

MI FIN DE SEMANA PERFECTO

RICARDO RUIZ*

Apasionado de su trabajo, el dermatólogo reparte sus horas entre el estudio temprano y las actividades en familia: desayunos eternos, deporte y lectura. ¿Su refugio? El mar de Biarritz y un pueblo perdido en Segovia.

// Acabo de pasar un fin de semana único y maravilloso en el Camino de Santiago, junto con un dermatólogo americano y otro médico español. Ha sido una experiencia fantástica. Pero esto es extraordinario. Lo normal es que me levante muy temprano –siempre lo hago– y me ponga a estudiar y a escribir. Estoy terminando de escribir el libro *Cómo envejecer con elegancia*, y los fines de semana trabajo en él. Son días perfectos para que surjan ideas. Horas mágicas envueltas en silencio antes de que se levanten los niños –tengo dos hijos, Ricardo de 8 años y Adriana de 6– y ya no pueda trabajar más. Me encantan los desayunos eternos, con tortilla incluida, sin prisas, de los sábados y domingos junto a mi mujer y los niños repletos de risas y bromas. Cuando podemos nos escapamos al mar, a Biarritz, a practicar surf. Antes hacía windsurf y kitesurf pero ahora con mis hijos –creo que van a ser buenos surfers– hago más surf. Procuro estar el máximo tiempo posible con ellos y, como muchos congresos se celebran en fin de semana, intento seleccionarlos bien.

Soy una persona afortunada. Disfruto con mi trabajo. Tengo verdadera pasión por la dermatología. Es una especialidad fascinante donde puedes curar a un paciente con un cáncer de piel o ayudar a una persona a envejecer con discreción. Disfruto del contacto directo con el paciente. ¡Los médicos aprendemos tanto de ellos! Por ello el fin de semana intento también ponerme al día de las novedades de mi especialidad.

A partir de los 50 te das cuenta de que cualquier deseo se convierte en una necesidad urgente y priorizas las cosas importantes. Y para mí, sin duda, el proyecto más potente que tengo es pasar tiempo con mi familia. Me parece que realmente educamos a nuestros hijos en esos momentos perdidos en los que no estamos tratando de enseñarles nada. Y me encanta la frase de Platón que dice que educar es enseñar a tus hijos a que deseen lo deseable.

Leo mucho y por suerte he transmitido a mis hijos la pasión de la lectura, ¡en papel! Creo que leer en papel les da una capacidad de concentración que les va a hacer ser más brillantes en el mundo digital que les tocará vivir. Les doy un euro por libro leído y me estoy arruinando. Me encanta cuando nos ponemos todos a leer en esas horas que ya no podemos estar al aire libre. Porque, claramente, mi fin de semana perfecto significa hacer mucho deporte. En Madrid juego al tenis en el Club Chamartín y en Segovia, donde tenemos una casita en un pueblo perdido que nos sirve para desintoxicarnos del frenético



MAR ADENTRO
Ricardo Ruiz,
53 años,
practicando surf
en La Côte des
Basques, Biarritz.

SUS FAVORITOS. RESTAURANTES. Amazonico. Jorge Juan, 20. Madrid. restauranteamazonico.com Ultramarinos Quintín. Jorge Juan, 17. Madrid. www.ultramarinosquintin.es Le Surfing. 9 Boulevard du Prince de Galles, Biarritz. Blue Cargo. 2 Av. du Lac, 64210 Bidart. Club Matador. Jorge Juan, 5. Madrid. clubmatador.com Hotel Hurricane. Carretera Nac 340, Km 78, 11380 Tarifa, Cádiz. **BIBLIOTECA.** Biblioteca Pública Retiro. Doctor Esquerdo, 189. Madrid.

ritmo de la ciudad, aprovecho para jugar con los niños al tenis y al baloncesto. También hacemos muchas excursiones. Y, por supuesto, dedico a pasar tiempo con mis padres. A ellos les debo todo, sobre todo una educación basada en el esfuerzo, que ahora intento transmitir a mis hijos. Me encanta ver cómo ellos se relacionan con sus abuelos.

Transcripción de MARTA BARROSO

* Ricardo Ruiz (Madrid, 9 de junio de 1963) es director de la Clínica Dermatológica Internacional (clinicadermatologicainternacional.com) y Jefe de Dermatología de la Clínica Ruber (ruber.es), en Madrid.

DIRECTOR: IVAN MARTÍNEZ-CUBELLS
REDACTORAS JEFE: SONIA APARICIO
Y SANDRA FERNÁNDEZ (MODA-BELLEZA)
JEFA DE SECCIÓN: MARIBEL GONZÁLEZ
REDACCIÓN: ANA RAMÍREZ, VÍCTOR RODRÍGUEZ Y MARÍA TAPIA
DISEÑO: FRANCISCO JOSÉ ALARCOS E IRENE BURGUENO
DIRECTOR DE ARTE DE REVISTAS: RODRIGO SÁNCHEZ

fuera
de serie
UNIDAD EDITORIAL, REVISTAS, S.L.U.
PRESIDENTE EJECUTIVO: ANTONIO FERNÁNDEZ-GALIANO
VICEPRESIDENTE: GIAMPAOLO ZAMBELETTI
DIRECTOR GENERAL: JAVIER CABREIZO
DIRECTOR GENERAL DE PUBLICACIONES: AURELIO FERNÁNDEZ
PUBLISHER: SAMARY FERNÁNDEZ FEITO

PUBLICIDAD. DIRECTOR GENERAL PUBLICIDAD: JESÚS ZABALLA. DIRECTOR ÁREA SUPLEMENTOS: INÍGO DE NOGALES-DELICADO. TEL.: 91 443 55 82. DIRECTORA PUBLICIDAD: GEMMA PÉREZ ANTÓN. TEL.: 91 443 56 00. JEFES DE PUBLICIDAD: MARÍA JOSÉ ZAPATERO Y ANA GONZÁLEZ. TEL.: 91 443 55 72. JEFA DE MARKETING: MARÍA ALFARO. COORDINACIÓN: FELICIDAD CALVO. DIRECTOR DE PRODUCCIÓN: PEDRO IGLESIAS YÁÑEZ. SOCIEDAD EDITORA: UNIDAD EDITORIAL, S.L.U., AVDA. DE SAN LUIS, 25-27. MADRID. 28033. DEPÓSITO LEGAL: M-7147-2000. IMPRIME: ROTOCO-BRHI, S.A.U. DISTRIBUYE: LOGINTEGRAL 2000, S.A.U. TEL.: 91 443 50 00.

COPYRIGHT: © UNIDAD EDITORIAL SOCIEDAD DE REVISTAS S.L.U., MADRID 2009. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. ESTA PUBLICACIÓN NO PUEDE SER NI EN TODO NI EN PARTE REPRODUCIDA, DISTRIBUIDA, COMUNICADA PÚBLICAMENTE NI UTILIZADA O REGISTRADA A TRAVÉS DE NINGÚN TIPO DE SOPORTE O MECANISMO, NI MODIFICADA O ALMACENADA SIN LA PREVIA AUTORIZACIÓN ESCRITA DE LA SOCIEDAD EDITORA. CONFORME A LO DISPUESTO EN EL ARTÍCULO 32 DE LA LEY DE PROPIEDAD INTELECTUAL, QUEDA EXPRESAMENTE PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN DE LOS CONTENIDOS DE ESTA PUBLICACIÓN CON FINES COMERCIALES A TRAVÉS DE RECOPIACIONES DE ARTÍCULOS PERIODÍSTICOS.