY 77 CENTROS EN LA CAPITAL

¡Últimos DOS días para solicitar una de las 4.131 plazas en las escuelas infantiles!

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

La odisea de todos los años para muchos padres: encontrar una escuela infantil pública que se adapte a sus necesidades, ya sea cerca de casa, del trabajo o con horarios compatibles. Para el curso 2026-2027, el ayuntamiento oferta 4.131 plazas en sus 77 centros de escolarización de 0 a 3 años. El plazo para presentar la solicitud finaliza el próximo jueves, 17 de abril. El trámite puede realizarse a través de la sede electrónica del Consistorio madrileño, de forma presencial en las oficinas de registro o en la escuela elegida como primera opción. La lista provisional de admitidos se publicará del 12 al 14 de mayo, y la matrícula comenzará el 10 de junio.

Novedad: se incluye al nasciturus

Por primera vez, el Ayuntamiento de Madrid tendrá en cuenta al concebido no nacido (nasciturus) para el proceso de escolarización del primer ciclo de Educación Infantil. Para acogerse a esta medida, las familias deberán presentar el correspondiente certificado médico que lo acredite. De este modo, las familias numerosas (generales y especiales) podrán beneficiarse de las ventajas de esta condición.

- Plazo de solicitud abierto hasta el **17 de abril**
- Las listas provisionales se publicarán el **12-14 de mayo**
- Las listas definitivas el **1 de junio**
- La matrícula el **10 de junio**



Las becas se reparten según ingresos de las familias

- Tramo 1 (0 - 10.420 euros): 4.235 euros anuales (385 euros al mes)
- Tramo 2 (10.420 - 17.020 euros): 2.420 euros anuales (220 euros al mes)
- Tramo 3 (17.020 - 30.000 euros): 1.298 euros anuales (118 euros al mes)

En el distrito de Arganzuela hay cuatro escuelas infantiles

EL ALBA. Calle Toledo, 181

EL BARBERILLO DE LAVAPIÉS. Calle Granito, 32

EL BOSQUE. Calle Delicias, 32

LA MELONERA. Calle Eros, 2

Requisitos para solicitar estas ayudas

- Ser madre, padre, tutor o representante legal de menores nacidos en 2024, 2025 o 2026, o previstos antes del 1 de enero de 2027
- Estar matriculado o con reserva de plaza en el primer ciclo de Educación Infantil en un centro privado autorizado de Madrid sin plaza pública
- No superar los 30.000 euros de renta per cápita familiar anual
- Estar empadronado en Madrid y haber mantenido este requisito durante al menos dos años
- No incurrir en causas de exclusión según la Ley General de Subvenciones
- No tener subvenciones pendientes de justificación con el Ayuntamiento

Vargas Llosa, Medalla de las Artes de Madrid

La presidenta de la Comunidad, Isabel Díaz Ayuso, ha entregado, a título póstumo, la Medalla Internacional de las Artes al premio Nobel Mario Vargas Llosa por su defensa de la libertad «contra viento y marea».



2.615 nuevas empresas en la región en 2025

Cada día nacen en Madrid 86 nuevas compañías, lo que hace un total de 5.098 en lo que va de 2026. El capital suscrito alcanza los 119 millones de euros, un 42% más que en el mismo mes de 2025.

Y&C

PELUQUEROS

Tu cabello,
nuestra prioridad

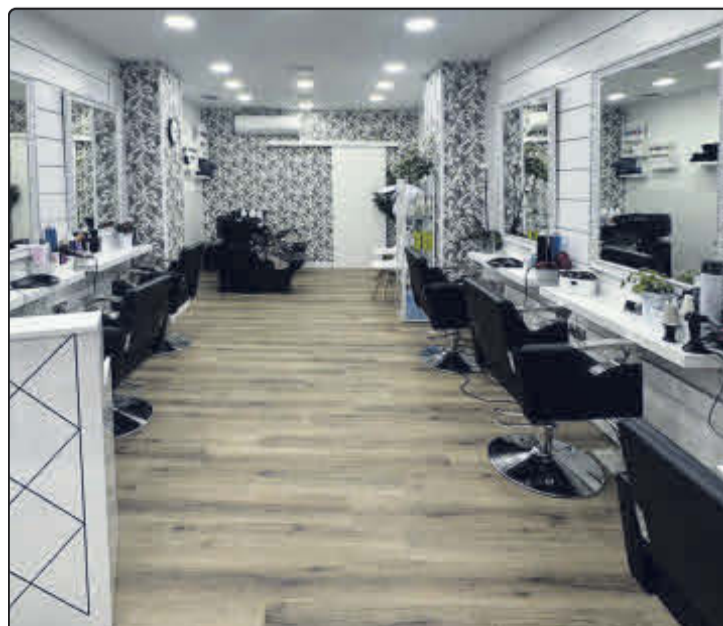


919 122 519

yc_peluqueros

hola@ycpeluqueros.com

Paseo de las Delicias, 78 BIS, 28045 Madrid
Metro Delicias salida C/ Cáceres



Descubre lo que el ácido hialurónico puede hacer en tu pelo.

TRATAMIENTO DE HIDRATACIÓN INTENSIVA

Desde
33,90€

Corte + peinado
(pelo corto)

27€

Corte clásico

13€

Corte tendencia

16€

Propuestas con respuestas

Recogemos las propuestas que los vecinos plantean a La CRónica de Arganzuela y la respuesta del ayuntamiento en sus comunicados. No abordamos temas políticos, sino las situaciones cotidianas que los ciudadanos identifican y que requieren mejoras.

La pasarela del Vado necesita un cambio de imagen, no da seguridad

Es una de las 30 pasarelas que unen la ciudad con el río Manzanares y es cierto que actualmente presenta deficiencias tanto de accesibilidad como de seguridad. Conocedores de su importancia, el ayuntamiento ha lanzado un concurso internacional de ideas para la sustitución de la pasarela del Vado. El ganador podrá realizar el proyecto de construcción.



La avenida del Planetario está en mal estado, hay que andar con cuidado

Esta petición está siendo valorada por la Junta Municipal de distrito. Además, esta semana se están llevando a cabo trabajos de conservación del arbolado de la avenida, lo que repercutirá en el tráfico, con la ocupación de un carril.



¿Qué actividades están previstas en Arganzuela por la Feria del libro?

Para este año, el ayuntamiento ha programado hasta nueve actividades repartidas entre el 23 y 26 de abril. Entre estas, habrá un recital poético musical, presentaciones de libros, cuentacuentos e incluso un concierto el domingo 26 a las 12:00 horas en la explanada de Madrid Río, paseo de la Chopera, 6.



Es imposible encontrar aparcamientos para las motos, muchas acaban en las aceras

Desde el Ayuntamiento de Madrid en los últimos años se está haciendo un "notable esfuerzo" para crear plazas de aparcamiento para motos. Además, existe la posibilidad de reservar el estacionamiento a particulares con un horario de 7:00 a 20:00 horas los días laborables; todo a través de la web del ayuntamiento. En el distrito de Arganzuela en total hay 1.047 plazas para estacionar las motos.



Harían falta ayudas para llevar a los hijos a un colegio privado

Con la beca infantil plus Madrid, el ayuntamiento ayuda a cubrir el coste de las escuelas infantiles privadas con el objetivo de ayudar a la conciliación familiar. Se trata de un apoyo de hasta 385 euros al mes para familias con hijos de 0 a 3 años, en función de la renta per cápita, para cubrir gastos de escolarización, comedor y horario ampliado en centros privados autorizados. El plazo para solicitar esta ayuda termina el 28 de abril.



Matadero homenajeará al flamenco

Con motivo del mes de la danza, Centro Danza Matadero presenta el estreno absoluto de 'Humo', un nuevo espectáculo flamenco de la coreógrafa y bailadora Rafaela Carrasco, Premio Nacional de Danza 2023. Podrá verse del 16 al 19 de abril. Además habrá un taller impartido por la coreógrafa el 17 de abril a las 12:00 horas.



Arganzuela honra al poeta L. A. de Cuenca

En homenaje al poeta Luis Alberto de Cuenca, una de las voces líricas en español más destacadas de los últimos 50 años, la sala La Lonja del Centro Cultural Casa del Reloj albergará la exposición 'Luis Alberto de Cuenca, poeta. De Madrid... al cine'. Disponible hasta el 30 de abril de 9:00 a 21:00 horas.

CR Arganzuela
CRÓNICAS

Una publicación mensual, con información de interés sobre todo lo que pasa y sucede en Arganzuela. Noticias de actualidad, entrevistas, reportajes, cultura, deportes, sociedad y economía.

Todo con un tratamiento periodístico y un enfoque informativo, para que todos sus habitantes encuentren lo que les importa, afecta y divierte.

Redacción:
cronica.arganzuela@epe.es



ANÚNCIATE
639 73 28 04

Responsable Comercial:
Carlos Redondo

mail: credondo@epe.es

Teléfono: 639 73 28 04

el Periódico de España

100 BECAS PARA APOYAR LA CARRERA Y EL TALENTO DE JÓVENES INVESTIGADORES

Impulso a la excelencia y a la retención y a la atracción de talento

DOCTORADO INPHINIT		POSDOCTORADO JUNIOR LEADER	
161.200 €	Dotación total por la beca	320.100€	
4 años	Duración	3 años	
1.337	Solicitudes recibidas	751	
4,49%	Tasa de éxito	5,33%	
60	Becas concedidas	40	
26,05 años	Media de edad	35,2 años	
45% hombres / 55% mujeres	Género	40% mujeres / 60% hombres	
Tecnología, ingeniería, física, química, matemáticas y ciencias de la salud y la vida (Incoming. Todas las disciplinas (Retaining))	Ámbitos de estudio	Tecnología, ingeniería, física, matemáticas y ciencias de la salud y la vida (Incoming y Retaining)	



Catalina Vela Gual

Comenzará su primer doctorado en el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas

«Buscar mejores tratamientos para los pacientes con cáncer es mi manera de contribuir a la sociedad». Catalina, nacida en Mallorca y formada en la Universidad de Barcelona, aspira a que sus hallazgos mejoren algún día la vida de los pacientes oncológicos. Con ese objetivo, ha vivido de primera mano la investigación biomédica en instituciones de referencia como la University of Cambridge. Ahora, a sus 25 años, y gracias a las becas de doctorado de la Fundación “la Caixa”, inicia una nueva etapa profesional con ilusión: su doctorado en el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas en Madrid. «Es muy gratificante poder desarrollar mi investigación en España con las excelentes condiciones que me brinda esta beca», declara.



José Luis López Guillén

Gracias a la beca desarrolla parte de su doctorado en Toronto

«Mejorar el diagnóstico y tratamiento de las cardiopatías infantiles es el objetivo de buena parte de mi doctorado». José Luis López Guillén, de 32 años y especializado en cardiología pediátrica, centra su trabajo en integrar la genómica y la inteligencia artificial para avanzar en la atención cardiovascular en niños. Gracias a la beca de doctorado INPHINIT de la Fundación “la Caixa”, ha iniciado una etapa clave en su carrera investigadora, que actualmente le ha llevado a Toronto para realizar una estancia internacional. «Está siendo una experiencia muy enriquecedora», destaca. En los próximos meses regresará a España para continuar su doctorado en el Hospital La Paz con la mirada puesta en mejorar la vida de los pacientes más jóvenes.

Garantizar que los mejores jóvenes investigadores permanezcan en España y Portugal y puedan desarrollar sus ideas es clave para impulsar la innovación y la ciencia de excelencia. Con este propósito, la Fundación “la Caixa” otorga 100 becas de doctorado y posdoctorado, dirigidas a talentos destacados que llevarán a cabo sus proyectos en universidades y centros de investigación de la península Ibérica, reforzando la capacidad científica y tecnológica en nuestro país.

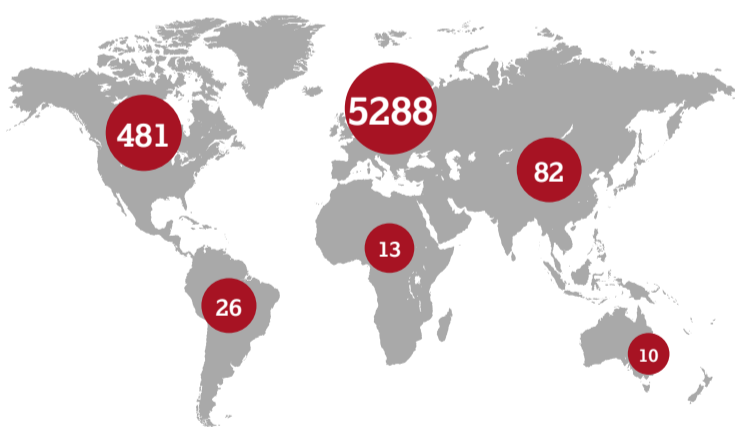
El doctorado es el nivel más alto de estudios universitarios y está dirigido a personas que quieren especializarse en un área específica. Durante el doctorado, el estudiante desarrolla un proyecto de investigación original, aporta nuevos conocimientos en su campo y, al finalizar, debe presentar y defender una tesis doctoral. El doctorado suele durar de tres a cuatro años.

El posdoctorado es la etapa posterior al doctorado, destinada a investigadores que ya han obtenido su título de doctor. Durante esta fase, el investigador continúa desarrollando su carrera científica

BIENESTAR DE LOS INVESTIGADORES

Estas becas no solo proporcionan salarios competitivos, sino que incluyen un completo programa de formación transversal. En el caso

CASI 6.000 ESTUDIANTES YA SE HAN BENEFICIADO



de las becas de doctorado, se refuerzan competencias esenciales como la comunicación científica, el bienestar emocional de los investigadores, el liderazgo y el acceso a oportunidades de financiación. Por su parte, las becas de posdoctorado están pensadas para impulsar carreras científicas independientes, fomentando la innovación y el liderazgo como pilares fundamentales del desarrollo profesional y de la excelencia investigadora.

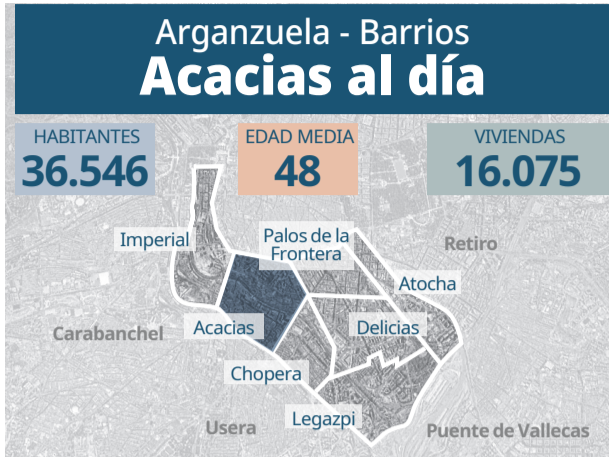
De los 100 becarios seleccionados en esta edición, 41 son españoles y 59 extranjeros, procedentes de 25 países. Entre estos, el país con mayor representación de becarios es Italia con 14, seguido de Portugal con 12, Alemania con 5, y Bélgica y Polonia con 3 becarios cada uno.

Una ayuda para todo el mundo

La Fundación destinará a esta promoción de becas de doctorado y posdoctorado más de 22 millones de euros. Se han distribuido entre más de 70 centros de investigación y universidades de España y Portugal. Los requisitos para acceder a ellas son no haber iniciado un doctorado, haber residido o trabajado en España o Portugal durante más de 12 meses en los últimos tres años, estudios superiores que habiliten para el doctorado y nivel de inglés acreditado (B2 o superior). La ayuda económica cubre los costes laborales, de investigación y de matrícula al doctorado.

Nuevas actividades en el barrio para luchar contra la soledad

El CMSc de Arganzuela, en el barrio de Acacias, lleva gran parte de la programación del Ayuntamiento de Madrid contra la soledad no deseada. Hay actividades como el 20 y 27 de abril a las 16:30 está 'Tejiendo redes', un grupo para tejer en compañía, o 'Moviendo ficha', una quedada para juegos de mesa el día 23.



El taller de libros inclusivo para niños que presenta Carmen Ayllón

El viernes a las 18:00, los niños de Acacias pueden disfrutar la lectura de otra forma. Los participantes en la actividad realizarán un cuento cooperativo que después trasladarán a papel con un formato inclusivo. Se utilizarán distintos materiales para conseguir un libro como los que realiza la ONCE.

Un proyecto europeo en Acacias promueve la actividad física

Gente que Camina es un proyecto europeo que tiene como objetivo promover la actividad física de la ciudadanía, en un entorno adecuado y sencillo para caminar por la ciudad. Una de las que se puede disfrutar parte de Acacias, iniciando en el Paseo de las Yeserías 45 y caminando por todo Madrid Río.

LA TUNELADORA LLEVA YA 19 DÍAS TRABAJANDO Y YA ESTÁ AL COMPLETO DENTRO DEL FUTURO TÚNEL DE LA LÍNEA 11

«La bestia de Comillas» ya avanza 'sin frenos' hacia Madrid Río

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

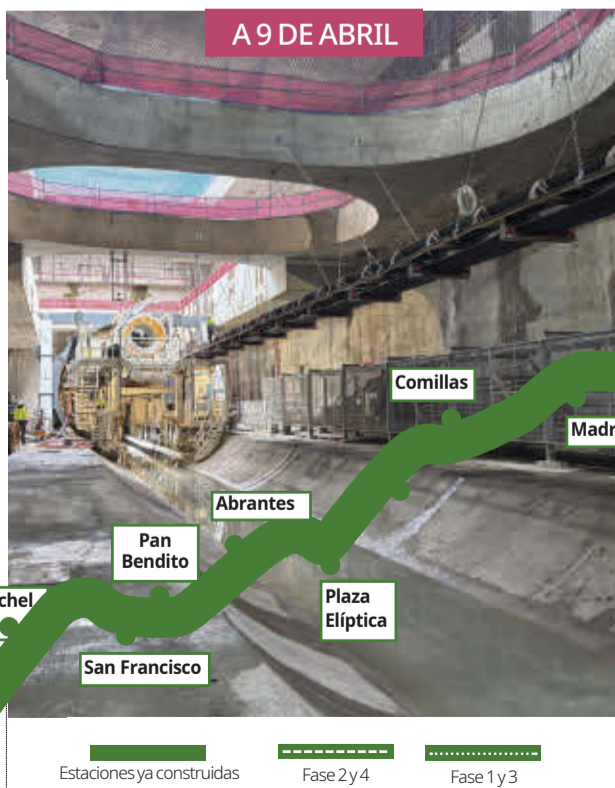
La tuneladora Mayrit, que es la encargada de perforar el túnel del tramo que nos afecta de la futura Línea 11 del Metro de Madrid, ya está de camino de Madrid Río, una de las 5 paradas que se construirán una vez Mayrit excave los 5.593 metros que debe hasta conde de Casal.

A día de hoy, 15 de abril, lleva 14,8 metros, con un ritmo diario de entre 12 y 15 metros, y la tuneladora ya está al completo dentro del túnel. Además de Madrid Río, se construirá una parada nueva en Comillas y tres de enlace en Atocha, Palos de la Frontera y Conde de Casal.

DE CUATRO VIENTOS A VALDEBEBAS EN SOLO 1 HORA Y 6 MINUTOS

Esta futura línea va a cambiar la vida a «900.000 madrileños», calculan desde el ayuntamiento.

El primer tramo que se está ejecutando ahora tiene previsto su final de obras «a finales del primer semestre de 2027 o comienzos del segundo semestre», y la Línea 11 al completo en 2031.



148
METROS
ha avanzado Mayrit a 15 de abril

2,85 %
DE LOS 5.593 METROS que perforará entre Comillas a Conde de Casal

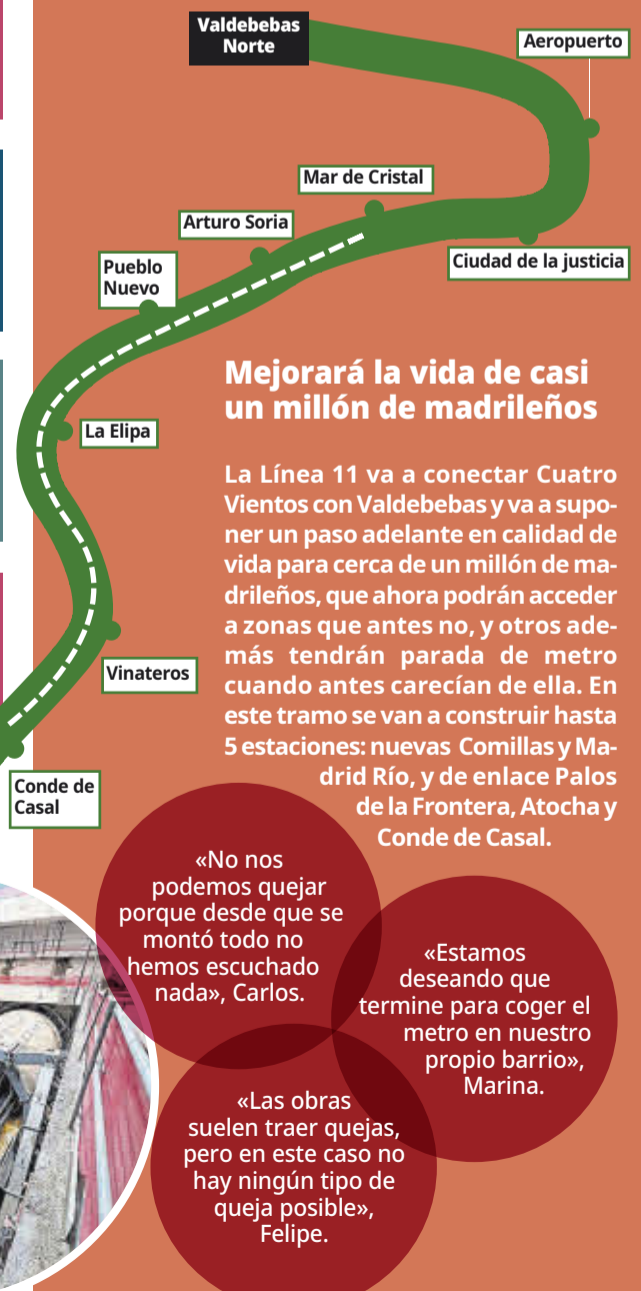
33
KILÓMETROS recorrerá la futura Línea 11

0,56
METROS perfora cada hora la tuneladora

26
DE MARZO comenzó la maquinaria a excavar el túnel

Los vecinos lo viven sin ruidos y sin sustos

Actualmente la tuneladora sigue presente en el barrio de Comillas, en el distrito de Carabanchel, y para sorpresa de todos -aunque no para los ingenieros- nada hace pensar que, a 29 metros del día a día de los vecinos, está esta tuneladora perforando el túnel, ya que «no se escucha nada», explican los vecinos. Los ingenieros de caminos que trabajan en la faraónica obra afirman que esto se debe a que «la tuneladora está formada por motores eléctricos, que no hacen ruido».



Mejorará la vida de casi un millón de madrileños

La Línea 11 va a conectar Cuatro Vientos con Valdebebas y va a suponer un paso adelante en calidad de vida para cerca de un millón de madrileños, que ahora podrán acceder a zonas que antes no, y otros además tendrán parada de metro cuando antes carecían de ella. En este tramo se van a construir hasta 5 estaciones: nuevas Comillas y Madrid Río, y de enlace Palos de la Frontera, Atocha y Conde de Casal.

«No nos podemos quejar porque desde que se montó todo no hemos escuchado nada», Carlos.

«Estamos deseando que termine para coger el metro en nuestro propio barrio», Marina.

«Las obras suelen traer quejas, pero en este caso no hay ningún tipo de queja posible», Felipe.

LOS PRIMEROS DEL MUNDO EN OFRECER ESTE SERVICIO

Desde hoy, los paquetes llegan a casa en metro

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

El Metro de Madrid se ha convertido en el primero del mundo que va a hacer reparto de última milla de paquetería. Esta semana han llegado las taquillas inteligentes a las 19 estaciones de la Línea 3, una de las más presentes en Arganzuela. Este nuevo servicio te permite recoger pedidos directamente en tu estación, simplemente escogiendo Metro como punto de entrega, especialmente útil si no estás mucho en casa o no tienes portero que lo recoja.

Es un servicio novedoso, porque van a ser los propios trenes los que hagan llegar los paquetes a las estaciones. Los pedidos llegarán cada día a las 4:30 de la mañana a Villaverde y de ahí irán distribuyéndolos. Es a estas horas para no interferir en los viajes de los vecinos.



57
puntos de recogida

19
estaciones en las que están repartidos

3.000
paquetes se van a repartir al día

Tienen
diferentes tamaños

6 am a 1.30 am
es el horario y están disponibles todo el año

En Arganzuela estarán en las estaciones de:

Legazpi
Delicias
Palos de la Frontera
Embajadores

Cómo se pueden recoger los paquetes en las estaciones

- El funcionamiento es muy sencillo. Simplemente, tienes que mostrar el QR en el lector, después la taquilla correspondiente se abre sola y tienes disponible tu paquete para llevártelo.

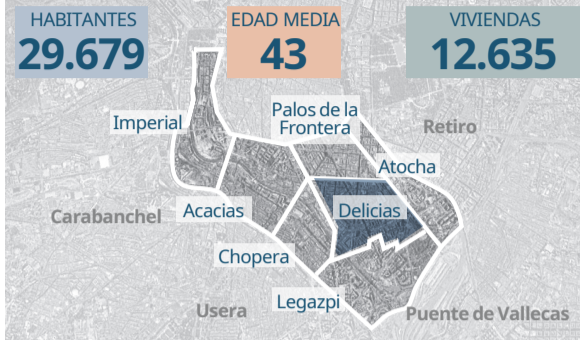
- Es compatible con las empresas de SEUR, Amazon y GLS.

- Los paquetes llegan a las 4:30 de la mañana en Villaverde y desde ahí parte un tren para repartirlos en las diferentes estaciones.

- El primer Metro del mundo que va a hacer reparto de última milla de paquetería.

- Ahorro de 50.000 kilómetros diarios de reparto en furgoneta en la superficie.

Arganzuela - Barrios Delicias al día



La Ferro, cada día más cerca de su ascenso a Primera Aficionado

Tras 23 partidos disputados, el histórico equipo de Arganzuela tiene 61 puntos, líder en solitario del grupo 18 de Segunda Aficionado y siete por encima del segundo, que es el Periso Club de Fútbol. Y es que la temporada de los de Luis Sauras es de récord: en 23 encuentros, 20 victorias, 1 empate y solo 2 derrotas, con 85 goles a favor y solo 25 en contra. En las próximas jornadas el ascenso podrá ser matemático.



del grupo 18 de Segunda Aficionado y siete por encima del segundo, que es el Periso Club de Fútbol. Y es que la temporada de los de Luis Sauras es de récord: en 23 encuentros, 20 victorias, 1 empate y solo 2 derrotas, con 85 goles a favor y solo 25 en contra. En las próximas jornadas el ascenso podrá ser matemático.

Déjate llevar por Madrid

Déjate llevar por EMT

Más de 2.100 autobuses y 229 líneas para dejarte llevar por toda la ciudad

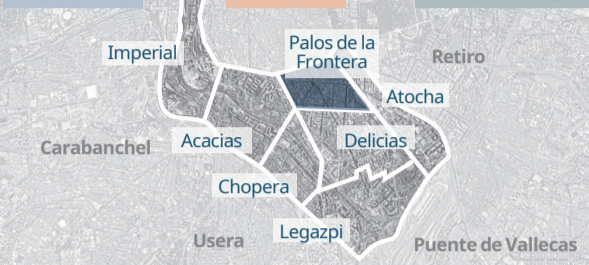


El barrio que más sube el precio de venta, un 2,9% más caro en solo un mes

El precio de la vivienda se sitúa en marzo de 2026 en 6.331 €/m², tras aumentar un 2,9 % en el último mes y un 2,6 % en el trimestre. En comparación con hace un año, el incremento alcanza el 12,6 %, lo que refleja una evolución claramente al alza. Además, el precio actual marca su máximo histórico, sin variación respecto a este nivel.

Arganzuela - Barrios Palos de la Frontera al día

HABITANTES **26.076** EDAD MEDIA **45** VIVIENDAS **13.703**



La sala Ángel Río se prepara para los exámenes finales

Ubicada en calle Canarias, 17, la sala de estudios Ángel Río, que está en nuestro barrio, estará abierta en su horario habitual para los alumnos que se preparan para los exámenes del segundo cuatrimestre y para los que estudian la PAU. De lunes a sábado de 9 a 21 horas, y domingos y festivos permanecerá cerrada.

Aunque no lo parezca, no solo pasa por nuestro barrio la línea 3

Oficialmente, la Línea 3 de Metro de Madrid da servicio a Palos de la Frontera con las estaciones de Embajadores, Palos de la Frontera y Delicias. Sin embargo, a línea 1, a pesar de que no entra en el barrio, puede decirse que lo da servicio con las estaciones Estación del Arte y Atocha, a escasos 100 m del límite.

LUMBALGIA, EL MOTIVO DE CONSULTA MÁS FRECUENTE QUE PODEMOS SOLUCIONAR NOSOTROS MISMOS

La mejor postura... es la que no dura



PABLO HERRERA
Vicedecano del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid

Para prevenir los problemas de espalda es fundamental moverse más y sentarse mejor

Uno de los conceptos clave es el de "capacidades y demandas". Cada persona tiene unas exigencias en su día a día —por ejemplo, estar ocho horas sentado o realizar esfuerzos físicos— y lo importante es que su cuerpo esté preparado para responder a esas demandas. Eso implica moverse, hacer pausas y adaptar los hábitos.

El dolor lumbar es una de las causas médicas más frecuentes de incapacidad laboral en España, que tiene un impacto directo en la calidad de vida. La prevención es fundamental y se basa sobre todo en la educación. Hablamos de fisioterapia comunitaria, es decir, de promover la salud en un sentido amplio: enseñar a las personas a conocer su cuerpo, a entender las lesiones y a adquirir hábitos saludables antes de que aparezca el dolor.

CAMBIAR DE POSTURA CON FRECUENCIA

Hay que desmontar algunos mitos. La idea de mantener una postura perfecta, como estar siempre a 90 grados, es irreal e incluso poco saludable. Y es que, la mejor postura es la que menos dura.

Lo importante no es estar rígido, sino cambiar de posición con frecuencia. Para ello, debemos introducir lo que llamamos «píldoras de actividad». Son pequeñas pausas activas a lo largo del día. Levantarse, caminar, hacer unas sentadillas, subir escaleras o dar un paseo después de comer. Está demostrado que estos pequeños gestos son muy eficaces para prevenir problemas como la lumbalgia, que afectará, en algún momento de su vida, a más del 70% de la población de la capital.

Dolor lumbar, la consulta más frecuente

Este tipo de dolor suele estar relacionado con malas posturas, sedentarismo e incluso con algunos sobreesfuerzos físicos. Se estima que hasta el 85% de las personas lo padecerán en algún momento, lo que lo convierte en una de las dolencias más comunes en los sistemas sanitarios.

Lumbalgia y dolor de espalda no son lo mismo

El dolor de espalda es un término general que incluye cualquier molestia desde el cuello hasta la zona lumbar. La lumbalgia, en cambio, es un dolor localizado en la parte baja de la espalda, sobre las caderas, y es el más frecuente, asociado al sedentarismo o malas posturas.



Para quienes trabajan en oficina, ¿Existe una postura correcta para estar sentado?

No existe una postura perfecta que se pueda mantener durante horas. Los antiguos consejos de 90° en cadera y rodillas con pantalla a cierta altura son imposibles de cumplir y, además, poco saludables si se mantienen mucho tiempo. Lo más importante es variar la postura y no estar demasiado tiempo igual.

¿Por qué es importante cambiar de postura con frecuencia?

El sedentarismo y permanecer mucho tiempo en la misma postura aumentan la tensión muscular y favorecen molestias en cuello, espalda y lumbares. Cambiar de postura permite reducir la fatiga, mejorar la circulación y disminuir el riesgo de lesiones. Por eso decimos que "la mejor postura es la que menos dura".

¿Qué son las "píldoras de actividad" y cómo puedo hacerlas?

Son pequeños descansos activos que se introducen a lo largo del día para romper el sedentarismo. Pueden ser simples gestos como levantarse y caminar, subir escaleras, hacer unas sentadillas o mover los brazos y la espalda durante unos minutos. Estudios recientes muestran que estas microactividades son incluso más efectivas para la salud que una sesión de gimnasio intensa pero esporádica.

¿Cuándo es necesario acudir al fisioterapeuta?

No es obligatorio ir si no hay dolor o molestias. La fisioterapia es útil cuando hay tensión muscular, dolor lumbar, cervical o de espalda en general, o para la recuperación tras lesiones o cirugías. Lo clave es acudir a tiempo y, sobre todo, seguir las pautas de ejercicio y movilidad que el fisioterapeuta indique, ya que la prevención y la recuperación dependen en gran parte de la constancia del paciente.

70-85%
madrileños sufrirá lumbalgia a lo largo de su vida

60-80%
tiene problemas de espalda ya

1ª
dolencia crónica más frecuente

35 y 54
años
es la peor edad

Más del 40%
necesita fisioterapia

UNO DE NUESTROS VECINOS PODRÍA AMPLIAR SU FORMACIÓN CON LOS MEJORES DEL MUNDO

HIJA DE TAXISTA, NADIE EN SU FAMILIA TENÍA ESTUDIOS

Pilar Manchón

Hoy es líder de investigación sobre inteligencia artificial en Google Research

Hija de un taxista y una ama de casa sin estudios, Pilar Manchón creció en Sevilla en un hogar donde nadie había terminado la escuela. Su padre dejó el colegio a los 12 años y su madre a los 13. Fue la primera en acceder a la universidad y transformar su vida gracias a su esfuerzo y vocación. Pilar, lingüista computacional, es hoy una de las figuras clave en el desarrollo de la inteligencia artificial desde su puesto como directora de Estrategia de Investigación en IA en Google. Ahora vive en Los Altos, California (Estados Unidos). Su trayectoria cambió gracias a una beca de posgrado en el extranjero de la Fundación "la Caixa", que le permitió trasladarse a la Universidad de Edimburgo tras licenciarse en

Filología Inglesa. «Aquello supuso un antes y un después en mi carrera», explica.

«ARRIÉSGATE Y TEN CONFIANZA EN TI MISMO»

Aquella oportunidad no solo impulsó su formación, sino que la conectó con una comunidad internacional de talento e innovación. Desde entonces, ha desarrollado una carrera destacada en el ámbito tecnológico, centrada en uno de los grandes retos actuales: garantizar que la inteligencia artificial sea ética y esté alineada con los valores humanos. Defiende su potencial para mejorar la sociedad y anima a las nuevas generaciones a arriesgar, confiar en sí mismas y aspirar a transformar el mundo.

Del distrito de Arganzuela pueden salir los genios del futuro

Cualquiera de nuestros vecinos puede aspirar a estas becas de posgrado de la Fundación "la Caixa". No importa de dónde vengas, ni tus recursos, ni tu origen: con talento, esfuerzo y curiosidad, puedes convertirte en uno de los genios del futuro y ayudar a transformar el mundo.



CONSIGUIÓ TRABAJAR EE.UU. CON UN NOBEL DE QUÍMICA

Marc Expòsit

Diseña proteínas para nuevas terapias que salvarán vidas

Marc Expòsit es uno de los jóvenes investigadores que está contribuyendo a transformar la biotecnología a través del diseño de proteínas con inteligencia artificial. Su trayectoria dio un salto decisivo tras obtener una beca de la Fundación "la Caixa", que le permitió acceder a Baker Lab de la University of Washington. Fue clave no solo por la financiación, sino también por el reconocimiento que supone en procesos altamente competitivos como la admisión a programas de doctorado.

ESTÁ TRABAJANDO PARA CURAR EL CÁNCER

Actualmente cursa su doctorado en Ingeniería Molecular bajo la dirección del Nobel David Baker, pionero en el diseño computacional de pro-

teínas. Su investigación se centra en el desarrollo de citoquinas, proteínas que regulan la respuesta del sistema inmunitario, con el objetivo de diseñar nuevas terapias para enfermedades como el cáncer o los trastornos autoinmunes. Mediante algoritmos avanzados, su trabajo permite explorar combinaciones imposibles de abordar en el laboratorio tradicional, abriendo la puerta a proteínas completamente nuevas con funciones específicas. Además del avance científico, Expòsit destaca el entorno colaborativo del Baker Lab, donde la conexión entre investigadores impulsa la innovación. Contempla seguir vinculado a la investigación o emprender nuevos proyectos en el ámbito biotecnológico.

BECAS QUE PERMITEN INVESTIGAR HASTA CON UN PREMIO NOBEL

La Fundación "la Caixa" convoca 100 becas para cursar estudios de posgrado en universidades o centros de investigación de Europa, América del Norte o Asia-Pacífico. Tienen una duración de 24 meses y ha permitido a alumnos a estar bajo la dirección de un premio Nobel como David Baker, que es un pionero en el diseño computacional de proteínas.

¿CUÁL ES EL LIMITE DE EDAD Y QUÉ HACE FALTA PARA PEDIRLA?

No hay un requisito de edad, pero sí es necesario disponer de un título de grado concedido por una universidad española (los candidatos españoles) o una universidad portuguesa (los candidatos portugueses). Además, los estudios de grado deben de haberse finalizado entre enero de 2017 y julio de 2026.

INICIÓ LA AVENTURA CON 30 AÑOS, MUJER Y DOS HIJOS

Sergio Boixo

Desarrolla un chip cuántico capaz de hacer en 5 minutos cálculos que llevarían 10.000 trillones de años

Con 30 años, una mujer y dos hijos, Sergio Boixo decidió dejar atrás su carrera en la banca -trabajó en el Banco Central Europeo y en Dresdner Bank- para seguir su vocación científica. Nacido en León, creció en un entorno familiar ligado a la ciencia: su abuelo era veterinario y su abuela química. Desde pequeño mostró interés por la física y la filosofía, y esa curiosidad marcó su vida. Con el impulso de una beca de la Fundación "la Caixa", cursó estudios en Física Cuántica y se trasladó a Estados Unidos para completar su doctorado. «Me fui con toda mi familia a Albuquerque, Nuevo México. Allí trabajé sobre todo la metrología cuántica y elaboramos una teoría que explicaba cómo

hacer medidas con mucha más precisión», cuenta.

SU OBJETIVO AHORA ES EL PRIMER TRANSISTOR CUÁNTICO

Hoy es uno de los referentes en computación cuántica, liderando proyectos pioneros que buscan desarrollar el primer ordenador cuántico funcional. Junto a su equipo ha creado avances como un chip capaz de resolver en minutos cálculos imposibles para los ordenadores tradicionales. Willow es un chip cuántico capaz de realizar en cinco minutos un cálculo que al más rápido de los ordenadores clásicos le llevaría hacer 10.000 trillones de años. Boixo está convencido de que «el siguiente hito es el primer transistor cuántico».

SE FUE A LA CUARTA MEJOR UNIVERSIDAD DEL MUNDO

Juan Argote

Su software permite mejorar el transporte público en la ciudad

Juan Argote, nacido en el barrio de Les Corts, en Barcelona, descubrió su vocación gracias a los documentales de Jacques Cousteau y su interés por matemáticas y biología. Inicialmente se inclinó por la arquitectura, pero pronto eligió Ingeniería de Caminos en la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC), donde se fascinó por la ingeniería de transporte. «Fue la primera vez que vi la posibilidad de influir en la vida diaria de las ciudades», explica.

En el año 2008, recibió la beca de posgrado en el extranjero de la Fundación "la Caixa", que le abrió las puertas de la Universidad de Berkeley, en California, Estados Unidos. Allí desarrolló su doctorado y el software CABBIE -junto a sus com-

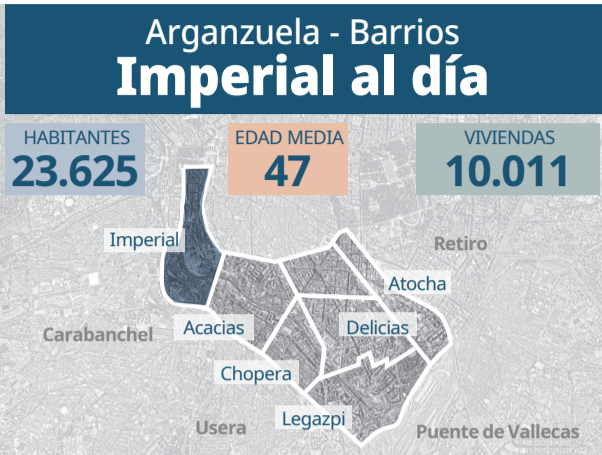
pañeros de doctorado- para mejorar el transporte público, que se integró en ciudades como San Sebastián, en el País Vasco. Con este sistema, se dio cuenta que «podía influir en las infraestructuras de las ciudades».

AHORA SE DEDICA A TRANSFORMAR LA CIUDAD Y LA TECNOLOGÍA

Hoy está al frente de Aurora Data Solutions, liderando proyectos de movilidad inteligente y vehículos autónomos. Su experiencia muestra cómo la vocación, la formación y oportunidades como las becas de la Fundación "la Caixa" permiten a personas como Juan transformar la ciudad y la tecnología, contribuyendo a un futuro más eficiente y seguro.

La vicepresidenta de Ecuador visita nuestro centro de salud

La vicepresidenta de Ecuador, María José Pinto, se encuentra en España acudiendo a diferentes eventos centrados en el sector salud. Dentro de su agenda, Pinto ha visitado el Centro de Salud Paseo Imperial, con el objetivo de conocer modelos de gestión del sistema sanitario español.



'Sanguijuelas del Guadiana' se dan cita tres noches en la Riviera

Los próximos 6, 7 y 8 de mayo el grupo emergente 'Sanguijuelas del Guadiana' actuará en la Sala La Riviera. La banda extremeña, la cual ya supera los 300.000 oyentes mensuales en Spotify, continúa con su gira 'Verbena en Vena'. Y en Madrid ha colgado el cartel de 'sold out' para todas sus fechas.

La Casa del Agua se encuentra aquí, ¿sabes qué estudia?

Este centro es el encargado de realizar los trabajos en relación con el estudio de las aguas continentales, y se dedica a diversas líneas: recursos hídricos, crecidas e inundaciones, planificación hidrológica, seguridad de obras hidráulicas, hidráulica fluvial, estado de las aguas y tecnologías del agua.

TODAS LAS SUBVENCIONES QUE ARRANCAN EN ABRIL, MAYO Y JUNIO

Las ayudas para movilidad eléctrica ya están de vuelta

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

El Ayuntamiento de Madrid lanza siete líneas de ayudas dentro del Plan de Ayudas Cambia 360. Se destinarán este año 9,7 millones de euros para las diferentes convocatorias, ampliables hasta los 23,3 millones. Desde hoy se pueden pedir las ayudas para micromovilidad, dotadas con 300.000 euros, y destinadas a la compra de bicicletas (hasta 400 euros) y motos (de 600 a 1.000 euros). Las solicitudes se pueden presentar hasta el 15 de septiembre. Al igual que el año pasado, también hay subvenciones para achatar autobuses con clasificación ambiental A, otorgando 12.000 euros por vehículo.

LAS AYUDAS PARA CAMBIAR DE COCHE

Las ayudas a la compra de vehículos particulares contarán con un crédito de 14 millones de euros. Este año, al igual que en la pasada convocatoria, también se podrá recibir la subvención por achataramiento, si se dona el vehículo (con clasificación ambiental A o B). Hasta 4.000 euros por la compra de un coche con etiqueta 0, hasta 2.000 por vehículos con distintivo ECO y 1.500 euros por la compra de coches con etiqueta C, eso sí, con la obligatoriedad de achataramiento del viejo turismo.

TAMBIÉN PARA TAXI

El sector del taxi también se podrá beneficiar de este plan de ayudas: 2,85 millones de euros para incorporar vehí-



culos limpios. Los autotaxi optarán a subvenciones si adquieren vehículos Cero emisiones (hasta 25.000 euros). El plazo para solicitarlas se prolonga del 1 de mayo al 1 de junio. En el caso de las instalaciones térmicas, el presupuesto total asciende hasta los 2,7 millones de euros. Las solicitudes se pue-

den presentar a partir de la próxima semana, y el Ayuntamiento de Madrid financia hasta 5.000 por vivienda para sistemas de climatización híbridos y renovables. El plazo es el más largo, ya que se pueden pedir hasta el 13 de noviembre.

Condiciones que hay que cumplir

Ser mayor de edad, estar empadronado en la ciudad de Madrid y pagar el IVTM en la Comunidad de Madrid.

Sitios donde se pueden comprar

En los concesionarios o puntos de venta adheridos al plan Madrid 360 del Ayuntamiento de Madrid.

Hoy comienzan las ayudas para las bicis

Las primeras ayudas que se pueden pedir son para la compra de bicicletas eléctricas, con una subvención máxima de 400 euros.

Cómo pedir las ayudas

Las solicitudes de ayuda se presentarán a través de los concesionarios/puntos de venta adheridos y también mediante la aplicación del Ayuntamiento.

Plan de Ayudas Cambia 360. Hasta 23,3 millones de euros para la compra de coches o motos eléctricas, cambiar la caldera o achatar autobuses.

VEHÍCULOS PARTICULARES	PUNTOS DE RECARGA	MICROMOVILIDAD	DISTRIBUCIÓN DE MERCANCÍAS	TAXIS	INSTALACIONES TÉRMICAS	AUTOBUSES
<p>0: 4.000€</p> <p>ECO: 2.000€</p> <p>+ 1.500€ Por achataramiento de vehículos:</p> <p>A B</p> <p>Hasta: 14.000.000 €</p>	<p>APARCAMIENTOS DE USO RESIDENCIAL PRIVADO</p> <p>Hasta 50.000€ Máximo: 65% del coste</p> <p>PARKING PARA RESIDENTES</p> <p>Hasta 150.000€ Máximo: 90% del coste</p> <p>Hasta: 2.000.000 €</p>	<p>Hasta 400€</p> <p>Hasta 600€</p> <p>Hasta 1.000€</p> <p>Máximo: 50% del coste</p> <p>Hasta: 300.000 €</p>	<p>DUM CATEGORÍA N1</p> <p>Hasta 14.000€</p> <p>Hasta 10.000€</p> <p>5.000€</p> <p>(3000€ por achataramiento, obligatorio en vehículos C)</p> <p>DUM CATEGORÍA N2</p> <p>Hasta 15.000€</p> <p>Hasta 11.000€</p> <p>6.000€</p> <p>(3000€ por achataramiento, obligatorio en vehículos C)</p> <p>* Ayudas de hasta 6.000€ por instalación de dispositivos de frío</p> <p>Hasta: 1.150.000 €</p>	<p>EUROTAXIS NUEVOS</p> <p>Hasta 25.000€ Máximo: 60% del coste</p> <p>EUROTAXIS 2ª MANO</p> <p>Hasta 10.000€ Máximo: 50% del coste</p> <p>Hasta: 2.850.000 €</p>	<p>CALDERAS DE GASÓLEO EN COMUNIDADES</p> <p>Hasta 5.000€</p> <p>POR VIVIENDA EN SISTEMAS DE CLIMATIZACIÓN HÍBRIDOS Y RENOVABLES</p> <p>Uso terciario. Máximo: 35% del coste</p> <p>Hasta: 2.700.000 €</p>	<p>12.000€</p> <p>ACHATARRAMIENTO DE AUTOBUSES Y AUTOCARES DE TRANSPORTE PÚBLICO DISCRECIONAL O PRIVADO</p> <p>Hasta: 300.000 €</p>
Solicitudes: Del 20 de abril al 20 de mayo	Solicitudes: Del 20 de abril al 20 de mayo	Solicitudes: Del 15 de abril al 15 de septiembre	Solicitudes: Del 15 de abril al 15 de septiembre	Solicitudes: Del 1 de mayo al 1 de junio	Solicitudes: Del 20 de abril al 13 de noviembre	Solicitudes: Del 18 de mayo al 18 de junio



Madrid exhibe sus productos de calidad en el Salón Gourmet

La Comunidad de Madrid, representada por 41 empresas agroalimentarias de la región, exhibe a lo largo de esta semana sus productos de calidad en la 39ª edición del Salón Gourmet. La feria líder en Europa dedicada a la alimentación y bebidas de alta calidad en la que se reúnen miles de profesionales de este sector.



Terapia robótica para mejorar la vida de los mayores

Más de 20 centros de día municipales de la capital han incorporado el robot 'Nuka', un dispositivo tecnológico innovador con forma de cría de foca capaz de interactuar con humanos. Este alivia la sintomatología de personas con demencia, a través del tacto y el sonido.

¡SE AGOTARON EN POCAS HORAS!

Así puedes hacer el mismo recorrido de "Miguitas" si te has quedado sin entradas

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

Es la sexta edición y las entradas se han agotado en cuestión de horas. "Miguitas", el programa gratuito de la Comunidad de Madrid para conocer el pasado y el presente del distrito, se consolida como un éxito, con más de 14.000 participantes desde el inicio de estos recorridos urbanos hace cinco años. En esta nueva convocatoria participarán 420 personas. Si te has quedado con ganas de descubrir los secretos de Arganzuela, en La CRónica te proponemos las rutas para recorrer el distrito por tu cuenta y explorar su historia y rincones más desconocidos. El recorrido comienza en Delicias y termina en Atocha, uno de los edificios históricos de la capital.

30
DE MAYO
es el último sábado en el que se ofrecerán recorridos por el distrito

6^a
edición

420
plazas ofertadas

14.200
vecinos han participado

120
minutos de duración

HAY TRES RECORRIDOS DISPONIBLES PARA CONOCER ARGANZUELA



Ruta «Memoria obrera e industrial» que parte de la estación de Delicias a Matadero...

La ruta comienza en la estación de Delicias y continúa hacia el antiguo Matadero, hoy espacio cultural, para entender su papel en la distribución de mercancías tras la Guerra Civil. El paseo sigue hasta el antiguo mercado de frutas, reflejo de la intensa actividad del barrio.

Por el sur del distrito, «Ruta Industria y Transformación Urbana» ligada a las fábricas

El recorrido por el sur de Arganzuela muestra su pasado industrial, vinculado al ferrocarril, las fábricas y la llegada de trabajadores. Destacan espacios como la antigua fábrica El Águila y Matadero Madrid, reflejo del desarrollo del barrio.

Más centrada por la estación de Atocha «Arquitectura doméstica y vida cotidiana»

El tercer recorrido aborda la arquitectura en torno a Atocha, destacando la estación de 1851 de Alberto de Palacio y otros edificios como el Palacio de Cibeles.

Arganzuela - Barrios Chopera al día

HABITANTES **20.634** EDAD MEDIA **44** VIVIENDAS **9.066**



La V Feria del Libro del distrito se celebra en el Paseo de la Chopera

Del 23 al 26 de abril en la explanada de Madrid Río se celebra la V Feria del Libro de Arganzuela, con



el poeta y filólogo Luis Alberto de Cuenca como embajador. Con actividades como la lectura pública del Quijote, presentaciones de libros, firma de ejemplares, recitales de poesía o funciones de teatro infantil, los vecinos del distrito podrán disfrutar de este arte en todas sus versiones. También habrá dos mesas redondas dedicadas a su embajador.

los vecinos del distrito podrán disfrutar de este arte en todas sus versiones. También habrá dos mesas redondas dedicadas a su embajador.

Quiero trabajar en los oficios

Formación Exprés y Empleo

UNA ESCUELA PARA TI



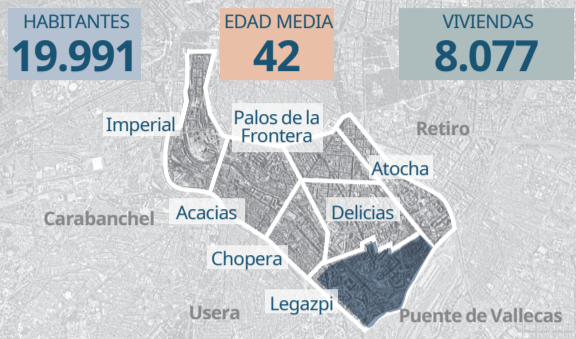
Escuela Municipal Empleo verde y Oficios

aemadrid.es



MADRID

Arganzuela - Barrios Legazpi al día



La falta de aparcamiento, lo peor valorado por los vecinos

Según un estudio de Fotocasa, los vecinos de Legazpi valora muy positivamente la seguridad del barrio, la oferta de restaurantes o el transporte público. Buenas parte de los aspectos a valorar en la plataforma son evaluados rozando la perfección, todos a excepción de la facilidad de aparcamiento. Esta se encuentra valorada con un 3,60 sobre 5, pese a la existencia de un parking público que cuenta con 320 plazas.



Pese a la subida del alquiler, sigue siendo el barrio más barato

Con 20 euros el metro cuadrado, Legazpi se convierte un más más en el barrio más barato para alquilar una vivienda. Pese a la subida de 1,6% con respecto al mes de febrero -la segunda más alta de Arganzuela- sigue siendo con diferencia la zona más económica del distrito: con un 1,5 euros de diferencia con el siguiente barrio más barato, Acacias. Por el contrario, Delicias, Chopera e Imperial son las zonas más caras.

Cineteca Madrid propone un mes de diálogo entre cine y literatura

Con motivo de la celebración del Día del Libro, Cineteca Madrid dedica la programación de abril al diálogo entre el cine y la literatura, coincidiendo además con el 75 aniversario de Cahiers du Cinéma, una de las revistas fundamentales de la historia del cine. El mes se articula en torno a varios programas que exploran los cruces entre escritura y cine, como con Federico García Lorca.



EL SÁBADO 25 DE ABRIL SE CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DEL VETERINARIO

Las 11 cosas que necesitas conocer sobre tu mascota

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

El Día Mundial del Veterinario, que se celebra el 25 de abril, pone en valor el papel de estos profesionales en un país donde más del 40 % de los hogares convive con al menos una mascota.

Sin embargo, no siempre se conocen bien sus necesidades. Isabel, veterinaria del Centro Veterinario Legazpi, señala que «muchas gente piensa que cuidar bien a su mascota es solo darle de comer y sacarla a pasear», cuando en realidad hay muchos aspectos que se pasan por alto.

Entre los errores más habituales, destaca la falta de estimulación o la higiene. Y también advierte sobre la automedicación: «puede ser peligroso».

En este contexto, el papel del veterinario resulta clave no solo para tratar enfermedades, sino para prevenirlas.

¿Cuántos gatos y cuántos perros hay en Arganzuela?



50% DE LOS ESPAÑOLES TIENE UNA MASCOTA

33% HOGARES MADRILEÑOS CONVIVEN CON, AL MENOS, UNA MASCOTA EN SUS CASAS

1. Alimentación y paseo no son suficientes.

Necesitan cuidados de higiene y salud veterinaria, interacción social, afecto e estimulación mental y olfativa.

2. Los gatos no se cuidan solos. Aunque sean independientes, necesitan cuidados, compañía y supervisión. Un gato adulto sano puede quedarse solo hasta 48 horas máximo, ya que la soledad genera estrés y aburrimiento.

3. El chocolate no es lo más peligroso. En proporción las uvas son peores: «pueden provocar muchos problemas renales».

4. La leche no es adecuada para gatos adultos. «Es dementir un bulo bastante conocido». Tras el destete, pierden la enzima necesaria (lactasa) para digerir la lactosa, lo que provoca diarrea, vómitos y molestias estomacales.

5. La cebolla y otros alimentos comunes pueden ser tóxicos. Es altamente tóxica para los perros en todas sus formas, llegando a provocar anemia hemolítica. Al igual que los ajos o los puerros.

6. No se deben usar punteros láser para jugar con gatos. «Les produce mucha frustración y estrés no poder agarrar el punto que están persiguiendo».

7. Ni el paracetamol ni el ibuprofeno son seguros para los perros. Administrar estos fármacos humanos sin supervisión veterinaria puede provocar toxicidad grave.

8. Lava los dientes a tu mascota un par de veces por semana. Ayuda a prevenir el sarro, la halitosis (mal aliento) o gingivitis.

9. Hay que cepillar su pelo regularmente a ¡todos! Independientemente si es largo, que requiere más atención, o corto. Unas 2-3 veces mínimo a la semana.

10. No solo hay que cansarles físicamente, hay que estimularlos mentalmente. Necesitan estimulación como por ejemplo juegos de olfato o juguetes interactivos.

11. No hay que forzar, sino adaptarse a su carácter. Cuando tu mascota no sea social con otros gatos o perros, no les fuerces a estar con ellos, al igual que con las personas, forma parte de su personalidad.

Procesionaria y leishmaniasis: los principales peligros de la primavera

La primavera es una época de riesgo para la salud de los perros. Se debe tener especial atención en zonas de pinares y áreas con alta presencia de mosquitos. Los efectos de la oruga procesionaria son inmediatos, mientras que de la leishmaniasis aparecen con los años y dejan problemas crónicos.

¿Sabes qué es el etólogo, el psicólogo de los animales?

Es un veterinario especializado en el comportamiento animal, tanto en cautividad como en libertad. Actúa como un psicólogo animal, analizando conductas, miedos y agresividad para solucionar problemas de convivencia, mejorando el bienestar emocional de la mascota.

El veterinario no solo trata enfermedades, también es importante para prevenirlas

La atención preventiva abarca una amplia gama de prácticas, que incluyen el manejo nutricional, la vacunación, el control de parásitos, los exámenes de salud periódicos y el fomento de la colaboración con los dueños de mascotas. Recomiendan visitar el veterinario una vez al año, y cuando es anciano (entre 7-10 años) cada seis meses.

ESTE EVENTO SE FUNDÓ EN 1978 Y HOY SIGUE TRIUNFANDO

47.000 corredores volverán a llenar nuestras calles



47.000

participantes

48ª

edición

15.000

corredores en la maratón

23.000

en la media

9.000

en los 10 km



¡De nuevo, bate récords!

Son ya 48 ediciones la de esta carrera en Madrid, y cada año bate récords en todos los aspectos. Que el running está de moda es una realidad, y que esta es la carrera más multitudinaria de Madrid, también (sumando las tres). Así lo demuestran los propios datos. En la pasada edición de la San Silvestre Vallecana (10 kilómetros) corrieron 42.000 personas.

2.000 corredores más

El pasado 2025 registró su mayor cifra con 45.000 participantes, pero este año van a ser 47.000. Casi nada.

Más mujeres que en ninguna edición

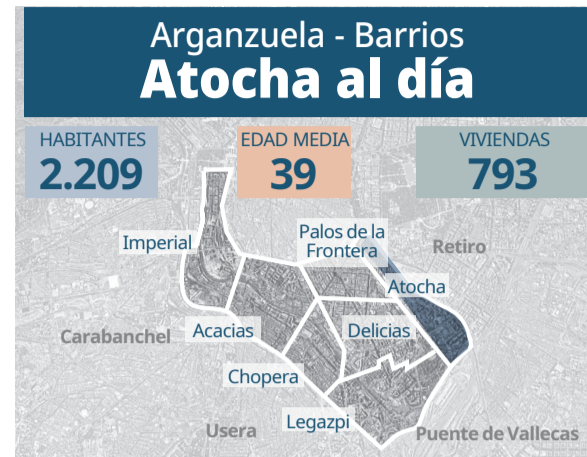
La participación femenina escala hasta el 37 %: serán el 19 % en la maratón, 36 % en la media y el 56 % en 10K.

Habrá extranjeros venidos de 111 países

13.210 corredores vienen desde fuera de España, de hasta 111 países, con especial mención a Francia, Reino Unido, Italia, Alemania y Estados Unidos (representan el 28 % de los 13.210 extranjeros).

Este año no pasará por las Cuatro Torres

Debido a las obras en la Castellana, «va a haber una ligera variación y no pasaremos por las Cuatro Torres», explican.



El aparcamiento modular de Puerta de Atocha ya está a punto

Adif está finalizando el nuevo aparcamiento modular de la estación Madrid Puerta de Atocha, una infraestructura desmontable y reutilizable con 1.283 plazas repartidas en dos módulos (P3A y P3B) y una inversión superior a 26 millones de euros. El P3A, ya parcialmente operativo, cuenta con 493 plazas, mientras que el P3B ofrecerá 790. Ambos incluyen cubiertas con paneles fotovoltaicos y 60 puntos de recarga eléctrica.



'Guernica africano', en el Reina Sofía hasta el mes de septiembre

Desde el pasado 25 de marzo y hasta el 22 de septiembre, el Museo Reina Sofía tiene una serie de exposiciones temporales titulada 'La historia no se repite, pero rima'. Aquí presentan obras de arte que guardan paralelismos con el 'Guernica' de Picasso. La primera entrega es con el 'Guernica Africano', de Dumile Feni, uno de los artistas clave de la modernidad africana. Es un dibujo caracterizado por su distorsión expresiva.

Así puedes consultar retrasos en trenes y solicitar indemnización

Desde la web de Adif se puede observar el listado de las salidas y llegadas de los trenes con información actualizada, en este caso de los que salen y llegan de Puerta de Atocha Alameda de las Quintas. Y si se sufre una demora se puede acceder al apartado 'Presentar una reclamación' en la web de la compañía. Dependiendo de la política de cada una, se podrá optar a un reembolso u otro.

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

El 26 de abril, miles de madrileños (y de otras regiones y países) volverán a «descubrir Madrid a golpe de zapatilla», como explican desde la Zurich Rock 'n' Roll Running Series Madrid.

Con 47.000 corredores, desde la organización hablan de 'planeta runner', con presencia de hasta 111 países que volverán a recorrer las calles de nuestro distrito, en Arganzuela, ya que la maratón pasará por Imperial, Pirámides, Acacias, Ronda de Valencia y Atocha. Y los vecinos, como cada año, bajarán para animarles. Hasta un millón de personas se calcula que estarán en las calles para animar en los primeros y últimos metros de las carreras.

Cada año se agotan antes los dorsales, y no es para menos, ya que es para muchos la carrera más divertida de la ciudad Madrid, con unos 30 puestos de animación, música y DJs en directo y, sobre todo, muchas ganas de llegar a línea de meta. Se ha convertido ya en una tradición.



Sin dorsales desde inicios de enero y 10.000 personas en lista de espera

En 2025 se agotaron los dorsales el 15 de enero, y en este 2026 no hay desde principios del mismo mes. Es tal la demanda que se han quedado 10.000 corredores en lista de espera. «Todo el mundo sabe ya que el último domingo de abril toca la Zurich Rock 'n' Roll», afirman desde la organización.

Trae salud... y mucho dinero

- En 2025 este evento generó 70,8 millones. Así lo demuestra un estudio elaborado por la Universidad Europea de Madrid. Este año, al ser más participantes, se espera que aumente la cifra.
- Los precios de la carrera van por demanda: la maratón ha acabado costando 100 euros, la media 70, y la de 10 kilómetros 40 euros.
- ¡Un millón de espectadores por las calles!
- Ahora somos parte de 'European Marathon Classics', junto a Roma, Viena, Londres, Copenhague, Varsovia, Lisboa y Frankfurt.

Rehabilitación de cinco edificios junto a la estación

Renfe ha encargado la rehabilitación de cinco edificios históricos junto a la estación de Atocha para transformarlos en nuevos espacios de trabajo. El proyecto abarcará 36.650 metros cuadrados.



Calles cortadas durante esta semana

Algunas de ellas son: c/Planeta Tierra, Méndez Alvaro, Melilla, Bustamante, Canarias, Acacias, Yserías, Mármol, Planetario, Embajadores, Pirámides, Puerta de Toledo y Sta. María de la Cabeza.



Publicidad

HIPOTECAS

toma nota

- Ir a Eurocaja Rural
- Que me informen personalmente
- Y conseguir la financiación que necesito



Entrar y
preguntar