

## BELLESA I SALUT

PUBLICITAT

### La calor pot ser un perill

Es diu que el sol és font de vida, i és veritat. Però és igualment veritat que el sol pot ser un perill. Com ho pot ser també la calor, les altes temperatures. Tots tenim a la ment el record de les morts que es van registrar l'estiu passat a causa de les fortes calor que es van registrar. I encara que aquest estiu promet ser més moderat, serà positiu tenir en compte alguns costums saludables sobre aquest tema. En aquest sentit, la mateixa Conselleria de Salut ha divulgat els següents consells referits a la vida quotidiana i al marge de les precaucions que s'han d'adoptar a la platja o a la piscina:

- En primer lloc, és útil saber que les persones grans, els nens i la gent que pateix una malaltia són més susceptibles de sentir els efectes negatius de la calor.
- És bo utilitzar una gorra o un barret, especialment quan els cabells són escassos.
- És preferible utilitzar peces de vestir lleugeres, amples i de colors clars.
- Sempre que sigui possible, s'han de buscar els llocs amb ombra.
- És important beure aigua amb freqüència, encara que no es tingui set. És aconsellable portar aigua quan se surt al carrer.



Una noia beu aigua.

- Si se sent la calor amb molta força, és útil mullar-se la cara i, fins i tot, humitejar-se la roba.
- S'han d'evitar els trajectes en cotxe durant les hores de més insolació. No ens hem de quedar a l'interior de l'automòbil si aquest està parat i exposat al sol.
- En les hores de més insolació és preferible reduir les activitats.
- Les begudes alcohòliques, per més fredes que estiguin, són contraproduents. Els plats molt calents no són el menjar més adequat.

A ESPANYA



EFE / FEDERICO VELEZ



► Interès ► Carbonell, Clemente, Bermúdez i Arsuaga, contemplen, ahir, un fragment de parietal.

## Una molar de 800.000 anys

La campanya d'excavacions d'Atapuerca ha permès desenterrar 20.000 restes ■ La peça més valuosa és una dent de llet partida

EL PERIÓDICO  
BURGOS

La campanya d'excavacions estiuques al jaciment burgalès d'Atapuerca, que tots els anys se circumscriu al mes de juliol, ja arriba a la fi, i el balanç, un cop més, satisfà les expectatives de l'equip de científics que intenta conèixer el passat de l'espècie humana. A l'enclavament de la Gran Dolina, els experts han trobat dues falanges, un fragment de parietal i dues molars. Una d'elles, un queixal de llet partit en bisell d'un *Homo antecessor*, l'espècie que va donar pas a l'*Homo sapiens*, i que va viure en aquell paratge fa uns 800.000 anys, resulta especialment valuosa.

Un dels codirectors dels treballs, l'arqueòleg José María Bermúdez de Castro, del Museu Nacional de Ciències Naturals, va explicar ahir que la dent partida «permetrà accedir directament als teixits», cosa que proporcionarà dades «sobre el

temps de formació d'aquestes peces dentàries, que alhora farà possible extreure noves conclusions sobre el desenvolupament d'aquestes poblacions d'hominids que es van identificar per primera vegada a Atapuerca».

Juntament amb les restes òssies, s'han extret 25 peces de pedra que

## ► TROBALLES

Els científics distingeixen «moments culturals» en l'*Homo antecessor*

s'utilitzaven com a eines. Un altre dels responsables de la investigació, el professor de la Universitat Rovira i Virgili de Tarragona Eudald Carbonell, va avançar que les peces deixen entreveure que «entre aquests homínids existeixen moments culturals molt diferents, amb comunicats que apareixen, des del punt de

vista cultural, més evolucionades que altres».

Aquestes són les restes més velles que s'han trobat i, per tant, les més valuoses, però en un nivell superior del jaciment, que acumula ossos i objectes de fa 350.000 anys, el botí ha estat ingent: 11.000 restes òssies amb marques de tall i fractures i 3.100 peces d'indústria de pedra, potser les més antigues d'Euràsia.

El tercer codirector del projecte, l'arqueòleg de la Universitat Complutense de Madrid Juan Luis Arsuaga, es va referir a la troballa localitzada en un altre dels jaciments, el de la Sima de los Huesos, d'un lloc que devia ser «un santuari que, amb 400.000 anys d'antiguitat, és molt anterior a les primeres manifestacions que es coneixien del pensament simbòlic dels homínids».

A la Sima de los Huesos, encara que aquesta vegada no era l'objectiu concret que es perseguia, s'ha localitzat part d'un frontal, la meitat d'un cúbic i una vèrtebra del còccix. Aquesta pertany, segons afirma Arsuaga, a «una part de la columna vertebral de la qual a penes hi ha registres fòssils al món». La suma de restes trobades durant la campanya es xifra en més de 20.000.

## L'any que ve

Els treballs de l'any que ve es concentraran a la Sima del Elefante, on es troben les restes més antigues d'Atapuerca, que daten d'un milió d'anys. La consellera de Cultura de la Junta de Castella i Lleó, Silvia Clemente, que va assistir a la presentació dels resultats, va avançar que la serra d'Atapuerca es convertirà en el primer espai cultural protegit del Govern autònom. ■

**JOSEP PONS IMATGE**  
ASSESSORIA IMATGE, PERRUQUERIA I ESTÈTICA

PROPOSTES PERSONALITZADES  
ANÀLISI CAPIL·LAR GRATUIT  
PACKS ESPECIALS: NIVES/NIJANS I FAMILIARS  
PRIMERA FIRMA DEL SECTOR A OBTENIR  
EL CERTIFICAT DE QUALITAT ISO 9001:2000

Laureà Miró 276. Espulgues  
(a 5 minuts de Diagonal-Barcelona)  
Tel. 93.37.1.69.21

**DEIXA DE FUMAR  
AMB HIPNOSI**

En una sessió, per sempre.  
ITP Provença, 290 pral. 2-B BCN  
**935 906 627**  
www.transformacion.org

**HERBALIFE**

L'ÚLTIMA NOVETAT EN CONTROL DE PES

Productes Herbal de nutrició i bellesa.  
Entrega domicili.  
Distribuidor independent.

Menorca, 41 T. 639 75 26 75-93 313 99 92

**MEDICINA ESTÈTICA I CIRURGIA**

Doctors Heredia

Tractaments mèdics ambulatoris de:

- Rejuveniment facial (Botox, pilings, resurfacing, etc.)
- Aprimament
- Làser depilació, etc.

Tractaments quirúrgics:

- Mames, lipoescultura, dermolipectomia, lifting, etc.

C/ Milanesat, 44-46  
Tel. 93 418 58 02 - 08017 Bcn  
Pl. del Carme, 15 entl. 2a  
Tel. 973 31 01 96 - 25300 Tàrraga

¿VOLS PERDRE PES I VOLUM?

Prova el nou mètode de remodelació corporal PALM TOUCH que redueix d'una manera espectacular els dipòsits de greix i la cel·lulitis. Tractament Intensiu. Mètode exclusiu, eficaç i ràpid.

Perd de 6 a 8 quilos en 1 mes i de 6 a 10 cm de cintura

UNISEX

C/ Casanova, 3, ent. 5è esq. 08011 Bcn  
TEL: 902 888 287  
Serveis Naturals per a la Salut

¿Et vols oblidar de la depilació?

**www.epilaser-bcn.com**

**EPI-LÀSER:**

Sabino de Arana, 46, 2n 2a - Barcelona

**902.48.11.11**

Primera visita gratuïta

Altres tractaments:  
Fotorejuveniment, hidroelectroforesi (estries, flacciditat, dolor), tractaments antiarrugues i contra les taques, esclerosi de varius, dietes personalitzades i tractament de la cel·lulitis.

Generalitat de Catalunya  
Institut Català del Sòl

Actuació industrial Quintà del Coll de Ram Olost (Osona)

El dia 26 de juliol de 2004, a les 12.30 hores i al Casal de Joves d'Olost (carretera de Gironella, 5), tindrà lloc l'acte de presentació de l'actuació industrial Quintà del Coll de Ram d'Olost (Osona).

Amb aquest acte s'iniciarà el procés de venda de les parcel·les corresponents.

Per a més informació, consulti la nostra adreça d'internet: <http://www.incasol.com>