



Depósito Legal: Ed. Badajoz: BA 3-1958. Ed. Cáceres: BA 227-1999. Ed. Cáceres capital: BA-107-05 Ed. Mérida: BA 226-1999. Ed. Provincia: BA 28-2003. Ed. Plasencia: BA-462-04

**TÉLEFONO DEL SUSCRIPTOR Y DEL LECTOR:** Badajoz: 924 214 302 y Cáceres: 927 301 550 | <http://suscriptores.hoy.es> | **Atención al suscriptor:** [suscripciones@hoy.es](mailto:suscripciones@hoy.es) **PUBLICIDAD:** 924 229 590 [publicidad@cmextremadura.com](mailto:publicidad@cmextremadura.com), **Fax:** 924 229 591. **CONTABILIDAD:** 924 214 312. [administracion.hoy@hoy.es](mailto:administracion.hoy@hoy.es) **REDACCIÓN:** Badajoz: Avenida del Diario HOY (antigua ctra. de Madrid-Lisboa, 22), 06008 Badajoz. Centralita: 924 214 300. **Cáceres:** Avda. Clara Campoamor, 1. Centralita: 927 222 520. [caceres@hoy.es](mailto:caceres@hoy.es) **Mérida:** San Francisco, 2. Centralita: 924 312 356. [merida@hoy.es](mailto:merida@hoy.es) **Plasencia:** Centralita: 927 410 069. [plasencia@hoy.es](mailto:plasencia@hoy.es)

© CORPORACIÓN DE MEDIOS DE EXTREMADURA, S.A. Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción, distribución, y comunicación pública, total o parcial de los contenidos de esta publicación, en cualquier forma o modalidad, incluida, expresamente, la mera reproducción y/o puesta a disposición de los mismos como resúmenes o revistas de prensa con fines comerciales, sin la previa, expresa y escrita autorización de CORPORACIÓN DE MEDIOS DE EXTREMADURA, S.A.



El castillo de Valhermoso de la Fuente, en Cuenca. **J. M. L.**

## Se vende fortaleza medieval

**Cuenca.** Otros dos castillos se venden en Guadalajara y Toledo por cantidades que oscilan entre 450.000 y tres millones de euros, incluida restauración

**J. M. L.**

Vivir en un castillo medieval puede estar al alcance de quien disponga de 50.000 euros. Aunque —es necesario aclararlo— también requiere de una restauración para hacerlo habi-

table. Se trata del castillo de Valhermoso de la Fuente, en Cuenca, un pequeño pueblo de la comarca de La Manchuela con apenas 60 vecinos censados. Sus propietarios lo han puesto a la venta a través de

una inmobiliaria por el precio de 50.000 euros.

En realidad, más que castillo es una torre o atalaya de vigilancia que se comunicaba con otras fortalezas más cercanas como la de Alarcón, también en Cuenca, estableciendo un sistema de información entre ellas, algo parecido a un grupo de WhatsApp medieval. Construido en el siglo XII, la inmobiliaria que lo ofrece, Serrano Poveda, destaca su ubicación junto a la autovía A-3 (Madrid-Valencia), a 180 kilómetros de la capital de España y a 140 de la ciudad de Valencia. «También se encuentra a 6 kilómetros de Motilla del Palancar, que dispone de todos los servicios necesarios», informa esta inmobiliaria, que también reconoce en su anuncio que «necesita restauración», aunque «se pueden recuperar sus cuatro plantas ori-

ginales y parte de la cerca medieval».

La fortaleza se vende con un terreno urbanizable de 15.000 metros cuadrados que dispone de luz y electricidad a pie de parcela y, según la inmobiliaria, puede obtener hasta un 80% de subvención para su restauración.

### Otras ofertas

Por precios más elevados se venden otros dos castillos medievales en Castilla-La Mancha. Uno es el de Establés, municipio de Guadalajara de 34 habitantes de la comarca del Señorío de Molina de Aragón. Conocido también como castillo de Malasombra, se construyó en el siglo XV sobre una edificación anterior encargándose del proyecto el capitán Gabriel de Ureña, un déspota de la época por obligar a los vecinos a rebajar el precio de los materiales y de su sueldo para cumplir a toda costa el encargo de la familia noble de los Medinaceli de reforzar la frontera con Aragón. De ahí el apodo de «mala sombra» del castillo. Ahora se vende por 450.000 euros y su interior necesita una rehabilitación integral.

El otro castillo en venta en Castilla-La Mancha es el de Maqueda, en Toledo. Declarado Monumento Histórico Artístico en 1931, es propiedad del Ministerio del Interior que, en la época del gobierno de José Luis Rodríguez Zapatero, llegó a invertir 7,5 millones de euros para convertir el cuartel de la Guardia Civil que era entonces en archivo nacional de la Benemérita. El proyecto se frustró y se intentó subastar en nueve ocasiones, por 9,5 millones de euros. Ahora el Ministerio lo vende por 3.254.196 euros. En este castillo, conocido también como el de la Vela, llegó a residir la reina Isabel la Católica. De origen islámico, comenzó a levantarse en el siglo X por orden de Almanzor y en 1083 cayó en manos de Alfonso VI de Castilla.

A LA ÚLTIMA

## La dieta Trump

**J. R. ALONSO  
DE LA TORRE**



**T**ras los excesos veraniegos, hago lo que todo el mundo: intento adelgazar. Cada septiembre, recorro a alguna de las numerosas dietas que se pueden encontrar en Internet, pero siempre acabo cayendo en la tentación abizcochada, en el pecado de pata negra. Este septiembre, he decidido, ¡por fin!, visitar a un nutricionista, pagarle cada mes, seguir lo que llamo la dieta Trump y en dos semanas he adelgazado cuatro kilos. Este régimen se basa en el miedo. Es decir, no moderas tu alimentación con criterio y por convencimiento, sino por temor a que mi dietista me eche la bronca los jueves cuando acudo a su consulta.

A mí me parece un profesional un tanto tarambana porque me manda una dieta con productos desnatados y cero cero, que se ha demostrado que son un poco cuento, asegura que todos los vinos blancos son dulces, que no los hay secos (ignorancia común entre muchos jóvenes) y manda la misma dieta a todo el mundo, independientemente de su sexo, edad y constitución. En eso, es un hombre tan irracional e incomprensible como Trump. Pero, al igual que Donald, maneja un argumento tan poderoso como disuasorio: el terror.

Su arma secreta antigrasa es una báscula a la que te sube cada jueves y, si no has adelgazado, te abronca como si fueras un presidente ucraniano con uniforme militar. Así que acudo a su consulta en actitud Von der Leyen, le demuestro que sigo sus directrices y ocurrencias y sigo adelgazando tan contento. La dieta Trump es una explicación de la naturaleza humana en los tiempos modernos: no adelgazas, votas, piensas ni actúas con convicciones y reflexión, sino con miedo. Nuestra única esperanza es que todo esto pase, retorne la cordura y volvamos a engordar.

**ATRÉVETE A MIRAR**

**¿SABÍAS QUE 1 DE CADA 10 PERSONAS TIENE INTELIGENCIA LÍMITE?**

En Fundación Magdalena Moriche y AEXPAINBA llevamos 25 años luchando por la visibilidad y la integración de las personas con Inteligencia Límite, Dicapacidad Intelectual Ligera y a sus familias.

**Grupo inteligencia límite.org**  
Aexpainba Fundación Magdalena Moriche Ilos Multiservicio, S.L.

[inteligencialimite.org](http://inteligencialimite.org)  
[info@inteligencialimite.org](mailto:info@inteligencialimite.org)

📞 924 24 14 14

📱 f 📺 in