

Tekst 2

Lavarse el pelo a diario es malo

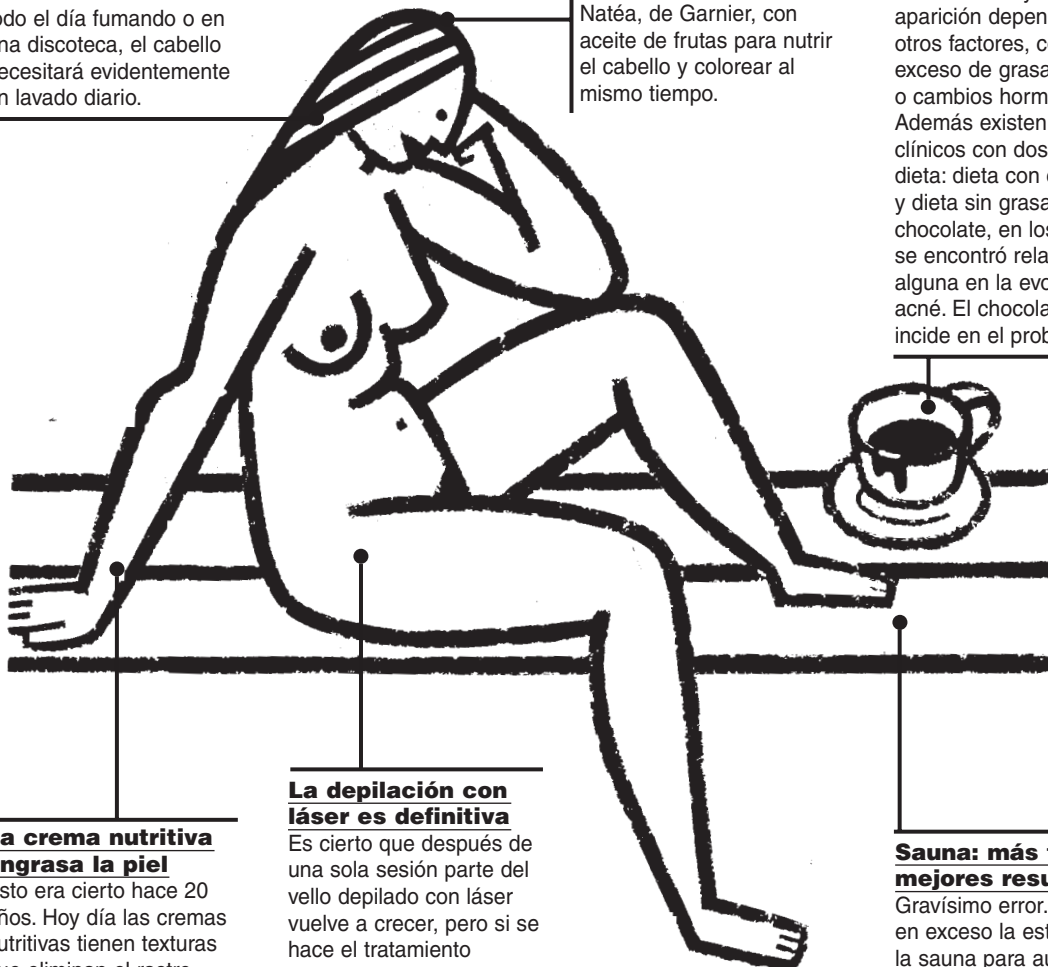
A veces puede ser necesario lavarse el pelo todos los días, pero el cabello hay que lavarlo cuando esté sucio. Si nos movemos en un ambiente contaminado o estamos todo el día fumando o en una discoteca, el cabello necesitará evidentemente un lavado diario.

El tinte daña el cabello

Esta idea tenía vigencia hace 20 años, cuando los productos de coloración eran agresivos. Ahora las formulaciones incluyen vitaminas y aceites nutritivos. Lo último, los tintes en mascarilla: Natéa, de Garnier, con aceite de frutas para nutrir el cabello y colorear al mismo tiempo.

El chocolate es malo para el acné

Hasta ahora no se ha demostrado una relación directa entre el consumo de chocolate y el acné. Su aparición depende de otros factores, como el exceso de grasa en la piel o cambios hormonales. Además existen ensayos clínicos con dos tipos de dieta: dieta con chocolate y dieta sin grasas y chocolate, en los que no se encontró relación alguna en la evolución del acné. El chocolate no incide en el problema.



La crema nutritiva engrasa la piel

Esto era cierto hace 20 años. Hoy día las cremas nutritivas tienen texturas que eliminan el rastro de grasa sobre la piel. Según Ballaguer, jefe de laboratorio I+D de Puig: "Las cremas actuales son fórmulas ricas en activos, pero con texturas ultrasuaves. Las de tipo gel crema son sinónimo de ligereza y rápida absorción, o las nuevas emulsiones *oil-free*, que garantizan fórmulas 100% libres de aceites".

La depilación con láser es definitiva

Es cierto que después de una sola sesión parte del vello depilado con láser vuelve a crecer, pero si se hace el tratamiento completo, con las sesiones que necesite cada persona, el vello disminuye de grosor y desaparece para siempre.

Champú de niños para uso diario

El cabello se puede lavar todos los días o cada dos o tres días. Y la mejor forma de hacerlo es con un champú adecuado a la frecuencia de uso. Hay que alternarlo con un champú de tratamiento específico y adaptado a nuestro tipo de pelo.



Sauna: más tiempo, mejores resultados

Gravísimo error. Prolongar en exceso la estancia en la sauna para aumentar el sudor expulsado puede originar anemia y trastornos circulatorios, además de cansancio general y un ablandamiento progresivo del tejido muscular. Ante la menor sensación de agobio dentro de una sauna, hay que salir inmediatamente y en ningún caso forzar nuestro organismo a batir récords.

Tekst 3

EL CUENTO



LA MÚSICA

Eduardo Galeano.

Era un mago del arpa. En los llanos de Colombia no había fiesta sin él. Para que la fiesta fuera fiesta, Mesé Figueredo tenía que estar allí, con sus dedos bailareros que alegraban los aires y alborotaban las piernas. Una noche, en algún sendero perdido, lo asaltaron los ladrones. Iba Mesé Figueredo camino de una boda, a lomo de mula, en una mula él, en la otra el arpa, cuando unos ladrones se le echaron encima y lo molieron a golpes.

Al día siguiente, alguien lo encontró. Estaba tirado en el camino, un trapo sucio de barro y sangre, más muerto que vivo. Y entonces aquella piltrafa dijo, con un resto de voz:

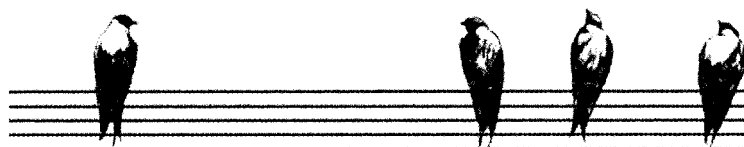
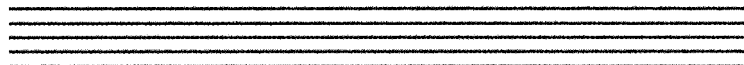
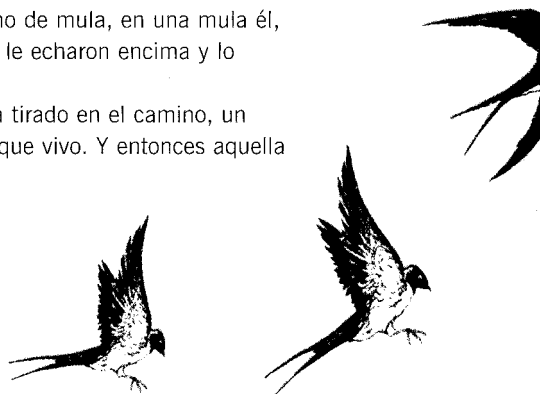
-Se llevaron las mulas.

Y dijo:

-Y se llevaron el arpa.

Y tomó aliento y se rió:

-Pero no se llevaron la música.



■ Tekst 2 Lavarse el pelo

Deze tekst bevat 7 onderstreepte beweringen die met schoonheid en gezondheid te maken hebben.

- 1p 9 Welke van de beweringen wordt in het bijbehorend stukje tekst bevestigd?
Schrijf de bewering op.

■ Tekst 3 La música

- 1p 10 ■ ¿Cuál de las frases siguientes corresponde mejor con el mensaje del texto?
- A El arte es un tesoro que no se te puede robar.
 - B Hay que guardar bien la música.
 - C La violencia destruye la música de la vida.
 - D Lo espiritual y lo material son inseparables.