

OCTUBRE  
MES DEL  
SANTO  
ROSARIO



### GUILLERMO EL TACITURNO

La historia se ha encargado de poner "motes" o sobrenombres a personajes de primera fila de la política o de la fama. Y en España tenemos muchos ejemplos : Pedro I el Cruel, Jaime el Conquistador, Reyes Católicos , Felipe el Hermoso y Juana la Loca...

Pues hubo un rey, en Los Países Bajos al que llamaban " Guillermo I el Taciturno". Lo de primero se entiende : fue el fundador de los Países Bajos ( Holanda...) en su lucha contra Felipe II que lo heredó de su padre Carlos I . Guillermo murió asesinado. Hablamos del siglo XVI aunque ya nos cae un poco lejos...

Pues tenía como apodo " el taciturno" y según el diccionario de la RAE quiere decir " callado, que no gusta de hablar, triste y melancólico". O sea que este rey primero de los holandeses es que " las mataba callando" y se salió con la suya : ser rey de un país independiente de España que hoy son LOS PAÍSES BAJOS .

HAY DOS MANERAS DE DIFUNDIR FELICIDAD :

- SER LA LUZ QUE BRILLA
  - O EL ESPEJO QUE LA REFLEJA.
- TÚ TIENES EL PODER DE SER LO QUE QUIERAS.

### TE CONVIENE SABER QUE...

El comer nueces aporta al cuerpo hasta 19 sustancias que reducen el riesgo ante la diabetes ,la hipertensión arterial, el cáncer y el Alzheimer. Pues...¡ a comer nueces!

### SOBRE LAS VACUNAS

Ya todos sabemos de ellas porque en buen número de gentes hemos sido " víctimas de los pinchazos" con mejor o peor fortuna según los efectos...

Sabemos de Pfizer, Moderna, AstraZeneca, Janssen...

La primera , la que se puso a los mayores de 80 años con una segunda dosis a las tres semanas. La segunda, la Moderna, que ha de repetirse a las cuatro semanas...

La AstraZeneca ( llamada " la mala" por sus reacciones más fuertes y por ello la más discutida y la más temida) y que se ha de repetir a los dos meses y medio y se aplica a los más robustos de 50 y 60 años...

La Janssen que ha sido la última en salir y es la más cómoda porque es " de un solo pinchazo y han de aplicarla a los de 70 años... ( ¿ )

Y hay otras más en aprobación : Novavac, Curevac, Sanfi, Sputnik V...( algunas de ellas "suenan a ruso")...

Y hay que tener ciertas precauciones porque vacuna no es igual a inmunidad. Y no garantizan la seguridad total aunque la alivian. Así...

Las vacunas otorgan de un 70 % a un 90% de inmunidad y eficacia...

Nunca se debe bajar la guardia, y menos en la población " anciana" tan numerosa...

Es una cierta garantía pero no de inmediato sino pasadas las dos semanas de la segunda dosis recibida.

Queda menos para quitarse la mascarilla, pero aún no ( ya nos lo dirán gratis), y hay que seguir guardando las distancias, lavarse las manos principalmente y con frecuencia y evitar las aglomeraciones...todo ello hasta que nos indiquen lo contrario.

La vacuna es como " una capa" pero que puede fallar en algún momento y para eso están las otras precauciones : mascarilla, distancia, limpieza, evitando reuniones de gente en sitios cerrados, los botellones...

Celebraría que estos consejos ( que he recibido de quien me parece que sabe) los pusieramos en práctica para nuestro bien y el de los demás.

Nos jugamos la salud y la vida...