

# CONVIVIMOS

Argentina #345  
Marzo 2021 / \$210

兄弟

**Griselda  
Siciliani**

"No conozco otra manera  
que la entrega total"



LEYENDO SALÍS **GANANDO**

---

**\$1.500.000**  
**en efectivo**  
**y 15 PlayStation al año.**

---

**¡PRÓXIMO SORTEO: JUEVES 1º DE ABRIL!**

¡\$100.000 Y UNA PLAYSTATION CADA MES!

Suscribite y participá:

**CONVIVIMOS**



SIN OBLIGACION DE COMPRA. VALIDEZ DEL 01/02/2021 AL 25/11/2021  
PARA TODO EL PAÍS EXCEPTO NEUQUÉN. MÁS INFORMACIÓN EN [MAHARAJA.COM](http://MAHARAJA.COM)

# STAFF

**DIRECTOR**  
DAVID RUDA

**EDITOR**  
SEBASTIÁN MAGGIO  
EDITOR@EDITORIALACCION.COM.AR

**COORDINACIÓN EDITORIAL**  
MARITÉ ITURRIZA

**COORDINACIÓN PERIODÍSTICA**  
ELENA MOREIRA

**ARTE Y DISEÑO**  
JESSE LUNAZZI  
RODRIGO LASCANO  
MARISOL DÁVILA

**IMPRESIÓN**  
ARCÁNGEL MAGGIO  
LAFAYETTE 1695  
CÓDIGO POSTAL C1286AEC - CABA

IPESA  
MAGALLANES 1315  
CÓDIGO POSTAL C1288ABA - CABA

**REDACCIÓN**  
REDACCIÓN@CONVIVIMOS.COM.AR  
LAFAYETTE 1695 - CÓDIGO POSTAL C1286AEC  
CABA

**CONTACTO**  
PUBLICIDAD@CONVIVIMOS.COM.AR

**CORRESPONDENCIA**  
LECTORES@CONVIVIMOS.COM.AR

**SUSCRIPCIONES**  
EN TODOS LOS LOCALES DE TARJETA NARANJA S.A.

QUEDA EXPRESAMENTE PROHIBIDO REPRODUCIR TOTAL O PARCIALMENTE LOS CONTENIDOS DE LAS NOTAS, ILUSTRACIONES O FOTOGRAFÍAS SIN AUTORIZACIÓN DE LA DIRECCIÓN. EL DIRECTOR NO SE RESPONSABILIZA POR LAS OPINIONES VERTIDAS POR LOS ENTREVISTADOS Y COLUMNISTAS.

ADHERIDA AL IVC



LA PRESENTE REVISTA FUE IMPRESA POR ARCÁNGEL MAGGIO.  
TIRADA DE ESTA EDICIÓN: 372.000 EJEMPLARES. (215.760 ARCÁNGEL MAGGIO, 156.240 IPESA).  
CONVIVIMOS ES UNA PUBLICACIÓN MENSUAL DE DISTRIBUCIÓN NACIONAL PROPIEDAD DE TARJETA NARANJA S.A. EXCLUSIVA PARA TITULARES DE TARJETA NARANJA.  
DOMICILIO LEGAL: TARJETA NARANJA S.A. LA TABLADA 451 - X5000JSB CÓRDOBA ARGENTINA  
NÚMERO DE EDICIÓN: 345  
FECHA DE EDICIÓN: MARZO 2021  
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.  
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

# SUMARIO MARZO 2021



34.



32.



42.

## 08. EDITORIAL

DELIRAR A FONDO  
DAVID RUDA

10. INSTITUCIONAL  
BO-TITO SOLIDARIO

12. LIBROS  
YO LEO: ALDANA LOISEAU

14. FICCIONARIO  
FERNANDO MEDEOT

16. DISCOS  
YO ESCUCHO: SUNA ROCHA

18. EN VIVO  
DESDE LA PISTA: GOYO DEGANO

19. ARTES VISUALES Y ESCÉNICAS  
EN ESCENA: LULA ROSENTHAL

20. CINE  
MUJERES DIRECTORAS

21. ESTRENOS  
YO VI: ALEJANDRA MARINO

22. LA PÁGINA EN BLANCO

23. GANADORES DE LA PÁGINA EN BLANCO

24. PENSAR LA INFANCIA  
ENRIQUE ORSCHANSKI

25. PALABRAS CRUZADAS  
AGUSTINA BOLDRINI

# CADENA 3

ARGENTINA



## Seguimos adelante Siempre juntos

Durante un 2020 complejo crecimos como nunca con el compromiso de siempre, para acompañar a todos los argentinos en el país

## Somos la gran cadena federal

Crecimos:

35 ▶▶ 122  
emisoras

1.4M » » » 1.9M  
de oyentes



33 ▶▶ 63  
emisoras



01 ▶▶ 28  
emisoras



01 ▶▶ 31  
emisoras





48.



70.



50.



80.



66.



88.

**26. REFLEXIONES**  
GUILLERMO JAIM ETCHEVERRY

**27. CONTAR LA HISTORIA**  
FELIPE PICNA

**28. EDUCACIÓN**  
FORMAR PARA LA VIDA Y EL TRABAJO

**31. HÁBITOS SALUDABLES**  
EJERCITAR LA MENTE

**32. CAFÉ CON...**  
MYA

**34. NOTA DE TAPA**  
CRISELDA SICILIANI: "NO CONOZCO OTRA MANERA QUE LA ENTREGA TOTAL"

**42. INVITADA**  
CAMILA SOSA VILLADA: "ESCRIBIR ME RESULTA INEVITABLE"

**46. ENTREVISTA**  
LUCIANA FERRO: CÓMO CUIDAR EL CORAZÓN

**48. HISTORIAS VERDADERAS**  
PABLO ALABARCES. ENTRE LA ACADEMIA Y EL POTRERO

**50. ENTREVISTA**  
BRENDA CHURÍN. EL *BEACH VÓLEY* COMO ESPACIO DE LIBERTAD

**52. INFORME ESPECIAL**  
CON EL PIE DERECHO

**58. MEDIOAMBIENTE**  
PRODUCCIÓN ECOLÓGICA DE ALIMENTOS

**60. SOCIEDAD**  
LAS BRUJAS ESTÁN DE MODA

**62. AUTOS**  
RENAULT ALASKAN. GRAN PERSONALIDAD EN LA *PICKUP* NACIONAL

**64. TECNOLOGÍA**  
MANEJAR CON ONDA TECNO

**65. JARDINERÍA**  
LA VIDA EN ROSA

**66. REPORTAJE FOTOGRÁFICO**  
YELLOW TOWN

**70. LUGARES**  
ESTEROS DEL IBERÁ. AGUAS QUE BRILLAN AL RITMO DEL CHAMAMÉ

**76. MODA ENTREVISTA**  
GINO BOGANI. LARGA VIDA A LA COSTURA

**80. MODA**  
ABRIGOS DE OTOÑO

**88. COCINA**  
POR SANTIAGO GIORGINI

**93. BIENBEBIDOS**  
POR FABRICIO PORTELLI

**94. HORÓSCOPO**  
POR GABA ROBIN

**96. JUEGOS**

**98. CRIST**

# N

## NUSS

BUENOS AIRES SOHO

### HOTEL BOUTIQUE

POR TRABAJO O POR PLACER

---

HABITACIONES AMPLIAS Y LUMINOSAS  
GRAN TERRAZA EN EL 4TO PISO CON SPLASH POOL  
LA MEJOR UBICACIÓN EN PALERMO SOHO

DELI LOUNGE  
SALA DE REUNIONES  
SALA DE APARATOS



/nusshotel



@nusshotel

El Salvador 4916 | Palermo Soho - Buenos Aires

+5411 4833 8100 | [www.nusshotel.com](http://www.nusshotel.com)

DAVID RUDA  
DIRECTOR



# Delirar a fondo



Griselda Siciliani cree en lo que hace. Lo que hace es el resultado de años de formación, de investigación y de un modo de concebir su trabajo en el que la creación es un motor imprescindible.

Semanas antes de conocer los resultados de los premios Goya donde está nominada a Mejor Actriz Revelación, Griselda nos concedió una entrevista en la que nos contó que en su carrera siempre hay un proyecto independiente y grupal que corre paralelo a todo lo que está haciendo, por más grande que este sea. Nos contó también que nunca perdió su interés por las iniciativas propias, en escenarios no comerciales. Por estos días, en medio de un megaproyecto con México, disfruta del armado de un unipersonal del que todavía no conoce el nombre ni la forma final. Nos dijo: “Estamos en pleno trabajo creativo, que es una de las partes que más me gustan: delirar a fondo, juntarnos y volar”.

“Delirar a fondo”. ¡Me encantó la definición!, porque creo fervientemente en la importancia de hacer las cosas a fondo y también de llegar al fondo de las cosas.

En esta edición, compartimos un informe dedicado al mes de marzo. Sí, al verdadero comienzo del año. ¿Cuánto importa ese estado inicial en nuestras vidas?, ¿qué tan influyente es para lo que sigue? Estas fueron algunas de las preguntas que nos formulamos. “Los rituales ayudan porque uno tiene que fabricarse esa explosión de energía, generar fuerza y dominio de la situación. Para todo esto, uno debe condicionar, que es repetir, repetir y repetir para transformar la mente en lo que uno necesita en ese momento. Es como una magia”, contesta Patricia Wightman, quien trabaja con atletas de elite desde hace más de veinte años.

Como siempre, son ustedes, queridos lectores, los protagonistas indiscutidos de “La página en blanco”. Los encargados de ponerles calor a las palabras y color a los sentimientos. ¡Bienvenidas todas sus obras!

A disfrutar de marzo y de la revista.  
¡Buena vida!



# DESCARGATE LA



# APP

1

DESCARGATE LA APP DE



2

ELEGÍ EL BENEFICIO EXCLUSIVO



3

EMPEZÁ A DISFRUTAR



Get it on  
Google play



Available on the  
App Store

## COMO VOS QUERÉS



# Bo-tito Solidario

*Bo-tito Solidario es el nombre de la campaña apoyada por Naranja en las últimas fiestas de fin de año. A través de la iniciativa, 200 chicos recibieron un kit educativo para armar un robot de juguete con un potente mensaje ecológico y social.*



**B**o-tito es un robot realizado íntegramente con envases plásticos de consumo hogareño reciclados. Por medio de esta campaña, por cada Bo-tito vendido, se donó otro a la Fundación Pequeños Pasos, quien se encargó de distribuirlos en espacios de primera infancia, donde trabajan con niños en alto riesgo de vulnerabilidad social.

Se trata de un kit educativo que comprende un robot de juguete para armar que busca la inclusión y el cuidado del medioambiente, resignificando los residuos a través del diseño y la innovación.

“Tenía en la cabeza las cifras de pobreza infantil país que UNICEF había adelantado y que la UCA acababa de confirmar. En ese momento, sabíamos con certeza que más del 60 por ciento de los chicos del país iba a pasar unas fiestas poco felices. Decidí entonces hacer una prueba piloto en Córdoba de esta campaña solidaria junto a instituciones amigas”, afir-

ma José María Rodríguez, creador del simpático robot junto a Daniela Czajkowski.


## CÓMO NACIÓ BO-TITO

“Elegimos el residuo sólido urbano (RSU) y el residuo sólido plástico (RSP). Aprovechamos la concientización y que ya hay una movida por las tapitas, o las mismas embotelladoras que reciclan envases de tereftalato de polietileno (PET). Pensamos qué hacer con los cuerpos de otros productos, como champú, crema de enjuague y detergente, que demoran cerca de 400 años en degradarse y generan contaminación en un basural. También queríamos algo que aportara y educara a simple vista. Así nace el robot”, dicen sus creadores.

“Desde Naranja elegimos generar sinergia junto a Bo-tito dado el alto impacto de la iniciativa. Además de significar un regalo para niñas y niños durante las fiestas, es un potente mensaje de concientización ambiental y social, y

nos permite seguir apoyando emprendimientos de triple impacto y con un fuerte propósito. Como compañía, desde el área de Innovación Social y Sustentabilidad, apostamos a alianzas con experiencias de este tipo”, afirma Romina Ruffino, gerenta de Comunicación Interna y Cultura en Naranja.

## #FIESTASCONIMPACTO

Además de participar en la campaña de Bo-tito durante las fiestas, más de 60 colaboradores voluntarios de Naranja prepararon meriendas y regalos para niños que asisten a 20 comedores de todo el país y que son apadrinados por la compañía durante todo el año. Naranja también acompañó a la Red Argentina de Banco de Alimentos con más de 30 mil platos de comida para abrazar, a la distancia, a muchas familias. Y junto a la revista *Convivimos*, donó 30 cajas con alimentos y regalitos a los comedores La Estrella de David, La Tía Kusi y Misión Los Pepes, en Córdoba. 



# Préstamos Naranja®



Escaneá el QR, entrá directo desde tu celu  
y sacá tu préstamo 100% online.

- Hasta \$ 120.000 y en cuotas.
- Cancelación sin costo.
- Sin cargo de otorgamiento.
- No afecta tu disponible de compra.



## EXTINCIÓN

FLAVIA BROFFONI

Información que no sale en los medios de comunicación y evidencia científica para entender los porqué de la crisis ecológica y climática que atraviesa el planeta.

192 págs.  
Sudamericana  
[www.megustaleer.com.ar](http://www.megustaleer.com.ar)



## A COCOCHITO

CANTICUÉNTICOS

Un nuevo libro del grupo de música infantil basado en la canción que da nombre al quinto disco. La letra está acompañada de las ilustraciones de Estrellita Caracol.

32 págs.  
Gerbera  
[www.gerberaediciones.com](http://www.gerberaediciones.com)

# YO LEO **ALDANA LOISEAU**



## "ME GUSTA DAR TESTIMONIO DE LO ÍNTIMO"

Durante ocho años, en su bolso de fotógrafa, Aldana Loiseau cargaba rollos y baterías de más, porque en Caspalá no había luz, tampoco un negocio con esos insumos y para llegar al pueblo había que caminar más de tres horas por los cerros jujeños. "Lo que me llamó la atención es que las mujeres se vestían de una manera particular, las podías distinguir de un lado al otro de la montaña. Bordaban sus mantas, elegían los colores y hacían todo a mano. Todo con una cuota de identidad muy grande", recuerda la también cineasta desde su casa en Humahuaca.

Con algunas de esas fotografías editó el libro *Mujeres tierra*, formato que eligió porque puede narrar una historia. "En este caso, rescatar la memoria de un tiempo, de un lugar, y dar testimonio de las mujeres conectadas con la tierra y los ciclos. Para ellas, la Pachamama es la que ordena. Las mujeres del pueblo son inspiradoras, te invitan a volver a la raíz de cada una", comenta.

"Soy una fotógrafa respetuosa, no me interesa un trabajo que invada, que robe una situación. Además, sentía que había una deuda histórica con estas comunidades por el mal accionar de otros colegas, entonces puse el foco en el valor de la relación más que en la imagen. La foto sale de un tiempo compartido, me gusta dar testimonio de lo íntimo", confiesa.

¿Un libro que recomiendes?

*El libro tibetano de la vida y de la muerte*, de Sogyal Rimpoché.



## MUJERES TIERRA

Ensayo fotográfico sobre la vida cotidiana de mujeres cuya realidad está ligada inseparablemente a la tierra.

25 págs.  
MEC  
[www.tiendamec.com.ar](http://www.tiendamec.com.ar)

# Portal Educativo

Capacitaciones abiertas, virtuales y a tu ritmo.



Te invitamos a conocer nuestros cursos abiertos, dirigidos a todas aquellas personas que se vinculan con la niñez y al público en general interesado en la temática.

Podés capacitarte en temas como alimentación saludable, construcción de vínculos sanos, arte, juego, vida digital y derechos del niño. Sólo es necesario contar con conexión a Internet.

Nuestro Portal Educativo ofrece un camino formativo que contribuye a promover mejores oportunidades educativas para niñas, niños y jóvenes de nuestra región.

[www.portaleducativo.fundacionarcor.org](http://www.portaleducativo.fundacionarcor.org)



# Llévame bailando

Era una noche de enero, de esos eneros que te hacen transpirar con solo mover el pensamiento. El calor de la calle transformaba en llamas ese aliento que expulsabas, fastidiado. Empujado por tu fuego interior, esa noche fuiste decididamente a buscarla. A ella. Querías bailar bajo la luz titilante de los astros. La tomaste de la cintura con más fuerza que nunca, sin preguntarle nada. Su tez morena y sus ojos color café te habían hipnotizado. Querías ser esclavo de su cuerpo de avispa, impúdico y sensorial. Tus manos apretaron ese físico suplicante de música y empezaron a girar como un trompo sin tiempo. Era una danza desenfundada, enloquecida, premonitoria. Se movían con fuerza y precisión, siguiendo la música que llenaba el espacio, pero después continuaron guiados solo por el instinto.

Sentías que ella iba con vos, al mismo ritmo. Tus piernas se agitaban con una adrenalina que no identificabas, algo superior estaba dándote un impulso frenético, casi imparable.

Y ella te pedía más... Más incontinencia, más vorágine, más desborde. Y vos querías darle más y le dabas más. Levantabas las manos, rotabas la cabeza, izabas las rodillas hasta el pecho, convertías tus pelos en vendavales de transpiración. Tu cuerpo se contorsionaba separando la carne del hueso, se enrollaba y desenrollaba tras un frenesí descontrolado. No existía una coreografía que les marcara los pasos, solo sumaban vueltas y vueltas, removiendo las caderas en armonía, siguiendo el vértigo que los dominaba. Eras tan feliz como podías serlo, sonreías, inventabas nuevos movimientos

en una sincronía que realzaba la belleza de esos físicos que, sin pudor, se sacudían, se zarandeaban, se meneaban acompasadamente. Parecía una gala de lujo patrocinada por los accionistas del infierno.

De pronto, la música se terminó y un extraño silencio atronó el lugar. Pero eso no te importó para nada. Ni siquiera lo notaste. Estabas tan excitado con la cadencia de tus músculos que no atinaste a detener el bailoteo, seguiste jadeante, acalorado, estremecido, temblante. Ya no te interesaba la melodía de afuera, sino la que estaba en ebullición en tu cerebro, telepáticamente enviada al de ella. Era furia y pasión, agonía y éxtasis, freno y voracidad.

Lentamente, ambos despegaron los gastados zapatos del piso y empezaron a elevarse por encima de toda esa gente incrédula que los miraba con compasión. Vos seguías moviéndote al ritmo que te marcaba el instinto. Se alejaban y la gente se veía cada vez más pequeña. Y así, entregado y exhausto, te dejaste llevar por su danza. Tomados de la mano, moviendo esos cuerpos poseídos, atravesaron una bandada de golondrinas, luego un cúmulo de nubes y finalmente se perdieron, sin dejar de bailar, rumbo a las estrellas.

Siempre pensaste que la muerte era una luz blanca que te inundaba, señalándote un túnel sin final por donde caminabas feliz, buscando más luz. No imaginaste que podía ser una morena de baile sensual. El destino tiene esas cosas: nunca anticipa lo que viene. **■**

*redaccion@convivimos.com.ar*

“NO EXISTÍA UNA  
COREOGRAFÍA QUE LES  
MARCARA LOS PASOS,  
SOLO SUMABAN  
VUELTAS Y VUELTAS...”

## FERNANDO MEDEOT

Familiero. Lic. en Comunicación, publicitario, docente, agnóstico, soñador. Fanático de Serrat, Federer, Benedetti y el buen cine.



Disfrutá  
tu tiempo para  
lo que quieras.



# Débito Automático



Escaneá el QR, entrá directo  
desde tu celu y adherí tus impuestos  
y servicios en pocos clics.



Naranja Online  
App Naranja  
[naranja.com](https://naranja.com)



**PASIONARIAS**  
SILVIA IRIONDO

Una invitación a sentir el latir latinoamericano a través del pensamiento, la música y el arte de Violeta Parra, Chabuca Granda, Leda Valladares y Frida Kahlo. Desde el folklore juega con otros aires y su voz se ofrece amplia.

Independiente



**ESCOMBROS  
DE UN VAMPIRO  
SIDERAL**  
VERA CIRKOVIC

La cantante lírica franco-yugoslava suena atrapante y misteriosa. Interpretación original de obras de “los poetas malditos” Charles Baudelaire, Arthur Rimbaud y Paul Verlaine, musicalizadas por Léo Ferré y Henri Duparc.

Independiente

YO ESCUCHO **SUNA ROCHA**



*“TENÍA GANAS DE CAMBIAR”*

“Hacía mucho tiempo que tenía ganas de cambiar la mirada de las temáticas, de la música, de los sonidos, y estar un poco más acorde a la época en que vivimos”, dice la cantante Suna Rocha, quien despidió el año pasado con un disco que se llama *Veintevinte*.

La selección incluye temas por fuera de la música de raíz, en una alianza creativa con Marian Pellegrino, la joven roquera que ofició de guitarrista y productora. “Tenía mis pudores y temor de que la gente que ya me conoce no aceptara lo nuevo, aunque he tratado de acercar los estilos, por ejemplo a un Gustavo Cerati lo he traído a mi terreno con una fabulosa quena”, cuenta desde su casa, en Tulumba.

A las nuevas generaciones les aconseja autenticidad. “Un defecto generalizado es que al cantar no dicen las letras, no entienden, no saben o no lo sienten. Ser cantor no es salir en la tele y tener una cara agradable, es una gran responsabilidad estar en el escenario frente a la multitud”, sostiene la artista que lo compartió con Mercedes Sosa y Raúl Carnota, entre otros.

“He ganado una buena reputación, cierto prestigio del que me doy cuenta ahora. He tenido la amistad estrecha de Atahualpa Yupanqui, no creo que él eligiera estar con alguien sordo musicalmente”, confiesa tras más de 40 años de carrera y una vocación de toda la vida.

*¿Un disco que recomiendes?*

*Paraíso Road Gang, de Rubén Blades.*



**VEINTEVEINTE**

Con una voz impecable se transforma en cada sonoridad que propone. Logra versiones interesantes de un amplio y variado repertorio integrado por autores como Marta Gómez, Lisandro Aristimuño y Ricardo Vilca.

Acqua Records



# Acciones que promueven el cumplimiento de los **Derechos de la Infancia**

**Apoyando  
Compartiendo  
Ayudando  
Mejorando**

**Conocenos y  
acompañanos**



[info@fundacionpupi.org](mailto:info@fundacionpupi.org)

+54 11 4267 9100 / 9105 / 6423





## SERGIO GALLEGUILLO

La chaya riojana y todas las canciones del cantante y multiinstrumentista en un *show* presencial.

6 de marzo, a las 21:30, en Quality Espacio, Av. Cruz Roja 200, Córdoba.



## LOS ABUELOS DE LA NADA

Todos los éxitos de la legendaria banda, esta vez con Gato Azul Peralta al frente del proyecto.

26 y 27 de marzo, a las 20:30, en Teatro Ópera, Av. Corrientes 860, Buenos Aires.

DESDE LA PISTA

# GOYO DEGANO



## "BUSCAMOS NO COPIARNOS A NOSOTROS MISMOS"

"En nosotros, es natural primero hacer la música y después ver en qué género quedó. En los últimos años ponemos el foco en la canción, luego con el productor vemos cuál es la magia y cómo logramos potenciarla", cuenta Goyo Degano, la voz de Bandalos Chinos.

Tanto en el escenario como en el estudio, a la banda le gusta experimentar cosas nuevas, y en *Paranoia pop* se nota la libertad con la que opera. "Hay una búsqueda de ser lo más honestos que podamos, sin copiarnos a nosotros mismos. En este disco no nos quedamos con el terreno ganado, sino que fuimos a descubrir nuevos horizontes, laburando nuevas instrumentaciones, otras temáticas más actuales en nosotros y con voces más histriónicas desde la interpretación. En ese sentido sí llegamos a un lugar que no habíamos explorado nunca", cuenta. El antecesor de este álbum es *Bach*, el cual los ubicó con buenas expectativas en la escena musical con un premio Gardel y nominaciones a los Latin Grammy. Goyo confiesa que el propio grupo es el cable a tierra frente a la fama.

Aunque el coronavirus les enseñó a planear menos y vivir más, para el 2021 prevén grabar un nuevo material y, sobre todo, tocar en vivo. "Tenemos muchas ganas de conectar con la gente, de vernos las caras y tener un ida y vuelta más allá de una pantalla", resume tras un año signado por la pandemia.

¿Un grupo que recomiendes en vivo?

Ainda Dúo.



## BANDALOS CHINOS

Presentan *Paranoia pop*. Completan el grupo Iñaki Colombo, Salvador Colombo, Tomás Verduga, Matías Verduga y Nicolás Rodríguez del Pozo.



## BANDERAS Y BANDERINES

La artista Fátima Pecci Carou retrata a Eva Perón como una figura de animé. Las piezas recorren tanto grandes momentos como pequeñas anécdotas de su vida política y social.

En Museo Evita, Lafinur 2988, Buenos Aires.



## ENAMORARSE ES HABLAR CORTO Y ENREDADO

Una obra sobre el amor, atravesada por el encantamiento de dos desconocidos que logran encontrarse.

8 de marzo, disponible por siete días, modalidad virtual con inscripción en [www.cultura.amia.org.ar](http://www.cultura.amia.org.ar)

# EN ESCENA LULA ROSENTHAL



## "TODO LO QUE ME PONE EN JAQUE ME INTERESA"

Lula Rosenthal arrancó el año con todo. Luego de su paso por el *Cantando por un sueño*, está en dos obras de teatro, en un programa de tele y dando a conocer sus primeras canciones. Además, pronto estrenará *Rent*, el musical con el que se enamoró del género. Solo será una función, y eso es una presión extra: "Cuando tenés una temporada por delante, cada día se va aceitando todo, con los compañeros, la escena, una misma con el personaje". Además, cuenta que la actuación será para las cámaras y con la sala vacía. "La sensación es rara, porque es lo que siempre quise hacer, pero en un contexto jamás imaginado", confiesa.

Incluso, la preparación para *Rent* estuvo más cerca del lenguaje audiovisual, un universo que tiene ganas de explorar. "Todo lo que me pone en jaque me interesa, y la televisión lo hace todo el tiempo, crecí un montón como artista. Es una adrenalina muy fuerte y una exposición muy grande. Eso tiene de lindo también, y no hablo de fama, sino de expandir lo que hacés, llegar a más gente".

Que más personas conozcan sus canciones es uno de sus deseos. "En la música no hay vuelta atrás, me conecta con mi raíz. Pero quiero ir de a poquito, hacerla requiere mucho tiempo, y prefiero dedicarle todo el que necesite".

### ¿Una obra que recomiendes?

A *Chorus Line*, con dirección de Ricky Pashkus.



## RENT

El amor, la diversidad y los prejuicios a través de la vida de unos jóvenes bohemios, en Nueva York, a comienzos de los 90.

25 de marzo, vía *streaming*, a través de Ticketek.

# Mujeres directoras

Para celebrar el Día Internacional de la Mujer, compartimos un listado de películas dirigidas por mujeres que se pueden encontrar y disfrutar en los servicios de streaming.

Por Leo González

**E**n 1910, en Copenhague, se celebró la II Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas. Fue allí en donde se proclamó el 8 de marzo como el Día Internacional de la Mujer Trabajadora, para conmemorar su lucha. Esa gesta se viene dando en todos los ámbitos desde hace décadas, pero en uno de ellos cuesta mucho avanzar —tal vez no frente a cámaras, sino detrás de ella—: el séptimo arte.

En las distintas plataformas *on-line* se pueden encontrar largometrajes de directoras que demuestran que calidad es lo que sobra.

El catálogo de Amazon Prime Video tiene la maravillosa *Vivir al límite*, de Kathryn Bigelow, que sigue a un escuadrón norteamericano antibombas que actúa en Irak, una caótica ciudad en donde cualquier persona puede ser un enemigo y cualquier objeto... una bomba. De Lynne Ramsay, está *Tenemos que hablar de Kevin*. Eva lucha por amar a su extraño hijo Kevin, a pesar de las cosas cada vez más peligrosas que dice y hace a medida que crece. Pero Kevin recién está comenzando, y su acto final estará más allá de lo que nadie imaginó. *The Kids Are All Right*, de Lisa Cholodenko, sigue a dos chicos concebidos por inseminación artificial que son los hijos de una pareja de lesbianas. Ellos están obsesionados por saber quién es su padre biológico y deciden buscarlo para integrarlo a su vida familiar no tradicional.

Por su parte, Netflix tiene *Lady Bird*: *Vuela a casa*, de Greta Gerwig. Christine es una adolescente en su último año de secundario que sueña con irse a vivir a una gran ciudad para poder desplegar sus inclinaciones artísticas. Tratará de encontrar su propio camino y definirse fuera de la sombra protectora de su madre. *First They Killed My Father* es una adaptación de las memorias de la escri-



tora y activista Liung Ung durante el régimen de los Jemeres Rojos entre 1975 y 1978, en Camboya. Dirige Angelina Jolie.

En Flow se puede disfrutar de *A los que aman*, de Isabel Coixet. Un anciano médico le cuenta a un joven la historia del gran amor de su vida. Esa pasión había empezado en la infancia, cuando la caza desapareció misteriosamente de la región. Una película clásica romántica es *Sintonía de amor*, de Nora Ephron. Sam es un viudo muy joven que se encuentra algo deprimido. Entonces, su hijo Jonah llama a un programa de radio para contar su historia. Al otro lado del país, Annie escucha y queda cautivada. Esto marca el inicio de una inusual historia de amor.

Con suerte, en los años por venir habrá más mujeres que se dediquen a la dirección y tengan la oportunidad de demostrar su talento detrás de las cámaras. Es un deseo que seguro será cumplido. ▣

## PARA LOS MÁS CHICOS

Estas son las novedades para los más chicos de este mes. Disney+ estrena *Raya y el último dragón*, *Ahí viene Cascarrabias* y *Minicampeones*. En el contenido nuevo de Netflix solo subieron *El camino de Xico*. Flow añadió *Los pitufos en la aldea perdida*, *Superman: Hombre del mañana*, *Un monstruo en París* y *El árbol de los deseos*. Por último, Amazon Prime sumó a su catálogo *Trenk*, *El pequeño caballero* y *La gran aventura Lego 2*.



## AL TERCER DÍA (CINE.AR)

Cecilia y su hijo emprenden un largo viaje. Pero al tercer día ella es encontrada deambulando sola, sin recordar lo que pasó durante este tiempo y, lo peor, sin su hijo. Ahora Cecilia lo busca desesperadamente, pero pronto se ve envuelta en una cacería brutal que es llevada a cabo por un fanático religioso, a quien se enfrentará. Para Cecilia, él es un lunático. Para él, Cecilia es el enemigo.



## ¡HOY SÍ! (NETFLIX)

Allison y Carlos tienen la sensación de que dicen demasiado que no a todo el mundo, a sus vecinos, a sus compañeros de trabajo, pero sobre todo a sus tres hijos. Por eso deciden regalarles un día diferente: durante 24 horas, los niños pondrán las reglas y los padres solo dirán que sí. Así es como terminan disfrutando un sinfín de aventuras por todo Los Ángeles en familia y más unidos que nunca.

# YOVI ALEJANDRA MARINO



## "EL PÚBLICO TIENE QUE ENCONTRARSE CON LOS FILMS"

Las fotos de niños buscados pegadas en una pared de Retiro impactaron a Alejandra Marino, que comenzó a preguntarse por el camino que recorren esas familias, por la maternidad —que queda como suspendida— y por el tiempo que transcurre y que aleja la posibilidad de encontrarlos. Así surgió *Ojos de arena*.

“Junto con Marcela Marcolini —coguiónista— encontramos en el *thriller* una forma narrativa natural para que los espectadores se involucren con las búsquedas del film”, cuenta la directora.

Es su segundo estreno en pandemia, el año pasado presentó *Hacer la vida*, ambas filmadas en tiempos de precoronavirus: “Aún no sé cómo se ven las películas filmadas en la ‘nueva normalidad’. Es un tiempo muy difícil para nuestro trabajo, pocos han podido filmar. Sabemos que necesitamos de las imágenes, de las historias, así que seguimos insistiendo más que nunca en hacerlas”.

Asegura que las plataformas *on demand* facilitaron el contacto con los espectadores, ya que incluso antes del cierre de las salas, la cuota de pantalla no se cumplía con las producciones nacionales. “Al cine argentino le va muy bien en festivales internacionales, pero el público tiene que poder encontrarse con nuestras películas, y reconocerse o no en las historias”.

### ¿Una película que recomiendes?

*Una joven prometedor*, de la directora Carey Mulligan. ¡Y todas las pelis argentinas!



## OJOS DE ARENA

Carla y Gustavo están separados desde que alguien se llevó a su hijo cuando protegía a una víctima de trata. Una búsqueda incesante que alimenta la esperanza.

Estreno marzo, salas a confirmar.

# LA PÁGINA EN BLANCO

# CONVIVIMOS

Nombre y apellido :.....  
Domicilio y código postal :.....  
Teléfono / E-mail :.....

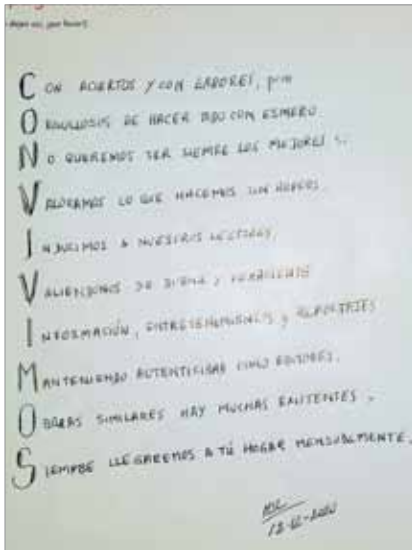
**Enviala a [lectores@convivimos.com.ar](mailto:lectores@convivimos.com.ar) (no te olvides de incluir tu número de teléfono con el código de área) o entregala en la Casa Naranja más cercana. ¡Participás en el sorteo de un libro a elección!**

Sin obligación de compra, válido desde el 01/01/21 al 25/12/21. Para más información, consultar en [www.naranja.com](http://www.naranja.com)



# Grandes pasiones

Los sentimientos y los deseos tienen forma de poemas y dibujos. En el mes de las mujeres, tres lectoras comparten con nosotros sus grandes pasiones.



## CONVIVIMOS

“Me gusta mucho escribir. Un día la palabra ‘Convivimos’ me inspiró el texto que les comparto. ¡Me encanta la revista!”.

**María Susana Laguna**  
 (60 años, Salta Capital)

## UN LUGAR MEJOR

“Mi dibujo representa la gran inspiración de mi vida, que fue mi abuela, quien falleció en situación de pandemia. Aunque la extrañamos y sentimos mucho su ausencia, sabemos que está en un lugar maravilloso y muy feliz. Mi deseo es que esta imagen no solo represente mi pérdida, sino que sirva de consuelo a los miles de personas que perdieron a seres queridos el año pasado”.

**Azul Natali Rodríguez Savino**  
 (20 años, Córdoba Capital)



## MIRADAS

“Me fascina dibujar y lo hago siempre. ¡Ahora justo estoy pintando un caballo! Por un tiempo dibujé ojos y elegí el que más me gustó para mandarles”.

**Lola Brito Ludueña**  
 (9 años, Río Cuarto, Córdoba)

# CÓMO EXPLICAR EL AÑO LECTIVO

Aunque el retorno a la escolaridad presencial es un proceso en marcha, resulta difícil explicar cómo será el año lectivo a quienes se identifican, desde temprana edad y hasta el final de la adolescencia, como escolares.

Se saben escolares no por estar matriculados en colegios, sino porque sus hábitos cotidianos dependen de modo fundamental de una institución externa llamada “escuela”.

Este gran ordenador social condiciona horarios, traslados, vestimenta, momentos de alimentación y, especialmente, vínculos con pares: esos andamios

prometía ser transitoria y que “permitiría el reencuentro entre padres e hijos”.

Lo que en realidad sobrevino fue un tedioso período de aprendizaje de nuevas formas de comunicación escolar, para culminar con una etapa de inédito cansancio y desconsuelo por falta de escuela palpable.

Preocupa mucho que este comienzo de ciclo escolar encuentre a (casi) todos en el mismo agotamiento que en diciembre pasado.

Más aún, la gran mayoría de la población no tuvo “vacaciones”; la breve pausa estival fue interrumpida precoz-

cursado mixto (virtual-presencial) con el desánimo de presentir mayor carga laboral a cambio del mismo –magro– reconocimiento social y económico.

Queda pendiente cómo se resolverá su mayor riesgo de contagio de COVID-19. El proceso de vacunación es irregular, y las burbujas sanitarias funcionan con grupos reducidos de alumnos de un colegio, pero no con docentes que circulan por varias instituciones.

No obstante el ímpetu de las autoridades por iniciar este ciclo, las condiciones sanitarias fluctuantes podrían determinar cambios. El número de in-

“UNA ESTRATEGIA SERÍA UTILIZAR FRASES SIMPLES QUE SINCEREN LA INESTABILIDAD DE LAS MEDIDAS”.

emocionales que sustentan las diferentes etapas madurativas.

Los adultos no son ajenos a las estrategias de organización que propone la escuela, ya que no solo apoyan las actividades de sus hijos, sino que condicionan las propias.

Prueba de esto fue el cursado del año pasado: sin las “antiguas” rutinas de escolaridad presencial, la mayoría de las familias experimentó una conmoción de la que aún muchos no se recuperan. Sorprende recordar que cuando se decretó la cuarentena, la interrupción de clases fue mayoritariamente celebrada. Alegres voces festejaban una pausa que

mente por la necesidad de idear el nuevo orden que permitiera a las familias cumplir con las actividades educativas de los chicos y laborales de los grandes.

## REACCIONES

Sin dudas, el regreso a las aulas alivia a muchos padres; tal vez porque toda noticia que promete recuperar algo de la realidad anterior a la pandemia es recibida como un bálsamo.

Los educadores, en tanto, muestran diferentes reacciones. Muchos han dedicado gran parte del verano a pensar en cómo adaptarse a las modalidades posibles. Y no pocos iniciaron un año de

fectados de COVID-19 se mantiene en meseta, sin señales de un descenso a corto plazo; los movimientos turísticos y los (incontenibles) desbordes juveniles debilitaron severamente las medidas de prevención.

Entonces, y ante tantas variables sociales: ¿cómo explicar a los chicos su año escolar?

Una estrategia sería utilizar frases simples que sinceren la inestabilidad de las medidas y que, además, respeten su pragmatismo: “Si el día está lindo, saldrás a jugar. Si no, no”. □

*redaccion@convivimos.com.ar*

## ENRIQUE ORSCHANSKI

Médico pediatra y neonatólogo, docente universitario, padre de dos hijas; autor de libros sobre familia, infancia y adolescencia.





# Elige tu propia aventura

Después de más de un año de pandemia, conectarnos a Internet para leer algo, para trabajar, para estudiar, para distendernos mirando fotos o algún video forma parte del paisaje diario.

A esta altura de los avances, tenemos la sensación de que Internet ha convivido con la humanidad durante siglos. Pero lo cierto es que hace tan solo unos 29 años que los creadores de la World Wide Web (red informática mundial), o simplemente web, permitieron su uso de forma libre y gratuita.

Sin dudas, la triple “w” cambió la manera en la que los seres humanos nos comunicamos, nos relacionamos, innovamos, pensamos e, incluso, vivimos.

En estos tiempos cibernéticos, cobraron especial protagonismo los enlaces (*links*, en inglés), que son hipertextos, es decir, textos que permiten acceder desde lo que se está leyendo a otra información (puede ser música, imágenes, más texto). La palabra o frase que contiene un hipervínculo se distingue porque tiene un color diferente o está subrayada.

Con solo hacer un clic sobre estos términos destacados, nos sumergimos en las aguas de Internet, donde una cosa lleva a la otra. Los enlaces son la esencia de la redacción web, porque los textos se simplifican al máximo y se generan múltiples conexiones para que cada lector dirija la atención hacia donde prefiera. Casi como aquellos libros de la colección **Elige tu propia aventura**, y de igual manera, también, a veces desembocamos en textos más que prescindibles.

Ahora bien, lo que cabe preguntar-

nos en este punto es: ¿este es un fenómeno nuevo?

Aquí es interesante recordar la teoría iniciada por el filólogo ruso Mijaíl Bajtín (1895-1975), las fechas nos muestran que sus pensamientos son muy anteriores a Internet. Él decía que quien emite un discurso ha sido receptor de muchos textos; así, el nuevo mensaje es un diálogo entre múltiples voces que se relacionan entre sí, remite a otras ideas y vincula situaciones y hechos. De este modo, cuando escuchamos o leemos algo, en la cabeza se nos disparan recuerdos, imágenes, textos; y este diálogo es el que diferencia la lectura que hace una persona de la que realiza otra, nos lleva a diferentes interpretaciones.

Años más tarde, la filósofa búlgara Julia Kristeva acuñó el término “intertextualidad” para definir este concepto de carácter dialógico que había desarrollado Bajtín. La intertextualidad entiende que los textos son tejidos o redes que entrelazan otros textos que proceden de muy distintos discursos. “Todo texto se construye como un mosaico de citas, todo texto es absorción y transformación de otro texto”, puntualizó Kristeva.

De este modo, tras analizar estos conceptos, podemos ver cómo Internet logra reflejar en una pantalla la intertextualidad del pensamiento. Así como en la cabeza somos capaces de relacionar cientos de ideas, olores, imágenes, palabras, personas, etcétera, en muy poco tiempo, la web nos permite vincular un texto con otro y otro y otro más, y en el medio circulan fotos, videos, música. **■**

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

“SIN DUDAS, LA TRIPLE ‘W’ CAMBIÓ LA MANERA EN LA QUE LOS SERES HUMANOS NOS COMUNICAMOS”.

**AGUSTINA BOLDRINI**

Lic. en Comunicación Social.  
Correctora de textos.



# PREFERENCIAS INVERTIDAS

En su libro *La decadencia de Occidente*, el filósofo alemán Oswald Spengler señalaba: “Un día, el último retrato de Rembrandt y el último compás de Mozart dejarán de existir –aunque posiblemente quedarán un lienzo coloreado y una partitura con notas– porque el último ojo y el último oído accesibles a su mensaje habrán desaparecido”. Un siglo después, esa predicción se está volviendo realidad

La experiencia de la vida cotidiana confirma ese evidente y marcado descenso del nivel cultural de las personas. Esto

cación, que algunos profesores están tan empeñados en representar a Hamlet que no se dan cuenta de que les han cambiado el decorado a sus espaldas y que ahora en lugar del castillo de Elsinor tienen un McDonald's. O sea, el referente cultural ya no puede ser Shakespeare, sino el *fast-book*. La escuela ha dejado de verse como una institución que impulsa hacia lo alto para convertirse en administradora de las pequeñas virtudes de la pusilaninidad. No quiere saber nada de las virtudes magnánimas. No parece ser consciente de

las nuevas generaciones que los humanos hemos sido capaces de hacer otras cosas además de las banalidades y groserías que les ofrecemos a toda hora. Entristece ver a tantas personas –jóvenes y no tanto– malgastar lo único que tienen, su tiempo, en actividades que nos acercan más a los seres primitivos que a los productos de la civilización.

Nuestros jóvenes tienen derecho a que se los ponga en posesión de la herencia cultural que les pertenece por la sola razón de ser humanos. Transferirles ese rico

## “LOS ‘NUEVOS’ TIENEN QUE SABER QUE EL MUNDO, SU MUNDO, VA MÁS ALLÁ DE LO QUE VEN A DIARIO”.

refleja el desinterés de quienes educan –padres y maestros– por brindar a los niños y jóvenes una visión de lo mejor que ha hecho el ser humano a lo largo de su historia y que, sin duda, sigue haciendo. Gradualmente nos hemos ido “desculturizando”, y lo que observamos en la escena pública es el resultado de lo que los poderosos aparatos de la información y el entretenimiento han hecho de nosotros.

Preocupado por esta situación, el profesor español Gregorio Luri, asiduo visitante de este espacio, señaló hace poco: “En el año 2011 escuché decir a Alejandro Tiana, actual secretario de estado de Edu-

que, como nos enseñó Ortega y Gasset, es inmoral preferir un bien inferior (la equidad por abajo) a un bien superior (el estímulo de las capacidades más altas de todo alumno). ‘La inmoralidad máxima –añadía Ortega– es esa preferencia invertida en que se exalta lo mediocre sobre lo óptimo en nombre de una moral falsa’. Para que nadie se quede atrás, frenamos a los que van en cabeza y lo que conseguimos es que cada vez haya más alumnos rezagados a los que, sin embargo, queremos compensar con inteligencia emocional y grandes dosis de empatía”.

Padres y maestros deben mostrar a

patrimonio es nuestra responsabilidad al educar, al instituirlos como humanos. Recurriendo a la cita anterior, es cierto que en la escena cotidiana está el McDonald's, pero también debe estar Shakespeare. Y los “nuevos” tienen que saber que el mundo, su mundo, va más allá de lo que ven a diario. Mostrarles ese mundo, convencerlos de que les pertenece, es una tarea que no asumimos como deberíamos hacerlo. Volvamos a encararla, aunque más no sea como un homenaje a la condición humana.▣

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

**GUILLERMO JAIM  
ETCHEVERRY**

Médico, científico y académico; exrector de la UBA.  
En Twitter: @jaim\_etcheverry



# La Delfina

De ella se decía que era hija de un virrey portugués y que por eso la llamaban “la Delfina” (así se nombraba a las hijas de los monarcas). Otras versiones aseguraban que era de origen humilde y que había sido recogida por una familia estanciera. No se sabe tampoco su nombre completo, ni si nació en Portugal o en el Brasil, si era rubia o morena. De lo que sí hay certezas es de que Delfina hablaba portugués, que era bella y audaz como ninguna, y que fue el gran amor de Francisco “Pancho” Ramírez, el caudillo entrerriano a quien en su provincia llamaban “El Supremo”.

Parece que todo empezó en el campo de batalla. Ramírez capturó a Delfina vestida de soldado, uniforme que, sin embargo, no podía ocultar su extrema belleza. Esa misma noche la hizo su cautiva, y los dos se enamoraron con uno de esos amores que arrasan con todo.

Él iba a casarse con Norberta Calvento, la hermana de uno de sus mejores amigos, pero suspendió el compromiso. Cuentan que Norberta, la novia, jamás superó el abandono, ya que muchos años después –y por su expreso pedido– fue enterrada con el vestido blanco que pensaba llevar en su boda con Ramírez.

En cuanto a Delfina, desde el momento en que el jefe entrerriano la transformó en su amor y su cautiva, comenzó a compartir con él todas sus campañas militares. Unidos en el amor y en la lucha por los ideales del caudillo, adonde iba Ramírez, iba ella vestida con el uniforme de coronela del ejército federal, montada en su caballo, cabalgando junto a su Pancho y combatiendo en las batallas como un soldado más.

La tragedia iba a alcanzarlos el 10 de julio de 1821, cuando Pancho Ramírez

fue muerto en Chañar Viejo, cerca de Santa María del Río Seco, en la provincia de Córdoba. De este suceso hay dos versiones. La primera dice que Ramírez se lanzó contra sus perseguidores para castigar a uno de sus oficiales que lo había traicionado, quien finalmente lo mató. La otra versión, mucho más romántica y acorde a esta historia, cuenta que cuando estaban siendo perseguidos, Delfina se quedó atrás y fue capturada por el enemigo. Al escuchar sus gritos pidiendo auxilio, Ramírez volvió, la subió al caballo de otro soldado y enfrentó solo el pistoletazo que acabó con su vida. O sea que murió para salvar a su amada.

Luego de su muerte, lo decapitaron y embalsamaron su cabeza, que fue exhibida en una jaula en la puerta del Cabildo santafesino. Su Delfina logró escapar a Santiago del Estero y, tiempo más tarde, regresar a Concepción del Uruguay, donde durante 18 años llevó una existencia solitaria hasta su muerte el 28 de junio de 1839.

Sobre ella escribió Leopoldo Lugones el poema “Historia de la Delfina” en sus *Romances del Río Seco*: “Porque a su lado en el grupo / va la Delfina esa hermosa, / que en todas las correrías / junto a él pelagra animosa. / Lleva traje de oficial, / bombacha y dormán punzó, / y un espadín de parada / con una faja de gro”.

La provincia de Entre Ríos la ha homenajeado bautizando con su nombre escuelas, como la Escuela NINA N°195 “La Delfina”, de Paraná; la Escuela de Jóvenes y Adultos N° 80 “La Delfina”, de Seguí; la terminal de ómnibus de Nogoyá; y plazas y parques de la bella provincia litoraleña. ■

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

“LO QUE SE SABE ES  
QUE DELFINA HABLABA  
PORTUGUÉS Y QUE  
ERA BELLA Y AUDAZ  
COMO NINGUNA”.

**FELIPE PIGNA**

Historiador, profesor de Historia,  
escritor; director de la revista *Caras y caretas*  
y de [elhistoriador.com.ar](http://elhistoriador.com.ar).



# FORMAR PARA LA VIDA Y EL TRABAJO

*En la Argentina existen numerosas organizaciones no gubernamentales que capacitan en habilidades personales, técnicas y profesionales a miles de jóvenes para facilitar su inclusión en el mundo del trabajo. Las experiencias de Fundación Pescar y de Potrero Digital.*

POR MAGDALENA BAGLIARDELLI

**C**errar los cursos y paralizar las actividades en 2020 no era una opción para Fundación Pescar, una ONG que forma a personas en situación de vulnerabilidad para que puedan insertarse en el mundo del trabajo y diseñar un proyecto de vida, ni para Potrero Digital, una red de escuelas de oficios digitales orientada también a la integración social y laboral. Ambas encontraron durante la pandemia del coronavirus una nueva manera de seguir trabajando y expandirse al resto del país.

Hace 17 años nació el primer Centro Pescar en la Argentina, basado en la experiencia de un empresario brasileño que abrió las puertas de su compañía para enseñarles un oficio a jóvenes que lo necesitaran. En la actualidad, hay más de 40 centros en todo el territorio nacional, en los que capacitan a jóvenes y adultos de manera remota.

Los programas brindan formación personal y técnico-profesional en diferentes rubros. Para lograrlo, articulan con empresas privadas, ONG y gobiernos, como socios estratégicos.

Una estrategia similar desarrolla Potrero Digital, una red de escuelas de oficios que brinda herramientas digitales para personas con escasos niveles de acceso laboral y aprendizaje formal. El proyecto surgió en 2018 de la mano de Juan Campanella y Gastón Gorali, integrantes de la productora Mundoloco; Carolina Biquard, de Fundación Compromiso, que trabaja por la inclusión social; y Silvia Flores, de la Cooperativa La Juanita, dedicada a la capacitación y el apoyo de emprendimientos productivos.

Cursos de programación web, comercio electrónico, marketing digital y soporte de tecnología son algunas de las propuestas que se dictaron a distancia el año pasado para 2500 alumnos, en alianza con 35 organizaciones. Cada una incluye tres materias obligatorias: la técnica, habilidades socioemocionales e inglés.

Hasta el momento, hay tres escuelas físicas: una en el partido de La Matanza, otra en Morón –ambas en provincia de Buenos Aires– y la tercera en Mendoza. El resto de los “potreros” son ciento por ciento virtuales.

## OPORTUNIDAD PARA LOS JÓVENES

“Con la virtualidad pudimos generar grupos más abiertos”, asegura Silvia Uranga, directora de la Fundación Pescar. Incluso lograron ampliar a 46 centros en todo el país y formar a 4900 personas. Las temáticas de los cursos se van adaptando a las propuestas de las empresas que colaboran con la organización: marketing digital, atención al cliente, gestión de redes, peluquería y maquiillaje son algunas de ellas.

En general, las edades de los participantes van de los 18 a los 25 años, aunque hay programas específicos destinados a un público adulto mayor. En ningún caso es requisito tener el secundario terminado, pero desde Pescar fomentan la terminalidad escolar mediante tutorías.

Daniela Jael Osmerini tiene 17 años y participó de la charla que la fundación dio en su colegio, en la ciudad de Córdoba. A partir de allí, quedó conectada con la propuesta, y el año pasado hizo su capacitación. “Teníamos dos materias: formación personal y formación técnica. En la primera nos enseñaban autoconocimiento, autoesti-



Foto: Gentileza Fundación Pescar.

Curso de maquillaje, una de las propuestas de Fundación Pescar.

ma, cómo gestionar nuestro tiempo, cómo se hace un FODA, etcétera; y en la formación técnica veíamos conceptos de negocios, también hicimos cursos en Universidad Makro (un nuevo proyecto de capacitación para todos los empleados de la compañía) y recibimos las visitas de exalumnos de Pescar que nos compartían sus experiencias”, le cuenta a *Convivimos*.

La joven dice que le “encantó” y que cada curso que hacía le dejaba “algún conocimiento nuevo”. Hoy tiene su energía puesta en terminar la secundaria, pero a su vez le gustaría seguir estudiando la carrera de Profesorado de Artes Visuales. “Me encantaría conseguir un trabajo de medio tiempo y así poder hacer ambas”, asegura.

Quien también pasó por Pescar es Brian Alexis Ortiz, de 18, oriundo de Venado Tuerto, Santa Fe. “Hicimos el curso a través de videollamadas tres veces por semana, en las que hablábamos con diferentes personas capacitadas en varios temas. También tuvimos talleres sobre ciberseguridad, acoso callejero, superación personal y varios más”.

“El curso me pareció muy bueno, porque me sirvió

## “APRENDÍ, POR EJEMPLO, CÓMO OPERAN ENVÍOS Y VENTAS DE UNA EMPRESA COMO MERCADO LIBRE”.

HERLÁN PAUCARA

para poder encontrar mis puntos fuertes y débiles en cuanto a lo laboral y personal. Aprendí a hacer un análisis FODA, un currículum. También que se puede trabajar en grupo sin conocerse”, dice.

Brian cambió de trabajo en febrero y está terminando la secundaria. Tiene pensado seguir estudiando Recursos Humanos y también le gustaría Nutrición. “Lo que primero nos inculcan es que tratemos de terminar el secundario sin dejar materias previas, para poder tener una mejor

salida laboral. Sin dudas, cada uno se hace cargo de su carrera educativa, pero desde Pescar te brindan apoyo”, sintetiza.

Uno de los resultados que aportan desde la fundación es que “el 76 por ciento de los estudiantes consigue un trabajo”. “Hacemos un seguimiento real y personalizado. Que haya terminalidad escolar, inclusión laboral y estudios superiores son nuestros pilares. Hoy, de los 4500 chicos que están en la base, 3200 tienen trabajo”, afirma Silvia Uranga. Si bien las empresas no están obligadas a contratar a los participantes de los programas de formación, sí se genera una bolsa de trabajo importante.



Taller de robótica en La Juanita, una de las escuelas “físicas” de Potrero Digital.

**“EL CURSO ME SIRVIÓ PARA PODER ENCONTRAR MIS PUNTOS FUERTES Y DÉBILES”.**

**BRIAN ALEXIS ORTIZ**

Las carreras que ofrece Potrero Digital están pensadas para satisfacer las demandas del mercado actual. “Desde lo más *junior*, como un servicio de soporte, pasando por el desarrollo de páginas web, hasta inteligencia artificial y desarrollo de aplicaciones. Ese universo genera más de 100.000 puestos bien pagos. Es trabajo no del futuro, sino de hoy”, resume su director, Juan José Bertamomi.

En los dos años de trabajo desde su creación, Potrero cuenta con 1200 alumnos certificados. El 40 por ciento de ellos tiene trabajo o desarrolla un emprendimiento propio. “Tenemos alumnos en varias compañías tecnológicas”, explica el directivo.


Se puede empezar a participar desde los 16 años y no hay edad máxima. El 80 por ciento de los alumnos son jóvenes de entre 16 y 35 años, y de esa cifra el 62 por ciento son mujeres, algo que es poco frecuente en carreras de base tecnológica.

“Para los chicos que pasan por aquí es un puente y un despertar de vocaciones, porque hay jóvenes que no se plantean una carrera terciaria o universitaria, y hoy la educación pública es patrimonio de acceso para muchos”, asegura José Bertamomi.

El directivo explica que el acompañamiento no es solo en habilidades técnicas, sino también socioemocionales, de comunicación, trabajo en equipo y educación financiera, para que se les facilite ingresar al mercado laboral.

Herlán Condorí Paucara tiene 21 años y realizó un curso de comercio virtual en esa organización. Hoy está trabajando en el sector de *e-commerce* de una distribuidora de autopartes: “Me gustó mucho, fueron bastante claros y atentos los profesores, y aprendí por ejemplo cómo operan los envíos y las ventas de una empresa como Mercado Libre (una de las socias estratégicas de Potrero Digital)”. A la par de su trabajo, Herlán, quien vive en el barrio porteño de Retiro, estudia en la Universidad Tecnológica Nacional la carrera de Ingeniería Electrónica.

“Muchas personas se acercan buscando oportunidades porque no han tenido experiencia ni formación que les permita trabajar o proyectarse laboralmente. Otras necesitan reconvertirse y ganarse la vida con su emprendimiento”, señala el director de Potrero Digital.

“Dicen que el 2020 significó como tres años de aceleración, y nos encantó poder acompañar este desafío; también ver cómo los trayectos funcionan para las personas que necesitan insertarse por primera vez en el mundo laboral”, concluye. 

## CÓMO COMUNICARSE:

<http://www.pescar.org.ar/>  
<https://potrerdigital.org/>

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

# Ejercitar la mente

*Como ocurre con el resto de los órganos del cuerpo, el cerebro también envejece. Para mantenerlo activo es necesario estimularlo, presentándole retos que incrementen su capacidad cognitiva.*

Por Alba Palavecino

**L**as habilidades intelectuales no son inalterables, sino que varían de acuerdo a factores como las experiencias atravesadas y la estimulación recibida a lo largo de la vida.

Esa variación depende de la plasticidad cerebral que se posee, pero ¿qué es la plasticidad cerebral? Es la capacidad que tiene el cerebro para “reconfigurarse” y cambiar su modo de funcionamiento a fin de adaptarse a la diversidad de su entorno. Lo hace creando nuevas redes de comunicación entre las neuronas y reforzando las existentes; esto se conoce como “sinapsis” y es lo que permite aprender, procesar y reafirmar las enseñanzas, por complejas que sean.

Con el tiempo, la plasticidad cerebral va menguando, lo que puede generar pérdida de memoria o dificultades en la resolución de problemas; por esta razón resulta de suma importancia entrenarla con diferentes desafíos que promuevan la sinapsis y generen nuevas neuronas para mejorar e intensificar la agilidad mental.

En ese sentido, hay propuestas accesibles y de todo tipo para aquellos que deseen aumentar su desarrollo intelectual.

## ACTIVIDAD FÍSICA

Salir a caminar diariamente alrededor de 30 minutos ayuda a liberar sustancias químicas que enriquecen los procesos relacionados con la motivación y la concentración –también es beneficioso practicar natación u otro tipo de gimnasia aeróbica, siempre que genere placer–. Si, además, en cada caminata se modifica el recorrido, el cerebro deberá desandar los esquemas que ya conoce para acomodarse a la situación, con lo que incrementará su memoria y aprendizaje.

## ¡A JUGAR!

Ya sea en papel o en forma digital –descargándolas en el celular o en la computadora–, existen infinidad de al-



ternativas para ejercitar las habilidades cognitivas. Algunos ejemplos: los rompecabezas, memotest y sopas de letras para desarrollar la memoria; el sudoku para azuzar el razonamiento; las adivinanzas para impulsar el pensamiento lateral o encontrar las diferencias para fomentar la concentración.

## MÁS OPCIONES

Dominar un idioma o un instrumento musical, estudiar y memorizar datos, incursionar en un pasatiempo cuya capacitación demande esfuerzo; leer, escribir y, por supuesto, comer sano y dormir bien son recursos que no se deben desestimar, al igual que hacer cambios en la vida diaria, como por ejemplo utilizar el *mouse* con la mano no predominante.

Se trata en definitiva de retar al cerebro a que salga de su zona de confort y active zonas que no utiliza con frecuencia, sea flexible a los estímulos y adopte tácticas que le permitan reaccionar positivamente. ■

## CONSEJOS FUNDAMENTALES

Para obtener los resultados deseados, no basta con hacer alguno de estos ejercicios de tanto en tanto, sino que es importante tener constancia. La práctica asidua permite automatizar las estrategias que propone cada tarea, hasta convertirlas en hábitos que se incorporan al repertorio de habilidades. Una vez logrado ello, el paso siguiente es doblar la apuesta y aumentar el nivel de dificultad, para que el cerebro se vea en la obligación de volver a pensar e idear tácticas que puedan dar respuesta a los nuevos requerimientos, continuando así con el proceso de entrenamiento y de adaptación.

MYA

# "TENEMOS GANAS DE SEGUIR CRECIENDO"

*El dúo se consolida con su estilo pop urbano y romántico. Dos amigos que trabajan juntos y quieren conocer el mundo con su música.*

POR DAI GARCÍA CUETO FOTO SONY

Cuando una canción está redondita y nos vuela la cabeza, nos vuela la cabeza, es algo que simplemente sucede", dice Agustín Bernasconi (24), y Maxi Espíndola (26) lo confirma, moviendo la cabeza con un "sí". Además de amigos, son MYA, y con su último tema, "Te quiero X eso", cuentan que están más que satisfechos.

El single es un éxito, acumula millones de reproducciones en plataformas digitales y se suma a una lista que el dúo lanzó durante 2020. Sin embargo, aunque hay ganas, todavía no definieron fecha para un disco que reúna esas canciones y están más ansiosos por volver al escenario que al estudio.

Se conocieron en la televisión como parte del elenco de la ficción juvenil *Aliados*, y la relación fue creciendo dentro y fuera del set. Agustín había llegado de Córdoba y Maxi de Tucumán, así que se mudaron juntos a un departamento donde las rondas de guitarras fueron cada vez más frecuentes. Sin cerrar las puertas de la actuación, los objetivos apuntan a su faceta musical. "La música nos toca muy profundamente y es un sueño que tuvimos de muy chicos", explica Maxi. En 2019 editaron su álbum debut *Hoy*, el cual incluye "Te olvidaré" junto a Pedro Capó y fue nominado a los premios Gardel como Mejor Álbum Grupo Pop.

**Antes de Aliados compartieron el reality Soñando por cantar. ¿Estaban predestinados a encontrarse?**

**Maxi:** Siento que desde un primer momento hubo una conexión, al inicio casi invisible. Yo lo había visto en el *reality*; me había llamado la atención su *performance*, pero no habíamos hablado. Luego, cuando nos llamaron de *Aliados*,

fue como que presentimos que íbamos a laburar juntos. Con el tiempo fueron creciendo la amistad y las ganas de hacer música.

**¿Por qué se eligieron para trabajar juntos?**

**Agustín:** Más allá de que somos compañeros de trabajo, casi que no lo vivimos así porque tenemos una amistad muy grande. Lo tomamos como una amistad y nos juntamos a hacer lo que amamos. Además, cuando decidimos formar el dúo, sabíamos quién era la otra persona, que hay responsabilidad, transparencia y mucho respeto, que es lo más importante para que perdure para siempre, que es lo que queremos.

**¿Cuándo se dieron cuenta de que iba en serio?**

**M:** Fue después de haber sacado el *cover* de "Despacito", ahí hubo un clic, empezamos a repercutir como dúo. Y en la interna también sentíamos que cada vez cobraba más fuerza la unión, salían cosas muy positivas, aparecieron las primeras canciones, todo fue sumando a la decisión de armar el dúo. Desde el principio, el trabajo, la responsabilidad y la visión fueron de la mano. Nunca hubo decaimiento ni un subibaja de situaciones. El laburo y las ganas de seguir creciendo juntos fueron muy constantes.

**¿El estilo del dúo es el de la nueva canción romántica?**

**A:** MYA se caracteriza por lo romántico, más allá de que hacemos canciones que te hacen bailar. A la vez tienen una letra linda y no son un perreo para ir hasta abajo en el boliche. La búsqueda es el pop latino con un airecito de reggaetón, pero con letras románticas, y cada vez lo conseguimos más.





**¿Cuál es el principal cambio desde que comenzaron?**

**A:** Hay un crecimiento desde lo vocal y en la búsqueda del estilo. Más allá de que tenemos nuestra esencia, la identidad te la van dando las canciones. Sentimos que las últimas canciones tienen la impronta de MYA, que cuando suenan se reconoce al grupo, está buenísimo ir consiguiendo eso.

**¿Qué extrañan de vivir juntos?**

**M:** Si te soy sincero, estamos todos los días juntos igual, lo único que cambia es que cada uno duerme en su casa. Ahora los dos estamos en pareja, entonces tenemos nuestros ratos con ellas, pero después estamos todo el día juntos.

**¿Enamorados escriben más?**

**A:** Son diferentes emociones. La composición puede venir ya sea porque estás muy enamorado y feliz, o

## CAFÉ CON FAMILIA

Los dos se reconocen fanáticos del café y muy familiares. Antes de la pandemia viajaban a "sus" provincias, al menos, cuatro veces por año. Confiesan entre risas que Maxi es el puntual y quien aporta más formalidad, mientras que Agustín llega tarde y es más relajado. Además, las colaboraciones con otros artistas han sido una constante del dúo, que se animó a compartir con Emilia, Mau y Ricky, y Abraham Mateo, entre otros.

porque no estás pasando un buen momento y también te inspira algo. Cualquier sentimiento es bueno para escribir.

**Jugando con el título del tema, "Te quiero X eso", ¿qué se dirían mutuamente?**

**M:** Por la amistad y la hermandad. Por lo buena persona que es conmigo, por entenderme, eso es importante en

una unión de tanto tiempo, entenderse.

**A:** Por la simpleza, por la conexión, no es fácil conectar tanto con una persona, desde la amistad, a la hora de hacer música y los pensamientos.

**¿Qué metas tienen?**

**M:** Seguir creciendo como dúo, seguir haciendo música que impacte cada vez en más gente, lograr que MYA vaya dejando su huella en la escena musical argentina y conocer el mundo con la música, que es un sueño muy grande. **■**





GRISELDA SICILIANI

# “NO CONOZCO OTRA MANERA QUE LA ENTREGA TOTAL”

*En su primera experiencia en el cine español fue nominada a los premios más prestigiosos de ese país. En paralelo, nunca deja de elaborar nuevas propuestas propias: “Cualquier día que me hagas una entrevista va a ser igual: hay algo gestándose”.*

POR JUAN MARTÍNEZ FOTOS SANTIAGO ALBANELL  
ESTILISMO SOFÍA PÉREZ Y SANTÍA

**L**a exploración como una constante, la creación como un motor, la investigación como una necesidad, la técnica como un trampolín. En escenarios pequeños del *off* porteño, en los teatros más codiciados, en el *prime time* de los canales líderes o en la gran pantalla, Griselda Siciliani despliega desde hace casi dos décadas un cúmulo de herramientas capaz de atraer y conquistar a públicos disímiles.

Llegó hace quince años a la televisión, con una frescura y un humor arrolladores, que hicieron que sus personajes secundarios pasaran al frente y ganaran cada vez más terreno. En este tiempo de papeles protagónicos en grandes producciones, nunca perdió el espíritu emprendedor y creador del *off*: en paralelo, invariablemente, piensa y concreta un proyecto tras otro.

Disfruta de este momento, con una nominación a Mejor Actriz Revelación en los prestigiosos premios Goya, gracias a su labor en el film *Sentimental*. Al mismo tiempo, es parte de un megaproyecto secreto en México, del que no puede revelar más que lo que se acaba de decir. Mientras tanto, junto a Jorgelina Aruzzi y Carlos Casella avanza en un espectáculo unipersonal del que todavía no conoce su nombre ni su forma final.

“Siempre hay una vía que va al lado de todo lo que esté haciendo, que es un proyecto independiente y grupal. Eso nunca se detuvo, por más grande que sea el proyecto que esté transitando, por mucho que me entusiasme o por muy genial que sea. Cualquiera día que me haga una entrevista va a ser igual: hay algo gestándose. Ahora Jorgelina escribió un espectáculo para que yo actúe y va a dirigirme junto a Carlitos Casella. Estamos muy en el comienzo, así que puede ser un espectáculo pequeño o uno enorme, no sabemos todavía. Nos encontramos en pleno trabajo creativo, que es una de las partes que más me gustan: delirar a fondo los tres, juntarnos y volar”, cuenta.

***Ese empuje de querer proyectos propios y llevarlos adelante ¿tiene que ver con que vengas del teatro off?***

Creo que sí. Es como el huevo y la gallina: empecé en el teatro *off* porque justamente generábamos nuestras propias cosas y ese era el espacio donde podíamos mostrarlas. No era que quisiéramos estar en el *off*, sino que no había manera de ir a un teatro en la calle Corrientes y mostrar un espectáculo creado por dos chicas desconocidas. El *off* es el teatro independiente, la gestión independiente, el espacio para mostrar estas cosas. Yo tenía 21 cuando con Virginia Kaufmann empezamos *Tan modosititas*. Tardábamos años en investigar. El modo de trabajo de la búsqueda a mí me encanta y, a veces, lo comercial no lo permite tanto como el teatro independiente.

***Cuando esa estructura se agranda, ¿hay algo que se pierde? ¿O es todo ganancia?***

Es casi todo ganancia, te diría. Se pierde ese espacio de tiempo de investigación. A veces, si uno lo quiere hacer igual, lo puede hacer de manera íntima y personal. Pero en el teatro comercial hay tiempos de ensayo, cosas que están estipuladas. También se gana mucho ahí, en velocidad, en ser expeditivo, porque además hay un montón de gente trabajando para eso. En lo independiente hacés todo un poquito más a pulmón y hay más espacio para investigar. Tengo el privilegio de poder oscilar entre un espacio y otro, y también mezclarlos.

El camino de Griselda comenzó en la danza, su primer amor. La actuación apareció luego, como un canal de expresión complementario. El recorrido por estas y otras disciplinas tuvo siempre una instancia de estudio, de aprendizaje formal: “Hay una etapa en la que uno se forma y se forma para después disfrutar de la libertad de expresión. Estudié mucho para poder incorporar la técnica, que nunca me ató. Siempre me dio libertad”, cuenta.





## “COMO UNA YAPA”

Griselda asegura que el Premio Goya al que fue nominada le genera mucha emoción porque siempre lo siguió de cerca. Y sobre los premios en general, aclara: “Sí, me importan, pero en realidad, cuando no estás nominada, no te importan. Si no me hubiesen nominado al Goya no estaría pensando

“Uy, no me nominaron”. Es algo que se enciende cuando te nominan, aparece ahí. Nunca me pasó estar esperando una nominación o un premio, por eso tienen esa sensación tan alegre, porque siempre es como una sorpresa, por lo menos en mí funciona así. Son un regalo, como una yapa”.

***El cine es un espacio que visitaste menos que otros, ¿por qué?***

Me pasaba con el cine que no encontraba un lugar. A veces era por tiempo, porque me han ofrecido muchas películas y al 90 por ciento he dicho que no. En general, porque estaba haciendo teatro o tenía un proyecto de teatro por empezar y nunca tenía ganas de sacrificar esos proyectos. El escenario es mi casa, donde me siento como pez en el agua, pero intuía que el cine en algún momento iba a llegar y que, cuando llegara, iba a ser contundente. Y así fue. En ese sentido, tiene algo un poco mágico o místico. El cine apareció con todo y aquí está, siendo protagonista total de este momento de mi vida.

***En el caso de Sentimental, es una película que, como vos, viene del teatro, porque es una adaptación de la obra Los vecinos de arriba...***

Exactamente. Lo pensé muchas veces: qué suerte que me tocó esta película, porque conserva, dentro del lenguaje cinematográfico, algo de lo teatral. Eso yo lo sentía muy amigable y fue bueno para mí. Una experiencia inolvidable trabajar con Cesc Gay, que es un director que admiraba desde antes. No tenía idea de que él sabía de mi existencia, pero había visto mi trabajo y me llamó para hacer esto, que fue un desafío total.

***Es una comedia, un género en el que usualmente te movés, desde tus principios, con mucha soltura,***

***¿sentís que a veces es menospreciado por la crítica?***

Totalmente, hay un preconcepto. En todo el mundo, en los premios se suelen reconocer papeles y películas más dramáticas. Eso tiene que cambiar, las comedias son muy difíciles de hacer y deben ser valoradas.

***¿Por qué son difíciles de hacer?***

No sé bien cómo es que funciona o no, la verdad. Lo que sí puedo asegurar es que para hacer comedia no hay muchos que te puedan ayudar. A veces, para otro tipo de géneros hay muchos rubros que colaboran: desde la dirección, la iluminación, la música, el plano o lo que fuera. Si tenés que hacer reír, hay algo que es muy solitario del comediante. Eso yo lo respeto mucho. Hay que generar esa risa y hay, por supuesto, muchas técnicas y cosas que ayudan, pero es necesaria esa magia para generar en el otro una risa. También hay una gran satisfacción cuando uno puede hacer reír a alguien.

***A diferencia de la crítica, ¿el público es más agradecido con los personajes cómicos?***

Yo he tenido mucha suerte y el público, en general, ha sido siempre muy cariñoso conmigo, haga lo que haga. En ese sentido me siento muy afortunada, pero es verdad que los personajes que hacen reír tienen algo de cercanía. Eso noto: cuando hago personajes más cómicos o más ridículos, el público se siente más cerca. Con otros personajes también te expresan su cariño, pero reírte con alguien genera algo de familiaridad. Y a mí lo que más me divierte es la ridiculez total, exponerme un

poco y generar la carcajada.

***¿Exponerte al ridículo es bajar barreras?***

Y sí, por lo menos yo no conozco otra manera que la entrega total. Sea el género que sea.

Dos millones de seguidores y otros tantos curiosos se asoman a diario a su cuenta de Instagram, manejada de manera anárquica, sin un plan comercial (casi una rareza en el medio), solo bajo la dirección del deseo. Fotos sensuales, momentos íntimos e imágenes laborales comparten espacio en este escenario personal, en el que también cobra protagonismo la expresión sobre cuestiones sociales, con el feminismo como bandera.

***Es el mes de la mujer, cuyo significado cambió mucho en estos años. Antes era “Feliz día”, un ramo de rosas y listo. Ya no...***

Esperemos que sea un día feliz, igual, pero sí, antes se festejaba de manera patriarcal, justamente. Ahora es la reivindicación de una lucha por los derechos y la equidad.

***¿Siempre estuviste atenta a esta lucha o en qué momento te encontró?***

A medida que pasaba mi vida me di cuenta de que vivía de una manera muy feminista sin considerarme dentro del movimiento. Una va creciendo y va aprendiendo, leyendo. Siempre estuve en esas luchas, en esos pedidos, sin levantar esa bandera que levantaban otras. Gracias por eso a todas las que han luchado tantos años. Me fui encontrando conmigo y, cuando te vas




## “EL ESCENARIO ES MI CASA, DONDE ME SIENTO COMO PEZ EN EL AGUA”.

encontrando con vos, te encontrás con el feminismo.

*¿Sentís que esa lucha está más acompañada que antes? ¿O sigue siendo bastante remada?*

Siento que es muy remada, pero que por lo menos se habla de eso. Se empezaron a dar pequeños pasos y son los que van a construir hacia el futuro. Entonces, hay que valorar también esos pequeños pasos. Suceden cosas muy contradictorias: te hacen una entrevista, te preguntan por el feminismo y el título es referido a algún hombre. Es como si las mujeres solo fuéramos o casadas o solteras, como si nos definiéramos en relación a un hombre que está o no está. Pero todo irá cambiando de a poquito, vamos a ir todos aportando de a poco, con paciencia y con amor, a que vaya mejorando esto.

*Apoyar o militar una causa es una señal de optimismo*

Sí, exactamente. Y cada uno desde su ámbito, porque a veces uno no puede subirse a todas las causas. Hay gente que se dedica a militar, gente que está en la política o encargada de los derechos humanos o lo que fuera, y toda su energía está hacia ahí. En mi caso, yo soy una actriz y me dedico a actuar. Después, si puedo hacer que mi voz, que es un poquito más fuerte o más escuchada que otras, sirva para algo, seguramente voy a colaborar con eso. Es mi pequeño capital. Si esta causa lo necesita, lo apporto. 





Exposición virtual en  
**Casa Naranja**



# PAISAJE

**Videoarte**

Sumergite en una experiencia  
artística

[casanaranja.com.ar](http://casanaranja.com.ar)

## CAMILA SOSA VILLADA

# "ESCRIBIR ME RESULTA INEVITABLE"

*Su primera novela es un éxito literario, pero aclara que no escribe pensando en la repercusión. También actriz y dramaturga, se confiesa una escritora orgullosa de sus errores.*

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS SEBASTIÁN SALGUERO

**R**omero, romero, que se vaya lo malo, que se venga lo bueno", invoca Camila Sosa Villada y las palabras se disuelven en el humo del sahúmo. La hierba parece que cumple, porque, en el último tiempo, la escritora y actriz cordobesa ha tenido buenas noticias. Su novela *Las malas* vendió cerca de 40 mil ejemplares en la Argentina, hay traducciones a seis idiomas y ganó el premio Sor Juana Inés de la Cruz, entre otros reconocimientos. El libro de poesías *La novia de Sandro* agotó ediciones y va por la cuarta. También trabaja en la adaptación cinematográfica de su otra novela, *Tesis de una domesticación*, donde será la protagonista.

La casa es chica, pero el *glamour* es grande. Se mueve holgada en su pequeño departamento, es una diva en su palacio. Corre las cortinas como si fuera un telón y sirve té verde frío. Del otro lado de las ventanas, algunas macetas con plantas se adelantan a la ciudad. Adentro, el teatro brota por las paredes. Un gran cuadro de Billie Holiday, un almohadón con la cara de Frida Kahlo y un cartel que ilumina el nombre *Deo-*

*linda Correa*, hablan de sus obras *Llórrame un río* (2011), *Despierta Corazón Dormido/ Frida* (2015) y *El cabaret de la Difunta Correa* (2017). Su primera vez en el escenario fue en 2009 con *Carnes tolendas*, retrato escénico de una travesti, y en la mayoría de las piezas donde actuó fue la dramaturga.

Hay cajas con *Las malas* disimuladas entre pesas y mancuernas. Confiesa que por vergüenza jamás regalaría un libro propio y que todos los días y sin excusas, las mañanas son de actividad física. "Tengo el síndrome de la buena alumna. Todo siempre me costó el triple", cuenta mientras un abanico de mimbre le ofrenda el aire que el calor quita.

Nació en la ciudad de La Falda hace 39 años, creció en Mina Clavero, un pueblo de Traslasierra, y vive en el centro de Córdoba, al que no planea dejar porque asegura que para escribir necesita la ciudad de fondo, la gente y el ruido.

### ¿Dónde está la inspiración?

La inspiración viene de la memoria, es como un reservorio de imágenes. Escribir no es solo el hecho de estar sentada

frente a la computadora, se escribe sin estar escribiendo. Es una manera de mirar el mundo, entonces sucede, acontece, independientemente de la acción. Es como si estuviera escribiéndose en el aire constantemente. Por eso, más allá de los trabajos en concreto, sigo escribiendo, me resulta inevitable. Después, si toma la forma de un libro, es accesorio.

### ¿Te sorprendió la repercusión de *Las malas*?

Cuando lo terminamos, el editor Juan Forn me dijo "Le va a ir bien". Pero me ha pasado siempre lo mismo, con *Carnes tolendas*, por ejemplo. Íbamos a estar en cartel dos meses, a la tercera función la sala se llenó y al mes ya teníamos que hacer doble función. En cambio, pensé que me iba a ir bien con *El cabaret...* y fue de las que menos público tuve.

Por otra parte, el acto de escribir es otro, la publicación es otra cosa, no tiene que ver con la escritura. Por eso soy desapegada a publicar, a si te leen o no, a si te dan premios o no. No escribo pensando en la repercusión. Sí me encanta que me dé dinero.



**"Agradezco no haber transado con absolutamente nada, aunque a veces me significó no tener trabajo".**

*¿Por qué decís que el premio Sor Juana inaugura la venganza de las travestis?*

Me lo dijo Susy Shock al felicitarme: "Se inaugura la venganza de las travestis y por donde menos se la esperaban". Siempre pensé que las travestis tienen mucho en común con los negros de Estados Unidos, que dejaron *jazz*, *blues*, poetas y escritores maravillosos. Me da la sensación de que está sucediendo algo por ese estilo, es una venganza muy dulce. Otras poblaciones eternamente oprimidas han tenido una respuesta violenta. Nosotras no hemos sido así, hemos buscado otras formas de resistir. Además, es una venganza porque siempre hemos estado apartadas de la cultura. Mi caso es particular, porque tuve la suerte de que mis padres me incentivaron a leer. Pero eso en general no sucede. Entonces sí, es una venganza que estamos haciendo cultura, epistemología, recopilando conocimiento y deslumbrando.

*¿Es un libro provocador?*

Se sienten provocados porque dicen "Cómo puede estar hablando, escribiendo, tendría que estar haciendo otra cosa, parada en una esquina", "Cómo puede ser que hable de política" o "Cómo puede ser que hable de maternidad". Esa es la provocación que sienten ellos, yo estoy en otro rollo.

*¿Agradeciéndote?*

Sí, me agradezco estar viva, haber tenido la lucidez para escapar de algunas cosas, sortear muchas dificultades. Poder escribir, eso es para agradecerme. También el hecho de no haber transado con absolutamente nada, aunque a veces me significó no tener trabajo o rechazar oportunidades que para otros eran imperdibles. Tener una política de cuidado para conmigo, saber hacerme análisis, ir a un médico, preguntar, estar atenta. Haber ido a terapia cuando necesité ayuda. Esa lucidez es para agradecer.

*¿Qué escritora querés ser?*

Soy la escritora que quiero ser y quiero escribir como escribo, con mis defectos y errores, así siendo disoluta como soy. No me interesa escribir como



lo hace el resto; la particularidad está en ese error que es el de una escritora que está mirando por la mirilla de la puerta, que no tiene permitido entrar, y esa perspectiva me da una lectura del mundo muy diferente al de otras personas. Por más que a esa escritura la auspicio un pasado, un hambre o una voracidad, me gusta conservar este lugar distante que no me permite involucrarme con lo que me parece vulgar, como la familia, la reproducción, la sobreviviente, hay que resistir, luchar por tus sueños, todas esas cosas me parecen groseras, entonces, de lejos, me puedo observar mejor.

*Escribías un blog, que luego borraste y ahora algunos de esos textos son el libro La novia de Sandro. ¿Sos de borrar lo que escribís?*

Sí, me gusta borrar, lo más lindo de la corrección es decir "Este desvarío sale". Cuando hicimos la reedición de *La novia...* fue mover una palabra,



## LECTORA VORAZ

En su infancia, a *El amor en los tiempos del cólera* lo terminó en un día. Hoy el ritmo es más lento, tal vez un libro en semanas. Sin embargo, en las redes sociales encontró un lugar para compartir lecturas. “Me gusta traficar. Cuando estaba en el Parque Sarmiento en contacto con las travas, era una especie de tráfico entre sus saberes y los de las otras personas, cruzando de un lado al otro. Con las lecturas me pasa lo mismo, es como traficar algo. Porque además me parece que el amor es eso, traficar conocimiento, darlo y recibirlo”, afirma.

pero que es mover la ficha correcta, y eso en un juego hace que ganes o al menos que sigas jugando. Cuando era pendeja tenía escritas novelas de millones de páginas y, un día, las metí a todas en el calefón a leña. No soy apegada a esas cosas. Me reconozco algunas frases o imágenes bien logradas, pero no soy de defender con uñas y dientes lo que escribo, lo que actúo, lo que canto. Además, una de las artes más importantes que se aprenden, al menos yo siendo travesti, es que hay que saber perder. Saber que se puede perder y que no pasa nada grave, lo único que no se puede perder es la salud y la vida. Estoy acostumbrada al goteo, esa cosa que se va yendo, y no me molesta.

**¿Te molesta que te nombren como “la voz de las travestis”?**

Sí, me parece fatal, porque no lo soy, no me interesa serlo y es imposible que haya una voz de la comunidad trans, porque es tan diverso el universo de las

travestis, hay tantas maneras de ser y concebir el mundo que sería imposible.

**¿Como la mirada que insiste con el lugar de la superación?**

¡Ay! Porque además es muy peligroso ir con el discurso de superación y resiliencia, decirles a las travas que depende de ellas solamente poder vivir mejor, de que si se lucha se logran las cosas. Yo no luché por nada de lo que me pasa. Iba a los ensayos de mi primera obra porque la directora María Palacios me pasaba a buscar; y yo, “descolocada”. Iba en el tren porque me gustaba García Lorca y actuar, pero no es que decía “Con esto voy a salir adelante”. Me acuerdo de que una vez mi papá cobró una plata y me dijo “¿Querés que te regale una máquina de coser así tenés una salida?”, “Bueno”, le dije, pero no era ninguna salida, porque cosiendo no me alcanzaba ni para la comida del día. ■

# LUCIANA FERRO

# CÓMO CUIDAR

# EL CORAZÓN

*La médica cardióloga asegura que las mujeres desconocen la incidencia de las enfermedades coronarias en su salud. Destaca la importancia de la prevención y de la incorporación de hábitos saludables.*

POR DAI GARCÍA CUETO FOTO SEBASTIÁN SALGUERO

**S**i no vas a hacer actividad física, no vayas a trabajar. Es más o menos la misma responsabilidad –afirma la médica cardióloga Luciana Ferro, convencida de que el ejercicio aeróbico diario y los cambios en el estilo de vida son el único secreto para prevenir las enfermedades cardiovasculares–. No hay ninguna droga que baje el riesgo en un 80 por ciento como sí lo hace salir a caminar o andar en bicicleta”. Le preocupa cómo crecen las estadísticas, en particular entre las mujeres, que las ubican como la principal causa de muerte, alcanzando a una de cada tres.

Atendiendo en su consultorio, notó que ellas vienen acompañando a sus maridos, pero no para preguntar por su propio corazón. Asegura que las mujeres desconocen que son patologías que las afectan y que llegan tarde, cuando la afección es aguda. “La mujer tiene más riesgo ante la enfermedad cardiovascular y tiene peor pronóstico”, confirma la doctora cordobesa.

Hipertensión, diabetes, obesidad, sedentarismo y tabaquismo figuran entre los factores de riesgo tradicionales de las enfermedades cardiovasculares. Todos son más dañinos en ellas. Por ejemplo, la obesidad les aumenta el riesgo un 64 por ciento, mientras que, al hombre, en un 46 por ciento. Además, las mujeres suman otros riesgos que les son propios, como los relacionados con la maternidad y los cambios hormonales

durante la menopausia.

El panorama no es alentador si la persona sana no incorpora hábitos saludables a tiempo. Por eso, la doctora Ferro insiste en que el foco debe estar en la prevención, tal como se ha logrado con el cáncer de mama, para que cada una entienda que el control anual puede salvarla. “Con más educación, la principal batalla está ganada, disminuís el riesgo”, sostiene.

Cuando tenía 11 años, Luciana vio cómo su papá, de 39, sufría un infarto. No está segura de si ese acontecimiento de su infancia la marcó inconscientemente para que, una vez recibida de médica, optara por especializarse en cardiología. Confiesa que ser médica fue una vocación de toda la vida.

***¿Por qué las enfermedades cardiovasculares están siendo la primera causa de muerte en mujeres?***

Para la mujer actual, empoderada, que tiene el “síndrome de la mujer maravilla”, que sale a trabajar, se encarga de la casa, cuida los hijos y se lleva el mundo por delante, aumentó el riesgo cardiovascular. Y hay varios factores. Primero, no reconoce la enfermedad, desconoce que es su principal causa de muerte y que, en la Argentina y el mundo, muere una mujer cada once minutos por esta causa. Le teme más al cáncer de mama; pero las enfermedades cardiovasculares lo superan ampliamente en mortalidad. También, los factores tradicionales son más agresivos que en el hombre, y,



## CIRCUITO SALUDABLE

“Hoy la mujer está muy ocupada, entonces para facilitarle que pueda hacerse el chequeo de corazón, creamos un recorrido que empieza en Ginecología y termina en Cardiología”, explica Lucía Ferro sobre el Circuito de la Mujer que se acaba de crear en el hospital donde trabaja (Hospital Privado de Córdoba). Este es parte de la Sociedad Argentina de Cardiología, membresía a través de la cual conoció Mujeres en Rojo (Go Red For Women), una iniciativa que trabaja por la prevención de las enfermedades cardiovasculares y que fue una importante fuente de motivación en la temática.

además, tiene factores propios, como el parto prematuro, la hipertensión del embarazo, la diabetes gestacional, el sobrepeso persistente que queda después de un embarazo, entre otros.

### ***¿La enfermedad aparece a edad más temprana?***

Sí. Pero en eso no hay diferencia con el hombre. Cualquier mujer entre 45 y 55 años, que está a *full* y con múltiples responsabilidades, es casi seguro que no está haciendo ejercicio, está comiendo mal, no descansa y no tiene recreación. Y son mujeres que no se controlan; en cambio, las más grandes, las de 60, sí. Y probablemente, el médico que la mira dice “Ah, tiene 45, está bien”, pero en realidad es ahí donde hay que intervenir: tenés una persona sana que está haciendo las cosas muy mal. Prevenir y no lamentar consecuencias.

### ***¿Qué es lo más importante para revertir esta problemática?***

La prevención es fundamental, aumentar la conciencia de la mujer respecto de la morbilidad y mortalidad cardiovascular. En el chequeo precoz podés evaluar el riesgo cardiovascular, le podés dar un consejo para que tempranamente empiece a instaurar y para evitar lamentarse en el futuro.

### ***¿Qué se aconseja?***

Incorporar hábitos saludables: mantenerse en peso,

dormir bien, no fumar y 150 minutos semanales de ejercicio aeróbico moderado. Es hacer actividad física media hora por día, de lunes a viernes, pero muy pocas mujeres cumplen con eso. Si lo hicieran, el impacto sería más positivo que en el hombre, mejora hasta un 80 por ciento las probabilidades de enfermedad coronaria. Por otra parte, la enfermedad cardiovascular en la mujer es muy prevenible, aunque la tarea es de cada una. Con los estudios uno sabe dónde está parado para evaluar el riesgo cardiovascular; te puedo dar consejos, pero tenés tarea para el resto del año. Es muy difícil cambiar el estilo de vida de una persona. Sin embargo, sabiendo que los factores de riesgo son más graves en la mujer, es urgente el cambio del chip y tener conciencia de que es su principal causa de muerte, de manera de poder hacer un cambio y no llegar a una enfermedad coronaria temprana.

### ***¿La prevención de quién depende?***

También es multifactorial. Es campañas, es medios de comunicación, es hospitales. Como con el cáncer de mama, todos hicimos que fuera posible esta concientización de que el control una vez al año previene la enfermedad. En esto, tendría que ser igual, pero todos lo dejamos pasar. La concientización es un conjunto. **C**

[redaccion@convirimos.com.ar](mailto:redaccion@convirimos.com.ar)

# ENTRE LA ACADEMIA Y EL POTRERO

*Pablo Alabarces es profesor universitario de Cultura Popular y Masiva, y se dedica a investigar el fútbol como fenómeno social. Sus estudios sobre el fanatismo y la violencia en las canchas le valieron varias distinciones académicas, incluso en el exterior.*

POR ARIEL HENDLER FOTO JOSEFINA TOMASSI

En Pablo Alabarces conviven dos formas de ver el mundo: la academia y el potrero. Sin embargo, se da el lujo de rechazar el título de “sociólogo del fútbol”, con que se lo suele presentar cada vez que se requiere su mirada erudita sobre ciertos fenómenos sociales ligados a este deporte: “La verdad es que yo fui un futbolero perdido toda mi vida, y en rigor no soy propiamente un sociólogo”, aclara este locuaz porteño hincha de Vélez nacido y criado en el barrio de Liniers.

En rigor, su camino hasta especializarse en esta temática fue bastante sinuoso: “Primero me gradué en Letras; después entré como docente a la carrera de Comunicación Social de la Universidad de Buenos Aires, que acababa de crearse, y allí tuve la suerte de sumarme al Seminario de Cultura Popular y Masiva que dictaba un maestro como Eduardo Romano”, cuenta Pablo, que a sus flamantes 60 años mantiene un envidiable *look* informal. De esa experiencia surgieron sus primeros trabajos sobre contraculturas juveniles ligadas al rock, plasmados en dos libros: *Revolución, mi amor* (1988) y *Entre Gatos y Violadores* (1993).

Años más tarde, se convirtió en el profesor titular de esa materia; y en el camino encontró la forma de incluir en el plan de estudios al deporte más popular y las pasiones que este genera. “Empecé a investigar sobre el fútbol y la identidad nacional, en un recorrido que arranca en la década de 1910, cuando el juego se popularizó, pasando por las épocas doradas del 30 y 40, el Mundial 78, la etapa maradoniana y el postmaradonismo”, cuenta. Agrega que, en su opinión, Diego Armando Maradona fue “un estandarte del nacionalismo futbolero genuino generado ‘desde abajo’ y no por la manipulación de los gobiernos o del periodismo”, en obvia alusión —entre otras cosas— al épico partido contra Inglaterra en el Mundial de 1986. Frutos de este trabajo fueron su libro *Fútbol y patria* (2002) y un doctorado en Sociología por la Universidad de Brighton, en el Reino Unido.

Pero entonces ocurrió algo que estaba fuera de sus cálculos: “Mucha gente se enteró de que había ‘sociólogos del fútbol’ y empezó a preguntarnos qué teníamos para decir acerca de las barras bravas y la violencia”, cuenta. Pablo aceptó el desafío y la cátedra se involucró en el tema, pero además convocaron a un equipo de antropólo-

gos jóvenes para que llevaran adelante un trabajo inédito al que Pablo define como “etnografía con hinchadas”. Consistió en convivir un año entero con “los barras”, acompañándolos en partidos y viajes para estudiarlos, tal como los etnólogos suelen hacerlo con las tribus ajenas a la civilización occidental. “Lo interesante es que no lo hacían como infiltrados, sino que se presentaban como lo que eran realmente, y así pudieron ganarse su confianza”, cuenta Pablo, que se encargó de analizar la perspectiva histórica y social del fenómeno.

Todo esto quedó plasmado en su último libro, *Héroes, machos y patriotas* (2014), que obtuvo el Segundo Premio Nacional de Ensayo Sociológico que otorga el Ministerio de Cultura. Sin embargo, Pablo siente estar predicando en el desierto, y es consciente de que la solución para la violencia en el fútbol está muy lejos aún: “Hay un nudo muy difícil de desatar en el que están implicadas las dirigencias deportivas y políticas, e incluso muchos periodistas que ensalzan las virtudes del machismo en la forma más retrógrada y vulgar”. ■





# BRENDA CHURIN

# EL BEACH VÓLEY COMO ESPACIO DE LIBERTAD

*Con solo 21 años, pasó por diferentes selecciones de vóley indoor y se animó a dejar todo eso para pasarse al beach. Participó de los Juegos Olímpicos de la Juventud y aspira a jugar los de mayores este año.*

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO JUANA PERALTA

**E**l vóley es parte de su familia: su mamá, su papá y su hermana mayor están vinculados a este deporte. Sin embargo, las primeras opciones por las que se inclinó Brenda Churín en la infancia fueron el *hockey* y el *handball*. En casa, a la hora de hacer ejercicios en el patio o jugar un rato, la pelota disponible fue siempre la de vóley. A los 11, lo inevitable sucedió y comenzó a jugar en el Club Universitario de La Plata. Allí dio los primeros pasos de un camino a través del cual su talento la condujo a un ritmo velocísimo.

Solo dos años después, a los 13, jugó en la categoría más alta de su club: “Mi viejo dirigía ahí, justo se lesionó la líbero y la suplente era mi hermana, que estaba jugando otro torneo. Me preguntó ‘¿Te animás a jugar aunque sea un rato?’, y dije que sí, más de cararota que otra cosa”, recuerda hoy. Jugar con mayores se hizo habitual y, teniendo 13, fue parte de un torneo sub-21 donde la vieron los entrenadores de las selecciones juveniles nacionales. Fue convocada a su categoría y también a una más grande, y llegó a entrenar con la selección mayor, pero no se sentía del todo cómoda: “Me gustaba, pero era un ambiente bastante pesado en ese momento, con entrenadores

demasiado exigentes para la edad que teníamos nosotras. Y, bueno, empecé a dudar de si realmente quería seguir”.

**¿En ese momento aparece el beach vóley?**

Yo ya jugaba *beach* desde chica, acompañaba a mi hermana a torneos y me metía. Pero ahí se me presentó la posibilidad de participar del campus previo a los Juegos Olímpicos de la Juventud, que se hacían en Buenos Aires. Era otro camino que podía darme el cambio que yo necesitaba en ese momento en que me sentía medio agobiada. Y lo tomé. Me arriesgué y agradezco haberlo hecho.

**¿Cuánto pesó la posibilidad de estar en los Juegos en la decisión?**

Bastante. Este deporte me dio muchas cosas lindas, muchas competencias importantes: torneos de mayores, mundiales, los Juegos de la Juventud, circuitos nacionales; y ahora se vienen unos Panamericanos sub-23 y la posibilidad de clasificar a Tokio. Disfruté mucho el camino que elegí.

**¿También disfrutás más el juego? ¿Es más divertido que el vóley indoor?**

No sé si es más divertido. Lo que más me dio el *beach* es esa libertad de

estar jugando al aire libre, viajando con equipos más reducidos. Es un deporte mucho más familiar que el *indoor*. Eso lo disfruto. En el *indoor* te pasás todo un torneo dentro de un club, solo viendo partidos de vóley, encerrada. Al cambiar, en *beach* vóley empecé a disfrutar un poco más esa libertad.

**¿Se necesita más personalidad para jugar beach vóley?**

Creo que la personalidad se pone más en juego en *beach* vóley, porque somos dos jugadoras nada más. En cambio, en *indoor* son seis, y hay seis más en el banco que pueden entrar. En el *beach* vos te tenés que bancar los momentos de presión, de angustia, la frustración, todo. Creo que este deporte hace el carácter y que la gente con un temperamento ya marcado es la que más puede jugarlo y crecer en este ambiente, porque no es fácil bancarte tantas sensaciones y momentos compartidos. La competencia es muy importante para formar un carácter específico en *beach*.

**Y el vínculo con tu compañera es crucial...**

Sí, es reimportante, porque siendo dos es imposible que te lleves mal con ella. No hay otra. Además de que somos



solo dos, no hay cambios. Creo que cuanto más fuerte es el vínculo afuera, mejor te va adentro de la cancha. Con Vir [N. de la R.: Virginia Zonta, su compañera] las dos somos tranquilas, con temperamentos similares. Obviamente, tenemos nuestro carácter en partidos que son más difíciles, que son más intensos y necesitan más de ese *power*. Pero no somos jugadoras que nos pasamos de rosca o que no podemos controlar esa intensidad y esos momentos altos del partido. Nos bajamos rápido a tierra y podemos manejar el partido estando más tranquilas y no tan eufóricas, con desesperación. Nos complementamos bien.

### ¿Te dan ganas de volver al indoor?

Estoy muy enfocada, pero podría volver a hacer como en 2019: cuando terminó el mundial en Tailandia, no tenía competencias por delante en *beach*, así que jugué *indoor* en Estudiantes hasta que terminó ese año. En *beach* todavía hay competencias que me gustaría vivir, como Panamericanos, Juegos Olímpicos o un circuito mundial. Son mis próximos objetivos, aspiro a tener muchas competencias más. **■**

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

### ¿TOKIO?

“Tratamos de no estar pendientes constantemente de las noticias que salen sobre la cancelación de los Juegos, porque todavía no está nada confirmado y hay un montón de rumores. En estos meses van a decir un montón de cosas, y supongo que van a esperar hasta último momento para decidir si cancelar algo tan importante. La postergación el año pasado fue un bajón, porque veníamos con un objetivo, enfocadas, y se canceló de golpe. Entrenar en nuestras casas y sin competencias no fue nada fácil”, asegura Brenda.

# CON EL PIE DERECHO

*El año se despereza y se sacude la modorra postvacaciones, y eso llama a preguntarse sobre la importancia de un buen comienzo.*

POR JUAN MARTÍNEZ

**U**n año termina y el comienzo del siguiente genera expectativas renovadas. ¿Qué cambia del 31 de diciembre al 1° de enero? Nada. Para marcar un punto de inflexión mayor, se podría sostener que el año realmente cambia cuando se vuelve de vacaciones, cuando hubo un período de separación que permitió descansar y planificar, reunir fuerzas y preparar lo que viene. Podría decirse, siguiendo esa línea, que para la mayoría de las personas el año realmente inicia en marzo.

No siempre está tan claro cuándo es el comienzo de algo, la vida en general no tiene límites así de marcados separando etapas, pero una vez que se embarca en un proyecto o situación, se rebobina para analizar cómo surgió, para encontrar ese momento en el que algo que no existía tomó forma, adquirió entidad. ¿Cuánto importa ese estado inicial, qué tan influyente es para lo que sigue?

Los ritos iniciáticos, las invocaciones, están presentes en todas las culturas y en la mayoría de los ámbitos. Son maneras de delimitar etapas y de llamar a la buena fortuna en lo que está por comenzar.

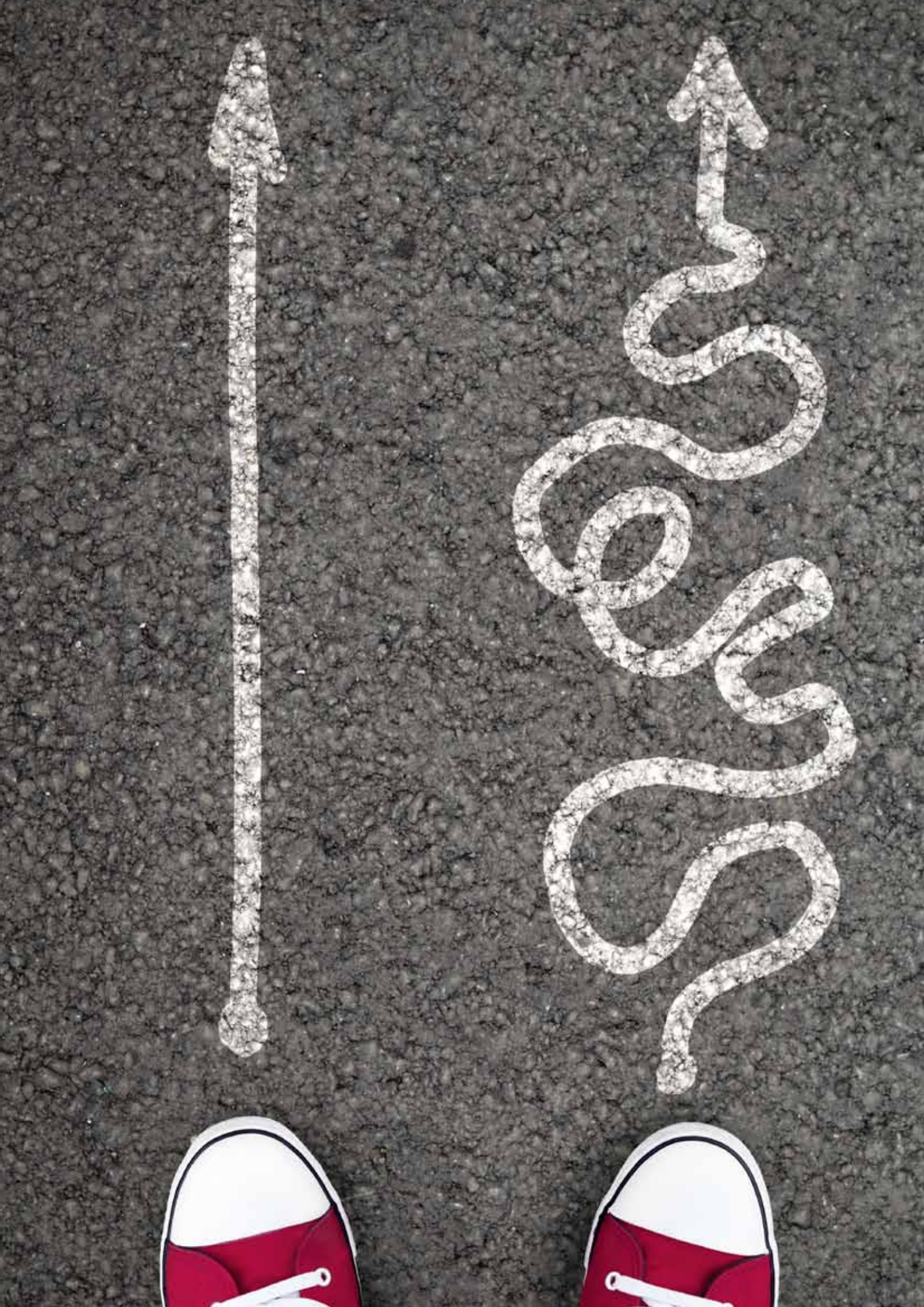
En un partido de fútbol, por ejemplo, se observa cómo al entrar a la cancha varios jugadores modifican su paso, dan saltitos, para que el pie derecho sea el primero en entrar en contacto con el campo de juego; otros señalan el cielo, convocan a seres queridos o deidades a acompañarlos durante el encuentro; se besan tatuajes; se sacuden las malas energías con gestos específicos como saltos, *sprints*, aplausos, gritos. “Los rituales ayudan porque uno tiene que fabricarse esa explosión de energía, generar fuerza y dominio de la situación. Para todo esto, uno debe condicionar, que es repetir, repetir y repetir para transformar la mente en lo que uno necesita en ese momento. Es como una magia”, sostiene Patricia Wightman, quien trabaja con atletas de elite desde hace más de 28 años como jefa del departamento de Psicología del Deporte del Cenard, y también de manera particular.

Sobre la importancia de comenzar bien una competencia y la forma en la que ese inicio influye en la *performance* posterior, Wightman va un poco más atrás: “Una de las cosas más importantes es soñar. Los artistas y los grandes atletas tienen que soñar y visualizar dónde quieren llegar y cómo. Van pintando, haciendo los cuadros de lo que

quieren producir con ellos mismos. Es lo que los hace grandes”.

Adelantarse a lo que viene y comenzar con esa información a favor es crucial en el mundo del emprendedurismo. El inicio es muy importante: solo dos de cada diez emprendimientos sobreviven a los primeros cinco años. Cecilia Ribbecco, fundadora de la comunidad de mujeres emprendedoras CRIAR y presidenta de la ONG Women’s Entrepreneurship Day, opina: “Tiene que haber un amor a primera vista con eso que hacés. Hay que conectar con tu pasión para que no te pese trabajar. Es importante poder vivir este proceso desde un lugar optimista, sin dejar de ser realista. Si sos emprendedor, tenés una cuota de optimismo que es tu motor para ir hacia adelante”. También advierte: “Pasan muchas cosas en un período muy corto y hay que estar atento al balance entre vida personal y negocio. No se trata solo de facturar, es un proceso de transformación personal”.

Planificación y espíritu son dos claves que también están presentes en un proyecto artístico. Loli Molina, cantautora argentina hoy radicada en México, habla sobre los primeros momentos de una producción (sea canción, disco o *show*): “La forma en la que empieza



un proyecto es superimportante, porque es como su piedra filosofal. En cuanto a planificación, aunque después uno siempre sabe que en el camino podés virar o cambiar la dirección, creo que al momento de comenzar hay que tener un norte definido. A nivel energético, considero que es muy importante intencionalarlo con buena energía, con buena onda, para que eso llegue al puerto que se desee. Creo mucho en eso”.

Acordes que se encadenan y nos envuelven para introducirnos en el clima de lo que vendrá. Los inicios –las intros para Loli– pueden adelantar mucha información, o soltarla de a poco, conservando el misterio: “Es un gran recurso, muy interesante. Cada caso es distinto, no hay una respuesta general a la pregunta sobre qué decisión tomar”, asegura.

Un inicio también puede rodear el tema principal sin parecer tocarlo, darle un contexto, crear un universo donde pueda existir lo que se va a contar luego. Es lo que sucede, con matices, en los dos libros publicados hasta ahora por Cecilia Fanti, *La chica del milagro* y *A esta hora de la noche*, ambos de la editorial independiente Rosa Iceberg. “En general, los comienzos son lo que tengo más

claro, como si fuera mi grado cero de escritura, a partir de donde construyo la historia. A veces el libro te fuerza a hacer algo, pero en gran medida es uno el que tiende a torcerle sus brazos y tomar esas decisiones. Obviamente, siempre y cuando cumplan una función y tengan sentido dentro de la unidad. Muchas ve-

**“LA FORMA EN LA QUE  
EMPIEZA UN PROYECTO ES  
SUPERIMPORTANTE, PORQUE ES  
COMO SU PIEDRA FILOSOFAL”.**

**LOLI MOLINA**

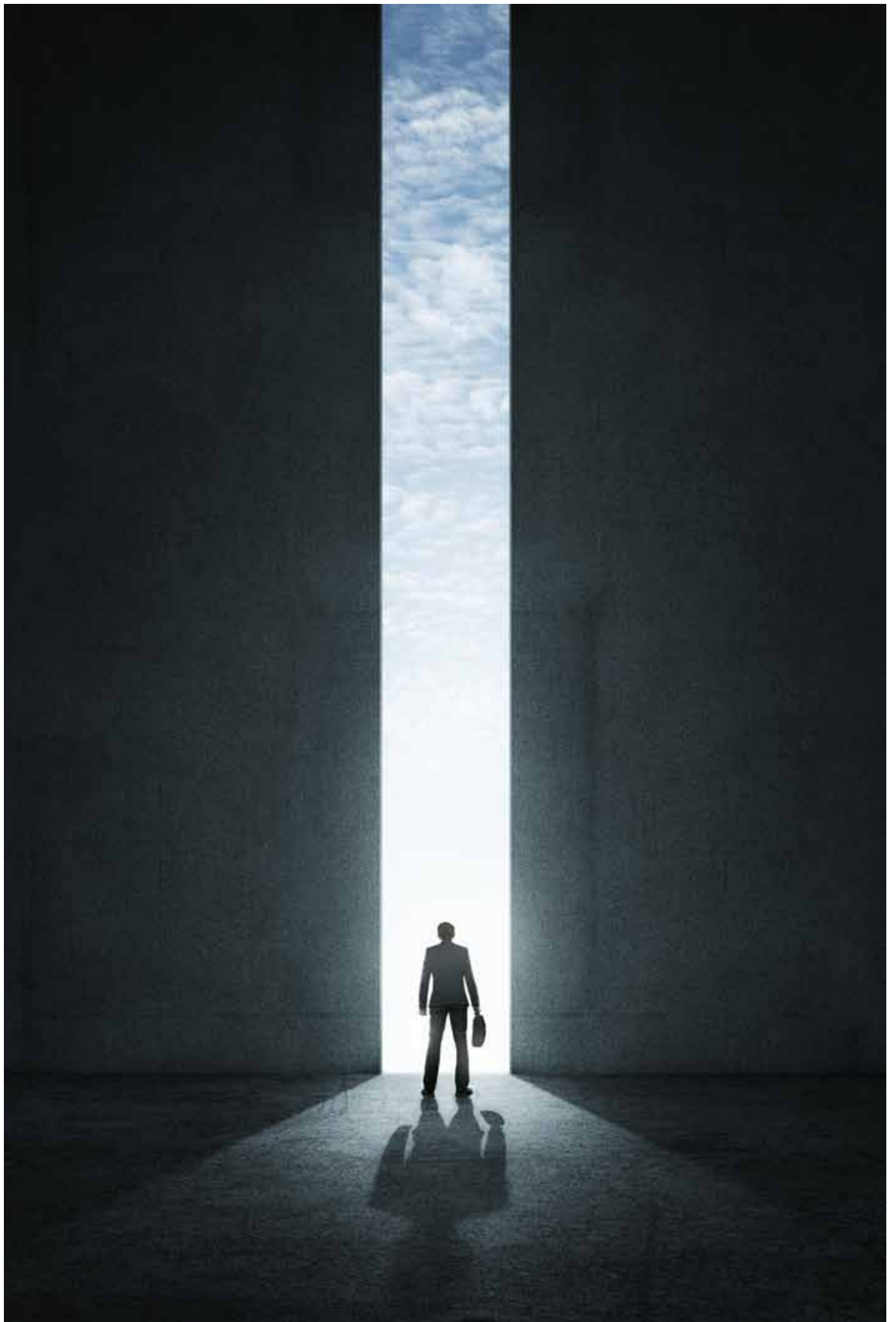
ces pasa que contás con una frase o una gran idea de comienzo, y después te das cuenta de que no tiene absolutamente nada que ver con nada, ni siquiera una razón estética, y que vos, como escritora, podés decidir dejarlo ahí, pero haciéndote cargo de que es un capricho”, explica.

Además de autora, Cecilia es dueña de Céspedes Libros. Como librera, ob-

serva de primera mano las conductas de los lectores y su respuesta ante lo que los libros ofrecen. En cuanto a la relevancia de los comienzos, sostiene: “En la primera línea muchas veces se condensa algo que te hace seguir con la lectura o dejarla. Quizás en una novela no pasa de la misma manera que en un cuento, porque la novela tiene la extensión a su favor. *Historia de dos ciudades*, de Charles Dickens, posee uno de los mejores comienzos de la historia: ‘Era el mejor de los tiempos, era el peor de los tiempos’, que es memorable y citado por absolutamente todo el mundo. Lo que tienen las primeras frases o los comienzos de los libros es que, cuando son tan pregnantes, cobran independencia. Para mí, un buen comienzo es fundamental, sobre todo para los ansiosos, en el sentido de que no tenés siempre un público o un lector dispuesto a esperar dos o tres páginas o capítulos a ver qué pasa”.

Parece una obviedad, pero no siempre se tiene en cuenta, y Cecilia lo aclara: “El libro posee un comienzo anterior al comienzo de la historia propiamente dicha, que es la tapa y el título, con la potencial bajada con que pueda contar. Eso de ‘Nunca juzgues a





## DAR VUELTA EL RESULTADO

El comienzo, sin dudas, es importante y muchas veces marca la pauta de lo que vendrá.

Hay también ejemplos de sobra de inicios fallidos, pasos en falso que implicaron aprendizajes y metamorfosis necesarias para alcanzar el éxito (dos ejemplos: Lionel Messi fue expulsado solo 43 segundos después de debutar con la camiseta de la selección argentina; y *Harry Potter*, de J. K. Rowling, fue rechazado 12 veces antes de que una pequeña editorial se decidiera a publicarlo).

Celebramos un buen inicio, lo deseamos y hacemos lo posible por atraerlo o propiciarlo. Parte de ello es procurar que el fuego alcance y sea superior a los percances del camino.

De hecho, desde hace un tiempo existen eventos, libros y conferencias que celebran al fracaso como ese margen de exploración que puede dar información y experiencias que permitan mejores resultados más adelante.

un libro por la tapa<sup>7</sup> es inevitable. Es una puerta de entrada”.

En la butaca del cine, en el sillón de casa frente a la tele e incluso en el transporte público mirando el celular, una película capta los sentidos (o debería hacerlo) desde la primera toma. En sus dos films más conocidos y comerciales (*Gilda, no me arrepiento de este amor* y *El Potro, lo mejor del amor*), ambos basados en historias reales, la directora y guionista Lorena Muñoz decidió algo similar: avanzar hacia un punto cúlmine del personaje principal para, a partir de la segunda escena, narrar el recorrido que lo llevó hacia allí. Comienzos impactantes que otorgan mucha información y, al mismo tiempo, dejan preguntas abiertas. “Tiene que ver con generar interés. Una película que no tiene conflicto es difícil de sostener”, dice Lorena.

Una película, como todo, comienza mucho antes de esa primera escena, mucho antes incluso del primer día de rodaje o de la primera línea escrita en el guion. Es un proceso arduo de trabajo, y, por eso mismo, para embarcarse en él, debe haber desde el inicio una motivación que empuje el carro. Lorena cuen-

ta lo que tiene que ocurrir para sentirse convocada por un proyecto: “Sea una idea mía o algo para lo que me contratan, no quiero pasar tanto tiempo dedicándome a un proyecto que no tiene esa magia de entrada, esa conexión. Necesito enamorarme del proyecto para poder desarrollarlo y avanzar. Ese enamoramiento tiene que ver con obsesionarte con él, empezar a buscar, a *googlear*, a meterte, a conectar con los personajes y la historia, a pensar por qué la historia fue hacia ese lado y no hacia otro, a tratar de entender cómo fue ese recorrido. Tratar de ver la belleza desde ese lugar”.

En cine, literatura, música, emprendedurismo, deporte y la vida en general, comenzar es crear, aventurarse, arriesgarse, moverse hacia lo desconocido, lo que no existe, lo que tomará una u otra forma de acuerdo con la manera en que se avance, con las decisiones tomadas y con las reacciones ante el entorno. Comenzar es actuar, tomar las riendas, hacerse cargo, ser protagonista. Comenzar es, entonces, la prueba de que una persona está viva y en movimiento. **■**

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)





# RADIO CON VOS MEJORÓ TUS MAÑANAS

ERNESTO TENEMBAUN - REYNALDO SIETECASE

¿Y ahora quién podrá ayudarnos?

Lunes a viernes de 7 a 10 hs.

La inmensa minoría

Lunes a viernes de 10 a 13 hs.



Periodismo  
de tu lado

89.9 FM RADIO  
CON VOS 

Available on the  
App Store

Google Play



# PRODUCCIÓN ECOLÓGICA DE ALIMENTOS

*Nuevas tendencias en la manera de producir la comida que benefician al medioambiente, la economía y la sociedad. La clave es la sustentabilidad.*

POR DENISE DESTÉFANO

Los actuales sistemas de producción de alimentos son responsables del 60 por ciento de la pérdida de biodiversidad del planeta y del 24 por ciento de las emisiones de gases de efecto invernadero, según el Panel Internacional de Recursos de las Naciones Unidas. La deforestación o la degradación de la tierra, en diferentes zonas del planeta, son algunas de las prácticas puestas en cuestión por los impulsores del modelo agroecológico.

Estas nuevas tendencias tienen una visión integral de los ecosistemas, no solamente conservándolos, sino procurando regenerarlos, creando empleo y beneficiando tanto a las comunidades rurales como a los individuos que viven en los centros urbanos. El planteo general es desarrollar una producción sustentable en todas las partes del proceso y reducir la llamada "huella de carbono" (los gases de efecto invernadero -GEI- emitidos de forma directa o indirecta).

Dice el INTA (Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria) que "se entiende por 'agroecológico' a todo sistema de producción sustentable en el tiempo, que mediante el manejo racional de los recursos naturales, contemplando la diversidad biológica y sin la utilización de productos de síntesis química, brinde alimentos sanos y abundantes, manteniendo o incrementando la fertilidad del suelo". Así, se considera agroecológicos a aquellos alimentos, en general vegetales y frutas, en los que "en ninguna etapa de su producción intervienen fertilizan-

tes, herbicidas o pesticidas químicos, como así tampoco en los suelos donde son cultivados".

Para el INTA es agroecológica sustentable aquella forma de producción que "tiene como base la aplicación de procesos mediante los cuales la 'circulación' de las plantas sobre el terreno fabrica la fertilidad para el cultivo siguiente".

Señala este organismo nacional que "los alimentos agroecológicos garantizan la mejor calidad y están sujetos a procesos de fabricación, elaboración y transporte (trazabilidad), desde el campo hasta la mesa", y explica que "cada vez que adquirimos estos productos, se cuida el medioambiente, se reduce la huella de carbono ecológica, se preservan los ecosistemas y se favorece la biodiversidad, asegurando un futuro sostenible para las siguientes generaciones".

También precisa que "la producción agroecológica colabora en el desarrollo de nuestra comunidad, con beneficios socioeconómicos y culturales, en sistemas de la economía social y los agricultores familiares de diversas nacionalidades".

Por su parte, la FAO (Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) define el universo de la producción agroecológica indicando que estos "enfoques abordan las causas raíces del hambre, la pobreza y la desigualdad, ayudando a transformar los sistemas alimentarios y a construir medios de vida resilientes de forma holística e integrada que equilibren las tres dimensiones de la sostenibilidad -social, económica



**"CADA VEZ QUE  
ADQUIRIMOS ESTOS  
PRODUCTOS, SE CUIDA  
EL MEDIOAMBIENTE".**

**INTA**

y ambiental—para que nadie quede atrás”.

También recuerda la FAO que la agroecología contribuye en forma directa con múltiples ODS (objetivos de desarrollo sostenible) a través de prácticas integradas que inciden en numerosas áreas, y puede ayudar “a lograr los objetivos del Acuerdo del Clima de París, el Convenio sobre la Diversidad Biológica y la Convención de las Naciones Unidas de Lucha contra la Desertificación”.

## **10 ELEMENTOS**

La FAO resume diez elementos que componen la agroecología y que son los siguientes:

**Diversidad:** Los sistemas de producción agroecológicos contribuyen a una serie de beneficios de producción, socioeconómicos, de nutrición y ambientales.

**Creación conjunta e intercambio de conocimientos:** Mediante un proceso de creación conjunta, la agroecología combina los conocimientos tradicionales, indígenas, prácticos y locales de los productores con los conocimientos científicos globales.

**Sinergias:** Los sistemas agroecológicos combinan de forma selectiva los diversos componentes de granjas y paisajes agrícolas para crear y potenciar las sinergias.

**Eficiencia:** Mediante la optimización del uso de recursos naturales como el suelo, el aire, la energía solar y el agua, la agroecología utiliza menos recursos externos, reduciendo así los costos y los impactos ambientales negativos.

**Reciclado:** Al imitar los ecosistemas naturales, las prácticas agroecológicas apoyan los procesos biológicos que impulsan el reciclado de nutrientes, biomasas y agua dentro de los sistemas productivos.

**Resiliencia:** Al mejorar la resiliencia ecológica, social y económica, los sistemas agroecológicos tienen una mayor capacidad de recuperación frente a desastres naturales como sequías, inundaciones o huracanes, y de resistencia ante plagas y enfermedades.

**Valor humano y social:** A través de un fuerte énfasis en los valores humanos y sociales como la dignidad, la equidad, la inclusión y la justicia, contribuye a generar medios de vida sostenibles.

**Cultura y tradiciones alimentarias:** Con el apoyo a dietas saludables, diversificadas y adecuadas culturalmente, la agroecología hace valorar el patrimonio alimentario local y la cultura, contribuyendo así a la seguridad alimentaria y la nutrición.

**Gobernanza responsable:** Se necesitan mecanismos de gobernanza transparentes, responsables e inclusivos, en distintas escalas, que ayuden a crear un entorno propicio que ayude a los productores a transformar sus sistemas.

**Economía circular y solidaria:** Conecta a productores y consumidores por medio de una economía circular y solidaria, que otorga prioridad a los mercados locales y apoya el desarrollo territorial. **■**

# LAS BRUJAS ESTÁN DE MODA

*La ola feminista también trajo la reivindicación de los saberes esotéricos como una forma alternativa de comprender la realidad más allá de lo material. El marketing denominó a este movimiento como “mysticore”.*

POR CECILIA ACUÑA

**C**ada vez son más los que creen que, al ser materia, los humanos están necesariamente afectados por la posición de los astros y del universo que los rodean en el momento en que nacen. Se trata de un fenómeno mundial que tiene hipnotizados a los *millennials* desde hace unos años –los que crecieron leyendo la saga de Harry Potter–, pero que engloba mucho más que la astrología, e incluye el furor por el tarot, la magia y la brujería. Es como si las viejas brujas de antes, las que eran tabú, ahora fueran *cool*.

Desde el *marketing*, el fenómeno fue bautizado como la “tendencia del mysticore” o, diríamos, el auge de las “ciencias” esotéricas o místicas. No es una casualidad, sino que se trata de un conjunto de variables que se dieron como en una cascada provocadas por la misma fuerza principal: el feminismo, sí, pero con las redes sociales como aliadas. El *hashtag* #witch –“bruja” en inglés– tiene, por ejemplo, cerca de quince millones de menciones en Instagram, mientras #astrology llega casi a los ocho millones.

La reivindicación de la mujer en este punto de la historia nos ha permitido revisar el concepto del conocimiento, que ya no se limita a saberes empíricos siempre tan masculinos, sino también a estar abiertos a una nueva cosmovisión donde la sensibilidad y la intuición son protagonistas.

## LA EDAD ESÓTERICA

“Lo esotérico, la magia, las sanadoras existieron siempre, mujeres conectadas con la naturaleza, sus ci-

clos, las plantas, los cristales; alquimistas; parteras con saberes sobre anatomía, botánica, sexualidad y más. Simplemente estamos despertando y activando nuestros dones intuitivos y naturales, para no permitir nunca más que se nos excluya. Las nuevas generaciones –con la ayuda fundamental de las redes sociales– ayudan a visibilizar, unir y conectar mucho más los deseos que siempre estuvieron ahí”, asegura Florencia Cagliero, de @navesantaok, una especialista en el tema que se gana la vida acompañando a las personas en el recuerdo de su esencia original a través de terapias como reiki, reiki karuna, gemalak, registros akáshicos y tarot.

“Deseo”, “sensibilidad” e “intuición” son algunas de las palabras clave que enmarcan esta nueva visión del mundo que no solo lo entiende a través de los hechos, sino mediante un orden invisible. “Es una tendencia que viene a traer luz sobre algo que ya estaba latente en nosotros, poniendo foco en la conexión de cada ser humano con el gran misterio para aprender a timonear nuestra nave cuerpo en relación con el entorno, con la Pachamama y con las dimensiones etéreas. Es una forma de alimentar el plano espiritual más allá de los dogmas religiosos”, explica Aranzazu Salgado, de @altoportal, tarotista, astróloga y una estudiosa de las herramientas que “trabajan desde la intuición natural y la conexión con energías sutiles” como el tarot, la astrología y las prácticas chamánicas.

Las especialistas coinciden en señalar al feminismo como la variable fundamental de este renacimiento: “El redescubrimiento de lo esotérico tiene que ver di-



rectamente con el auge del feminismo, donde lo fuerte es el espíritu, los sentimientos y la metacognición. Es un nuevo paradigma de una sensibilidad que está más allá de lo empírico y medible. De ahí surge, a su vez, la reivindicación de las brujas y de todos los elementos que puedan generar una interconexión entre las personas y su interior, como la astrología, la magia y los rituales”, señala Alejandra Eusebi, directora del Centro Argentino de Formación Astrológica, y agrega: “Hoy contamos con más de mil alumnos, cuando en años anteriores teníamos 35. Las que más vienen son mujeres de entre 25 y 45 años, y lo que las distingue es que son universitarias”.

## DEL FUTURO AL PRESENTE

Muchos desean conocer su futuro, pero interesa cada vez más cómo estar bien en el presente. Hacia allí se dirige

## CÓMO ARMAR UN ALTAR PERSONAL

Uno de los caminos para entrar al mundo esotérico es armar un altar personal en casa, que, tal como dice Aranzazu Salgado de @altportal, “representa a la tercera dimensión del mundo interior. Es un espacio desde donde elevar oraciones al infinito”. De acuerdo con ella, allí debe haber objetos que representen la magia para cada uno, como una pluma, un caracol, una piedra, una brújula, el símbolo del signo del zodiaco propio, alguna figura, tótem o estampita, una vela o un sahumerio. “Conviene disponerlos de manera geométrica en un espacio de la casa por donde pasemos continuamente. Hay que delimitar el espacio con un paño o algo que sirva de superficie demarcadora. Allí se pueden colocar las intenciones escritas por uno por las que se fue armando el altar”, concluye la experta.

mas, entre otros elementos, pueden ser herramientas para determinar el futuro, pero hoy se orientan más al presente. China Palacio, creadora de la marca Sahumar, que vende productos de bienestar elaborados a base de plantas, concluye que “hoy esos rituales no anudan el futuro, sino que tienen que ver con la intención, de ahí que la magia solo esté en nuestras manos”. □

esta tendencia: tal como señala Eusebi, se trata de “entender el sentido de hilación de la vida no desde un determinismo, sino desde que hay algo que actúa, que nos afecta como una música. La astrología y lo esotérico nos permiten conocer nuestra historia en correlación con los planetas y la naturaleza, y así ampliar el campo de conciencia”.

De esta manera, los rituales con cuencos, aguas vibracionales, aceites esenciales, piedras, sales y aro-

# RENAULT ALASKAN

## GRAN PERSONALIDAD EN LA *PICKUP* NACIONAL

Por Fernando Soraggi



**PRECIO**  
\$4.663.000

**180 KM/H**  
Velocidad  
máxima

**190 CV**  
Potencia máxima  
a 4000 rpm

**11,6 KM/L**  
Consumo  
promedio

### **DISEÑO. 4/5**

La llegada de la *pickup* mediana Alaskan generó mucha expectativa en la Argentina, al ser un nuevo vehículo de Renault, marca con gran tradición, con producción nacional y con muchos adeptos en nuestro mercado.

Esas expectativas fueron muy bien satisfechas, y con creces, ya que se trata de un vehículo que se adapta a la demanda del segmento, con buenas características, y, aunque comparte plataforma con la Frontier y tiene similitudes (perfil y posterior), también cuenta con diferencias de equipo y, gracias al diseño delantero, logra personalidad.

En el frontal destaca el capó, con cuatro nervaduras, que le dan a la trompa la sensación de movimiento. En los costados, las ópticas *full led* (en la versión tope de gama, que probamos), contorneadas con led diurnas, le brindan marco a una

parrilla con apliques cromados; y el rombo, en la parte superior, en el medio tiene la cámara frontal 360° que enfoca el suelo cuando transitamos fuera del asfalto. Más abajo se ve una nueva entrada de aire, rodeada por las luces antiniebla redondas y el chapón protector inferior.

### **CONFORT. 3 1/2/5**

Este es un buen componente de la Alaskan, que ofrece muy buena calidad en los materiales y notables terminaciones, sin sectores descuidados. Adelante se ven todos los componentes bien distribuidos y a la mano del conductor. Este no tendrá inconvenientes para acomodarse: las butacas se modifican en todos los sentidos gracias a las teclas eléctricas; aunque el volante solamente regula en altura (falta la profundidad). Se nota muy espacioso, algo que se ve ampliado gracias a la incorporación del

techo solar eléctrico. Para destacar es la luz interior led.

La habitabilidad es realmente buena, con capacidad para cuatro adultos y un menor, que se ubicará en el centro del asiento posterior. En este sector, el espacio no sobra pero está bien distribuido y en el mismo nivel de todas las *pickups* medianas del segmento.

### **MOTOR. 3 1/2/5**

Está equipada con un motor 2.4 diésel biturbo, alimentado por una inyección directa Common Rail, y la buena noticia es la distribución por cadena. Entrega una potencia de 190 CV y alcanza un par máximo de 450 Nm, con baja rumorosidad, que funciona realmente bien, con buenas aceleraciones y recuperaciones. En esto resalta el 0 a 100 km/h, en 11,40 segundos y una recuperación de 80/120 en 7,80 segun-



dos. El consumo no destaca en lo urbano, pero sí en la ruta, donde logra una autonomía de 1100 kilómetros.

### EQUIPAMIENTO. 3%/5

Está muy bien dotada de serie, ya que ofrece levantavidrios eléctricos en las cuatro ventanillas, con sistema *one touch*; cierre centralizado con comando a distancia, apertura eléctrica del tanque de combustible y conectividad Bluetooth en el audio y telefonía. Nuestra versión, la más equipada, agrega encendido automático de luces, sensores de estacionamiento trasero, multimedia con pantalla táctil de 8" compatible con Android Auto y Apple Car Play, con USB, activación para wifi y un navegador satelital incorporado. Además, climatización automática bizona, con salida trasera, techo solar con mando eléctrico y asientos delanteros calefaccionados, entre lo más importante.

### SEGURIDAD. 4/5

Uno de los grandes ítems de esta *pickup* es el confort de marcha que se logra gracias al sistema de suspensiones. Independiente adelante y de eje rígido atrás,

permite una circulación sin grandes rebotes en la ciudad, por las imperfecciones de nuestras calles, mientras que en la ruta se la siente aplomada en las curvas, confortable y con un gran control.

Si bien se echa en falta control de velocidad crucero adaptativo, alerta de cambio involuntario de carril o sensor de ángulo ciego, que ya está en algunas de las competidoras, ofrece en todas las versiones frenos ABS con distribución electrónica de frenado y asistente al frenado de urgencia, control de estabilidad, control de tracción, asistente al arranque en pendientes, diferencial de deslizamiento limitado y asientos con Isofix. La versión probada contaba con seis *airbags*, incluyendo laterales y de cortina.

### PRECIO. 3%/5

La nueva *pickup* Renault Alaskan está disponible en ocho versiones, arrancando a un precio de \$2.663.600 (la Confort 4x2 MT) y llega a los \$4.663.000 (la que probamos, la Iconic 4x4 AT). Un punto para tener en cuenta en este vehículo, que se ganará un lugar en el mercado, es la garantía, ya que ofrece cobertura de cinco años o 150.000 km.

#### MOTOR

Motor biturbo diésel. Cuatro cilindros en línea, 16 válvulas, doble árbol de levas a la cabeza comandados por cadena. Inyección directa Common Rail e Intercooler.  
Cilindrada: 2298 cc  
Tasa de compresión (ratio): 15,4:1  
Potencia: 190 CV/4000 rpm  
Torque: 450 Nm/1500-2500 rpm

#### TRANSMISIÓN

Tracción 4x4 con reductora  
Caja: Automática de 7 velocidades y MA

#### MEDICIONES

Largo/ancho/alto: 5318 mm/1850 mm/1815 mm  
Distancia entre ejes: 3150 mm  
Peso en orden de marcha: 2069 kg  
Capacidad de la caja: 1040 kg  
Capacidad de combustible: 80 litros

#### SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, paralelogramo deformable, con doble horquilla, resortes helicoidales, amortiguadores telescópicos, con barra estabilizadora  
Trasera: Multilink con eje rígido con eje de control longitudinal, barra estabilizadora y amortiguadores telescópicos

#### FRENOS

ABS, EBD, BA  
Delanteros: Discos ventilados  
Traseros: Tambores

#### DIRECCIÓN

Hidráulica con piñón y cremallera

#### LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: Aleación de 18"  
Material: Aluminio  
Neumáticos: Bridgestone Dueler 255/60  
Rueda de auxilio: Iguales dimensiones con llantas de aluminio

#### FABRICANTE/IMPORTADOR

Renault Argentina

#### PRECIO Y GARANTÍA

\$4.663.000, cinco años o 150.000 kilómetros

# Manejar con onda tecno

*Nuevos gadgets para el automovilista que permiten inflar las gomas, recargar la batería y convertir nuestro auto en una oficina, entre otras utilidades.*

Por Ariel Hendler

**D**iversos productos mejoran la experiencia de manejar el auto. En general, se caracterizan por mejorar las capacidades del vehículo y ofrecer nuevas posibilidades de uso, pero también sirven para adaptarse a los gustos y necesidades del usuario.

Sin duda, es indispensable llevar en el auto un inflador de neumáticos como el Avid Power, portátil e inalámbrico. Es muy fácil de usar, ya que solo se debe acoplar al pico y seleccionar la presión deseada en su pantalla led; pero además de eso sirve también para medir la presión de las gomas y verificar si necesitan aire. Su batería se recarga desde el encendedor del auto.

Es bueno también evitar tener que llamar a un auxilio mecánico cuando el auto se queda sin batería: para eso es útil tener un cargador portátil que provea la corriente necesaria para volver a arrancar. En este rubro, el Jump Starter Gadnic Power Bank garantiza hasta diez arranques antes de tener que recargarse a sí mismo, y es pequeño como un celular: apto para guardarlo en la guantera.

A su vez, para proteger del sol la vista del conductor, el novedoso Virtual Visor de Bosch es una visera rebatible e inteligente que se adosa al parabrisas y se distingue por no ser opaca como las tradicionales sino transparente, para no reducir el campo de visión del conductor. Está hecha con el material de las pantallas de LCD, y su gran virtud es que se oscurece automáticamente solo en el sector donde la luz solar deslumbra a los ojos, gracias a unos algoritmos que analizan su ubicación, movimiento y el ángulo de incidencia de los rayos del sol.

También hay novedades para quienes necesitan combinar el trabajo con la necesidad de trasladarse. Por ejemplo, si se desea convertir el auto en una ofi-

cina, existen desde hace rato los pupitres rebatibles, al estilo de la “mesita” de los aviones, que se ajustan al volante mediante unos anclajes de plástico. Pero una opción más completa son los organizadores de oficina, como AutoExec, con escritorio y compartimientos a medida para carpetas, talonarios, lapiceras, lentes u otros accesorios; todo resuelto en plástico resistente, montado entre el asiento y la puerta del acompañante.

Por último, entre los soportes para fijar el celular al parabrisas o al tablero, el Qi iOttie Auto Sense tiene un brazo telescópico que se adapta a cualquier medida o modelo; pero además funciona como un cargador inalámbrico para el celu, ya que utiliza la tecnología de inducción electromagnética Qi y, por lo tanto, no requiere ser enchufado a ningún puerto en el *smartphone*. Una garantía para manejar siempre bien conectado. ■

*redaccion@convivimos.com.ar*

## PREVENCIÓN: TAREA MANUAL

Para ahuyentar riesgo de contagio de COVID-19 en el auto, ninguna tecnología desplazó al método manual. Antes de abrir la puerta hay que higienizarse las manos con alcohol o con toallitas sanitizantes, y hacer lo mismo con la llave y la manija de la puerta. Una vez adentro, limpiar del mismo modo el volante, las palancas y otros comandos. Además, se recomienda generar una corriente de ventilación cruzada entre la ventanilla delantera derecha y la trasera izquierda, y utilizar el baúl para guardar objetos no higienizados.





# La vida en rosa

*Además de embellecer y perfumar cuanto los rodea, los rosales son arbustos muy sencillos de mantener. Secretos para que perduren muchas temporadas.*

Por Alba Palavecino

**Y**a sea trepando en los muros, formando macizos o cubresuelos, en rosales solitarios o agrupados, las rosas son el paradigma de las flores: con su clásico encanto y su característico aroma suelen realzar el lugar en el que están situadas, creando un agradable impacto visual.

Los rosales son arbustos leñosos y perennes que pertenecen al género de las rosáceas y su cultivo es relativamente simple.

## CÓMO ELEGIRLO

Lo primero a determinar es el sitio en el que será plantado. Para espacios pequeños, convienen los rosales en miniatura, ideales para colocar en macetas y contenedores. Si lo que se desea es tapizar una pared, habrá que inclinarse por las especies trepadoras. Si se cuenta con un jardín amplio, una buena alternativa son las arbustivas; y si lo que se busca son variedades más rústicas, que sean resistentes a las plagas y que se adapten sin problemas a cualquier tipo de suelo, nada mejor que las de tipo paisajístico.

La condición en la que se encuentre el ejemplar al momento de adquirirlo no es menos importante. Los rosales presentados a raíz desnuda —o sea, al descubierto y sin tierra—, deben sumergirse 24 horas antes de ser plantados para rehidratarlos y sus raíces y tallos deben lucir sanos y fuertes. Los de maceta pueden plantarse en cualquier época, y para cerciorarse de su estado hay que examinar que estén bien arraigados al recipiente y sanos y lindos a simple vista.

Los rosales son “territoriales”, porque no se desarrollan plenamente cuando compiten con plantas más grandes o con las que pueden quitarles nutrientes. Debido a esto, un buen lugar para emplazarlos será uno suficientemente abierto y ventilado, en el que reciban sol directo al menos seis horas al día, sobre todo a la mañana. Las especies trepadoras necesitan



de soportes que las ayuden a sostenerse a medida que crecen y que dejen un espacio con la pared, de modo que facilite la ventilación y evite la proliferación de organismos dañinos que las enfermen.

## LAPLANTACIÓN

Los rosales poseen raíces muy largas, por eso es imprescindible cavar un hoyo profundo en el que quepan con comodidad, tratando de que la tierra del fondo quede suelta.

Acto seguido se debe introducir la planta —extendiendo suavemente las raíces si está a raíz desnuda—, y, tras cubrirla de a poco con tierra —cuidando que la unión entre la raíz y el tallo quede enterrada a un par de centímetros de la superficie—, se apisonará. Luego se hará un montículo con mantillo que tape sus tallos —que se retirará cuando aparezcan los primeros brotes— y, finalmente, se la regará en forma abundante para eliminar posibles cámaras de aire entre la raíz y la tierra. ◻

## OTROS CUIDADOS

Las rosas precisan suelos húmedos, pero no encharcados, por lo que hay que regarlas al menos una vez a la semana —sin mojar las flores y el follaje— de manera lenta y copiosa, para que el agua llegue a las raíces. En invierno, cuando la planta se encuentra en reposo, hay que podarla —o en primavera, para las zonas de mucho frío— para mantenerla sana y asegurarle un mejor crecimiento y floración, y después rociarla con sulfuro de calcio para protegerla del ataque de agentes patógenos.

# YELLOW TOWN

*En el centro de Vietnam brilla la ciudad de Hoi An. La magia que la envuelve está en sus callecitas y en su historia, pero sobre todo, en su color: el amarillo, símbolo de la felicidad, la sabiduría y la cultura.*

TEXTO Y FOTOS LUCÍA BARAGLI

**A**marillo es el color entre verde y naranja en el espectro de la luz visible. Es, también, el tercer color del arcoíris, el de los taxis neoyorquinos y el elegido para el submarino de los Beatles. En el *feng shui*, es el color del oro, el que favorece el desarrollo de la economía familiar. También es el más utilizado en las señales de tránsito, por ser el más visible para el ojo humano. Pero en Asia, el amarillo es el color de la felicidad, la sabiduría, la armonía y la cultura.

A más de 17 mil kilómetros de la Argentina, en el centro de Vietnam, se encuentra Hoi An. Esta ciudad costera se ubica en la desembocadura del río Thu Bon, que la mantiene activa y vibrante.

Durante los siglos XV al XIX fue un puerto comercial muy importante del sudeste asiático donde comerciantes chinos, holandeses y japoneses compraban y vendían seda, alfarería y especias.

Esta ciudad antigua sobrevivió a la guerra casi ilesa, y de sus 1000 casas antiguas, más de 800 están incluidas en la lista del Patrimonio Mundial de la Unesco. La magia que la envuelve se encuentra en su color, el amarillo.

Casi todas las casas están pintadas de este tono, porque para los vietnamitas es símbolo de realeza y superioridad. Simboliza también la suerte, el orgullo y la prosperidad, además de absorber menos el calor y, por lo tanto, adaptarse mejor al clima tropical cálido y húmedo.

El encanto de este lugar se ha conservado con el tiempo. A pesar de las intensas lluvias que durante la época húmeda lo dejan bajo agua, sigue siendo el favorito por el turismo.

Al recorrer los callejones adornados por el color del sol, uno puede disfrutar de un *cà phê sữa đá* (café negro helado vietnamita con leche condensada), cruzar sonrisas con las mujeres locales que van vestidas con sus coloridos *áo bà ba* (pijama de calle) y sus inigualables *nón lá* (sombrero cónico de hoja de palma), dar un paseo en bote por el río Thu Bon o recorrer los callejones en *rikshaw*.

Cada rincón de esta ciudad de oro tiene su propio detalle, lo que la transforma en un museo histórico a cielo abierto. **■**





Dos amigas se toman fotos vestidas con el *áo dài*, el traje típico símbolo de la cultura vietnamita.



El frente del templo Hội quán Triêu Châu se retoca para recibir Tet, el año nuevo chino.



Compartir un café con amigos es una parte muy importante de la cultura y la vida diaria en Hoi An.



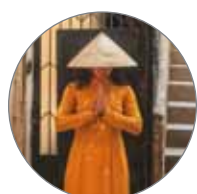
Las mujeres del pueblo venden bananas y posan con grandes sonrisas.



Dar un paseo en bote por el río Thu Bon es parte obligada de la visita al pueblo.



Uno de los *spots* preferidos por el turismo para tomarse una foto.



## LUCÍA BARAGLI

Fotoperiodista argentina. Actualmente reside en Vietnam, donde está desarrollando “Humandala”, un proyecto visual que fusiona fotografía, geometría sagrada y la práctica ancestral del yoga y la meditación.  
Más información: [www.luciabaragli.com](http://www.luciabaragli.com) / @luciabaragli

# AGUAS QUE BRILLAN AL RITMO DEL CHAMAMÉ ESTEROS DEL IBERÁ

*En el corazón de Corrientes habita el segundo humedal más extenso del planeta. Un baño de naturaleza que propicia una especial apertura de los sentidos.*

POR RICARDO GOTTA



Un carpincho descansa en una de las 60 lagunas que surcan los esteros.

En la paz extrema de esas aguas quietas, en el silencio profundo del viento suave, en el chasquido de alguna rama que se agita o de algún animal autóctono que impone su movimiento por ahí, todo el sentimiento se vive en el chamamé, en su danza nostálgica y en el grito estridente de un *sapucaí*, más estridente aún por la contraposición de sonidos con ese paraíso de la naturaleza. Es Corrientes, es un lugar de ensueño, es el segundo humedal más extenso del mundo. Es un ecosistema de una intensa multiplicidad de flora y fauna que se ha dado en llamar “Esteros del Iberá”. Una alternativa más que interesante para unas vacaciones diferentes, para un paseo de fuerte contacto con la vida natural.

“Aguas brillantes”: la voz guaraní *Iberá* allí encuentra su significado en castellano. En una provincia como Corrientes, con una superficie de cerca de 90 mil km<sup>2</sup>, un extenso humedal ocupa más de 12 mil de ellos, en tanto que el Parque Nacional Iberá, contenido por los esteros, ocupa una superficie de 183.500 hectáreas, o sea alrededor de un 20 por ciento del total que se suman a las más de 60 lagunas que integran el ecosistema, lo que completa prácticamente la mitad de la extensión del lugar.

Se trata de un sitio en el que conviven los visitantes apasionados por la aventura en zonas salvajes y los más serenos amantes de la naturaleza virgen. La ley que implicó la decisión de crear el parque nacional como área protegida fue sancionada y promulgada en diciembre de 2018. El sistema de los esteros actúa de manera que resulta una muy eficaz represa reguladora del río Corrientes, que es el único desagüe natural y vuelca su caudal en el Paraná. La laguna más importante es la Iberá, junto con otras como la Galarza, la Fernández y la Luna. En general no superan los dos o tres metros de profundidad, con sus costas entramadas por embalsados. Se caracterizan porque se puede caminar por encima de sus camalotales e islas flotantes, formadas por amapolas, aguapés y lentejuelas de agua que llegan a tener casi dos metros de espesor. Y allí conviven una extraordinaria diversidad de caimanes, carpinchos, ciervos y muchas otras especies de aves

autóctonas, en una maravilla de lagunas caracterizadas por su biodiversidad dentro de un sistema que incluye ciénagas y pantanos.

La Reserva Natural del Iberá limita al norte con la ruta nacional 12, al este con los afluentes de los ríos Aguapey y Miriñay, y al oeste con los arroyos y afluentes del Paraná, principalmente el Batel-Batelito.

## VIVA LA DIFERENCIA

Una visita a los esteros configura una experiencia muy particular, diferente, porque el entorno que se va a conocer y disfrutar es único. Para empezar, se ingresa por los llamados “portales”, que abren el camino para distintos recorridos. Los más reconocidos son siete –aunque los baqueanos aseguran que hay varios más–: los de San Nicolás, Cambyretá, Carambola, Uguay, Galarza, Río Corriente y el Mburucuyá.

Cada cual con sus muy disímiles características: el portal Cambyretá se abre a 230 km de la capital provincial, a 15 km de Ituzaingó y 8 km de Villa Olivari por la RN 12; luego de transitar 29 km de ripio y tierra que invariablemente deben cumplirse con vehículos altos, se llega al corazón de los esteros para poder “tocar” varios de los lagos. Al Uguay también se lo conoce como “fondo con agua” o “rincón chico”, por su voz guaraní: está a 82 km de Mercedes y se encuentra habitado por cerca de 20 familias. Unos 15 km antes está el Río Corriente, una región que ya es un clásico de los visitantes que optan por pasar el día combinando una tradicional mateada, un asado de carne vacuna o un riquísimo pescado a orillas del río, y paseos en lancha para reconocer cada uno de los infinitos colores del lugar. El Mburucuyá se ubica a 167 km de Corrientes por RN 12 y RP 13: en el parque no se puede pernoctar, pero sí en el pueblo, al que se llega atravesando apenas 10 km. El Carambola se encuentra a 190 km de Corrientes y 207 km de Ituzaingó por RN 12 y RP 118 hasta Concepción de Yaguareté Corá: un tramo de 27 km de camino de ripio y tierra completa el recorrido. A continuación está el Galarza, a 318 km de Corrientes y a 120 km de Posadas (Misiones), por la RP 41. Al portal de San Nicolás, el más reconocido, se llega desde la ciudad de San Miguel yendo por la por RP 5 y



por 27 km de camino de arena y tierra hasta el punto de ingreso.

La recomendación es que la mayor cantidad de paseos se realice en días sucesivos. Incluso se generaron circuitos, ya tradicionales, para reconocer a fondo y del mejor modo cada rincón de la región. Las alternativas son sumamente diversas e incluyen desde dos o tres jornadas hasta muchas más, aunque hay una especie de “guía tácita”, una recomendación para optimizar el recorrido. Proponemos, entonces, un viaje imaginario teniendo en consideración el circuito que se prolonga durante cuatro etapas, con sus datos “indispensables” para descansar mejor y alimentarse de un modo óptimo. La idea es tomar como punto de partida la ciudad de Corrientes y hacer una detención en Concepción, para recorrer sus museos, sus capillas y sus puestos de artesanos, que





La compañía infaltable de los guías que reconocen la geografía de la historia de la zona como las palmas de sus manos.

Los paisajes son  
tan impresionantes  
como la flora y la  
fauna exóticas.

aunque parezca lo opuesto, está en concordancia con lo que viene después en el paseo... Luego vale el traslado al portal Carambola, que se destaca por sus paseos en canoas tiradas por caballos o circuitos en kayak por el arroyo. Tras pasar por el “refugio turístico”, lo ideal es pernoctar en Concepción.

Ya en la segunda jornada, lo recomendable es partir lo más temprano posible hacia Mburucuyá. Inmersos en el corazón del parque nacional se pueden realizar caminatas, cabalgatas, pícnicos, paseos en carro y, por supuesto, disfrutar de un almuerzo y degustar las sabrosas comidas típicas.

La guía establece que, durante el tercer día, también bien temprano, es muy interesante ir hasta San Miguel para ingresar por el portal San Nicolás. Son impresionantes las sensaciones que se tendrán en los recorridos por el arro-

yo Carambola, navegando en diversos medios, lo mismo que hacer *trekking* en los centenares de senderos naturales, en medio de un colorido muy diverso, vegetación increíble, sonidos inigualables y fauna que no se encontrará en otros sitios. En el regreso, un recorrido de 40 km por asfalto y una nueva detención muy particular: en el pueblo de Loreto se podrá observar una serie de pequeñas capillas muy vistosas. La tradición asegura que no se puede cerrar la jornada sin disfrutar de una cena compuesta por un buen pescado en algún boliche del pueblo de Ituzaingó.

Finalmente, la opción para el cuarto amanecer es trasladarse al portal Uguay para ingresar en una zona extraordinaria de la reserva y disfrutar del avistaje de aves, que se puede complementar con una cabalgata o una apacible caminata por algunos de los infinitos senderos.



En los espejos de agua también se pueden realizar deportes. Un raid en kayak es una alternativa para tener muy en cuenta.


## BIODIVERSIDAD

Un paseo muy recomendable es pasar por la Colonia Carlos Pellegrini, la “Capital de la Biodiversidad”. Se encuentra a 120 km de Mercedes y se trata de un pueblo rural de un millar de habitantes, enclavado dentro de los esteros, cuya característica es estar rodeado por la laguna Iberá. Además, es hogar de centenares de especies de aves, peces, insectos, mariposas, mamíferos y reptiles. Y todo visitante queda impresionado con el viejo puente de madera de la Colonia. Una recorrida que muchos califican de imprescindible.

Los paisajes son tan impresionantes como la flora y la fauna exóticas de la zona: una y otra vez se reconocerán colores impactantes, horizontes que cambiarán su fisonomía en cuestión de minutos aun desde un mismo lugar de observación, formas insólitas y la aparición sorpresiva y continua de seres vivos de las más diversas formas y características. Por caso, se podrá contemplar la riqueza de vertebrados del Iberá, donde ya se registraron 125 diferentes especies de peces, 40 de anfibios, 63 de reptiles, 347 de aves y 66 de mamíferos. Una recorrida meticulosa por la laguna Iberá es una experiencia que puede alucinar, ya que es habitual cruzarse con algún oso hormiguero o yurumí, yaguaretés, tapires, guacamayos rojos, pecaríes de collar y nutrias gigantes, especies que fueron reintroducidas a fines del siglo pasado en la región. También es fácil hallar variedades únicas de ciervos de los pantanos, venados de las pampas, aguarás guazú y algún simpático lobito de río.

Y si bien parecería una región especial para interminables cabalgatas o largos ratos dedicados al senderismo o al descanso bajo la sombra, para quienes buscan mayor aventura se reco-

miendan travesías en 4x4, paseos en lanchas o en canoas. Otro imperdible son los safaris nocturnos, que poseen un toque de distinción ya que la aventura estará teñida de una naturaleza infinita. Se pueden realizar siempre de forma programada y con la compañía de guías o de baqueanos que reconozcan la zona por los portales Laguna Iberá, Carambola y San Nicolás. Es una experiencia excitante en las selvas y en los montes, y será increíble el momento en que aparezca algún animal de los que acostumbran a cazar durante horas de la noche.

Los Esteros del Iberá son un enclave que ingresó en los 28 finalistas para la calificación de “Maravilla del Mundo” en mayo de 2019. En extensión solo son superados en el mundo por el Pantanal, un gigantesco humedal que se encuentra en territorio brasileño, pero también se introduce en regiones bolivianas y paraguayas. Son portentos naturales de turismo rural y ecoturismo activo, una alternativa excelente para cualquier época del año si se pretende transitar por un verdadero paraíso de vida silvestre. 



Más de 66 especies de mamíferos ocupan su hábitat y se desarrollan en libertad.

## DATOS ÚTILES

### CÓMO LLEGAR

La provincia de Corrientes limita con Brasil, Paraguay y Uruguay; y las provincias de Chaco, Misiones, Santa Fe y Entre Ríos. Los esteros se encuentran del centro al extremo norte. La distancia entre Corrientes capital y CABA es de 917 km; 732 km de Rosario; 900 km de Córdoba; 320 km de Posadas; y 610 km de Puerto Iguazú. Hasta Corrientes se puede llegar en avión o en ómnibus de larga distancia. A los Esteros del Iberá se puede ingresar por diferentes portales de acceso.

### PARA NO OLVIDAR

Se recomienda llevar ropa adecuada, suelta y de abrigo, así como agua, protector solar y cámara de fotos. En toda la región se tiene un cuidado especial por la naturaleza: es muy importante respetar las normas, no salirse de los senderos ni perturbar la fauna y la flora, no cortar flores ni llevarse piedras u objetos naturales, y evitar generar basura.

### ALOJAMIENTO

Tanto en la capital correntina como en las localidades próximas a los portales existen diversas opciones de hoteles de distinta cantidad de estrellas, *hostels*, residenciales, posadas, cabañas, campamentos privados o públicos acondicionados con muy buenas comodidades.

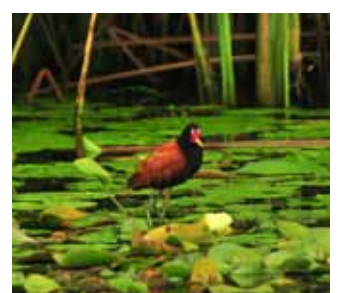
### GASTRONOMÍA

Otra de las grandes atracciones de Iberá es su gastronomía, íntimamente ligada a las reminiscencias guaraní-misioneras con influencias españolas, italianas, sirias y libanesas, entre otras. Ingredientes de sabor levemente dulzón son característicos, para complementar maíz, batata, mandioca, porotos, andái o el queso criollo, siempre con escaso picante y, por el contrario, abundancia de carne. Infaltables los guisos (*mbichy*), hechos a fuego de leña, con un sabor ahumado, siempre en "la morocha", una olla de hierro característica. Otro guiso es el *mbaipy*, de pollo

o carne vacuna y chorizo, verduras y quesos con harina de maíz. El almidón de mandioca se usa para chipas, alfajores y rosquetes. Los postres del Iberá tienen una gracia única: gran variedad de dulces que aprovechan la fruta de estación, como mamonos, cítricos, guayabas, andái, aguái, yatay, combinados con quesos o leche, azúcar y maní. Los lugareños aseguran que los buñuelos de andái y el quibebe (puré de calabaza andái y queso) son increíbles.

### CLIMA

Especialmente en verano es húmedo y muy caluroso, con máximas que llegan a superar los 50 °C. La temperatura oscila los 19 °C promedio en la estación invernal y 32 °C promedio en verano. El clima es tropical, a pesar de pertenecer a zonas subtropicales. La humedad media relativa varía del 75 al 100 por ciento, con importantes rocíos nocturnos. Las precipitaciones anuales rondan los 1900 mm.



## GINO BOGANI

LARGA VIDA  
A LA COSTURA

*El padre de la couture argentina volvió en 2020 gracias a los estilismos de Juana Viale. Bogani habla de su primer diseño, los cambios en la industria y sus ganas de volver a hacer desfiles.*

POR CATA GRELONI PIERRI FOTOS PATO PÉREZ

**L**as creaciones de Bogani mantienen intacta su vigencia a través del tiempo. Su genio creador juega con los años: un vestido con historia puede parecer de la última colección. Su talento atemporal sorprende y es su marca registrada”, afirmaban las paredes ploteadas del Centro Cultural Recoleta en agosto de 2013, en la retrospectiva del primer diseñador argentino en ser homenajeado en un museo. Hace ocho años, Gino escogió un centenar de sus vestidos para una sala en la que se pudieron ver sus creaciones, algunas pensadas para sus musas y clientas locales –Mirtha, Susana, su amiga del alma Graciela Borges, Nelly Arrieta de Blaquier– y otras para sus *mannequins*, a las que todavía llama por su nombre de pila: Delfina (Frers), Mariana (Arias), Tini (De Bucourt) o Ginette (Reynal). En esa exposición convivieron más de 50 años de trayectoria puesta al servicio de excelsos trajes con volados y drapeados de brocados brillantes, tapados escultóricos y pregnantes, trajes de novia con encajes de bolillo y hasta faldas con plumas de avestruz.

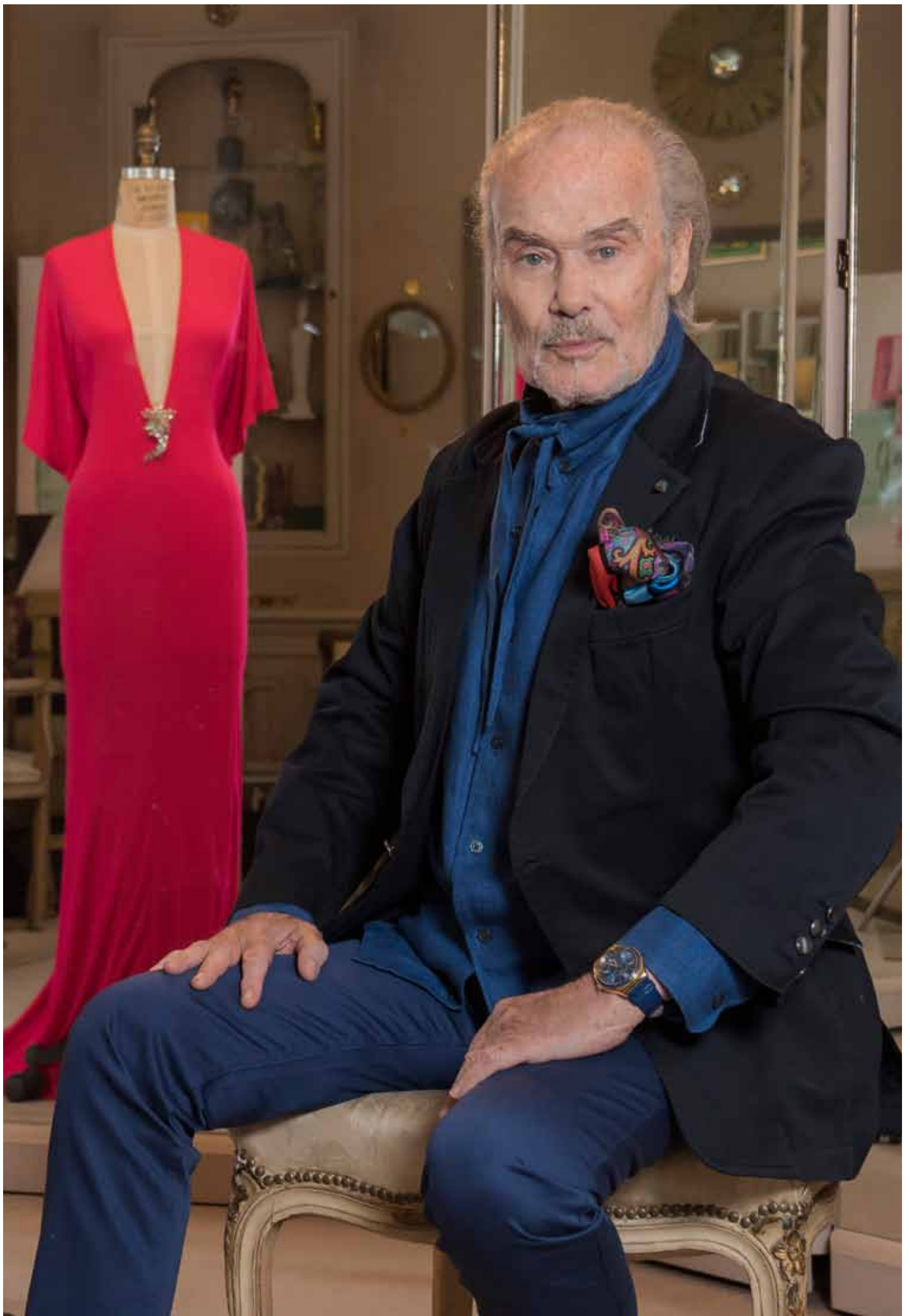
Si bien el *couturier* de 78 años nacido en Libia y criado entre Italia y Buenos Aires todavía tiene ganas de desempolvar sus vestidos más atesorados en una nueva retrospectiva, no se reconoce como una persona nostálgica y aún tiene un presente activo y creativo. “Todavía me queda mucho por hacer y decir”, comenta entusiasmado uno de los primeros diseñadores de la Argentina, que empezó su carrera en Mar del Plata, a los 17, en una *boutique* fundada por su madre, Alma –musa y primera modelo de Bogani–, cuando en Buenos Aires solo existían casas de costura como Henriette,

Paquin o Jacques Dorian, donde se compraban patrones de diseños europeos para reproducir.

El año pasado, Gino cobró notoriedad nacional durante los fines de semana de agosto a diciembre al ser el estilista elegido por Juana Viale para vestirla durante la conducción de los programas de su abuela Mirtha Legrand, quien se quedó en su casa a raíz de la pandemia del COVID-19. En cinco meses creó 40 conjuntos, entre los que hubo algunos *remakes* suyos de los 80 y 90, como un vestido pimpollo amarillo bordado con flores, o uno corto evasé negro, de *shantung* de seda, con sombrero de rafia y dos estrellas de mar naranjas, totalmente bordadas a mano. “Nuestra alianza con Juana fue muy estimulante. Cada semana visitaba el atelier, se probaba los vestidos y le daba brillo a cualquier diseño, para los que tuve absoluta libertad creativa”, dice Bogani desde su *petit hotel* en la calle Rodríguez Peña, en la ciudad de Buenos Aires, donde nos recibe para la entrevista.

**¿Cómo fue creciendo esta relación entre ambos?**

A Juana la conozco desde que nació, pero una cosa es el vínculo personal y familiar –hasta le hice el vestido de novia a su madre– y otra muy distinta es el laboral, que, por suerte, fluyó y resultó muy estimulante a nivel creativo. Me llamó a fines de mayo preguntándome si me divertía vestirla, y en junio empecé a crear diseños sin ningún tipo de condicionamientos en cuanto a morfologías, colores, texturas. Los únicos límites que tuve fueron en cuanto a mi personal, totalmente reducido por la pandemia, así que debí coser bastante. Hice todo lo que tenía ganas, y a ella siempre le fascinó. Cada semana, Juana venía al atelier a probarse los





dos trajes para los programas del fin de semana y los desfilaba, se entusiasmaba y veía cómo los diseños cobraban vida.

### *¿Cuáles fueron tus creaciones preferidas?*


Fueron 40 conjuntos realizados en cinco meses. Creativamente fue como hacer una colección para presentar en un desfile. Entre mis preferidos estuvieron el primero, un vestido drapeado de terciopelo en color tomate; otro largo, escote en V, muy simple en cuanto a formas, pero con un estampado de flores y fondo blanco y terminaciones muy sutiles, bordadas a mano. Ese lo presenté para fines de septiembre y tuvo un éxito loco, como el amarillo en forma de pimpollo, que es una reversión del pimpollo estampado y escotado del ochenta y pico, que desfilaron Delfina (Frers) y Ethel (Brero). A Juana se lo hice en amarillo, con flores bordadas y como especial de primavera. Si bien no quise usar muchos *remakes* porque no puedo vivir del pasado, me divertía mostrar diseños anteriores para que la gente viera cuán vanguardistas fueron en su momento. También, hay muchas jóvenes que recién ahora me están descubriendo gracias a Juana. Esta oportunidad me permitió alargarles la vida a mis creaciones.

### *¿Qué consideras que es lo más importante al diseñar alta costura?*

No hay vestido realizable si este no tiene posibilidad de comodidad. Cuando una mujer no se siente cómoda, no puede lucirlo, aun cuando le guste. A veces prefiero no cargar demasiado a algunas clientas que no tienen un *look* o estilo definido,

pero mi obligación es aportar. Siempre se puede embellecer a una mujer y sumarles puntos a sus fortalezas. También destaco la importancia de trabajar con los milímetros. Recuerdo cuando le probaba los vestidos a mi madre y me decía “Soltale un poquitito, una nada”. Ese consejo me sirvió para aprender la diferencia enorme que pueden generar en los diseños movimientos mínimos de la tela.

### *¿Recordás tu primer vestido de novia?*

No solo lo recuerdo a la perfección, sino que el 2020 me dio la satisfacción de reencontrarme con él y su dueña. Fue en 1969 y me llevó un mes de trabajo, día y noche cosiendo. Yo tenía casi 27 años en ese momento y cosí el vestido íntegramente a mano, en un textil tipo red de bolillas de algodón suizo, largo hasta el tobillo, con enagua de satén debajo. La cola y las mangas evasé llevaban como terminación una guarda pampa que armé cortando y cosiendo las bolillas una por una. Arriba de la guarda iban bordados cristales en forma de flor y perlas. Cuando el año pasado vino aquella novia al atelier, sacó el vestido de la caja donde lo tuvo todos estos años guardados y nos pusimos a llorar los dos. Volver a verlo, y confeccionado de esa manera –porque soy muy exigente conmigo mismo–, me reconfirmó que este era mi destino, porque en ese momento yo no sabía la carrera que desarrollaría después. 

**“HOY TODOS QUIEREN  
SER DISEÑADORES,  
PERO NADIE QUIERE  
APRENDER A COSER”.**

# ESCUCHÁ la radio DESDE TU SMARTPHONE

RADIOBRISAS



DESCARGÁ  
NUESTRA **app**



Google play



Available on the  
App Store

FACEBOOK / TWITTER: RADIOBRISAS

*info*BRISAS



## FINA ESTAMPA

*Trench (Something Else), top tejido (Sant Antoni), pantacourt de denim (Portsaïd) y collar (Isadora).*





Pilotos, *trenchs*, camperas y parkas acompañan el cambio de temporada con su ductilidad y estilo. Son el complemento perfecto para disfrutar de los primeros fríos.

FOTOS NICOLÁS PÉREZ  
ESTILISMO SOFÍA PÉREZ Y SANTÍA

# ABRIGOS DE OTOÑO



## ONDA MASCULINA

*Trench oversize (Portsaid), saco y pantalón ancho (Ayres), musculosa (Ted Bodin), zapatillas de cuero y gamuza (Justa Osadía), y collar (Lolas Complementos).*



## CHIC CLÁSICO

Impermeable largo (Perramus),  
camisa de seda (Melocotón), falda  
de cuero ecológico (Portsaid) y aros  
rígidos (Lolas Complementos).

## VERDE MILITAR

Campera de gabardina (Kevingston),  
remera de algodón y *jean* chupín  
(Levi's), y aros (Lolas Complementos).





## **MIX DE ESTILOS**

Campera estilo militar (Kevingston), vestido con estampa (Portsaid), *slippers* de cuero con tachas (Justa Osadía) y aros redondos (Isadora).

## PRENDA ÍCONO

Piloto (Portsaïd) y musculosa estampada y *jean* ancho (Levi's).



## VIENTO A FAVOR

Parka (Portsaid), pantalón ancho de hilo (Sant Antoni) y aros (Isadora).

Agradecemos a Hipódromo de Palermo  
[www.instagram.com/hipodromopalermo](http://www.instagram.com/hipodromopalermo)  
[www.palermo.com.ar](http://www.palermo.com.ar)

Ayres: [ayres.com.ar](http://ayres.com.ar)  
Isadora: [ar.isadoraonline.com](http://ar.isadoraonline.com)  
Justa Osadía: [justaosadia.com](http://justaosadia.com)  
Kevingston: [kevingston.com](http://kevingston.com)

Levi's: [levi.com.ar](http://levi.com.ar)  
Lolas Complementos: [lolascomplementos.com.ar](http://lolascomplementos.com.ar)  
Melocotón: [melocoton.com.ar](http://melocoton.com.ar)  
Perramus: [perramus.com.ar](http://perramus.com.ar)  
Portsaid: [portsaid.com.ar](http://portsaid.com.ar)  
Sant Antoni: [santantoni.com.ar](http://santantoni.com.ar)  
Something Else: [somethingelselove.com](http://somethingelselove.com)  
Ted Bodin: [tedbodin.com](http://tedbodin.com)

# UN CLÁSICO AL HORNO

POR  
SANTIAGO  
GIORGINI



Fotos Fernando Ciampieri [Estudio Migone]







# COLITA ADOBADA AL HORNO CON PAPAS A LA CREMA

4 PORCIONES 40 MIN PREPARACIÓN 40 MIN COCCIÓN

## INGREDIENTES:

1 colita de cuadril

### Papas a la crema:

1 kg de papas  
Manteca c/n  
600 cc de crema  
200 g de queso rallado  
Sal y pimienta c/n

### Chimichurri:

150 cc de agua  
Sal c/n  
2 dientes de ajo  
1 cucharada de ají molido  
25 cc de vinagre  
50 cc de aceite de girasol  
Perejil picado c/n  
1 cucharada de orégano seco  
Sal y pimienta c/n  
1 rama de romero fresco

## PREPARACIÓN:

### Para el chimichurri:

Disolver la sal en el agua, luego agregar el ajo picado y el resto de los ingredientes.

Limpiar la colita de cuadril y marinar con parte del chimichurri, llevar a la heladera por 1 hora. Reservar el resto aparte para acompañar.

Cocinar la colita en el horno fuerte por aproximadamente 40 minutos, dependiendo del tamaño.

Retirar y dejar reposar 5 minutos antes de cortar.

### Para las papas a la crema:

Pelar las papas y cortar bien finas (si es con la mandolina, mejor). Condimentar la crema con sal, pimienta y queso rallado.

Enmantecar una fuente para horno. Colocar las papas para que las rodajas queden de manera vertical, cubrir con la crema.



Colocar unos trocitos de manteca y queso rallado en la superficie. Llevar a horno medio hasta gratinar.

Servir la carne en rodajas con las papas a la crema y más chimichurri.

## TIPS:

- Si la carne va a quedar marinándose

por mucho más tiempo, no ponerle sal hasta el momento de cocinar, para evitar que largue su jugo y luego resulte seca en la cocción.

- Vale para cualquier otro tipo de carne que se quiera hacer al horno, como tapa de asado, vacío, etc.

# PAN INTEGRAL CON SEMILLAS

4 PORCIONES 40 MIN PREPARACIÓN 40 MIN COCCIÓN

## INGREDIENTES:

### Para el fermento:

1 cucharada de harina 000  
1 cucharada de harina integral  
5 g de levadura fresca  
35 cc de agua tibia  
1 cucharadita de miel

### Para la masa:

350 g de harina 000  
150 g de harina integral  
Entre 380 a 450 cc de agua  
10 g de sal fina  
20 g de levadura fresca  
100 g de *mix* de semillas

1 huevo para pintar  
Aceite para el molde c/n  
Semillas para espolvorear c/n

## PREPARACIÓN:

### Para el fermento:

Diluir la miel en agua junto con la levadura. Agregar las harinas, mezclar y tapar.  
Dejar tapado a temperatura ambiente hasta que duplique su volumen.  
También se puede conservar en la heladera. Dura hasta 3 días.

### Para la masa:

En un bol, poner 100 cc de agua templada y la levadura desgranada. Revolver hasta diluirla por completo y dejar en reposo tapado por 15 minutos, hasta que se active la levadura.  
Formar una corona con las harinas y la sal en una mesada.  
En el medio, poner la levadura activada, el fermento que hicimos anteriormente y 250 cc de agua. Comenzar a integrar y, si es necesario, ir agregando más agua.  
Formar un bollo, agregar las semillas y amasar bien. Dejar reposar tapado 30 minutos.  
Desgasificar y estirar, enrollar dando la forma de pan y colocarlo en una budinera aceitada.  
Pintar con huevo y espolvorear con



más semillas. Dejar reposar hasta que duplique en volumen.  
Llevar al horno de 25 a 30 minutos, hasta que esté dorado. Sacarlo y dejarlo enfriar sobre una reja.

## TIPS:

• El cierre del rollo del pan debe que-

dar hacia abajo para evitar que se abra y se deforme en la cocción.

• Se puede reemplazar la levadura fresca por seca. Tendríamos que utilizar aproximadamente una tercera parte de la cantidad que se utiliza de levadura fresca.

# DULCE DE PERAS

4 FRASCOS CHICOS 20 MIN PREPARACIÓN 1 H COCCIÓN



## INGREDIENTES:

1 kg de peras  
600 g de azúcar  
1 limón  
1 vaina de vainilla (opcional)

## PREPARACIÓN:

Pelar las peras, retirar las semillas, cortarlas en cubos y poner en un recipiente junto con el azúcar, el jugo de limón y la chaucha de vainilla abierta. Dejar macerar durante unos 20 minutos. Colocar en una olla de fondo grueso y

cocinar a fuego lento, revolviendo cada tanto, hasta que el dulce tome el punto deseado.

Para saber cuándo está listo, poner un plato en el *freezer*, tomar una cucharadita del dulce y hacerlo correr sobre el plato. Se enfriará rápidamente y notaremos su consistencia. Debe caer, pero lentamente. Si se encuentra muy líquido, volver al fuego por unos minutos más.

Si se desea una textura lisa, *mixear* o procesar. Si no, se puede dejar con trocitos o un punto intermedio.

Una vez listo, volcarlo en caliente en frascos limpios y esterilizados. Tapar y poner boca abajo hasta que enfríe, para generar el vacío.

Conservar en la heladera.

## TIPS:

Se le puede agregar canela o jengibre al momento de mezclar los ingredientes, para darle un toque diferente y un sabor más interesante.

POR  
FABRICIO PORTELLI



# ROSADOS DEL AÑO, PARA TODO EL AÑO

Sin dudas, es una de las categorías que más ha crecido en los últimos años, y eso se debió a un gran cambio de paradigma, pero no del consumidor, sino del hacedor. Antes, eran subproductos de tintos corpulentos, elaborados por sangría y, por lo tanto, tenían demasiado color y alcohol para la categoría. Sin embargo, hoy estos vinos se conciben desde la viña como los demás. Siempre partiendo de uvas tintas para lograr esa atractiva tonalidad rosada y que maduren rápido para alcanzar un alcohol suave (entre 11 y 13 grados), con una muy buena acidez natural. Esta es la que le da nervio y gracia al vino. Después están los que quieren llamar más la atención por fuera, no solo con etiquetas multicolor sino también con botellas dignas de perfumes gigantes. Lo cierto es que los rosados del hemisferio sur llegan al mercado el mismo año de su elabo-

ración, puntualmente en primavera, y se convierten en una de las mejores opciones para disfrutar durante el verano. No obstante, por sus características son vinos ideales para disfrutar todo el año, al comienzo de una reunión o bien acompañando platos livianos como tartas y ensaladas, o incluso a base de pescados y frutos de mar.

## TIPS

A los clásicos tipos de vinos tintos, blancos, rosados, espumantes y dulces, se ha sumado una nueva categoría que llama mucho la atención, tanto por fuera como por dentro. Los vinos naranjos, que en realidad son vinos blancos elaborados como tintos. Partiendo de uvas blancas, generalmente cosechadas con una acidez natural más alta, durante la fermentación también se realiza una maceración. De ahí que el vino extrae muchos nutrientes de los hollejos que se traducen en color, aromas y sabores. Se dicen "naranjos" porque además se suelen estabilizar de manera natural con el paso del tiempo, resguardados por su alta acidez. Esa oxidación natural se percibe en sus tonalidades más intensas, con reflejos cobrizos o dorados. Sus aromas suelen ser punzantes más allá del cepaje empleado, y en boca se destacan por su buen cuerpo, texturas firmes y una acidez que marca su paso por boca de principio a fin.

Pueden ser de Malbec, Pinot Noir, Cabernet Franc o *blends*, pero lo más importante es respetar la temperatura de servicio. Debe ser bien fresca, igual que la de los blancos, ya que su función es abrir el juego sin necesidad de ostentar muchos atributos vínicos más allá de sus expresiones frutales y florales, con mucha frescura. **■**

## MINIGUÍA DE VINOS



**RUCA MALEN MALBEC 2019**  
RUCA MALEN, AGRELO,  
LUJAN DE CUYO \$365  
PUNTOS: 89,5

Tinto de aromas bien frutales, levemente intensos y que transmiten el carácter del lugar. De buen volumen, con notas de frutas rojas y negras maduras, agradables especias y taninos amables que se mantienen jóvenes. Llena la boca con fuerza y gracia, y sobre el final asoman suaves toques de madera. Es un vino ideal para acompañar

carnes horneadas o pastas rellenas.



**MAD BIRD CABERNET SAUVIGNON 2018**  
CORBEAU WINES, MAIPÚ,  
MENDOZA \$500  
PUNTOS: 88,5

Nuevo integrante de la línea clásica de esta bodega familiar, pensado para consumidores no habituales. Es expresivo, con aromas y sabores muy apoyados en las frutas, con toques de especias y los típicos taninos del cepaje que aportan estructura. Elaborado con uvas propias, y con un paso de tres meses en vasijas de concreto y otros

tres en barricas de roble americano.



**CRIOS ROSÉ DE MALBEC 2020**  
SUSANA BALBO WINES,  
PARAJE ALTAMIRA, VALLE DE UCO \$594  
PUNTOS: 89

A base de sangría de una extracción del Susana Balbo Signature Malbec, elaborado por José Lovaglio Balbo, hijo mayor de Susana e integrante del equipo enológico de la bodega. De aspecto piel de cebolla brillante y aromas frugales, paladar franco y refrescante, de trago vivaz, buen cuerpo y final de frutas rojas. Ideal para

acompañar arroces, tartas y pescados.

# HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN  
LA BRUJA POP

## ARIES (22/03 - 20/04)



**Amor:** Es tiempo de encontrarte con otras personas, sea por estudio, deporte, talleres. Así hallarás a alguien que alimentará tus fantasías y ganas de estar emocionalmente activo. Atracciones que te desencajarán. La pareja, arman-do planes.

**Trabajo:** Buen momento para recaudar dinero, hacer negocios, comprar o vender, concretar negocios productivos. Toda la energía está en el trabajo, en comenzar un año lleno de posibilidades. Generarás ingresos durante este año.

**Salud:** Cuidá los dientes; podés hacer un movimiento y tener que salir corriendo al dentista. También tus piernas y tendones. Estarás ocupándote de tus pies con *spa*, mimándote.

## TAURO (21/04 - 21/05)



**Amor:** No sentís nada claro en tu corazón, vas y venís, y así te sentirás todo este tiempo. Emociones fuertes y angustias que te debilitan. Revolucionarás las relaciones o alguna te revolucionará a vos, dejándote en otro planeta y con otra actitud.

**Trabajo:** Es importante que en este tiempo estés consciente de todas las posibilidades que se te abren. Los ascensos, los éxitos y los logros estarán durante todo el año. Habrá negociaciones y videollamadas por doquier, llegando a poder expresarte con laureles.

**Salud:** Tus rodillas, que llevan tanta responsabilidad, necesitan cuidados, sea por exceso de peso real o de cargas emocionales. Tu mente está con grandes cambios y eso es salud.

## GÉMINIS (22/05 - 21/06)



**Amor:** Seas del género que seas, podés discutir con hombres, tu padre o personas de autoridad. Posible contacto con un extranjero a través de chat o de un viaje (si podés subirte a un avión); el mundo te llama de alguna forma. Conectarás con otra forma de amar; tu sexualidad aprende cosas. Intensidades.

**Trabajo:** Necesitarás estar al tanto de un idioma, estudiar y conocer de otra cultura. Abrirás canales mentales que te llevarán a producir otras cosas, a realizar trabajos que nunca imaginaste. Reencontrás tu mundo interno.

**Salud:** Tu inconsciente se mueve y podés extraer secretos y cosas acumuladas y olvidadas que no te ayudaban a avanzar. Liberación. Sanación.

## CÁNCER (22/06 - 24/07)



**Amor:** La sexualidad que comenzarás a sentir o a practicar es una nueva fase. Temas de dinero con ex, familia o socios. Los de los últimos días del signo pueden tener rupturas de amor.

**Trabajo:** Movimientos de dinero que pueden incluso estar en propiedades inmobiliarias. Cambios en el grupo de trabajo, gente que se va y que llega, pero el sector no estará igual. A centrarse en el manejo del dinero, podés hacer una buena jugada.

**Salud:** Noches agitadas, insomnio o pesadillas. Esto es producto de que estás inconscientemente haciendo exámenes de tu vida. Necesitás descansar, para eso tenés que prepararte durante el día y caminar, comer liviano de noche, etc.

## LEO (24/07 - 23/08)



**Amor:** La pareja se rebela, se mueve, se agita, quiere hacer cosas que a vos no te suenan. Discusiones por suegros o con ellos. Los solos pueden irse a convivir con su pareja, habrá cambios en general para todos en la forma de vivir con otros.

**Trabajo:** Estarás exponiendo tus puntos a las autoridades de donde trabajás, exigiendo derechos, como un gremialista encendido que llegará a lograr sus pedidos. Cambios importantes en el lugar de trabajo. Jefes que se van.

**Salud:** Cirugía programada. Estarás más ocupado de la salud de tus convivientes que de la tuya. Necesitarás cuidar tu estructura ósea, tu columna, que puede no estar siendo vista por vos desde hace siglos.

## VIRGO (24/08 - 23/09)



**Amor:** Buenos momentos de amor, sentís que hay cosas para coordinar y proyectos para realizar con alguien. Solidez. Los solos pueden estar esperando el momento de hacer un viaje de vida, ya que el extranjero los llama de alguna forma, dejan de esperar y accionan.

**Trabajo:** Momento para concentrarte en lo que hacés, porque hay muchas posibilidades de éxito y de que se den los cambios que querés. Habrá conversaciones importantes en todo este mes, sacando conclusiones para el año.

**Salud:** Entrenarás con más garra, que-rrás comprometerte con un sistema físico, de cambio de hábitos o las dos cosas juntas. Adquirís buena sintonía para cuidarte y así elevar tus defensas.

## LIBRA (24/09 - 23/10)



**Amor:** Estás sanando heridas que cargás desde siempre en cuanto a tu relación con otros, con la pareja. Si sabés manejar tus emociones, podés dejar atrás aquello que te han hecho sentir en otros tiempos, incluso en tu niñez, y que arrastrás a tus relaciones de adulto.

**Trabajo:** El entorno, si bien está un poco temeroso, arma una red de contención en la que todos están incluidos. Tu creatividad se encuentra en alza por si tu actividad tiene que ver con el arte.

**Salud:** Te invade cierta alegría, que es el mejor de los remedios. Por otro lado, hay una energía que te llega para realizar actividades o algún tipo de rutina que te gusta, ya que nada de lo que hagas será un esfuerzo para vos.

## ESCORPIO (24/10 - 22/11)



**Amor:** La pareja sufrirá cambios, será un movimiento en donde arreglarán problemas que se acarrean. Lo que no va más se dejará. Revolución que obviamente afecta la relación. Los solos pueden encontrarse con alguien amado.

**Trabajo:** Estarás armando una sociedad que te sorprenderá, algo a lo que no le dabas importancia puede convertirse en una empresa de por vida. Sanarás heridas sufridas en ámbitos laborales y así impulsarás formas de trabajo.

**Salud:** Tu energía está en un proceso de mutación. Esto lo manifestarás en tu carácter, en tu forma de alimentarte, en tus horas de sueño. Posibilidad de sanarte emocionalmente a través de lo que hagas en tus días.

## SAGITARIO (23/11 - 22/12)



**Amor:** Estarás programando una mudanza que se demora al comienzo, pero que te llena de ganas y fuerzas para armar un nido de amor. Podés querer ser padre, y para eso también estás en movimientos internos profundos. Destino.

**Trabajo:** Lo que hacés no lo harás de igual manera. Los nacidos los últimos días de noviembre estarán con otras formas en la actividad. Hay una fuerza que los lleva a dejar de hacer aquello que no los hace sentir bien.

**Salud:** Te darás cuenta de que ya no querés sentirte como lo venís haciendo, con dolores o achaques, pesado o sin energía. Cambio integral, compras para tu heladera, hábitos, horas de sueño, otras místicas en tu vida.

## CAPRICORNIO (23/12 - 20/01)



**Amor:** Cierta alivio en tu forma de sentir el amor. Esta suavidad puede traer un hijo inesperado, algo que ya no creías para vos y llega de la mano del amor. En tu familia hay momentos en donde las cosas se alinean y respirarás aires más sanos.

**Trabajo:** El dinero está para manejarlo y usarlo. Tu creatividad estará impulsada en establecer bases concretas materiales. Vas a dejar aquello que hacés y que no te deja ganancias. Necesitás concentrarte en las oportunidades.

**Salud:** Es momento de relajarte, así tu corazón y sus emociones se acomodan mejor. Ya pasaste por torbellinos. Tomás más conciencia y te cuidás más, te amás más.



## PISCIS (21/02 AL 21/03) FITO PÁEZ

Rosario, 13 de marzo de 1963. Cantautor, compositor, músico y director de cine argentino. Ha incursionado como cineasta, guionista y novelista.

**Amor:** El destino te encuentra con idas y vueltas. Es importante que sepas que el amor está rondando, eso lo notarás en cuanto a tu imagen, ya que brillarás. Si estás con alguien, querrás hacer cambios en la relación, sacar aquello que se estancó y transformarla.

**Trabajo:** Momento de convenir buenas ganancias, mejorar ingresos. Algo que no proponés vos te llega a través de otras personas, sociedades o amistades.

**Salud:** Tenés que cuidarte de accidentes en tus huesos, daños y quebraduras.

## ACUARIO (21/01 - 20/02)



**Amor:** Tu lugar de vida estará con refacciones, esto moviliza a toda la familia, porque en la incomodidad surgen los problemas. Buena energía para controlar a todos y contagiarlos de tus buenas ganas. Podés mudarte sin haberlo esperado.

**Trabajo:** Estarás decidiendo si querés seguir el ritmo de vida que tenés o necesitás un cambio, esto estará muy pronunciado en tu interior, evaluando acontecimientos y probabilidades. Harás cambios con gran potencial.

**Salud:** Cuidate de consumir grasas y dulces, que puede notarse inmediatamente en tu imagen y eso te molestará. Tenés que saber que hay una metamorfosis en tu interior que se traslada a tu cuerpo, pero renacerás.

# SUDOKU

Ubique en cada hilera (horizontal), columna (vertical) y recuadro de 3x3 (indicado con bordes gruesos) los dígitos del 1 al 9.

5		8		2	3	6		9
4	9							
1			7				4	2
9	2	6	8			1	7	5
		1				3		
7	3	5			1	4	9	8
2	8				5			3
							5	4
6		4	3	9		7		1

# MEZCLAGRAMA

Las referencias, tanto horizontales como verticales, se dan mezcladas. Como guía, ubicamos algunas letras.

						O		
T								L
			F					

### Horizontales

- Aborigen de Tierra del Fuego.
- Afirmación.
- Alabaré, elogiaré.
- Metal precioso.
- Muy frío.
- Naípe con el número uno.
- Nombre de mujer.
- Parar, detener.
- Quitar, retirar.

### Verticales

- Acostumbrar, hacer algo con frecuencia.
- Artículo neutro.
- Conjunción negativa.
- Elevados.
- Expresar con palabras.
- Furia, enojo exaltado.
- Hablen en público.
- Labre la tierra.
- Símbolo químico del sodio.
- Tela transparente.
- Terminación verbal de infinitivo.

# GRILLA

Anote las respuestas, teniendo en cuenta que figuran las sílabas que las forman, a manera de guía. En las columnas señaladas se formará una frase de Víctor Hugo, poeta, dramaturgo y novelista francés.

1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

### Definiciones

- 1 Uno de los tiempos verbales.
- 2 Hierba umbelífera aromática.
- 3 Prenda exterior de vestir, con mangas y ajustada al cuerpo.
- 4 Ciudad de España, capital de Navarra.
- 5 Fruto de jugo medicinal, con forma de uvita o baya globosa.
- 6 Los tres días que preceden al comienzo de la cuaresma.
- 7 Enigma o adivinanza que se propone como pasatiempo.
- 8 Echar, expulsar.
- 9 Fallo, error.
- 10 Agotador, agobiante.
- 11 Fanfarronear, presumir.
- 12 Corbata corta que solo da una vuelta al cuello.
- 13 Potente, vigoroso.
- 14 En el cristianismo, conjunto de las tres personas divinas en una sola y única esencia.
- 15 (Piedra...) Gema.

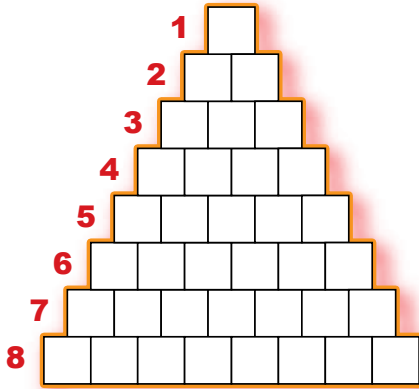
### Sílabas:

A - A - AR - BA - CAN - CAR - CER - CHA - CI - CIO - CO - COR - DAD - DE - DE - DES - DIR - DOR - E - GRO - JO - LAN - LAR - LLA - NA - NA - NI - PAM - PE - PLO - PO - PRE - PRE - QUE - QUÍ - RO - SA - SA - SE - SEN - SO - TA - TE - TI - TÍN - TRI - TRO - VAL - VO.



# PIRAMIDAL

Cada palabra (salvo la primera, que es de una letra) se forma con las mismas letras de la anterior, más otra que se agrega.



**Definiciones:** 1 Cien, en números romanos. 2 Prefijo: asociación. 3 Reverberación del sonido. 4 Amarillento. 5 Baúl, arcón. 6 Moderadamente frío. 7 Salvajes. 8 Relativo a la esfera.

# SOPA SIN LISTA

Encuentre en esta sopa de letras 17 palabras de 7 letras cada una. Atención: no valen los verbos conjugados ni los plurales.

O R B I T A L A L  
 B C I N T E N T O  
 T E R C E R O E Q  
 E S T U D I O R U  
 N S E G D N M R E  
 E M T N E E O A R  
 R E I R D D Z Z O  
 A N T S A E F A T  
 R S E E T T R D U  
 E E R R A I O O C  
 H A O V A E C N O  
 M C D E C I M A L

# EN CLAVE

A número igual, corresponde letra igual. Como ayuda, ubicamos dos palabras.

20	L	15	U	3	N	10	E	26	S		2	16	2	20		22	16	2	26
10		6		2		26		10		26		2	6	10	2		2	12	19
17		2		26			3	19	10	9	10			6	19	1	2		
2	23	2	6			6	22	2			2	6	16	2					1
1	22			2	12	10	26		2	23	10	22			23	2			
22		6	10	22	26		20	10	19		6	10	19	6		10	19	6	
	23	10	26	23		16	2	26	16	22		26	10	23					
19	6	2		2	21	2	5		2	19	6	2	26	10					
23	19	20	22		2	20	22	3		6	2	26	22	26					

# SOLUCIONES

L	U	N	E	S															
A	T	A	R	R	O	A	R	C	A	M									
E	R	A	S	E	S														
A	R	C	A	S	C	O													
R	E	I	R	E	I	R													
O	R	E	O	S															
M	O	A	J	E	S														
A	T	A	R	R	O	A	R	C	A	M									
G	A	S	N	I	E	V	E	R	I	M									
E	R	A	S	E	S														
L	U	N	E	S															

EN CLAVE

O	R	B	I	T	A	L		
B	C	I	N	T	E	N	T	O
T	E	R	C	E	R	O		
E	S	T	U	D	I	O	R	U
N	S	E	G	D	N	M	R	E
E	M	T	N	E	E	O	A	R
R	E	I	R	D	D	Z	Z	O
A	N	T	S	A	E	F	A	T
R	E	I	R	D	D	Z	Z	O
R	S	E	E	T	T	R	D	U
R	E	I	R	D	D	Z	Z	O
E	S	T	U	D	I	O	R	U
N	S	E	G	D	N	M	R	E
E	M	T	N	E	E	O	A	R
H	A	O	V	A	E	C	N	O
M	C	D	E	C	I	M	A	L

SOPA SIN LISTA

1	C							
2	C	O						
3	E	C	O					
4	O	C	R	E				
5	C	O	F	R	E			
6	F	R	E	S	C	O		
7	F	E	R	O	C	E	S	
8	E	S	F	E	R	I	C	O

PIRAMIDAL

1	P	R	E	S	E	N	T	E
2	C	I	L	A	N	T	R	O
3	C	H	A	Q	U	E	T	A
4	P	A	M	P	L	O	N	A
5	G	R	O	S	E	L	L	A
6	C	A	R	N	A	V	A	L
7	A	C	E	R	T	I	J	O
8	D	E	S	P	E	D	I	R
9	E	Q	U	I	V	O	C	O
10	C	A	N	S	A	D	O	R
11	A	L	A	R	D	E	A	R
12	C	O	R	B	A	T	I	N
13	P	O	D	E	R	O	S	O
14	T	R	I	N	I	D	A	D
15	P	R	E	C	I	O	S	A

GRILLA

A	L	G	I	D	O	A	S
L	O	A	R	E	O	R	O
T	S	A	C	A	R	L	
O	N	A					
S	I						

MEZCLAGRAMA

5	7	8	4	2	3	6	1	9
4	9	2	5	1	6	8	3	7
1	6	3	7	8	9	5	4	2
9	2	6	8	3	4	1	7	5
8	4	1	9	5	7	3	2	6
7	3	5	2	6	1	4	9	8
2	8	7	1	4	5	9	6	3
3	1	9	6	7	8	2	5	4
6	5	4	3	9	2	7	8	1

SUDOKU

# MUJERES POR CRIST



CONVIVIMOS.NARANJA.COM

# La revista que va con vos

Escaneá el código  
y disfrutala ahora



CONVIVIMOS



**Galicia  
Seguros**

Cuidamos esa noche estrellada,  
**Cuidamos tus Historias.**

**SEGURO DE HOGAR**

**0800-555-9797**

Compañía Aseguradora: Galicia Seguros S.A. Maipú 241 CABA, CUIT 30 68714552-2. N° de Inscripción en SSN 0589, N° de Inscripción en IGI 12571. Agente Insitorio: N° de Inscripción T36 - Tarjeta Naranja S.A. CUIT: 30 6853703-9. Contratación de la cobertura sujeta a verificación y análisis de Galicia Seguros S.A. Consulta requisitos de asegurabilidad, riesgos no cubiertos y cobertura del seguro llamando al teléfono 0800-444-0810 o en [www.galiciaseguros.com.ar](http://www.galiciaseguros.com.ar). Superintendencia de Seguros de la Nación: 0800-666-8400. [www.argentina.gob.ar/ssn](http://www.argentina.gob.ar/ssn). El titular de los datos personales tiene la facultad de ejercer el derecho de acceso a los mismos en forma gratuita a intervalos no inferiores a seis meses, salvo que se acredite un interés legítimo al efecto conforme lo establecido en el artículo 14, inciso 3 de la Ley N° 25326. LA AGENCIA DE ACCESO A LA INFORMACION PUBLICA, en su carácter de Órgano de Control de la Ley 25326, tiene la atribución de atender las denuncias y reclamos que interpongan quienes resulten afectados en sus derechos por incumplimiento de las normas vigentes en materia de protección de datos personales. Política de Privacidad y Protección de Datos Personales: <https://www.galiciaseguros.com.ar/legales/politicasprivacidadprotecciondatospersonales>.

N° de inscripción en SSN  
0589

Atención al asegurado  
0800-666-8400

Organismo de control

[www.argentina.gob.ar/ssn](http://www.argentina.gob.ar/ssn)

 **SSN** SUPERINTENDENCIA DE  
SEGUROS DE LA NACIÓN