



# JAMAICA

## EL PAÍS RASTAFARI

Constituyen la principal seña de identidad cultural de Jamaica. Son los *rastas*, que, a la espera de la reaparición del mesías negro Haile Selassie que les devolverá a África, se dejan crecer las trenzas, fuman sin parar marihuana y hacen música *reggae*. Bob Marley fue uno de ellos. El próximo 11 de mayo se celebrará el 15º aniversario de su muerte. Su memoria vive más que nunca en la isla caribeña.

TEXTO: JAVIER VALENZUELA  
FOTOGRAFÍA: JOSÉ MANUEL NAVIA



**HIERBA SAGRADA**

*A la izquierda, un pescador en Port Royal, y en esta página, Roderick Charles Jarritt, un*

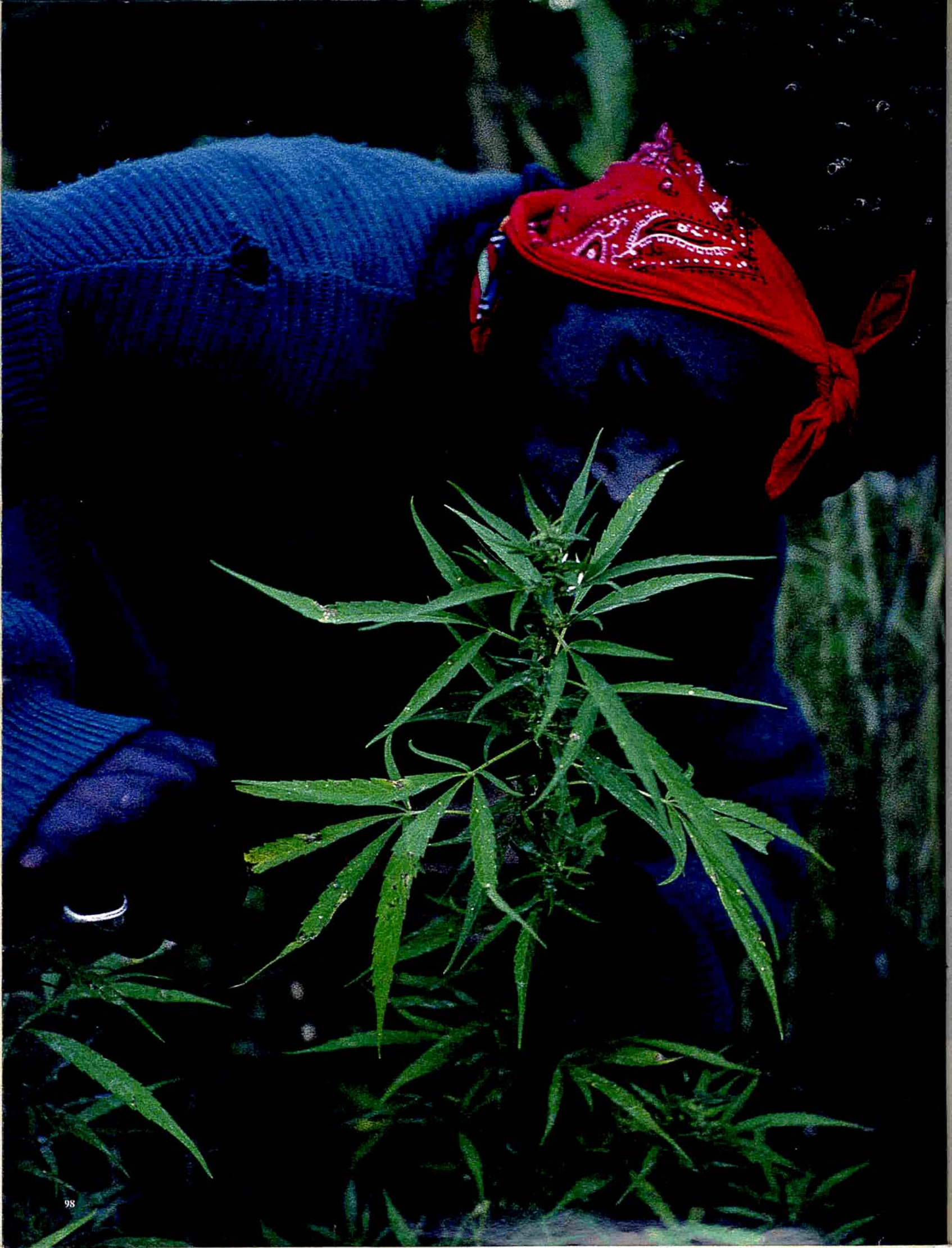
*alfarero que crea girando sobre sí mismo a velocidad endemoniada impulsado por los efectos de la marihuana.*

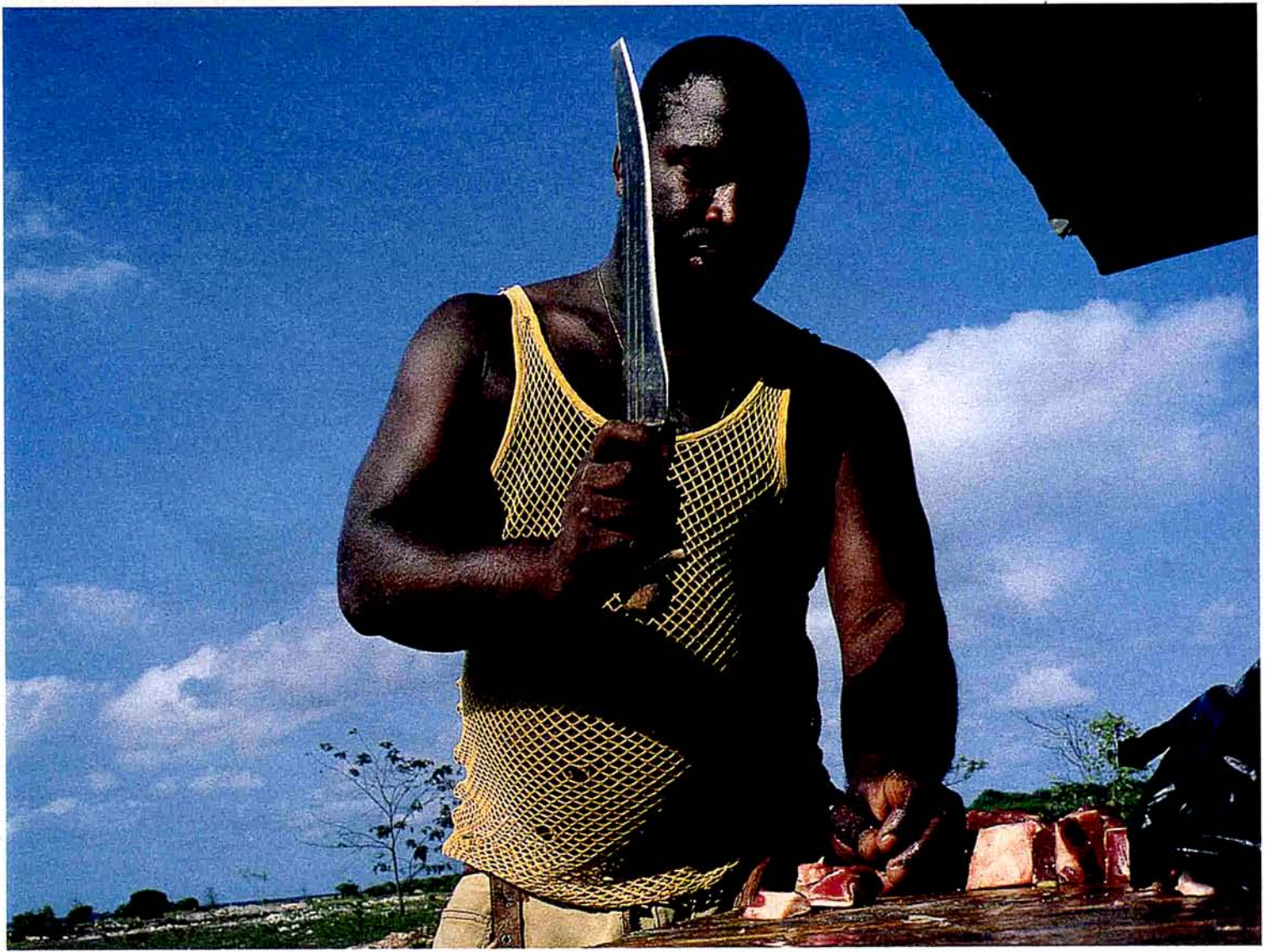


### **SOL JAMAICANO**

*Helsbire Beach es la auténtica playa para jamaicanos fuera de las reservas para turistas. Las chabolas sirven como vestuarios, las gallinas pasean a su antojo y por todas partes truenan la música que da vida a la isla.*







**LA FILOSOFÍA Y ESTÉTICA 'RASTA' SON SUS SEÑAS DE IDENTIDAD**



**CULTURA 'RASTA'**  
 A la izquierda, plantación de  
 'ganja', nombre con el que se conoce  
 en Jamaica a la maribuana. Sobre  
 estas líneas, un vendedor callejero

en la playa de James Bond Beach;  
 el pintor 'rasta' Colin F. con una  
 de sus obras, y a su lado, miembros  
 del Bobo Dread Rasta Camp, una  
 comunidad 'rasta' integrista.





Sin necesidad de beber una gota de ron Appleton o darle una calada a un canuto de *ganja*, sin tan siquiera probar la cerveza Red Stripe, Jamaica es alucinante. Fijense, por ejemplo, en cómo tornea sus vasijas el alfarero Roderick Charles Jarritt. Roderick coloca un buen pedazo de barro encima de un taburete y, de pie, con sus 1,85 metros de estatura, comienza a girar alrededor del primigenio material, moldeando la pieza con sus manos. Sí, es él el que gira y gira durante horas, a una velocidad crecientemente endemoniada, hasta conseguir piezas de gran finura, que luego cuece en un horno de leña contiguo. Si uno no lo hubiera visto con sus propios ojos en la chabola de Roderick, en Greenwich Farm, Kingston, no se lo creería. Pero, qué diablos, uno lo vio, y ni el alcohol ni el *cannabis* tuvieron nada que ver con ello.

Ahora bien, cabe añadir sin más tardanza que Roderick es un *rasta* y que las únicas pausas en su tarea de “derviche giróvago al servicio de la artesanía” –tan estupenda definición se la debo al fotógrafo José Manuel Navia, que también fue testigo presencial– son las efectuadas para liar y prender descomunales *spliffs* o *canutos* de *ganja*, la marihuana jamaicana. “Hago este trabajo”, dice, “por inspiración divina. Algo baja del cielo, se apodera de mí y me impulsa a tornear. ¿Qué puede hacer el hombre por sí mismo, sin la ayuda de Jah? Nada”. Si eso les ayuda a entenderlo –al camarada Navia y a mí nos ayudó–, pueden ustedes llamarlo *colocón*.

Estamos, pues, en Jamaica, y lo primero que hay que decir a propósito de la isla caribeña es que cuando uno comunica que va a hacer un reportaje allí, todo el mundo sonríe maliciosamente, evocando de inmediato playas de aguas translúcidas, arenas finas y espigadas palmeras, donde beber deliciosos cócteles en compañía de chavalas impresionantes. Sepan que tales playas existen, pero son *reservas* para ricos turistas blancos que ni tan siquiera han pasado por el aeropuerto de Kingston, sino que han volado directamente desde Londres o Miami al de Montego Bay.

Fisicamente, por el clima, las costas, las montañas y la exuberante vegetación, Jamaica es, en efecto, de los lugares más cercanos al paraíso que hay en este perro mundo. Pero como los seres humanos siempre se empeñan en estropear las cosas, la isla caribeña es también, por su historia y por la situación material de sus habitantes, un maldito infierno.

Jamaica está habitada por 2,2 millones de personas, de los



#### A TODO RITMO

En James Bond Beach, a la izquierda, un jamaicano prepara el escenario para un concierto nocturno.

Arriba, el grupo de ‘reggae’ Chakula ensaya los ritmos que han hecho popular en todo el mundo esta música jamaicana.



que el 97% son negros. Todos esos negros –aquí los negros se llaman a sí mismos negros, y con mucho orgullo– son descendientes de los esclavos traídos desde África por los tratantes con licencia para secuestrar de su majestad británica, con el objetivo de sustituir como mano de obra a los indios aravaques o tahínos, los primitivos habitantes de la isla, exterminados durante la inicial colonización española. Si esto es grave, lo peor es que, siglo y medio después de la abolición de la esclavitud, la mayoría de los negros jamaicanos siguen siendo pobres o inmensamente pobres. Ahí está la raíz de todo: desde el elevado nivel de violencia –un millar de asesinatos anuales– hasta el alucinante sincretismo religioso de los *rastas*, la música que han generado –el *reggae*– y el culto a la personalidad del más universal de todos ellos, Bob Marley.

Abriéndote paso a machetazos entre las nubes de *ganja*, olvidándote del sensual decorado caribeño, haciendo oídos sordos a esos ritmos calientes que surgen de todas partes, terminas comprendiendo lo esencial: esta gente sueña con volver al continente de donde fueron arrebatados sus ancestros. Te lo dicen todos, pero con particular concisión Winston, el *rasta* de Port Royal: “No soy jamaicano, ni caribeño, ni americano, ni tan siquiera afroamericano. Eso son pamplinas. Yo soy africano y tengo todo el derecho del mundo a regresar a mi patria”.

Entretanto, Winston y los demás se consideran exiliados en Babilonia, y para soportarlo se lo montan lo mejor que pueden.

“Yo diría que Dios es negro”, dice Roderick Charles Jarritt en el inglés *patois* de la isla. “Negro”, añade, “significa poder y belleza, por lo que el ser más fuerte y hermoso del mundo no tiene más remedio que ser negro”.

Roderick, el derviche giróvago de la alfarería, tiene 40 años, esposa y cuatro hijos, y un aire noble y melancólico. Su rostro es alargado, redondeado y como tallado en madera, con una frente, una nariz y unos ojos muy potentes. Lleva el cabello recogido en multitud de trenzas espesas, rizadas y como embarradas –los llamados *dreadlocks*–, y una barba compacta. Pese al permanente *colocón*, o quizá gracias a él, se desplaza con movimientos lentos, seguros y gráciles por el rincón de Babilonia que le ha tocado en suerte: la chabola –vivienda y taller alfarero al mismo tiempo– levantada con maderas y chapa ondulada en medio de basuras, escombros y carcasas de automóviles. Unas gallinas sarnosas picotean por aquí y por allá.

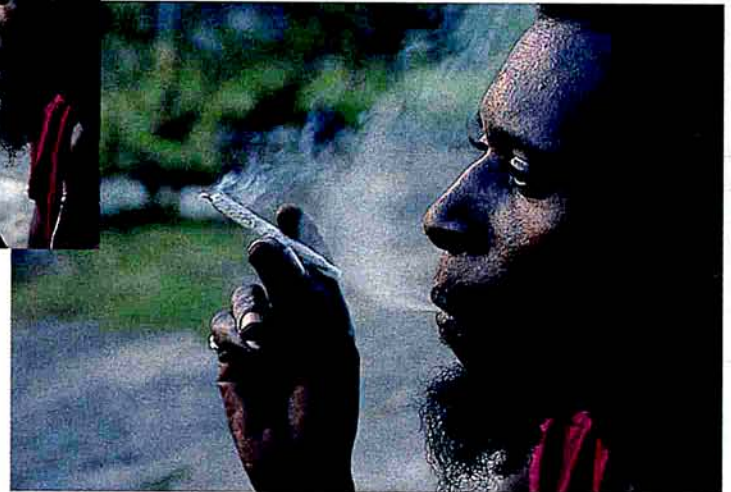
Salvo el reducto de los hoteles, los bancos y las representaciones diplomáticas, Kingston –700.000 habitantes, la principal ciudad de lengua inglesa del continente americano al sur de Miami– es un gran suburbio, una especie de Soweto caribeño. El paisaje es invariablemente el mismo: vendedores de frutas tropicales en las aceras de calles de chabolas o viviendas modestas de una o dos alturas; autobuses desvencijados de cuyas puertas penden racimos de pasajeros; muros repletos de dibujos *naïf*

o consignas políticas o religiosas, entre ellas la siguiente: “Ésta es una familia negra al 100%”...

Los viernes y los sábados por la noche, el suburbio se convierte en una sucesión de fiestas callejeras. Inmensos altavoces difunden a todo volumen *reggae*, el sonido autóctono, y *soca*, la lujuriosa música procedente de Trinidad. Con excesiva frecuencia, las fiestas terminan con el derramamiento de sangre. Por cualquier motivo: una mirada mal interpretada, un roce en pleno baile, saltarse la cola ante la barra del bar... Tras retratar a decenas de vecinos de Kingston, Navia concluirá: “Todos o casi todos han probado el acero; hay pocos que no tengan el rostro marcado con cicatrices de cuchilladas”.

Pero como, citando una canción de Bob Marley, bien dice Robert Gardner, el cesterero *rasta* apostado en la esquina de Federal Road: “Don’t worry, everything is gonna be all right”. No te preocupes, todo va a ir bien.

En un extremo de la bahía de Kingston está Port Royal, la antigua capital de Henry Morgan, Barbanegra, Calico Jack y los demás piratas jamaicanos. En su puerto, desde donde partían los piratas para sus fechorías contra las colonias y los galeones españoles, unos cuantos individuos limpian pescado, algunos más juegan al dominó y la mayoría mira impassible el mar Caribe.



## LA ‘GANJA’ ES SAGRADA PARA LOS ‘RASTAS’ Y TAMBIÉN UNA DE LAS MAYORES FUENTES DE DIVISAS

Winston es de estos últimos. El *rasta* de Port Royal, que fue marinero en su primera juventud en un pesquero norteamericano

de la cercana Florida, vive de la caridad, es vegetariano, no bebe alcohol y jamás prueba el tabaco. Eso sí, se pasa el día dándole a la *ganja*. Sus ojos, de pupilas negras y profundas rodeadas de un blanco turbio, miran directos a su interlocutor sin decir nada. De sus labios sale el diarreico discurso *rasta*.

Los *rastas* no son, ni mucho menos, mayoritarios en Jamaica –apenas algo más de 20.000 almas, el 1% de los habitantes–, pero su filosofía, su forma de vivir, su estética y su música han terminado por convertirse en la principal seña de iden- (continúa en página 104)

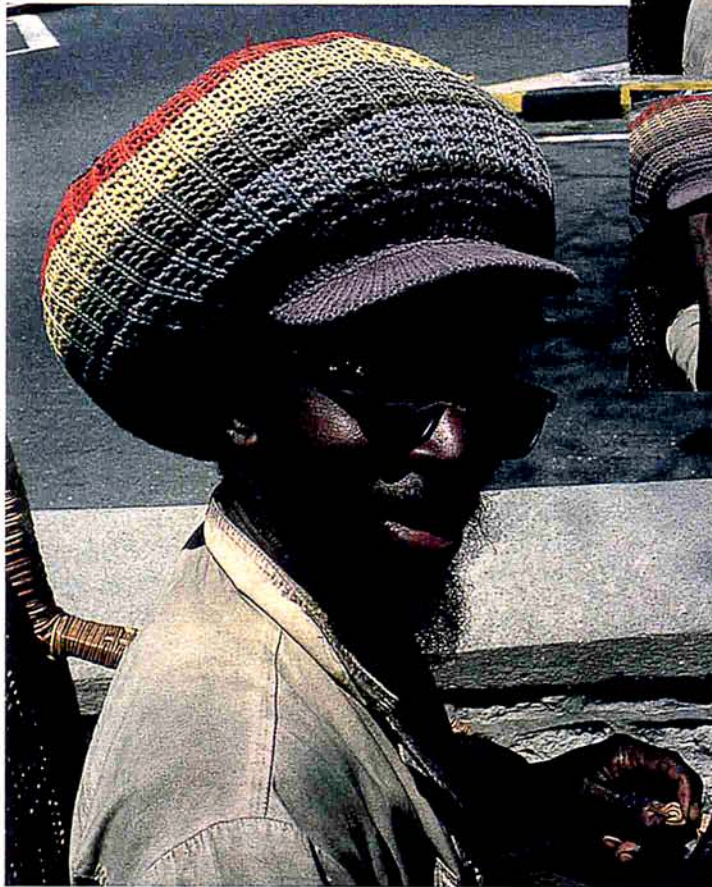
### BUENOS HUMOS

Un ‘*rasta*’ liando y fumando un cigarrillo de ‘*ganja*’. A pesar de consumirse habitualmente y de

encontrarse plantaciones por todo el país, en Jamaica, el cultivo, tráfico y consumo de marihuana están prohibidos oficialmente.

(viene de página 102) tidad cultural de la isla. Para asemejarse a Sansón y al León de Judá, no se cortan el pelo —lo anudan en trenzas, que en ocasiones cubren con grandes boinas de cuero o ganchillo— ni se afeitan la barba. Leyendo la Biblia, especialmente el Antiguo Testamento, y fumando *ganja* esperan pacientemente la hora del regreso a África anunciado allá por los años treinta por Marcus Garvey, un jamaicano emigrado a Nueva York.

Tras indigestarse mentalmente con la lectura del Apocalipsis de San Juan, Garvey proclamó que los negros americanos eran una de las tribus de Israel, que



yoría fumando *canutos*. Pero Haile Selassie fue destronado en 1975 por un golpe de Estado militar y murió ese mismo año en Addis Abeba, aunque los *rastas* no lo vean así. “Haile Selassie”, dice Winston en Port Royal, “no ha muerto. Ésa es otra patraña de los blancos. Ras Tafari tan sólo ha desaparecido provisionalmente, se ha trasladado a otro plano de la existencia”.

“Los jamaicanos son tipos duros, son los descendientes de los esclavos que lograron sobrevivir a la travesía del Atlántico, los trabajos forzados en las plantaciones de caña de azúcar y las muchas revueltas aplastadas a sangre y fuego por los colonos blancos”. Quien esto afirma, Colin F., nacido hace 31 años, hijo de un periodista y de una profesora de español, es *rasta* —“un *rasta* liberal, no integrista”, precisa para justificar el ron Appleton con Coca-Cola que se mete entre pecho y espalda— y pintor, un pintor excelente. Está sentado en la terraza de su casa, en una de las colinas tropicales que rodean Kingston, vestido con vaqueros y camiseta blanca. Una pareja de doberman se acurruca a sus pies, y en el interior de la vivienda, dos loros enjaulados hacen eco con sus graznidos a las canciones de Bob Marley que salen a toda potencia de un equipo japonés.

Uno conversa con Colin F. sobre las causas de la extraordinaria creatividad de esta isla caribeña. Todo el mundo conoce la música *reggae*, pero Jamaica también produce una interesante pintura *naïf* o *primitiva*, que los isleños prefieren denominar *intuitiva*. Tanto una como otra están nutridas por el espíritu *rasta*.

“Nuestra creatividad”, dice Colin F., “procede del choque entre dos elementos absolutamente contradictorios: la dulzura de la vida tropical y el mucho sufrimiento”.

En Oracabessa, en la región de Ocho Ríos, está la playa de James Bond, así llamada porque aquí se rodaron escenas de *Goldfinger*, una de las películas en las que Sean Connery interpretaba al superagente 007, el personaje creado por Ian Fleming, que, dicho sea de paso, vivía en un estupendo chalé no lejos de aquí. Esta noche hay concierto en la playa de James Bond. Un cartel con el inevitable retrato de Haile Selassie anuncia una sucesión de grupos de *reggae* y de *dancehall*, un estilo hijo del *reggae* y precursor jamaicano del *rap*.

Las estrellas brillan en el cielo como diamantes, corre una brisa medio cálida y medio fresquita, y el humo de la *ganja* se entere-

vera con el de los pollos asados con leña en un figón. Cerca del figón, junto a puestos de Chupa-Chups, cigarrillos por unidades, papel de liar y cacahuetes garrapiñados, un grupo de *rastas* tiene montada toda una expendeduría de marihuana. El más joven no para de cortar la hierba sobre un tronco de madera con un machete afilado como una navaja de afeitar. Allí van a proveerse los asistentes al concierto, una multitud de tipos ataviados con todos los estilos afroamericanos, desde el *rasta* hasta el Malcolm X, pasando por el *rapero*, el mafioso de Harlem de los (continúa en página 106)

había sido esclavizada y trasladada a Babilonia por los paganos hombres blancos. Y profetizó la coronación de un rey africano que devolvería a los descendientes de esclavos a su tierra de origen. Sus seguidores identificaron como el rey negro de la profecía al príncipe Ras Tafari, coronado en 1930 como rey de reyes o emperador de Etiopía con el nombre de Haile Selassie. Éste, el León de Judá, heredero del rey Salomón y la reina de Saba, fue convertido en Jah o Dios. Tal cual.

La más alta ocasión que ha visto Jamaica fue la visita efectuada en 1966 por Haile Selassie. Su majestad imperial fue recibida en el aeropuerto de Kingston por unas cien mil personas, la ma-

## LA MÚSICA DE MARLEY INVITA A LOS NEGROS A LEVANTARSE Y LUCHAR, PERO HUYENDO DE LA VIOLENCIA

### BÁSICA MINORÍA

Los ‘*rastas*’ son sólo el 1% de los habitantes de Jamaica, pero su pelo anudado en trenzas espesas y como

embarradas, los llamados ‘*dreadlocks*’, y las grandes boinas de ganchillo se han convertido en un símbolo y en seña de identidad.

(viene de página 104) años treinta y el príncipe etíope. Hay pocas chicas, pero éstas, con vertiginosas minifaldas o pantaloncitos muy cortos y camisetas ajustadísimas, son muy llamativas.

El cultivo, tráfico y consumo de la *ganja* están oficialmente prohibidos en Jamaica, y los pardillos extranjeros pueden pasarse varios años en prisión por tan sólo liar un *spliff*. Pero como en Marruecos, el *cannabis*, que llegó a la isla en el siglo XIX en las alforjas de inmigrantes procedentes de la India, crece, se vende y se fuma en todas partes. Para los *rastas* es "the sacred herb" –la hierba sagrada–; para los demás, "the poor man's friend" –la amiga del hombre pobre–; para todos, incluidas las autoridades, una de las principales fuentes de divisas de la isla. A través de unos 120 aeropuertos clandestinos, por no hablar de los puertos marítimos, se exporta por toneladas a Estados Unidos.

Mientras Buju Banton, uno de los maestros del *dancehall*, canta a todo volumen una canción dedicada a Paul Bogle, el líder de la última revuelta de esclavos jamaicanos, un gigante con las trenzas rojizas surgiendo de un sombrero de copa, la barbita afilada de un chivo y una camisa de cachemir, lía un *spliff* como un cañón y se lo pasa a su compañera, una joven blanca de cabello rubio. Al cabo de un rato, el gigante arrastra a la rubia hacia la oscuridad de las arenas de la playa de James Bond. Y es que hay un tipo de turismo sexual en Jamaica que los nativos llaman *rent a rasta*, alquilese un *rasta*.

Una carretera cruzada por mangostas, cabras y niños jugando con neumáticos sube hasta Nine Miles. Allí, entre suaves mon-

tañas cubiertas de vegetación tropical, nació Bob Marley; y allí fue enterrado con una Biblia en una mano, una guitarra eléctrica en la otra y su gorro de ganchillo con los colores de la bandera de Etiopía: rojo como la sangre, verde como la naturaleza y oro como el sol. A Marley se le venera en Nine Miles como el santo patrón.

Repitiendo sin cesar *Peace, one love*, unos muchachos ciegos de marihuana hacen de guías en el santuario del *rasta* que difundió universalmente la música *reggae*. Primero te hacen visitar la modesta casa donde nació; luego, una capilla con ángeles negros pintados en los muros exteriores y la leyenda "Jah Love" en el frontispicio; por último, el mausoleo propiamente dicho. A su entrada hay una maceta con una plantita de *ganja*; en el interior, iluminado por velas, un retrato de Haile Selassie y el catafalco de mármol que contiene los restos del músico, cubierto por un mantón de la iglesia ortodoxa etíope.

El 11 de mayo de 1981, a la edad de 36 años, Bob Marley falleció de cáncer cerebral en el hospital Cedros de Líbano de Miami. Pero, como Haile Selassie, no está verdaderamente muerto. Toda Jamaica está consagrada al culto de su personalidad, asociada ya para siempre a la del divinizado emperador etíope.

El rostro de Marley te asalta desde infinidad de pintadas, estatuas y camisetas. En Kingston, la Fundación Bob Marley –animada por Rita Marley, su viuda y la madre de Ziggy Marley, y por Chris Blackwell, el productor blanco que apostó por el *reggae* y lo introdujo en el Reino Unido y Estados Unidos– le tiene consagrado todo un museo en la vivienda colonial (continúa en página 108)

## GUÍA PARA LA 'OTRA' JAMAICA

**Libros.** La mejor guía de Jamaica es de la colección Insight Guides. Sobre el movimiento *rasta*, uno de los trabajos más completos es *Rastafari, roots and ideology*, del profesor caribeño Barry Chevannes y publicado por Syracuse University Press (Nueva York, 1995).

**Discos.** *Tougher than tough. The story of Jamaican music.* Incluye los 95 mejores temas jamaicanos desde 1958 hasta 1993. Edición limitada de Island Records en Londres en 1993.

**Pintura.** Una visita a la National Gallery (12 Ocean Boulevard, Kingston; teléfono 922 14 61), o a la Grosvenor Gallery (1 Grosvenor Terrace, Kingston; teléfono 942 96 09), permite el descubrimiento de excelentes artistas *intuitivos*, como Mallica Reynolds, más conocido como *Kapo*; Everal Brown, Leonard Daley, Brother Brown, Allan Zion, Albert Artwell y Colin F.

**Culto a Bob Marley.** La Fundación Bob Marley, dirigida por Neville Garrick y Rita Marley, regenta el Bob Marley Museum (56 Hope Road, Kingston;



teléfono 927 91 52), consagrado al músico. Está situado en la vivienda colonial que fue su residencia y su estudio de grabación. Decepcionante. En cambio, tiene gracia viajar en coche hasta Nine Miles, en el noroeste de Kingston, en el interior de la región de Ocho Ríos, para visitar el lugar de nacimiento y el mausoleo de Marley. Si se pasea por el pueblo y se pega la hebra con sus vecinos, puede visitarse sin problemas una plantación de *ganja*. **'Ganja'** O marihuana. Se fuma pura en *spliffs* o *canutos*, o en *cálices* o pipas. ¡Atención! La ley jamaicana prohíbe y castiga con penas severas de prisión el cultivo, tráfico y consumo de *ganja*. Los eventuales consumidores deben tener cuidado a la hora de adquirirla y fumarla.

**Violencia.** Determinados barrios de Kingston son peligrosos para el extranjero. Consultar siempre.

**Playas.** En las regiones de Montego

Bay y Negril están los *balnearios tropicales* para turistas. Ocho Ríos es una región intermedia, con buenos establecimientos hoteleros y algo más de autenticidad, al igual que, desplazándose hacia el este, Oracabessa –donde está la playa de James Bond y donde Ian Fleming tuvo una villa– y Port Antonio. Pero si se quiere de veras ver cómo es una playa para jamaicanos hay que ir a Helshire Beach, unos cuantos kilómetros al oeste de Kingston. Pintoresco en el mejor sentido de la palabra es Port Royal, al este de Kingston, el viejo puerto de los piratas caribeños.

**Compras.** Música –especialmente casetes de la última tendencia jamaicana, el *dancehall*–; café, el mejor del mundo, aunque caro; ron, y muy en concreto el Appleton Special; artesanía –hay cosas interesantes en Pato (Manor Park Plaza, Kingston; teléfono 924 15 52) y en el mercado cubierto popular del puerto de Kingston– y pintura *intuitiva*. La divisa a utilizar: el dólar norteamericano.

(viene de página 106) donde el músico instaló su comuna *rasta* y sus estudios de grabación. Pero sobre todo, Jamaica le recuerda a través de su música, que suena todo el rato, invitando a los negros a despertarse, levantarse y luchar por sus derechos, pero sin violencia, con paz y sabiduría.

Desde 1985, una estatua en bronce de Bob Marley, con una guitarra en la mano, un aire bastante *macarra* y mirando hacia el mar, preside la avenida del Stadium Garden, en Kingston. Los coches se detienen, sus ocupantes descienden y se hacen fotos delante del monumento, a cuyo pie una corona de flores firmada por "Rubén de la Paz y los demás *fans* de Bob Marley de Curaçao" se adelanta al 15º aniversario de la muerte del cantante.

El movimiento *rasta* puede ser acusado de cualquier cosa, excepto de pluralismo. En un mismo día, Navia y yo estuvimos con los *iluminados* del Bobo Dread Rasta Camp, en las alturas que dominan Bull Bay, y con los chicos y chicas del grupo musical Chakula, en Jack's Hill, una colina con una vista de pájaro sobre Kingston. Fue una de nuestras más alucinantes jornadas jamaicanas.

Partiendo de Bull Bay, un camino de tierra trepa hasta el Bobo Dread Rasta Camp, que, como reza el cartel colocado en su entrada, también puede denominarse "Nación soberana negra. Embajada de Etiopía en Egipto". Así, como suena.

El campamento, un fortín con maderas pintadas en rojo, verde y oro, es la sede de la Iglesia de la Salvación del Congreso Internacional Negro para África y Etiopía. Fundada en 1971, esta secta *rasta* tiene un montón de mandamientos, que pueden resu-

mirse en tres: la supremacía del Cristo negro, la celebración del sábado como día sagrado y la repatriación a Etiopía, "sin lo cual no habrá paz en el mundo". Colgados entre los colgados, sus miembros, vestidos con turbantes y túnicas blancas, se pasan las horas en una capilla decorada con abundante iconografía *naif* relativa a Marcus Garvey y Haile Selassie. Al son de tambores, flanqueados por tipos con estandartes, entonan una melopeya en la que se repite el estribillo "Jah, Rastafara".

La "Embajada de Etiopía en Egipto" dice financiarse con la fabricación y venta de escobas, pero uno de sus principales dirigentes purgó una buena condena en una cárcel norteamericana por haber llevado a Miami un barco cargado de *ganja*.

Los siete componentes de Chakula —dos guitarristas, dos teclistas, una batería y dos cantantes femeninas— estuvieron actuando en España en el verano de 1995 y se lo pasaron bomba fumando hachís, cerrando todos los bares y encontrando una cálida respuesta por parte del público. Ahora ensayan en el sótano de una casa de Jack's Hill, convertido por el humo de la marihuana en una cámara de gas narcótico. Su *reggae* es fresco, pícaro y poderoso, una auténtica descarga de energía musical caribeña. Pero también, como precisa Kerida, la líder del grupo, está consagrado a Jah. Acaba de ponerse el sol, y hasta Jack's Hill sube una algarabía de trinos de pájaros, cloqueos de gallinas, balidos de cabras, zumbidos de insectos, rugir de motores y notas musicales. Kingston, la Babilonia caribeña, se extiende allí abajo, entre la bahía y las montañas, con miles de lucecitas titilando. Muy cerca y muy lejos de África. □

## ORGULLOSOS DE SER NEGROS, LOS 'RASTAS' SE CONSIDERAN AFRICANOS Y ASPIRAN A REGRESAR A SU PATRIA

# ¿SUFRES DE INSOMNIO?

Contra el insomnio ocasional, prueba con UNISOM.

Gracias al componente antihistamínico de la doxilamina, UNISOM te ayudará a coger el sueño fácilmente, durmiendo sin interrupciones. Y, además, UNISOM sólo lo usarás cuando lo necesites.

**Unisom**

Facilita tu sueño.



**ROVIFARMA**

Tomar sólo antes de acostarse. No tomar con bebidas alcohólicas. No administrar a menores de 18 años. Lea detenidamente las instrucciones de uso. En caso de duda consulte con su farmacéutico. Succinato de doxilamina.